

Profil Tingkat Resiliensi Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin Serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling

Vasco Delano¹, Eneng Sinta Dewi², Hernindya Septarinjani³, Annisa Arrumaisyah Daulay⁴

Universitas Mathla'ul Anwar Banten^{1,2}
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten³
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan⁴
Email: vascodelano99@gmail.com

Article Info	ABSTRACT
<p>Article history: Submitted: 10 July 2025 Accepted: 11 July 2025 Published: 11 July 2025</p>	<p><i>This study aims to describe the level of student resilience in terms of gender and its implications in guidance and counseling services. The study used a quantitative approach with a descriptive-comparative method. The study population was students of SMAN 3 Padang City and SMAN 3 Mukomuko with a sample size of 278 students, consisting of 121 males and 157 females selected through proportional random sampling techniques. The research instrument was a resilience scale that had been tested for validity and reliability. The results showed that in general the level of resilience of male students was higher than that of females, with an average resilience score of male students of 70.95% and females of 69.10%, both in the high category. Significant differences were found in the sub-variables of optimism and emotional regulation. These findings indicate that gender is a factor that influences students' ability to deal with post-disaster stress and trauma. The implications of these results direct BK teachers to design gender-responsive guidance services in order to maintain and improve students' psychological resilience in schools.</i></p>
<p>Keyword: <i>Resilience, gender, guidance and counseling</i></p>	<p>ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat resiliensi siswa ditinjau dari jenis kelamin serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif-komparatif. Populasi penelitian adalah siswa SMAN 3 Kota Padang dan SMAN 3 Mukomuko dengan jumlah sampel 278 siswa, terdiri dari 121 laki-laki dan 157 perempuan yang dipilih melalui teknik <i>proportional random sampling</i>. Instrumen penelitian berupa skala resiliensi yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum tingkat resiliensi siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, dengan rerata skor resiliensi siswa laki-laki sebesar 70,95% dan perempuan sebesar 69,10%, keduanya berada dalam kategori tinggi. Perbedaan signifikan ditemukan pada sub variabel optimisme dan regulasi emosi. Temuan ini mengindikasikan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang memengaruhi kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan dan trauma pascabencana. Implikasi dari hasil ini mengarahkan guru BK untuk merancang layanan bimbingan yang responsif gender dalam rangka mempertahankan dan meningkatkan ketahanan psikologis siswa di sekolah.</p>
<p>Corresponding Author: Author Name, Vasco Delano Email: vascodelano99@gmail.com</p>	

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang secara geografis berada dalam kawasan rawan bencana, termasuk gempa bumi, banjir, longsor, dan tsunami. Data dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menjelaskan bahwa 12 provinsi dari 23 daerah di Indonesia berisiko tinggi rawan bencana (Natawidjaja, 2007). Provinsi Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang rawan bencana. Bencana alam di provinsi Sumatera Barat salah satunya terjadi pada tanggal 30 September 2009 dengan total korban meninggal dunia sebanyak 1.197 jiwa, luka-luka sebanyak 1.798 jiwa, mengungsi sebanyak 6.554 jiwa. Salah satu kota di provinsi Sumatera Barat yang termasuk daerah rawan bencana adalah kota Padang. Berdasarkan data korban dan kerusakan bencana alam gempa bumi tanggal 30 september 2009, jumlah korban di kota Padang yang meninggal sebanyak 385 jiwa, dan korban luka sebanyak 1.202 jiwa. BMKG Sumatera Barat merilis gempa sepanjang tahun 2016, baik di darat maupun di laut terjadi sebanyak 195 gempa di wilayah Sumatera Barat (*pasbana.com*). Data tersebut menggambarkan Sumatera Barat termasuk wilayah yang sangat tinggi tingkat aktivitas terjadi gempa.

Bencana ini berdampak tidak hanya pada kerugian fisik tetapi juga psikologis, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak dan remaja. Dampak psikologis dari bencana alam terhadap siswa meliputi stres, trauma, rasa takut, bahkan depresi. Keadaan ini mengganggu proses perkembangan dan pembelajaran siswa. Sebagaimana dijelaskan oleh Mudjiran dan Daharnis (2010), bencana alam dapat menyebabkan goncangan psikologis yang signifikan pada anak-anak, dan hal ini diperkuat oleh Vijaykumar et al. (2006) yang menyebutkan bahwa anak-anak cenderung lebih rentan terhadap pengalaman traumatis dibandingkan orang dewasa.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, siswa membutuhkan kemampuan untuk bangkit dan menyesuaikan diri. Kemampuan ini dikenal dengan istilah resiliensi, yaitu kapasitas individu untuk bertahan, pulih, dan bahkan tumbuh setelah mengalami kesulitan hidup (Reivich & Shatte, 2002). Grotberg (1999) menyebutkan bahwa resiliensi adalah kekuatan untuk menghadapi dan mengubah situasi penuh tekanan menjadi peluang pertumbuhan pribadi. Reivich dan Shatte (2002) menyatakan bahwa terdapat tujuh aspek utama dalam resiliensi, yaitu:

regulasi emosi (*Emotion Regulation*), kontrol impuls (*Impulse Control*), optimism (*Optimism*), kemampuan analisis kausal (*Causal Analysis*), empati (*Empathy*), efikasi diri (*Self Efficacy*), dan *reaching out*. Individu yang memiliki ketahanan tinggi mampu menggunakan kombinasi aspek-aspek tersebut untuk menghadapi tekanan hidup secara sehat.

Bonanno, Galea, Bucciarelli, & Vlahov (2007) mengungkapkan bahwa faktor yang memprediksi resiliensi adalah jenis kelamin, usia, ras, pendidikan, tingkat trauma, pendapatan, dukungan sosial, frekuensi penyakit kronis, serta tekanan kehidupan masa lalu dan sekarang. Barends (2004) juga menjelaskan bahwa faktor demografi meliputi usia, jenis kelamin, bahasa, ras, serta penduduk asli dan pendatang, pendapatan memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin adalah salah satu yang mempengaruhi resiliensi seseorang.

Kendati resiliensi sangat dibutuhkan untuk dapat membantu siswa bangkit dari keterpurukan, namun kenyataan yang terjadi di lapangan mengindikasikan bahwa kemampuan resiliensi siswa belum sesuai dengan apa yang diharapkan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ifdil, Zadrian & Frischa (2012) menunjukkan bahwa tingkat resiliensi siswa SMA Negeri di kota Padang pasca bencana secara rata-rata berada pada kategori rendah.

Pelayanan bimbingan dan konseling (BK) berperan penting dalam meningkatkan resiliensi siswa agar tercapainya pengembangan potensi yang optimal sebagai pribadi yang mandiri dan mampu mengendalikan diri. Pelayanan BK adalah salah satu bentuk pelayanan yang dapat diberikan dan mengacu pada keempat dimensi kemanusiaan dalam rangka mewujudkan manusia seutuhnya. Pada fase tertentu remaja/individu tidak berperilaku sesuai dengan sepatutnya, atau terjadinya keterambatan perkembangan seperti timbulnya masalah pembelajaran, identitas diri, kepercayaan diri, kemampuan menghadapi masalah sehingga menghambat proses perkembangan (Netrawati., Khairani., & Yeni, 2018). Guru BK/Konselor selaku pelaksana layanan BK memiliki peran dalam memberikan berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung BK tentang tugas perkembangan individu sehingga mampu mengembangkan potensi individu (Sudirman, Daharnis, Marjohan, 2013).

Berdasarkan pentingnya resiliensi dan berbagai faktor yang memengaruhinya, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan membandingkan tingkat resiliensi siswa ditinjau jenis kelamin. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program layanan bimbingan dan konseling (BK), khususnya dalam layanan pribadi dan pengembangan diri siswa agar mereka mampu bangkit dari tekanan, termasuk trauma pasca bencana.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis deskriptif komparatif. Penelitian deskriptif merupakan salah satu jenis penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematis, faktual atau akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu dan mencoba menggambarkan fenomena secara mendetail apa adanya. Penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan perbedaan resiliensi siswa ditinjau dari latar belakang budaya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 3 Kota Padang dan SMAN 3 Mukomuko, dengan total 912 siswa. Sampel sebanyak 278 siswa diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa kuesioner tentang resiliensi. Kuesioner pada penelitian ini telah disusun dan dirancang berdasarkan tahapan-tahapannya, dan sebagai alat pengumpul data kuesioner yang dipergunakan telah melalui beberapa tahap pengujian yakni 1) uji kelayakan; 2) uji keterbacaan; dan 3) uji validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data penelitian, data resiliensi siswa ditinjau dari jenis kelamin laki-laki diperoleh sampel (responden) berjumlah 121 orang dan data resiliensi siswa dari jenis kelamin perempuan diperoleh sampel berjumlah 157 orang siswa. Penjabaran hasil data resiliensi siswa ditinjau dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Deskripsi Resiliensi Ditinjau dari Jenis Kelamin Siswa Laki-laki

No	Sub Variabel	Skor							
		Ideal	Ter tertinggi	Te- rendah	Total	Rata- rata	Sd	%	Ket
1	<i>Emotion Regulation (8)</i>	40	34	16	2927	24,19	3,47	60,47	S
2	<i>Impulse Control (6)</i>	30	28	12	2417	19,98	3,16	66,60	S
3	<i>Optimism (6)</i>	30	30	17	2878	23,78	2,77	79,28	T
4	<i>Causal Analysis(4)</i>	20	20	9	1804	14,91	2,22	74,55	T
5	<i>Empathy (6)</i>	30	29	15	2608	21,55	2,89	71,85	T
6	<i>Self-efficacy (7)</i>	35	33	16	3165	26,16	2,99	74,73	T
7	<i>Reaching Out (6)</i>	30	29	15	2659	21,98	2,47	73,25	T
Keseluruhan		215	176	128	18458	152,55	10,49	70,95	T

Catatan:

Ket = Keterangan SD = Standar Deviasi
 T = Tinggi S = Sedang

Berdasarkan Tabel 1, dapat dipahami bahwa secara keseluruhan skor ideal sebesar 215, skor tertinggi 176, skor terendah 128, skor total 18458, skor rata-rata 152,55 dan standar deviasi sebesar 10,49 dengan persentase capaian terhadap skor ideal sebesar 70,95%, secara rata-rata skor resiliensi siswa laki-laki berada pada kategori tinggi.

Tabel 2. Deskripsi Resiliensi Ditinjau dari Jenis Kelamin Siswa Perempuan

No	Sub Variabel	Skor							
		Ideal	Ter- tertinggi	Te- rendah	Total	Rata- rata	Sd	%	Ket
1	<i>Emotion Regulation (8)</i>	40	30	16	3628	23,11	2,81	57,77	S
2	<i>Impulse Control (6)</i>	30	28	11	3117	19,85	2,93	66,18	S
3	<i>Optimism (6)</i>	30	30	15	3547	22,39	2,64	75,31	T
4	<i>Causal Analysis(4)</i>	20	20	8	2269	14,45	2,27	72,26	T
5	<i>Empathy (6)</i>	30	30	15	3432	21,86	2,81	72,86	T
6	<i>Self-efficacy (7)</i>	35	31	19	3961	25,23	2,63	72,08	T
7	<i>Reaching Out (6)</i>	30	28	13	3371	21,47	2,79	71,57	T
Keseluruhan		215	215	173	122	23325	148,57	10,76	69,10

Catatan:

Ket = Keterangan SD = Standar Deviasi

T = Tinggi S = Sedang

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa keseluruhan skor ideal adalah sebesar 215, skor tertinggi 173, skor terendah 122, skor total 23325, rata-rata skor 148,57 dan standar deviasi sebesar 10,76, dengan persentase capaian terhadap skor ideal sebesar 69,10%, Secara rata-rata skor resiliensi siswa perempuan berada pada kategori tinggi.

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa secara rata-rata resiliensi siswa ditinjau dari jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan berada pada kategori tinggi (T). Tingginya resiliensi yang dimiliki siswa dapat dimaknai bahwa siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan yang dialami pasca bencana alam. Dilihat secara detail hasil analisis, data resiliensi laki-laki pada sub variabel *optimism* secara rata-rata lebih tinggi dari pada sub variabel lainnya. Begitu pula pada siswa perempuan, sub variabel *optimism* berada pada rata-rata juga lebih tinggi dari sub variabel lainnya.

Hasil penelitian menggambarkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan resiliensi siswa ditinjau dari jenis kelamin, artinya bahwa siswa laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup dan kesulitan yang dialami. Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Einsenberg, dkk (2003) yang menemukan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi (laki-laki) mampu beradaptasi dengan berbagai macam kondisi untuk mengubah keadaan dan fleksibel dalam memecahkan masalah, sedangkan individu dengan tingkat resiliensi yang rendah (perempuan) memiliki fleksibilitas adaptif yang kecil, tidak mampu untuk bereaksi terhadap perubahan keadaan, cenderung keras hati atau menjadi kacau ketika menghadapi perubahan atau tekanan, serta mengalami kesukaran untuk menyesuaikan kembali setelah mengalami pengalaman traumatik. Barends (2004) mengindikasikan bahwa laki-laki memiliki keyakinan dalam memecahkan masalah dan percaya pada kemampuannya (kompetensi) untuk menguasai tugas atau situasi yang sulit, lebih positif dibandingkan dengan wanita.

Bonanno, Rennie dan Dekel (2007) dalam penelitiannya menemukan bahwa faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah jenis kelamin, usia, ras, pendidikan, tingkat trauma, pendapatan, dukungan sosial, frekuensi penyakit kronis, tekanan kehidupan masa lalu dan sekarang. Hasil penelitian Karanci dkk (1999) tentang kemampuan menyesuaikan diri terhadap gempa menemukan bahwa pria sering menggunakan pendekatan penyelesaian masalah dan mempunyai sikap optimis dibandingkan wanita, sedangkan wanita menggunakan pola ketidakberdayaan dibandingkan laki-laki.

Menurut Boundless (dalam Budiarti, 2015) *Sex refers to physical or physiological differences between male, female, and intersex bodies, including both primary sex characteristics (those related to the reproductive system) and secondary sex characteristics*". Berdasarkan pendapat di atas dapat dimaknai bahwa seks merupakan perbedaan laki-laki perempuan baik fisik maupun fisiologis yang ditandai dengan perbedaan karakteristik secara primer dan sekunder. Selanjutnya Moore & Sinclair (dalam Sunarto, 2011) mengemukakan bahwa "*Sex refers to the biological differences between men and women, the result of differences in the chromosomes of the embryo*". Hal tersebut menggambarkan bahwa konsep seks menekankan pada perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan yang disebabkan perbedaan kromosom.

Pendapat di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa jenis kelamin atau seks merupakan pembagian identitas antara laki-laki atau perempuan yang secara permanen tidak bisa berubah dan merupakan ketentuan biologis yang dibawa sejak masih janin sampai lahir. Aldrich & Tenenbaum (2006) menjelaskan bahwa laki-laki dianggap lebih kuat dari wanita, dan wanita cenderung menunjukkan emosi nyata, sehingga membuat mereka terlihat lemah. Remaja wanita ditemukan lebih ekspresif dalam menunjukkan kesedihan mereka dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini disebabkan kenyataan bahwa sejak kecil, anak laki-laki dilatih untuk bersembunyi dan mengatasi kesedihan mereka sendiri.

Berdasarkan teori seleksi alam, pembagian peran ini cenderung mendorong perbedaan perilaku yang didasarkan pada keadaan biologis. Setiap sifat yang dibawa sejak lahir menentukan laki-laki menjadi agresif dan bebas, dan wanita

berperilaku sebagai pengasuh, dan tinggal di rumah, sementara sifat sebaliknya kepasifan laki-laki, keagresifan wanita, ditekan dalam-dalam (Calhoun dan Acocella, 1990).

PENUTUP

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan yang signifikan, di mana resiliensi siswa laki-laki lebih tinggi daripada siswa perempuan pasca bencana yang dialami dipengaruhi faktor bahwa laki-laki memiliki respon yang berbeda terhadap perempuan ketika dihadapi dengan masalah. Laki-laki dan perempuan memiliki pandangan yang berbeda dalam merasakan risiko. Wanita bersikap lebih mengedepankan aspek afektif dalam mengambil risiko, sedangkan laki-laki lebih mengedepankan pertimbangan kognitif dalam memandang risiko dan bahaya sebagai dari bagian hidup.

Saran dari peneliti hendaknya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi konselor/guru BK di sekolah dalam memberikan pelayanan terkait dengan resiliensi siswa pasca bencana yang berada pada fase remaja. Sehingga dapat memberikan pelayanan yang tepat untuk diberikan kepada siswa agar bisa mempertahankan dan mengoptimalkan resiliensi siswa tersebut. Konselor di sekolah dapat memanfaatkan fungsi pemahaman dan pencegahan dengan membuat program yang berkenaan dengan kemampuan siswa dalam mempertahankan dan mengoptimalkan resiliensi serta meningkatkan resiliensi siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Aldrich, N. J., & Tenenbaum, H. R. (2006). Sadness, anger, and frustration: Gendered patterns in early adolescents' and their parents' emotion talk. *Sex Roles, 55*(11-12), 775-785.
- Barends, M. S. (2004). Overcoming adversity: An investigation of the role of resilience constructs in the relationship between socioeconomic and demographic factors and academic coping.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(5), 671-682.

- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationship*. McGraw-Hill Publishing.
- Eisenberg, N., Valiente, C., Fabes, A. R., Smith, L. C., Reiser, M., Shepard, A. S., Losoya, H. S., Guthrie, K. I., Murphy, C. B., & Cumberland, J. A. (2003). The reaction of effortful control and ego control to children's resilience and social functioning. *Developmental Psychology*, 39, 761-776.
- Grotberg, E. H. (1999). *Tapping your inner strength*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Ifdil, I., Ardi, Z., & Yendi, F. M. (2012). Resilience post-disaster of students SMA Negeri in Padang. *Jurnal Konselor*, 1(1).
- Karanci, N. A., Alkan, N., Aksit, B., Sucuoglu, H., & Balta, E. (1999). Gender differences in psychological distress, coping, social support, and related variables following the 1995 Dinar (Turkey) earthquake. *North America: Journal of Psychology*, 189-204.
- Mudjiran, & Daharnis. (2010). *Pemulihan dini mental masyarakat pasca gempa di Kota Padang*. Padang: Pemko Padang, BNPB, UNP.
- Natawidjaja, D. H. (2007). Gempabumi dan tsunami di Sumatra dan upaya untuk mengembangkan lingkungan hidup yang aman dari bencana alam. *Laporan KHL, LIPI*. Jakarta.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Pennsylvania: Three Rivers Press.
- Sudirman, S., Daharnis, D., & Marjohan, M. (2013). Peran guru bimbingan dan konseling serta peran guru mata pelajaran dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di sekolah menengah atas (SMA) negeri. *Konselor*, 2(1).
- Vijaykumar, L., Thara, R., John, S., & Chellappa, S. (2006). Psychological interventions after tsunami in Tamil Nadu, India. *International Review of Psychiatry*, 18(3), 225-231.