

Resiliensi Penyandang Tuna Daksa yang Pernah Mengalami *Bullying*

Resilience of People with Disabilities Who Have Experienced Bullying

Amara Laili Zumarotul Zahro

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: amara.19205@mhs.unesa.ac.id

Ira Darmawanti

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: iradarmawanti@unesa.ac.id

Abstrak

Penyandang tuna daksa kerap kali mendapatkan *bullying* dikarenakan keterbatasan fisik yang dimiliki sehingga membuat mereka merasa terpuruk. Adanya hal ini membuat kemampuan resiliensi penting untuk dimiliki agar mereka mampu untuk bangkit dari keterpurukan yang dialami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi dan sumber-sumber resiliensi pada penyandang tuna daksa yang pernah mengalami *bullying*. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dan berfokus pada dua partisipan penyandang tuna daksa berusia 22 tahun yang pernah mengalami *bullying*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur dan menggunakan teknik analisis data tematik. Penelitian ini menghasilkan dua tema, yakni gambaran resiliensi dan sumber resiliensi yang dimiliki kedua partisipan. Hasil penelitian ini menghasilkan bahwa kedua partisipan memiliki aspek-aspek resiliensi yang terdiri dari regulasi emosi, optimisme, pengendalian impuls, analisis kausal, efikasi diri, empati dan *reaching out*. Kedua partisipan juga memiliki sumber resiliensi yang mencakup kekuatan dalam diri, dukungan eksternal, kemampuan interpersonal dan pemecahan masalah yang mendukung kedua partisipan untuk bangkit dari keterpurukan yang disebabkan oleh *bullying* yang pernah dialami.

Kata kunci : Resiliensi, penyandang tuna daksa, *bullying*

Abstract

People with physical disabilities often get bullied because of their physical limitations, which makes them feel down. The existence of this makes resilience skills important to have so that they are able to rise from the adversity experienced. This study aims to determine the description of resilience and sources of resilience in disabled people who have experienced bullying. This study uses a case study approach and focuses on two disabled participants aged 22 years who have experienced bullying. The data collection technique used was semi-structured interviews and thematic data analysis techniques. This study produced two themes, namely the description of resilience and the sources of resilience possessed by the two participants. The results of this study resulted that both participants had aspects of resilience consisting of emotional regulation, optimism, impulse control, causal analysis, self-efficacy, empathy and *reaching out*. The two participants also had sources of resilience which included inner strength, external support, interpersonal skills and problem solving that supported the two participants to rise from adversity caused by bullying they had experienced.

Key word : Resilience, disabled people, *bullying*

Article History	 
<i>Submitted : 24-06-2023</i>	
<i>Final Revised : 26-06-2023</i>	
<i>Accepted : 26-06-2023</i>	<p><i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i></p> <p><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>

Setiap manusia pasti menginginkan kondisi fisik yang normal dan dengan anggota tubuh yang lengkap sehingga mampu melakukan segala aktivitas yang digemari, namun terdapat individu yang memiliki kondisi tubuh yang tidak normal seperti individu pada umumnya, sehingga individu tersebut mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas atau kegiatan yang disukai. WHO memaparkan bahwa disabilitas merupakan ketidakmampuan seseorang dalam melaksanakan kegiatan atau aktivitas tertentu selayaknya individu yang normal dikarenakan adanya kondisi ketidakmampuan baik secara fisiologis, fungsi anatomis, atau kelainan struktur (Al-karimah, 2018). Tuna daksa memiliki definisi secara spesifik, yakni bentuk kecacatan atau kelainan yang dimiliki oleh individu pada tulang, sistem otot, syaraf dan persendian yang disebabkan oleh penyakit, maupun kecelakaan, baik saat lahir, sebelum lahir atau setelah kelahiran (Adelina et al., 2018). Pada penyandang tuna daksa cenderung lebih mudah dikenali dibandingkan dengan jenis disabilitas yang lainnya dikarenakan kondisi fisik yang dimiliki oleh penyandang tuna daksa berbeda dengan orang normal pada umumnya yang terlihat atau tampak jelas (Virilia et al., 2015).

Individu yang memiliki keterbatasan fisik setelah masa kanak-kanak yang disebabkan karena kecelakaan atau hal lainnya dan bukan dari lahir akan mengalami putus asa dan juga stres dikarenakan ia sempat memiliki kondisi fisik yang normal (Larasati & Savira 2019). Pada individu yang sudah memiliki kondisi keterbatasan fisik sedari kecil juga memiliki permasalahan dengan keterbatasan fisik yang dimilikinya yang mampu memunculkan perasaan rendah diri, malu, minder dan juga rentan mengalami perilaku *bullying* dikarenakan kondisi fisik yang berbeda dengan teman-teman sebayanya (Iga & Kristinawati, 2022). Berdasarkan pendapat Zakiyah et al. (2018) menjelaskan bahwa *bullying* atau perundungan adalah perilaku yang bertujuan untuk menyakiti individu yang lebih lemah, sehingga membuat individu tersebut menderita. Keterbatasan fisik pada penyandang tuna daksa ini membuat mereka terlihat berbeda dari teman-temannya, sehingga hal ini membuat mereka cenderung untuk menerima perilaku *bullying* yang mana dapat membuat mereka memiliki rasa rendah diri dan memiliki kesulitan untuk dapat menerima kondisi yang dialaminya tersebut (Qomariyah & Nurwidawati, 2017).

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Center (2010; Oviyanti & Hendriani, 2020) memperlihatkan bahwasannya perilaku perundungan mampu membuat penyandang disabilitas fisik atau tuna daksa merasa takut, cemas dan juga malu akan kondisi fisik yang dimilikinya (Oviyanti & Hendriani, 2020). Perilaku *bullying* meliputi tindakan fisik, yakni, mendorong, memukul, menendang, kemudian juga berupa verbal atau ucapan seperti ejekan, menghina, memfitnah, dan ancaman, serta *bullying* sosial seperti pengucilan dan pengecualian (Adegboyega et al., 2017). *Bullying* yang dilakukan kepada penyandang tuna daksa kerap kali dilakukan kepada individu yang terlihat lebih lemah seperti kondisi fisik yang berbeda dari individu pada umumnya, sehingga menimbulkan dampak psikologis bagi korbannya (Khairun & Alhakim, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Zakiyah et al. (2018) menjabarkan bahwa penyandang tuna daksa yang mengalami perundungan dikarenakan kondisi fisik yang

dialaminya akan membuat mereka merasa rendah diri, sulit untuk menerima kondisi fisik yang dimilikinya dan juga membenci dirinya sendiri.

Pada pernyataan yang dikemukakan Janus (2009; Oviyanti & Hendriani, 2020) mengemukakan bahwa individu penyandang tuna daksa yang mengalami kecacatan sejak kecil kerap kali mendapatkan perlakuan perundungan dari teman-temannya, yang mana hal ini membuat mereka mengalami tekanan secara fisik maupun secara psikologis. Pada studi pendahuluan yang dilakukan kepada kedua partisipan penelitian ini, yakni AI dan SW diketahui bahwasannya mereka mengalami *bullying* dikarenakan keterbatasan fisiknya yang dialami dari lahir. Pada subjek AI yang memiliki kecacatan sejak lahir pernah mendapatkan perilaku *bullying* secara verbal yakni diejek “cacat, tangan ceklek” dan pernah mengalami *bullying* fisik, yakni ditendang oleh pelaku *bullying* dan kerudungannya juga pernah diberi tulisan kata-kata kasar. Adanya *bullying* yang dialami oleh AI menimbulkan dampak fisik, yakni memar di kaki, kemudian dampak psikologis, yakni merasa sakit hati, tidak dapat menerima keterbatasan fisik dan juga ingin pindah sekolah. Pada subjek SW juga pernah mengalami *bullying* secara verbal, yakni diejek “ngomong nggak jelas”. Tidak hanya *bullying* secara verbal, SW juga pernah mengalami *bullying* secara fisik, yakni tangannya pernah dipukul oleh temannya. Perilaku *bullying* yang pernah dialami oleh SW memunculkan dampak fisik dan juga psikologis, yaitu mengalami nyeri di lengan kiri, merasa sakit hati, minder, dan tidak dapat menerima kondisi fisik yang dimiliki.

Varese et al. (2012; Hasanah & Ambarini, 2018) menjelaskan bahwa *bullying* merupakan salah satu bentuk *Adverse Childhood Experience* atau peristiwa merugikan yang dialami oleh individu yang dapat memunculkan resiko untuk mengalami gangguan mental saat beranjak dewasa. Pernyataan yang dikemukakan oleh Leung et al. (2022) juga menegaskan bahwa adanya *Adverse Childhood Experience* (ACE), yakni *bullying* yang pernah dialami oleh seseorang dapat berkontribusi memberikan dampak berkepanjangan hingga masa dewasa. Oviyanti & Hendriani (2020) menjabarkan bahwa perundungan atau *bullying* yang dialami oleh penyandang tuna daksa dapat membuat mereka mengalami stres yang berkepanjangan dan terjebak dalam situasi tersebut, namun tidak semua individu penyandang tuna daksa yang mengalami *bullying* terus terjebak pada kondisi tersebut dan beberapa diantaranya dapat bangkit dari keterpurukan yang dialaminya, sehingga hal ini menarik untuk dikaji. Faktor yang dapat memberikan pengaruh atas keberhasilan individu yang mengalami *bullying* untuk keluar dari situasi atau kondisi yang dialaminya ini disebut dengan resiliensi (Oviyanti & Hendriani, 2020). Rina (2014; Diajeng et al., 2021) menjabarkan bahwa penyandang tuna daksa yang pernah menjadi korban *bullying* sangat penting untuk memiliki resiliensi agar dapat bangkit dari keterpurukan yang dialaminya.

Southwick et al (2014; Leung et al., 2022) menjelaskan bahwa adanya resiliensi yang dimiliki oleh individu dengan *adverse* di masa kanak-kanak akan menjadikan individu tersebut lebih baik dalam menjalankan masa transisi di masa *emerging adulthood*. Dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menjadi dewasa dimana ditandai dengan tanggung jawab yang semakin bertambah (Mannino, 2015). Jika individu tidak siap untuk masuk ke tahap ini, maka akan mengalami kesulitan dalam menuntaskan tahap perkembangannya, dimana membutuhkan penyesuaian di dalamnya (Qomariyah & Nurwidawati, 2017). Santrock (2011) memaparkan bahwasannya dewasa awal memiliki rentang usia 18 tahun sampai 25 tahun, dalam masa ini bersifat eksplorasi dan eksperimen. Hasil penelitian Leung et al. (2022) memaparkan bahwa individu di masa *emerging adulthood* yang pernah mengalami *adverse* di masa kecil penting untuk memiliki resiliensi sebagai “memperbaiki diri sendiri” yang terdiri dari dukungan sosial dan kekuatan dalam diri individu yang membantu mereka mengubah kesulitan masa lalu dan untuk terus maju dalam hidup mereka.

Bagi penyandang tuna daksa tidaklah mudah untuk menjadi individu yang resilien, diperlukan adanya proses yang melibatkan beberapa aspek yang berperan dalam membentuk penyandang tuna daksa menjadi orang yang resilien (Qomariyah & Nurwidawati, 2017). Berdasarkan pada pendapat Reivich & Shatté (2003) yang menjelaskan bahwasannya terdapat tujuh aspek resiliensi yang mampu membuat individu menjadi pribadi yang resilien, meliputi optimisme, regulasi emosi, analisis kausal, *reaching out*, pengendalian impuls, empati, dan efikasi diri. Tidak hanya aspek resiliensi yang dapat membentuk penyandang tuna daksa menjadi pribadi yang resilien, namun juga terdapat beberapa sumber yang mampu berperan dalam proses pembentukan resiliensi pada penyandang tuna daksa berdasarkan pada pernyataan Grotberg (2003) yang meliputi *I am* atau kekuatan dalam diri, *I have* yang merupakan dukungan eksternal, dan juga *I can* yakni kemampuan interpersonal dan pemecahan masalah.

Terdapat penelitian yang membahas mengenai resiliensi pada penyandang disabilitas, seperti penelitian yang dilakukan oleh Tiara Larasati & Siti Ina Savira (2019) mengenai resiliensi pada penyandang tuna daksa akibat kecelakaan yang mana memiliki tujuan untuk mengetahui resiliensi yang dimiliki pada penyandang tuna daksa karena kecelakaan. Hasil yang dikemukakan dalam penelitian ini menghasilkan dua tema yakni fase resiliensi dan sumber resiliensi pada penyandang tuna daksa. Subjek memiliki tahap fase resiliensi yakni *deteriorating*, *adapting*, *recovering*, dan juga *growing* serta sumber resiliensi yang dimiliki oleh subjek yakni *I have*, *I can* dan juga *I am* (Larasati & Savira, 2019).

Berdasarkan pemaparan yang telah dipaparkan di atas dan beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan masih belum terdapat penelitian yang berfokus terhadap resiliensi pada penyandang tuna daksa yang pernah mengalami *bullying*, sehingga hal ini penting untuk menjadi penelitian dikarenakan adanya kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu menjadi hal yang penting untuk dimiliki, tidak terkecuali pada penyandang disabilitas yang mempunyai keterbatasan fisik (Hasanah & Rusmawati, 2020). Resiliensi ini penting untuk dimiliki agar individu mampu bangkit dari pengalaman negatif yang dimiliki yakni *bullying* dan juga mampu mengatasi trauma, stres dan juga masalah lainnya (Claudia & Sudarji, 2018). Pada penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan resiliensi penyandang tuna daksa yang pernah mengalami *bullying* dan sumber-sumber resiliensi yang dimiliki penyandang tuna daksa untuk menjadi pribadi yang resilien.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai fenomena yang ada dalam konteks kehidupan yang dialami oleh individu (Rasmanah, 2020). Studi kasus ini digunakan untuk mendalami atau mengeksplorasi adanya suatu kasus yang diteliti dengan mendalam dan terperinci (Danti, 2021). Studi kasus dipilih oleh peneliti dikarenakan kecenderungan dalam memperhatikan atau mencermati adanya permasalahan mengenai gambaran resiliensi pada penyandang tuna daksa yang pernah mengalami *bullying* yang didasarkan pada aspek-aspek resiliensi menurut Reivich & Shatté (2003) dan juga untuk mengungkapkan sumber resiliensi yang ada dalam diri tuna daksa yang pernah mengalami *bullying* berdasarkan pada sumber-sumber resiliensi yang dikemukakan oleh Grotberg (2003).

Partisipan

Pada penelitian ini terdapat dua orang partisipan dengan inisial AI dan SW berusia 22 tahun yang merupakan penyandang tuna daksa sejak lahir yang pernah mengalami *bullying* fisik dan juga verbal.

Pengumpulan data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur dengan tujuan agar peneliti dapat mengeksplorasi dan melakukan penggalian informasi secara lebih dalam dengan mengajukan pertanyaan yang lebih fleksibel namun masih tetap terkontrol dan terdapat pedoman wawancara yang dijadikan sebagai patokan (Marita & Rahmasari, 2021). Pada proses wawancara digunakan rekaman audio untuk membantu dan memudahkan peneliti dalam proses verbatim (Maevani, 2021). Wawancara dilakukan sebanyak tiga kali kepada masing-masing partisipan dan wawancara sebanyak satu kali kepada masing-masing *significant others*. Wawancara dilakukan antara tanggal 26 Maret sampai dengan 16 Mei 2023. Wawancara diselenggarakan secara tatap muka di rumah partisipan.

Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tematik analisis. Braun & Clarke (2006; Heriyanto, 2018) mengemukakan bahwa analisis tematik bertujuan untuk menemukan tema dari data yang telah diperoleh peneliti. Terdapat beberapa tahapan dalam analisis tematik yang dikemukakan oleh Heriyanto (2018), yaitu memahami data yang telah diperoleh, menyusun kode dan mencari tema. Peneliti menggunakan uji keabsahan data triangulasi sumber, yakni *significant others* dari kedua partisipan (Mekarisce, 2020). Selain triangulasi sumber juga menggunakan *member check* yang merupakan pengecekan ulang mengenai data yang telah diperoleh peneliti kepada sumber penelitian dengan tujuan supaya data yang telah peneliti peroleh sesuai dengan maksud dari partisipan (Mekarisce, 2020).

Hasil

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada kedua partisipan sebanyak tiga kali pada masing-masing partisipan dan wawancara sebanyak satu kali pada *significant others* diperoleh beberapa tema sebagai hasil penelitian, yakni gambaran resiliensi yang terdiri dari 7 aspek, yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis kausal, empati, *reaching out*, optimisme dan efikasi diri. Kemudian tema yang kedua adalah sumber-sumber resiliensi yang mencakup kekuatan dalam diri, dukungan eksternal, kemampuan interpersonal dan pemecahan masalah. Berikut merupakan pemaparan hasil temuan yang telah peneliti dapatkan sesuai dengan fokus penelitian.

1. Gambaran Resiliensi

a. Regulasi emosi

Kemampuan untuk tetap tenang dan dapat mengatur emosi yang dimilikinya meskipun berada pada situasi maupun kondisi yang menekan disebut dengan regulasi emosi. Berdasarkan hasil wawancara partisipan AI menunjukkan bahwa ia berusaha untuk tetap tenang dan juga mengontrol rasa marahnya dengan sabar saat *di-bully*.

Enggak se, aku berusaha buat tenang lebih tepat e sabar gitu aja, terus kalo misal ada yang ngebully aku lagi kayak wes ini jalan hidupku, ujianku juga kayak gini, harus ikhlas menerima ujian kayak gini, mungkin nantinya

hidupku bakalan lebih enak daripada dia.” (AI, W2, B57-65).

Pernyataan serupa juga diungkapkan partisipan SW, yang mana ia berusaha untuk lapang dada saat menerima perlakuan *bullying*.

Aku diem aja sama bilang dalam hati “biarin nggak usah diurusin, beno lah nggak usah tak ladeni” sama membesarkan hatiku apa itu istilahnya lapang dada, aku berusaha buat lapang dada lah (SW, W1, B235-239).

Dari beberapa pernyataan partisipan menggambarkan bahwa kedua partisipan berusaha untuk tetap tenang dan mengatur emosi yang dirasakan saat menerima perlakuan *bullying*.

b. Pengendalian impuls

Pengendalian impuls merupakan kemampuan dalam mengendalikan adanya keinginan, tekanan, dan dorongan yang ada dalam diri individu tersebut. Pada partisipan AI dapat mengendalikan dorongan untuk balas dendam dengan bertanya pada guru agama dan memperbanyak istighfar untuk mengendalikan dorongan tersebut.

Caraku biar nggak bales dendam ya tanya-tanya ke guru “gimana pak biar aku nggak bales dendam ke arek-arek yang ngebully aku?” katae guruku bilange “yawes kamu yang sabar, istighfar, banyakin sholat lima waktu biar kamu nggak ada dendam ke mereka, biarin aja mereka. [...] Pas guruku bilang gitu aku langsung ngerasa buat apa aku bales dendam ke mereka tak banyakin istighfar juga biar hatiku tenang (AI, W2, B99-111)

Berbeda dengan partisipan AI, pada partisipan SW memiliki cara lain untuk mengendalikan dorongan balas dendam, yakni dengan memaafkan pelaku *bullying*.

Apa ya, biar aku nggak bales dendam ke mereka ya maafin mereka sih, kayak sekarang tak pikir-pikir kalo aku bales dendam loh gaada manfaat e juga buat aku, buat apa aku capek-capek ngebales mereka, biar mereka yang sadar sendiri lah, gaada untungnya juga pokok e ya gaada gunae aku ngebales orang-orang yang jahat ke aku (SW, W2, B78-85).

Kedua partisipan memiliki cara yang berbeda dalam mengendalikan dorongan balas dendam, namun kedua partisipan mampu untuk mengendalikan keinginannya untuk tidak melakukan balas dendam kepada pelaku *bullying*

c. Analisis Kausal

AI mampu mengidentifikasi penyebab mengapa ia mengalami *bullying* dari teman-temannya, yakni dikarenakan fisiknya yang berbeda dengan orang lain dan ia juga merupakan satu-satunya murid yang memiliki keterbatasan fisik di kelasnya yang menyebabkan dirinya *dibully*.

Iya, tau pasti gara-gara fisik. Orang kan mandang segi fisik. Ya jadie orang yang kayak aku kan beda secara fisik sama temen-temen yang lain udah pasti mereka ngebully aku gara-gara kekurangan fisikku ini. Mereka lek nulis pake tangan kanan, lah aku pake tangan kiri. Jalannya mereka normal, lah

aku pincang, semuanya normal nggak kayak aku. Di kelas ya aku tok yang punya fisik beda sama mereka, nggak ada sama sekali yang punya keterbatasan (AI, W2, B30-40).

Sejalan dengan pernyataan yang dipaparkan oleh partisipan AI, pada partisipan SW juga mengetahui penyebab teman-temannya melakukan *bullying* terhadap dirinya, yaitu dikarenakan keterbatasan fisik yang dimiliki di tangan dan kaki kanannya serta cara bicaranya yang kurang jelas

Tau, ya apa ya penyebabnya kan tanganku yang kiri kan eee apa ya syarafnya kan kena sama kaki gara-gara pas lahir itu, yang paling beda ya komunikasi atau cara bicaraku kan kurang jelas kalo diajak ngomong sama temen (SW, W2, B50-57).

Dari *bullying* yang dialami oleh AI dan SW, mereka mampu mengidentifikasi penyebab mengapa pelaku melakukan *bullying* kepada mereka yakni dikarenakan keterbatasan fisik yang dimiliki oleh kedua partisipan.

d. Empati

Kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang yang juga mengalami *bullying* mampu dimiliki oleh kedua partisipan. Pada partisipan AI pernah menjumpai siswa yang juga mengalami *bullying* seperti dirinya, adanya hal ini membuat AI juga dapat merasakan apa yang dirasakan siswa tersebut.

Pernah ada anak yang dibully juga waktu aku kelas 2 SMK tapi anak kelas sebelah. Dia dibully soalnya bicaranya agak kurang jelas itu kan banyak se temen-temen yang ngejek kayak niruin cara dia ngomong ya ditiruin gitu pas ngomong. Pas aku lihat itu aku ngerasa “kayak aku rek anak ini, biyen aku yo dibully koyok ngene” dadi ya aku bisa ngerasain apa yang dia rasain (AI, W2, B137-145).

Pernyataan serupa juga dipaparkan oleh SW yang mana ia dapat merasakan bagaimana perasaan orang lain yang juga mengalami *bullying*.

Iya lah, kan aku pernah ngerasain juga kalo dibully itu rasae nggak enak. Ya gitu lah aku bisa ngerasain posisinya dia juga. Terus ini soalnya aku kan peka banget kan, aku bisa ngelihat ekspresinya itu gimana (SW, W2, B198-202).

Kedua pernyataan partisipan menggambarkan bahwa AI dan SW memiliki empati saat mengetahui individu lain yang mengalami *bullying*.

e. Reaching out

Kemampuan untuk dapat mengambil sisi positif atau memaknai peristiwa *bullying* yang pernah dialami dapat dimiliki oleh kedua partisipan. Adanya perilaku *bullying* yang pernah dialami AI membuatnya dapat mengambil sisi positif, yakni lebih dapat mengontrol emosi sehingga tidak mudah marah dan mampu menjadi pribadi yang lebih kuat.

Sisi positif? Apa ya, aku jadi bisa lebih ngontrol emosiku se lebih sabar se ra gak gampang ngamuk an, istilah e aku dadi lebih kuat maneh gawe

menghadapi kehidupan. [...] disyukuri ae lah semuae mbasio aku ada kekurangan tapi masih dikasih kesehatan terus sampe sekarang (AI, W2, B208-218).

Serupa dengan pernyataan AI, partisipan SW juga dapat mengambil sisi positif dari perilaku *bullying* yang pernah dialaminya yang mana membuatnya lebih mampu untuk menghargai orang lain dan juga melihat orang lain bukan dari fisiknya saja tapi dari hatinya.

Menurutku ya aku lebih bisa menghargai orang lain yang punya keterbatasan kayak aku juga, pokoknya jangan lihat orang dari fisiknya, kalo lihat orang ya dari hatinya, fisiknya beda belum tentu hatinya jelek atau sifatnya jelek. Kita kan nggak boleh cuma ngelihat orang dari covernya aja atau fisiknya doang tapi juga harus memahami orang itu gimana, pribadinya gimana (SW, W2, B175-183).

Perilaku *bullying* yang pernah dialami oleh kedua partisipan membuat mereka dapat mengambil sisi positif dan menjadi pribadi yang lebih kuat dalam menjalani kehidupan.

f. Optimisme

Partisipan AI memiliki rasa optimis untuk dapat mencapai harapan yang ia inginkan yakni untuk dapat menaikkan ekonomi keluarga.

Iya pasti lah, aku harus optimis buat mencapai harapanku dan kuat menghadapi ujian semua ini, aku dikasih penyakit kayak gini dan juga ekonomi yang kurang kayak gini berarti Allah lebih sayang sama aku, lebih peduli sama aku, lebih ngasih apa ya ngasih semangat juga lek aku bisa loh ngatasi ini semua, sampe nanti aku bisa naikin ekonominya keluarga. Apalagi kan di usiaku sekarang yang 22 mau 23 tahun harus bisa mandiri, apa-apa wes nggak ngandelin orang tuaku, ya aku harus jualan juga biar bisa ngebiayain adek sekolah (AI, W2, B240-248).

Serupa dengan pernyataan yang diungkapkan AI, pada partisipan berinisial SW juga memiliki rasa optimis untuk dapat membuka usaha dan membanggakan kedua orang tua.

Aku optimis soalnya udah didukung sama orang tua, dorongan dari mereka “kamu itu bisa” ngebikin aku lebih optimis buat bisa mewujudkan harapanku buat membanggakan orang tuaku sama mbikin usaha lah (SW, W2, B132-137).

Beberapa pernyataan di atas dapat menggambarkan kemampuan optimisme dalam diri kedua partisipan untuk meraih harapan yang diinginkan.

g. Efikasi Diri

Pada kedua partisipan penelitian ini juga memiliki keyakinan untuk mencapai harapan, yang mana pada partisipan AI merasa yakin untuk dapat membiayai adiknya sekolah dan membuka toko sendiri meskipun memiliki keterbatasan fisik.

InsyaAllah aku yakin, aku harus yakin meskipun dengan kondisi fisisku yang lumpuh separuh di tangan sama kaki kananku tapi aku bisa pasti bisa biayain adekku buat sekolah sama nanti bikin toko sendiri dan aku yakin kalo aku bisa ngehadepin ini semua, kan Allah ada di sisiku. [...] Jadi aku harus yakin kalo aku bisa mencapai itu semua harapan yang aku pengen (AI, W2, B254-267).

Partisipan SW turut memiliki keyakinan dalam dirinya untuk dapat mencapai harapannya, yaitu membuka usaha sablon kaos.

[...] aku yakin nanti kalo aku bisa karena aku aja bisa kok akhirnya nyelesaiin tugasku yang tadi di semester 2 pasti aku nanti bisa meraih eee apa ya istilahnya mencapai harapanku lah buat buka usaha sendiri sablon kaos (SW, W2, B152-157).

Pernyataan-pernyataan yang telah dikemukakan di atas menggambarkan bahwa kedua partisipan memiliki keyakinan dalam diri mereka untuk mencapai harapan.

2. Sumber-sumber Resiliensi

a. *I Am* (Kekuatan dalam diri)

Sumber resiliensi *I am* merupakan sumber yang berasal dari dalam diri individu. Keterbatasan fisik yang dimiliki oleh partisipan AI dan SW tidak membuat mereka merasa malu akan kekurangannya dan membuatnya merasa sangat percaya diri meskipun memiliki keterbatasan fisik.

Wah percaya diri banget aku ra, tubuhku kayak gini ada kekurangan yowes gapapa udah takdir kok dan aku nggak malu akan hal itu, kalo ada yang ngehina aku ya biarin, dia kan nggak tau masa-masa hidupku kayak gimana. Betapa berjuangnya aku selama ini dengan kekuranganku mereka nggak tau, jadi aku harus percaya diri toh ini udah ciptaan Allah dan aku juga harus bersyukur (AI, W2, B332-341).

Rasa percaya diri juga dimunculkan oleh partisipan SW yang mana ia sudah menjadi lebih percaya diri saat berkomunikasi dengan teman-temannya.

Heem, udah lebih percaya diri sih pas lagi ngomong sama temen-temen kayak waktu rapat sama ada acara di organisasi, tapi aku belajar buat ngomong pelan-pelan biar temen-temen paham apa yang aku omongin, soalnya kalo aku ngomongnya cepet kan nggak jelas (SW, W1, B509-515).

Selanjutnya kekuatan dalam diri kedua partisipan adalah rasa bangga pada diri sendiri. AI merasa bangga pada dirinya karena meskipun pernah mengalami *bullying*, namun ia dapat menjadi individu yang kuat.

Alhamdulillah aku punya rasa senang dan bangga sama diriku sendiri meskipun dibully aku tetep kuat, meskipun aku apa namae dicaci maki, dijatuhkan, diremehkan, aku tetep kuat dan akupun ngerasa kayak 'oh iya rek aku hebat, aku kuat (AI, W2, B283-288).

Sejalan dengan apa yang dirasakan oleh AI, pada partisipan SW juga merasa sangat bangga pada dirinya karena dapat melewati masa-masa *bullying* dan dapat mengikuti organisasi meskipun memiliki keterbatasan fisik.

Bangga banget, soalnya aku bisa melewati masa-masa aku dibully dan aku juga bisa ikut organisasi meskipun ada keterbatasan di syarafku sebelah kiri sama ngomongku kan nggak jelas, yang dulunya aku nggak berani buat ikut, tapi aku akhirnya bisa buat ikut organisasi (SW, W2, B230-239).

Perasaan dicintai oleh keluarga dirasakan oleh kedua subjek yang mana AI sekarang sudah merasa dicintai oleh keluarganya karena membantu perekonomian keluarga dan telah merawat mama yang sedang sakit. Adanya hal ini membuat orang tua AI menghargai usaha yang dilakukan AI.

Alhamdulillah lek sekarang aku ngerasa lebih dicintai sama keluargaku lah daripada pas dulu aku dibully soale mungkin aku juga kan yang bantu jualan istilah e aku lah yang ngebantu ekonominya orang tuaku selain papaku yang kerja, [...] aku ngerasa dihargai soalnya usahaku buat ngerawat mama sama semua dari masak sampe bersih-bersih rumah kan aku semua itu dipuji sama papa apa ya kayak dipandang lah usahaku itu ya karena hal itu aku ngerasa lebih dicintai sama keluargaku (AI, W2, B417-434).

Perasaan dicintai oleh keluarga turut dirasakan oleh SW yang mana ia merasa dicintai karena kedua orang tua SW telah berusaha untuk membuat SW sembuh dengan melakukan berbagai usaha dan terapi serta semangat yang diberikan orang tua kepada SW.

Ya ini selama ini kan orang tua ngebantu aku sembuh dari terapi sana sini yang biayanya jujur nggak murah, semua usaha yang udah dilakuin mama sama papa buat aku bisa sampe di tahap ini sampe aku udah nggak ngerasain sakit yang seperti dulu lagi. Selalu ngasih dukungan ke aku sama nyemangatin aku. (SW, W2, B250-261).

Selanjutnya, kedua partisipan memiliki kepedulian terhadap teman yang ditunjukkan AI dengan meminjamkan uang kepada teman saat tidak memiliki uang.

Pasti lah, pas sekolah ada temenku seng nggak punya uang ya tak pinjemi dulu, kadang kan nggak bawa sanga yawes tak pinjemi buat beli jajan (AI, W2, B167-170).

Sejalan dengan hal tersebut, partisipan SW juga menunjukkan bentuk kepedulian terhadap teman, yang mana saat temannya merasa sedih, maka ia akan bertanya mengenai keadaan temannya dan menghibur dengan memberikan jajan atau minuman.

Awalnya aku tanyain “kamu kenapa? Kamu mau cerita nggak sama aku?” ya tak hibur kayak tak ajak guyon sama ngasih jajan atau minuman biar nggak sedih lagi lah (SW, W2, B210-214).

Dari beberapa pernyataan kedua subjek diketahui bahwa AI dan SW menunjukkan kepedulian terhadap teman.

b. *I Have* (Dukungan eksternal)

Pada partisipan AI memiliki dukungan dari sang kakak saat memperoleh *bullying* dari teman-temannya. Kakak AI memintanya untuk bersabar dan memberikan semangat.

[...] Mbakku ngomonge “yang sabar aja dek” disuruh sabar sama disuruh semangat sekolahnya jadi aku ngerasa lebih semangat soalnya mbakku bilang gitu. Meskipun mama sama papaku nggak ngereken pas aku dibully [...] tapi seenggaknya ada mbakku yang nyuruh aku sabar sama ngasih aku semangat (AI, W1, B260-269).

Dukungan lain turut diterima oleh AI, yakni dukungan yang diberikan oleh teman-teman AI dengan memberikan pembelaan saat AI mengalami *bullying*.

[...] Terus temenku yang laine bilang “he gaoleh koyok ngunu, mene lek anakmu mene koyok ngunu yoopo? aku dibelain sama temen-temenku yang lain (AI, W1, B318-321).

Serupa dengan pernyataan AI, pada partisipan SW turut memperoleh dukungan dari temannya yang mana SW merasa ada teman yang mendukungnya saat mendapatkan ejekan mengenai dirinya dan membuat SW merasa tidak sendirian.

[...] Responnya mereka itu bener-bener enak lah ke aku bilanginya itu “udahlah SW nggak usah didengerin, ada aku kok sama X yang dengerin kamu” jadi aku lebih ngerasa ada temen yang ngedukung aku lah kalo diejek sama anak laine, aku nggak sendirian (SW, W1, B315-321).

Partisipan SW juga memperoleh dukungan dari kedua orang tuanya saat mengalami *bullying*, yakni dengan memberikan semangat dan menjelaskan bahwa SW memiliki kondisi istimewa dan tidak berbeda dengan teman-temannya yang lain.

Ya pasti dari support orang tuaku, orang tuaku sering ngasih tau “gapapa kak, kamu bisa kok, kamu sama sama temen-temenmu yang lain, nggak ada yang beda” gitu. Pokok e ngasih semangat lah (SW, W1, B432-436).

Pernyataan-pernyataan di atas menjelaskan bagaimana dukungan dari orang lain, yaitu pada partisipan AI yang menerima dukungan dari kakak dan temannya, serta pada partisipan SW yang menerima dukungan dari teman dan kedua orang tuanya memberikan dampak yang positif bagi kedua partisipan untuk terus semangat meskipun pernah mengalami *bullying*.

c. *I Can* (Kemampuan interpersonal dan pemecahan masalah)

Pada partisipan AI menjelaskan bahwa dirinya berani untuk menceritakan tentang *bullying* yang dialaminya kepada sang kakak, yakni AN dikarenakan AN memberikan respon yang baik dengan memberi kata-kata penyemangat yang akhirnya membuat AI senang untuk bercerita kepadanya.

Aku kalo ke mbakku berani buat cerita ke dia mbak aku loh dibully, diilokno ngene ngene soale ya enak tanggepane aku dikasih kata-kata penyemangat jadi lebih seneng kalo cerita ke dia, lebih berani lah kalo cerita ke mbakku (AI, W1, B444-449).

Kemampuan untuk menceritakan masalah *bullying* yang dialami juga dimiliki oleh SW yang mana ia memberanikan diri untuk bercerita kepada sang mama mengenai *bullying* yang ia terima karena bingung bagaimana cara untuk menghadapi perilaku *bullying* tersebut.

[...] pas SMP aku beraniin diri lah buat ngomong kalo aku diejek sama temenku “ma aku loh pernah diejek sama dibulu temenku, aku bingung cara ngehadapinnya gimana”. Aku berani ngomong soalnya mereka ngejeknya lebih nemen daripada pas aku SD, jadi aku beraniin buat ngomong ke mamaku (SW, W1, B343-350).

Kedua partisipan memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi perilaku *bullying* yang dialaminya. Pada partisipan AI memiliki cara untuk menghadapi perilaku *bullying* yang ia terima dengan memilih untuk diam daripada memberikan perlawanan kepada pelaku *bullying* karena apabila melawan dirinya akan semakin dibully, sehingga cara yang ia lakukan untuk menghadapi perilaku *bullying* yakni dengan diam dan menguatkan diri sendiri.

Caraku seh cuma diem ae, karena kalo aku ngelawan ya mereka malah nemen ngebully aku. Lebih ke nguatn diri sendiri lah biar aku lebih kuat ngehadepi mereka daripada aku ngelawan (AI, W2, B508-512).

Berbeda dengan cara yang dilakukan oleh AI, pada partisipan SW memiliki cara lain untuk menghadapi *bullying* yang diterimanya, yakni dengan menunjukkan kemampuannya untuk mengikuti ekstrakurikuler dan event yang ada di sekolahnya untuk membuktikan bahwa dirinya bisa melakukan hal-hal yang dilakukan oleh siswa lain.

Ya aku ini se apa ya kayak nunjukin kalo aku nggak kayak yang mereka bilang, aku pengen nunjukin kalo aku juga bisa ikut event sama ekstrakurikuler buat eee apa ya lebih ke ngebuktiin juga lah kalo aku bisa. Aku mau ngelakuin apa yang aku bisa buat nunjukin sebenere loh aku bisa ini itu kayak siswa lainnya (SW, W2, B96-103).

Pernyataan-pernyataan yang diutarakan oleh kedua partisipan tersebut menggambarkan bahwa AI dan SW memiliki cara yang berbeda untuk menghadapi perlakuan *bullying*, yang mana pada partisipan AI cenderung memilih untuk diam dan menguatkan dirinya, sedangkan pada partisipan SW memilih untuk menunjukkan kemampuan dirinya.

Pembahasan

Reivich & Shatté (2003) menjelaskan bahwa terdapat 7 aspek resiliensi, yakni regulasi emosi, empati, pengendalian impuls, analisis kausal, *reaching out*, efikasi diri, dan optimisme. Kedua partisipan mempunyai aspek yang resiliensi yang menonjol, yakni pada regulasi emosi yang mana mampu untuk mengatur emosi yang dimiliki sehingga membuat munculnya perilaku

positif dan tidak memunculkan perilaku agresif. Kemampuan mengontrol emosi atau meregulasi emosi yang baik akan menurunkan adanya perilaku agresif dan dapat memunculkan reaksi emosional yang positif (Rahmawati, 2015). Adanya kemampuan untuk tetap tenang dan mengatur emosi yang sedang dirasakan cenderung untuk mempunyai relasi atau hubungan yang baik dengan orang lain (Reivich & Shatté, 2003).

Aspek lain yang dapat membentuk resiliensi pada diri individu adalah empati. Kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain disebut empati (Reivich & Shatté, 2003) seperti halnya pada kedua partisipan dalam penelitian ini yang dapat merasakan apa yang dirasakan oleh siswa lain yang juga mengalami *bullying*. Hal ini sejalan dengan pernyataan Asriandari (2015) yang memaparkan bahwa individu yang resilien akan dapat memahami dan merasakan kondisi atau perasaan yang dimiliki oleh orang lain. Aspek selanjutnya adalah pengendalian impuls yang merupakan kemampuan dalam mengendalikan dorongan atau keinginan dalam diri seseorang (Reivich & Shatté, 2003). Dorongan untuk balas dendam mampu dikendalikan oleh kedua partisipan, yakni dengan memperbanyak istighfar dan juga memaafkan pelaku *bullying*. Hal ini sejalan dengan pernyataan McCullough (2000; Sari & Agung, 2015) bahwa pemaafan merupakan perilaku yang dapat menurunkan keinginan untuk melakukan balas dendam.

Aspek resiliensi berikutnya menurut Reivich & Shatté (2003) adalah optimisme yang merupakan rasa optimis atau percaya bahwa dirinya dapat mencapai harapan yang dimiliki. Kedua partisipan sangat optimis terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mencapai harapan meskipun pernah mengalami *bullying*. Penyandang tuna daksa yang memiliki rasa optimis akan menghindarkan mereka dari sikap pesimis dari adanya kekurangan fisik yang dimiliki (Larasati & Noorrizki, 2022). Individu yang optimis akan mempunyai harapan dan masa depan yang cerah (Reivich & Shatté, 2003). Pada aspek efikasi diri mampu untuk dimiliki oleh kedua partisipan yang mana mereka mempunyai keyakinan dalam diri untuk mencapai harapan yang diinginkan meskipun memiliki keterbatasan fisik dan juga *bullying* yang pernah dialami. Individu dengan efikasi diri yang baik akan berusaha mengatasi kesulitan dan tidak mudah menyerah untuk mencapai harapan (Reivich & Shatté, 2003).

Aspek analisis kausal merupakan kemampuan untuk mengetahui penyebab masalah yang dialami (Reivich & Shatté, 2003). Partisipan dalam penelitian ini mampu untuk mengidentifikasi dan dapat mengetahui penyebab mengapa teman-temannya melakukan *bullying* terhadap mereka. Sejalan dengan teori Reivich & Shatté (2003) bahwa individu yang resilien akan mampu untuk mengidentifikasi adanya penyebab masalah yang dialami. Reivich & Shatté (2003) mengemukakan bahwa kemampuan seseorang untuk mengambil sisi positif dari pengalaman atau peristiwa yang traumatik disebut dengan *reaching out*, seperti yang dimiliki oleh kedua partisipan bahwa mereka memiliki aspek *reaching out* yang menonjol, yakni dapat mengambil sisi positif dari peristiwa *bullying* yang pernah mereka alami untuk menjadi pribadi yang lebih kuat. Hal ini sejalan dengan pendapat Fabiana (2019) bahwa dengan adanya resiliensi dapat membuat seseorang memperoleh pemaknaan hidup dari peristiwa traumatik yang dialaminya.

Kemampuan untuk dapat menjadi individu yang resilien tidak terlepas dari adanya sumber-sumber resiliensi yang mendukung kedua partisipan untuk bangkit dari keterpurukan karena *bullying* yang pernah dialami. Grotberg (2003) menjelaskan bahwa terdapat tiga sumber resiliensi yang dapat mendukung individu menjadi pribadi yang resilien, yaitu kekuatan dalam diri (*I am*), dukungan eksternal (*I have*) dan juga kemampuan interpersonal serta pemecahan masalah (*I can*). Pernyataan yang dikemukakan Grotberg (2003) bahwa pada sumber *I am* terdiri dari beberapa faktor, yang pertama adalah perasaan bangga pada diri sendiri. Pada kedua

subjek mempunyai perasaan bangga akan dirinya sendiri karena telah mampu bertahan dan melewati masa sulit dari *bullying* yang pernah dialami. Selain perasaan bangga yang dimiliki kedua partisipan juga merasa dicintai oleh keluarganya yang menjadi kekuatan dalam diri masing-masing partisipan. Individu yang merasa dirinya dicintai membuat mereka memiliki kekuatan batin yang membantu dalam mengatasi kesulitan (Grotberg, 2003).

Faktor *I am* yang selanjutnya adalah rasa percaya diri, yang mana dimiliki oleh masing-masing partisipan yang menjadi sumber kekuatan internal dalam diri mereka untuk menerima keadaan fisiknya meskipun pernah mengalami berbagai macam ejekan dan celaan. Sejalan dengan pendapat Sigalingging (2011; Palinggi et al., 2022) bahwa rasa percaya diri yang ada dalam diri individu dapat disebabkan dari adanya resiliensi yang dimilikinya. Kedua partisipan memiliki kepedulian terhadap keluarga dan teman yang mana sesuai dengan teori Grotberg (2003) bahwa sikap peduli terhadap individu lain juga merupakan sumber resiliensi *I am* yang mana dapat diekspresikan melalui berbagai cara.

Sumber resiliensi yang kedua, yakni dukungan eksternal atau *I have* yang merupakan bantuan dari luar diri individu untuk meningkatkan resiliensi (Grotberg, 2003). Dukungan eksternal yang diberikan oleh keluarga dan juga teman mampu untuk membuat penyandang tuna daksa menerima keterbatasan yang dimiliki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Adelina et al (2018) bahwa adanya dukungan dari orang tua kepada penyandang tuna daksa akan membuat mereka mampu untuk menerima keterbatasan fisik dan menjadi individu yang bahagia.

Pada sumber *I can* yang merupakan kemampuan interpersonal dan pemecahan masalah (Grotberg, 2003). Kemampuan untuk dapat menceritakan kesulitan yang dimiliki merupakan salah satu faktor dari sumber *I can*, yang mana pada kedua partisipan memiliki keberanian untuk menceritakan masalah *bullying* yang dialaminya kepada orang lain. Penyandang tuna daksa yang mampu untuk menceritakan kesulitan yang dialami akan membuat individu tersebut dapat menghadapi kesulitan yang akan datang (Grotberg, 2003). Kedua partisipan memiliki cara untuk menghadapi perilaku *bullying*, hal ini membuat mereka mampu untuk menghadapi permasalahan *bullying* yang pernah dialami. Hal ini sesuai dengan teori Grotberg (2003) bahwa individu dengan resiliensi yang baik akan mampu akan menemukan cara untuk menghadapi permasalahan yang dialami (Grotberg, 2003).

Grotberg (2003) menjelaskan bahwa individu yang resilien adalah individu yang mampu untuk mengerjakan pekerjaan secara tuntas. Adanya keterbatasan yang dimiliki oleh kedua partisipan tidak menghambat partisipan untuk mengerjakan suatu pekerjaan, sehingga mampu membuat mereka mengerjakan pekerjaan dan juga tugas yang dimiliki hingga tuntas. Teori yang dipaparkan oleh Grotberg (2003) menjelaskan bahwa Individu yang dapat mengelola perasaan merupakan salah satu faktor resiliensi *I can*. Kedua partisipan mampu untuk mengelola perasaan yang dimiliki saat merasa marah karena ejekan yang diterima mengenai keterbatasan fisik yang dimiliki, yakni dengan menenangkan diri agar tidak memunculkan emosi yang meledak-ledak. Kemampuan mengelola perasaan ini mampu membuat individu terhindar dari perilaku agresif dan memiliki relasi yang baik (Grotberg, 2003)

Sumber-sumber resiliensi yang dimiliki oleh kedua partisipan mampu membuat mereka bangkit dari keterpurukan yang diakibatkan dari adanya peristiwa *bullying* yang pernah dialami. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Leung et al (2022) bahwa individu di usia *emerging adulthood* yang pernah mengalami peristiwa merugikan atau traumatik akan mampu untuk bangkit dari kesulitan yang pernah dialami di masa lalu dan mampu untuk terus

maju dalam kehidupan mereka dengan adanya resiliensi yang bersumber dari kekuatan dalam diri dan dukungan eksternal sebagai bentuk memperbaiki diri sendiri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan juga pembahasan yang telah dikaji dapat disimpulkan bahwa kedua partisipan mengalami keterpurukan karena adanya *bullying* yang pernah dialami, namun mereka mampu untuk bangkit dari keterpurukan tersebut dengan adanya resiliensi. Pada penelitian ini menghasilkan gambaran resiliensi kedua partisipan yang meliputi tujuh aspek berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Reivich & Shatté (2003). Adanya kemampuan resiliensi ini penting dimiliki oleh penyandang tuna daksa yang pernah mengalami *bullying* agar mereka mampu untuk menjalani masa transisi di usia *emerging adulthood* dengan baik.

Pada penelitian ini juga memaparkan sumber-sumber resiliensi yang dimiliki oleh kedua partisipan agar dapat menjadi individu yang resilien dan bangkit dari keterpurukan yang diakibatkan dari perilaku *bullying* yang pernah dialami melalui tiga sumber berdasarkan teori Grotberg (2003) yakni kekuatan dalam diri (*I am*), dukungan eksternal (*I have*), dan kemampuan interpersonal serta pemecahan masalah (*I can*). Adanya sumber-sumber resiliensi yang dimiliki oleh kedua partisipan menjadikan mereka mampu untuk bangkit dari keterpurukan yang dialami karena perilaku *bullying* (Grotberg, 2003).

Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan, maka saran yang dapat diberikan kepada beberapa pihak, yakni bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat mengkaji topik penelitian ini dengan teori dan usia yang berbeda, sehingga dapat menghasilkan penemuan yang berbeda pula. Bagi orang tua korban *bullying* disarankan untuk memberi bantuan dan dukungan saat anak mengalami *bullying*. Kemudian bagi pihak sekolah disarankan untuk menggelar penyuluhan dini mengenai cara untuk mendeteksi dan menghadapi *bullying* melalui psikoedukasi, seperti kampanye positif di sosial media, atau seminar yang dilakukan di sekolah, kepada orang tua dan juga para siswa. Pada penyandang tuna daksa disarankan untuk tetap optimis dan juga dapat memberikan inspirasi kepada orang lain yang mempunyai keadaan yang sama untuk bangkit dari kesulitan yang dihadapi.

Daftar Pustaka

- Adegboyega, L. O., Okesina, F. A., & Jacob, O. A. (2017). Family relationship and *bullying* behaviour among students with disabilities in Ogbomoso, Nigeria. *International Journal of Instruction*, 10(3), 241–256. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.12973/iji.2017.10316a>
- Adelina, F., Akhmad, S. K., & Hadi, C. (2018). Bagaimana agar penyandang tuna daksa mampu menjadi pribadi yang bahagia?. *Jurnal Sains Psikologi*, 7(2), 119–125. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/um023v7i22018p119>
- Al-karimah, N. F. (2018). Subjective well-being pada penyandang tuna daksa. *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 13(154), 57–64. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v13i1.347>

- Asriandari, E. (2015). Resiliensi remaja korban perceraian orangtua. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
<https://doi.org/https://journal.student.uny.ac.id/index.php/fipbk/article/viewFile/265/243>
- Burt, K. B., & Paysnick, A. A. (2012). Resilience in the transition to *adulthood*. *Development and Psychopathology*, 24, 493–505. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000119>
- Claudia, F., & Sudarji, S. (2018). Sumber-sumber resiliensi pada remaja korban perundungan di smk negeri x jakarta. *Jurnal Psibernetika*, 11(2), 101–114.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v11i2.1436>
- Diajeng, H., Indari, I., & Mustriwi, M. (2021). Gambaran regulasi emosi remaja smk korban *bullying* di smk multimedia tumpang. *Nursing Information Journal*, 1(1), 25–30.
<https://doi.org/10.54832/nij.v1i1.164>
- Fabiana, F., M. (2019). Resiliensi dan quarter life-crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103–2124.
<https://doi.org/https://bajangjournal.com/index.php/JCI/article/view/4725>
- Grotberg, E. H. (2003). Resilience for today: Gaining strength from adversity. *Wesport: Preager Publisher*.
<https://doi.org/https://drive.google.com/open?id=1H89ZRaydbsaVL9Y0TMPEJg7eaXkVCmuO>
- Hasanah, M. (2018). Hubungan antara religiusitas dengan resiliensi santri penghafal al-qur'an di pondok pesantren. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 1(1), 84–94.
<https://doi.org/http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/899>
- Hasanah, N., & Rusmawati, D. (2020). Hubungan antara resiliensi dengan kematangan karir pada remaja penyandang disabilitas daksa prof. dr. soeharso surakarta. *Jurnal Empati*, 7(3), 1119–1123. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21868>
- Heriyanto, H. (2018). Thematic analysis sebagai metode menganalisa data untuk penelitian kualitatif. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, dan Informasi*, 2(3), 317–324.
<https://doi.org/https://doi.org/10.14710/anuva.2.3.317-324>
- Iga, M., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja penyandang tunadaksa Bawaan. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(02), 1–13.
<https://doi.org/10.51353/inquiry.v12i02.502>
- Khairun, D. Y., & Alhakim, I. (2017). Meningkatkan resiliensi remaja melalui bibliocounseling. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1-10.
<https://doi.org/10.30870/jpbk.v2i1.3019>
- Larasati, R. P., & Noorizki, R. D. (2022). Resiliensi pada mahasiswa penyandang disabilitas di universitas negeri malang. *Jurnal Penelitian Kualitatif Ilmu Perilaku*, 3(2), 77–88.
<https://doi.org/https://jkip-fpsium.com/index.php/jkip/article/view/37>
- Larasati, T., & Savira, S. I. (2019). Resiliensi pada penyandang tunadaksa akibat kecelakaan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(5), 1–8.
<https://doi.org/https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/31432>

- Leung, D. Y. L., Chan, A. C. Y., & Ho, G. W. K. (2022). Resilience of emerging adults after adverse childhood experiences: A qualitative systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(1), 163–181. <https://doi.org/10.1177/1524838020933865>
- Maevani, H. (2021). Gambaran resiliensi pada bisexual yang pernah mengalami pelecehan seksual. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8(3), 347–359. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31604/jips.v8i3.2021.347-359>
- Mannino, J. E. (2015). Resilience and transitioning to adulthood among emerging adults with disabilities. *Journal of Pediatric Nursing*, 30(5), 131–145. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2015.05.017>
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 10–22. <https://doi.org/https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41309>
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(33). <https://doi.org/https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Oviyanti, M., & Hendriani, W. (2020). Resiliensi pada remaja tunadaksa yang mengalami bullying. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 5(1), 13. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.13-20>
- Palinggi, N. P., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2022). Gambaran resiliensi korban fat shaming. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(3), 166–181. <https://doi.org/https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/167-181>
- Qomariyah, N., & Nurwidawati, D. (2017). Perbedaan resiliensi pada tuna daksa ditinjau dari perbedaan usia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 130. <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p130-135>
- Rahmawati, D., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2015). Meningkatkan kemampuan regulasi emosi dengan menggunakan menulis catatan harian pada mahasiswa psikologi UNS yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi candrajiwa*, 3(4), 218–226. <https://doi.org/https://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/view/92>
- Rasmanah, M. (2020). Resiliensi dan kemiskinan: Studi kasus. *Intizar*, 26(1), 33–44. <https://doi.org/10.19109/intizar.v26i1.5106>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2003). The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles. *Broadway Books*. <https://doi.org/https://libgen.rs/book/index.php?md5=C19EEFE4D832586A31904C4DE79D4725>
- Sari, R. N., & Agung, I. M. (2015). Pemaafan dan kecenderungan perilaku bullying pada siswa korban bullying. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 11(1), 32–36. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v11i1.1556>