

Resiliensi Dan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Difabel Di Indonesia

Rindu Rosa Hadelina Padang¹, Arthur Huwae²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia²

Email: rindupadang23@gmail.com¹, arthur.huwae@uksw.edu²

Correspondent Author: Arthur Huwae, arthur.huwae@uksw.edu

Doi: [10.31316/gcouns.v8i3.6088](https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6088)

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel di Indonesia. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Sebanyak 102 mahasiswa difabel di Indonesia yang menjadi partisipan dengan menggunakan teknik *snowball sampling*. Pengukuran penelitian menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*, *Satisfaction With Life Scale (SWLS)*, dan *Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS)*. Hasil uji hipotesis dengan *Spearman Rho* diperoleh nilai r sebesar 0,696 dan $sig. = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti hipotesis diterima. Hasil ini berarti bahwa ketika terjadi peningkatan atau penurunan resiliensi, maka akan diikuti dengan peningkatan atau penurunan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel di Indonesia. Dengan demikian, resiliensi dapat dijadikan sebagai sarana atau strategi mental oleh setiap mahasiswa difabel agar memudahkan diri sendiri dalam mencapai *subjective well-being* di kehidupan akademik maupun aktivitas hidup sehari-hari.

Kata kunci: resiliensi, *subjective well-being*, mahasiswa difabel

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between resilience and *subjective well-being* in students with disabilities in Indonesia. The method used was quantitative correlation. A total of 102 students with disabilities in Indonesia became participants using the *snowball sampling* technique. Research measurements used the *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*, *Satisfaction With Life Scale (SWLS)*, and *Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS)*. The results of hypothesis testing with *Spearman Rho* obtained an r -value of 0.696 and $sig. = 0.000$ ($p < 0.01$), which means the hypothesis is accepted. This result means that when there is an increase or decrease in resilience, it will be followed by an increase or decrease in *subjective well-being* in students with disabilities in Indonesia. Thus, resilience can be used as a means or mental strategy by every disabled student to facilitate themselves in achieving *subjective well-being* in academic life and daily life activities.

Keywords: resilience, *subjective well-being*, student with disabilities

Info Artikel

Diterima Maret 2024, disetujui Mei 2024, diterbitkan Agustus 2024



PENDAHULUAN

Setiap individu di dunia ini tentu berkeinginan untuk lahir dengan kondisi tubuh yang lengkap tanpa kekurangan suatu apa pun. Namun tidak sedikit dari individu di dunia ini yang mengalami keterbatasan fisik seperti tidak dapat melihat, tidak dapat mendengar maupun tidak dapat berbicara (World Health Organization, 2022). Individu dengan keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensori disebut dengan istilah penyandang disabilitas atau difabel berdasarkan UU tahun 2016. Jumlah difabel di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik mencatat bahwa pada tahun 2022 terdapat 17 juta difabel. Dengan begitu dapat dikatakan bahwa difabel ada pada lapisan masyarakat dan jumlahnya tentu tidak sedikit. Difabel dalam kehidupan bermasyarakat, tidak jarang dianggap sebagai individu yang tidak mampu melaksanakan tugas serta tanggung jawabnya dengan baik sehingga kerap kali mengalami pengabaian hak-haknya sebagai individu (Prasetyo & Huwae, 203; Juwantara, 2020; Sari & Yendi, 2018).

Pada lingkungan perguruan tinggi, sebagai mahasiswa diharapkan menjadi individu yang tinggi ilmunya juga moralnya (Kemendikbud, 2019). Dengan begitu mahasiswa didorong untuk menjadi mandiri tidak lagi bergantung pada tenaga pendidik atau dosen melainkan perlu untuk melakukan penelitian secara mandiri tidak terkecuali mahasiswa difabel (Grafiyana, 2018). Kondisi keterbatasan yang dialami mahasiswa difabel tentu menghambat kerjanya dibandingkan mahasiswa lainnya (Lintin & Huwae, 2022). Hal ini kemudian akan memicu pandangan negatif pada mahasiswa difabel yang mana dapat mempengaruhi pemikirannya terhadap dirinya sendiri (Bailey dkk., 2020; Andriani & Huwae, 2024). Apabila pandangan negatif tersebut terus tumbuh dalam pemikiran mahasiswa difabel, maka pandangan negatif tersebut akan menjadi keyakinan dan batasan bagi dirinya karena merasa tidak mampu untuk melakukan berbagai hal secara mandiri (Husin, 2020). Dengan adanya kondisi ketidakmampuan mahasiswa difabel untuk mengatasi perasaan negatif yang timbul di dalam dirinya, maka hal ini menunjukkan bahwa adanya kebutuhan mahasiswa difabel agar dapat lebih lagi memaknai diri dengan *subjective well-being* untuk mengatasi hal-hal tersebut (Mohammad Aminzadeh dkk., 2018; Rahma & Puspitasari, 2019).

Subjective well-being ialah hasil penilaian individu dalam hal ini mahasiswa difabel dari komponen kognitif yaitu life satisfaction ataupun dari komponen afektif baik secara positif maupun negatif tentang kehidupannya (Diener, 2013). Komponen *life satisfaction* berbicara mengenai evaluasi yang terjadi secara sadar oleh mahasiswa difabel tentang kehidupannya, dan sering kali didasarkan pada faktor-faktor yang relevan dalam kehidupan mahasiswa difabel (Diener dkk., 2018). Komponen afektif dari *subjective well-being* timbul dalam wujud emosi positif ataupun emosi yang menyenangkan (Wicaksana dkk., 2019). Emosi ini ialah bagian dari *subjective well-being* sebab merefleksikan respon mahasiswa difabel terhadap peristiwa berharga dalam hidup yang sesuai dengan harapannya. Sedangkan, afek negatif ada dalam emosi serta suasana hati yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon-respon negatif yang dirasakan oleh mahasiswa difabel terhadap peristiwa yang terjadi di sekitarnya maupun terhadap kehidupannya secara pribadi (Diener dkk., 2018). Tinggi dan rendahnya *subjective well-being* seseorang juga mempengaruhi kehidupannya. Ketika individu dalam hal ini mahasiswa difabel memiliki tingkatan *subjective well-being* yang tinggi maka mahasiswa difabel akan mampu menilai kehidupannya secara positif dan lebih mudah merasakan kebahagiaan ataupun kegembiraan (Savage dkk., 2020). Penelitian lainnya oleh Husin (2020) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat *subjective-well-being* yang rendah cenderung tidak memandang kehidupannya dengan kebahagiaan, penuh pemikiran juga



perasaan negatif sehingga menimbulkan rasa cemas, emosi marah, bahkan dapat mengalami depresi.

Terdapat dua teori faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *subjective well-being* seseorang yaitu teori *top down* yang di dalamnya terdapat *self esteem*, *optimism*, *sense of control* dan *self efficacy*, *sense of meaning in life*, *cognitive predictors*, dan *personality traits*. Selain *top down*, ada juga teori *bottom up* yang di dalamnya terdapat uang, penghasilan serta kekayaan, gender, dan usia (Compton & Hoffman, 2013; Diener dkk., 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Tecson dkk., (2019) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dalam peningkatan *subjective well-being* individu dimana dengan adanya resiliensi yang baik dalam diri individu dapat menekan stres dan meningkatkan *subjective well-being* dari diri individu itu sendiri. Resiliensi dapat dipahami sebagai kualitas yang ada pada individu, dalam hal ini mahasiswa difabel untuk dapat membangkitkannya dari kesulitan yang dialami (Connor & Davidson, 2003). Individu dengan tingkat resiliensi yang baik dalam hal ini mahasiswa difabel, dapat bangkit dari pengalaman tidak menyenangkan yang dialami (Vostanis, 2016). Mahasiswa difabel akan mencari pengalaman baru yang menantang bagi dirinya, karena telah melewati proses pembelajaran bahwa dengan melewati perjuangan berat mahasiswa difabel akan mampu memperluas wawasannya (Sippel dkk., 2015). Rendahnya tingkatan resiliensi juga memberikan pengaruh terhadap individu dimana menurut penelitian oleh Crump dkk., (2016) individu dengan tingkatan resiliensi yang rendah dapat mengalami kesulitan dalam mengatasi permasalahan-permasalahan dalam dirinya. Penelitian lainnya oleh Mujahidah dan Listiyandini (2018) mengatakan bahwa rendahnya resiliensi dalam diri individu dapat memicu terjadinya gejala stres yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan tingkatan resiliensi yang tinggi.

Meskipun tidak terdapat penelitian yang menyatakan tidak adanya hubungan dari resiliensi dengan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel, tetapi dengan melihat fenomena bahwa adanya hambatan beraktivitas dan berujung pada perasaan negatif terhadap diri sendiri yang terjadi pada mahasiswa difabel. Dimana mahasiswa difabel merasa tidak puas dengan apa yang dijalani, bahkan sampai mempertanyakan mengapa mahasiswa difabel harus merasakan kondisi keterbatasan yang dialami saat ini. Maka hal ini membuat mahasiswa difabel memerlukan suatu pendukung pada dirinya untuk dapat memiliki *subjective well-being* yang baik terhadap dirinya sendiri. Oleh karena itu, peneliti kemudian ingin melakukan penelitian terkait hubungan antara resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel. Alasan mengapa peneliti mengambil judul ini, karena peneliti ingin mengetahui secara langsung bagaimana hubungan antara resiliensi yang merupakan kualitas dalam diri individu untuk bangkit dari kesulitan yang dialami dengan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain analisis korelasi. Peneliti melakukan penelitian melalui media sosial dengan menyebar *link Google Form* melalui platform *Instagram*, *Telegram*, *Twitter*, *Tik-tok*, dan *WhatsApp*. Penelitian dilakukan pada akhir bulan Mei sampai pada awal bulan Juli 2023. Penelitian ini telah lulus uji etik berdasarkan izin penelitian PLD dengan Nomor: 8072/UN10.B10.02/TU/2023 oleh tim *review* Sub Direktorat Layanan Disabilitas Universitas Brawijaya (SDLB UB). Penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling*, sehingga diperoleh 102 partisipan mahasiswa difabel yang ada di Indonesia (Tabel 1).



Tabel 1.
 Demografi Partisipan Penelitian

Klasifikasi Partisipan	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	56	55%
	Laki-laki	46	45%
Usia	18-20	36	35%
	21-23	60	59%
	24-26	4	4%
	27-30	2	2%
Jenis Keterbatasan	Tunanetra	34	33%
	Tunadaksa	10	10%
	Tunarungu	38	37%
	Tunawicara	12	12%
	Cerebral Palsy (Ringan)	6	6%
	Lumpuh Karena Kecelakaan	2	2%

Penelitian ini diukur menggunakan skala resiliensi dan skala *subjective well-being*. Alat ukur resiliensi yang digunakan adalah *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* oleh Connor dan Davidson (2003) dengan 25 aitem, yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Wahyudi dkk. (2020). Kemudian, skala ini disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan konteks partisipan. Bentuk skala pengukuran psikologi yang digunakan ialah skala Likert dengan rentang angka dimulai dari angka 0 (apabila pernyataan tersebut sangat tidak benar), angka 1 (apabila pernyataan tersebut hampir tidak benar), angka 2 (apabila pernyataan tersebut kadang-kadang benar), angka 3 (apabila pernyataan tersebut sering kali benar), dan angka 4 (apabila pernyataan tersebut hampir setiap kali benar). Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem, diperoleh semua aitem memenuhi standar koefisien ($p > 0,30$) dengan nilai aitem total korelasi yang bergerak antara 0,645-0,775 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,965.

Pengukuran *subjective well-being* terdiri dari dua, yaitu *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* yang dibuat oleh Diener dkk (1985) untuk mengukur komponen *life satisfaction* dan *Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS)* yang dibuat oleh Watson dkk. (1988) untuk mengukur komponen *positive affect* dan *negative affect*. Kedua alat ukur ini telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Akhtar (2019). Pada *SWLS* terdapat 5 aitem pernyataan yang menggunakan 7 pilihan respon menggunakan skala Likert dari sangat tidak sesuai (1) sampai sangat sesuai (7). Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem, diperoleh semua aitem memenuhi standar koefisien ($p > 0,30$) dengan nilai aitem total korelasi yang bergerak antara 0,672-0,762 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,881. Selanjutnya, pada *PANAS* terdapat 20 aitem pernyataan yang menggunakan 5 pilihan respon menggunakan skala Likert dari sangat hampir tidak (1) sampai sangat hampir selalu (5). Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem, diperoleh semua aitem memenuhi standar koefisien ($p > 0,30$) dengan nilai aitem total korelasi yang bergerak antara 0,541-0,734 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,939.

Pengujian hipotesis penelitian menggunakan *product moment* dari *Karl Pearson* untuk menguji korelasi antara variabel X (resiliensi) dan variabel Y (*subjective well-being*). Penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS versi 25* dalam melakukan perhitungan statistik.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Deskriptif Statistik dan Kategorisasi

Hasil dari data deskriptif statistik variabel resiliensi pada Tabel 2, menunjukkan bahwa partisipan penelitian sebanyak 102 orang yang memiliki skor minimum 19, skor maksimum 100, standar deviasi 17,876, dan nilai rata-rata 73,37. Kemudian, untuk *SWLS* skor minimum 10, skor maksimum 35, standar deviasi 6,008, dan nilai rata-rata 26,94. Sedangkan untuk *PANAS* memiliki skor minimum 33, skor maksimum 100, standar deviasi 17,003, dan nilai rata-rata 72,39.

Tabel 2.
 Hasil Uji Deskriptif Statistik Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	102	19	100	73,37	17,876
SWLS	102	10	35	26,94	6,008
PANAS	102	33	100	72,39	17,003

Setelah pemaparan statistik deskriptif, selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi skor dari variabel-variabel yang diteliti. Hasil kategorisasi pada Tabel 3, menunjukkan tingkat resiliensi terbagi menjadi lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Sebanyak tiga puluh delapan orang (37%) berada pada kategori sangat tinggi, empat puluh enam orang (45%) pada kategori tinggi, dua belas orang (12%) pada kategori sedang, empat orang (4%) pada kategori rendah, dan dua orang (2%) pada kategori sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata, maka sebagian besar partisipan memiliki skor resiliensi yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 3.
 Kategorisasi Resiliensi

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$80 \leq x < 100$	Sangat Tinggi	38	37%
$60 \leq x < 80$	Tinggi	46	45%
$40 \leq x < 60$	Sedang	12	12%
$20 \leq x < 40$	Rendah	4	4%
$5 \leq x < 20$	Sangat Rendah	2	2%
Jumlah		102	100%

Hasil kategorisasi pada Tabel 4, menunjukkan tingkat *SWLS* terbagi menjadi lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Sebanyak tiga puluh enam orang (35%) berada pada kategori sangat tinggi, empat puluh empat orang (43%) pada kategori tinggi, empat belas orang (14%) pada kategori sedang, enam orang (6%) pada kategori rendah, dan dua orang (2%) pada kategori sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata, maka sebagian besar partisipan memiliki skor *SWLS* yang berada pada kategori tinggi.



Tabel 4.
 Kategorisasi *Subjective Well-Being (SWLS)*

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$29 \leq y < 35$	Sangat Tinggi	36	35%
$23 \leq y < 29$	Tinggi	44	43%
$17 \leq y < 23$	Sedang	14	14%
$11 \leq y < 17$	Rendah	6	6%
$5 \leq y < 11$	Sangat Rendah	2	2%
Jumlah		102	100%

Hasil kategorisasi pada Tabel 5, menunjukkan tingkat *PANAS* terbagi menjadi lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Sebanyak dua puluh orang (20%) berada pada kategori sangat tinggi, tiga puluh delapan orang (37%) pada kategori tinggi, tiga puluh orang (29%) pada kategori sedang, delapan orang (8%) pada kategori rendah, dan enam orang (6%) pada kategori sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata, maka sebagian besar partisipan memiliki skor *PANAS* yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 5.
 Kategorisasi *Subjective Well-Being (PANAS)*

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$84 \leq y < 100$	Sangat Tinggi	20	20%
$68 \leq y < 84$	Tinggi	38	37%
$52 \leq y < 68$	Sedang	30	29%
$36 \leq y < 52$	Rendah	8	8%
$20 \leq y < 36$	Sangat Rendah	6	6%
Jumlah		102	100%

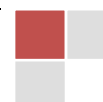
Uji Asumsi Normalitas dan Linieritas

Hasil uji asumsi normalitas untuk variabel resiliensi memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 1,941 dengan sig. = 0,001 ($p < 0,05$), maka variabel resiliensi berdistribusi tidak normal. Pada variabel *subjective well-being (SWLS)* nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 1,921 dengan sig. = 0,001 ($p < 0,05$), maka *SWLS* berdistribusi tidak normal. Variabel selanjutnya yaitu variabel *subjective well-being (PANAS)* nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 2,063 dengan sig. = 0,001 ($p < 0,05$), maka *PANAS* berdistribusi tidak normal.

Selanjutnya, hasil uji linieritas dengan nilai F_{hitung} sebesar 806,640 dan sig. = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel di Indonesia adalah linier.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan *Spearman Rho'* diperoleh nilai koefisien sebesar 0,696 dan sig. = 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan *subjective well-being* mahasiswa difabel di Indonesia. Dengan begitu maka meningkatnya resiliensi mahasiswa difabel, maka akan semakin meningkat juga *subjective well-being* mahasiswa difabel, begitu juga sebaliknya. Kemudian, dari hasil pengujian didapatkan sumbangan efektif variabel resiliensi terhadap



subjective well-being sebesar 71,5% (r^2). Hal ini berarti resiliensi menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel di Indonesia.

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman* antara resiliensi dengan masing-masing komponen *subjective well-being* pada Tabel 6, diperoleh nilai koefisien korelasi antara resiliensi dan *SWLS* sebesar 0,600 dengan sig = 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi dan *SWLS* memiliki hubungan yang positif dan signifikan. Kemudian, hasil nilai koefisien korelasi antara resiliensi dan *PANAS* sebesar 0,676 dengan sig = 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi dan *PANAS* memiliki hubungan yang positif dan signifikan.

Tabel 6.

Hasil Uji Korelasi *Spearman* Resiliensi dengan setiap Komponen *Subjective Well-Being*

	Resiliensi	<i>SWLS</i>	<i>PANAS</i>
Resiliensi	1		
<i>SWLS</i>	0,600**	1	
<i>PANAS</i>	0,676**	0,705**	1

** . Correlation is significant at the 0,01 level (1-tailed).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel yang berada di Indonesia. Berdasarkan hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan antara resiliensi dan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi yaitu $r = 0,696$ dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Artinya, semakin tinggi resiliensi pada mahasiswa difabel di Indonesia maka akan semakin tinggi *subjective well-being* mahasiswa difabel di Indonesia. Hasil dari penelitian ini juga di dukung dengan temuan dari Yildirim dan Arslan (2022) yang mengatakan bahwa individu harus lebih memperhatikan resiliensi atau ketahanan dalam dirinya sehingga dengan begitu akan ada peningkatan *subjective well-being* dalam diri individu.

Dari hasil uji didapatkan sumbangan efektif variabel resiliensi terhadap *subjective well-being* sebesar 71,5% (r^2). Maka berdasarkan hasil yang didapat dapat dikatakan bahwa terdapat sumbangsih yang besar dan signifikan yang diberikan variabel resiliensi pada variabel *subjective well-being*, dengan begitu dapat dikatakan bahwa resiliensi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *subjective well-being* dalam diri individu. Hal ini sejalan dengan apa yang didapatkan oleh penelitian sebelumnya dimana resiliensi yang tinggi dalam diri mendukung adanya peningkatan *subjective well-being* dalam diri individu (Orines dkk., 2023). Partisipan dalam penelitian ini digambarkan memiliki tingkatan resiliensi yang tinggi, yang berarti bahwa para mahasiswa difabel di Indonesia memiliki kemampuan cenderung mampu bertahan pada situasi yang tidak menyenangkan dan memiliki kemampuan untuk mewujudkan kualitas diri, dimana mahasiswa difabel menjadi lebih berkembang tidak hanya memandang kekurangan yang dimiliki. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Kermott dkk., (2019) dimana individu dengan tingkatan resiliensi yang tinggi cenderung lebih bisa untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan seperti stres dan cenderung mampu untuk memiliki ketercapaian kualitas diri yang lebih baik.

Resiliensi dan *subjective well-being* mahasiswa difabel dalam penelitian ini memberikan pengaruh pada peningkatan kepuasan hidup serta kemampuan keseimbangan afek positif dan negatif dari mahasiswa difabel. Resiliensi yang tinggi dalam diri individu dapat memberikan peningkatan pada kepuasan hidup dari individu itu sendiri dan juga memberikan keseimbangan pada individu dalam melihat afek positif serta afek negatif



dalam hidupnya (Yildirim & Tanrıverdi, 2020). Resiliensi yang tinggi juga memiliki dampak yang menguntungkan pada *subjective well-being* individu dalam penelitian ini. Individu dengan tingkatan resiliensi yang tinggi mampu bangkit kembali dari situasi menekan yang mana hal ini berkaitan dengan kepuasan hidup yang meningkat serta kemampuan menyeimbangkan pemaknaan peristiwa positif serta negatif dari diri individu (Pietrzak dkk., 2010; Yildirim, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa resiliensi memberikan pengaruh yang signifikan pada kepuasan hidup dari mahasiswa difabel. Dimana dengan tingginya resiliensi yang dimiliki, maka mahasiswa difabel akan cenderung memiliki kepuasan dalam hidupnya. Resiliensi memiliki pengaruh yang tinggi terhadap peningkatan kepuasan hidup seseorang (Eldeleklioğlu & Yıldız, 2020). Individu dengan resiliensi yang tinggi dalam dirinya memiliki kepuasan hidup yang lebih baik dalam menjalani kehidupannya (Zubair dkk., 2018). Selain mempengaruhi kepuasan hidup dari mahasiswa difabel, resiliensi juga berperan pada keseimbangan afek negatif serta afek positif individu.

Resiliensi yang menjadi kemampuan individu bertahan dalam kondisi tidak menyenangkan serta membantu individu untuk bangkit dan tetap berkembang (Connor & Davidson, 2003), pada penelitian ini memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keseimbangan mahasiswa difabel dalam menanggapi afek negatif dan afek positif yang di alami dalam hidup mahasiswa difabel. Hal ini juga ditemukan oleh Eva dkk., (2021) yang juga mendapatkan bahwa resiliensi yang baik dari siswa dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menekan maupun merefleksikan emosi negatif maupun positif yang dirasakan selama menjalankan pembelajaran dalam situasi yang menekan. Mahasiswa difabel dengan tingkatan resiliensi yang tinggi mampu menyeimbangkan antara afek positif serta afek negatif yang diterima dengan begitu mahasiswa difabel mampu merefleksikan emosi positif serta negatif terhadap peristiwa berharga ataupun tidak dalam hidup, dengan begitu mahasiswa difabel bukan hanya menerima emosi positif saja tetapi juga tetap merefleksikan emosi negatif yang terjadi dalam hidup. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dey dkk., (2021) bahwa, tingkatan resiliensi individu yang meningkat menghasilkan kepuasan hidup serta keseimbangan yang baik antara afek positif dan afek negatif bagi individu. Penelitian lainnya oleh Villora dkk., (2020) mendapatkan bahwa individu dengan tingkatan resiliensi yang rendah cenderung memiliki *subjective well-being* yang rendah dimana individu akan lebih merasakan afek negatif dibandingkan afek positif sehingga terjadi kecenderungan memandang diri sebagai korban dibandingkan mencoba untuk melawan tekanan yang dihadapi.

Sejalan dengan hasil penelitian yang di dapat maka mahasiswa difabel perlu untuk terus memperhatikan strategi yang digunakan dalam mengendalikan resiliensi yang dimiliki, sehingga dengan tingginya resiliensi maka kepuasan hidup serta kemampuan mahasiswa difabel untuk lebih lagi memiliki keseimbangan antara afek positif dan afek negatif juga akan semakin meningkat. Dengan begitu mahasiswa difabel akan memiliki pemaknaan yang lebih baik akan *subjective well-being* dalam diri mahasiswa difabel. Sejalan dengan hal ini, individu dengan tingkatan resiliensi yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang baik dan mampu menghadapi permasalahan di hidupnya dengan tidak menjadikan diri sebagai korban tetapi memiliki kemampuan yang cukup untuk menyeimbangkan peristiwa negatif maupun peristiwa positif dalam hidup individu (Andreou dkk., 2020; Huwae, Saija, & Dese, 2022).

Kekhasan dalam penelitian ini terdapat pada signifikansi peningkatan antara kepuasan hidup dan juga keseimbangan positif dan negatif afek pada mahasiswa difabel.



Hasil penelitian menunjukkan bahwa, resiliensi memberikan sumbangsih yang lebih tinggi pada keseimbangan afek positif serta afek negatif dengan nilai 6,61% (r^2) dibandingkan pada kepuasan hidup yang berada pada angka 6,32 % (r^2). Penelitian ini dilakukan dengan mematuhi prosedur ataupun langkah-langkah penelitian namun, tentunya masih terdapat keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini. Keterbatasan yang dialami dalam penelitian ini yaitu, kesulitan dalam mencari partisipan yang sesuai dengan kriteria. Dengan adanya kondisi keterbatasan ini, membuat waktu pengumpulan data menjadi lebih lama.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa difabel di Indonesia. Dengan begitu maka dapat diindikasikan bahwa *subjective well-being* yang dimiliki oleh mahasiswa difabel di Indonesia dapat terjadi karena adanya resiliensi dalam diri mahasiswa difabel di Indonesia. Pada penelitian ini ditemukan bahwa tingkat *subjective well-being* (SWLS) berada pada kategori tinggi, tingkat *subjective well-being* (PANAS) berada pada kategori tinggi, dan tingkat resiliensi berada pada kategori tinggi. Resiliensi juga memberikan sumbangan efektif sebesar 71,5% (r) terhadap *subjective well-being*. Hal ini berarti bahwa resiliensi menjadi salah satu faktor yang memiliki hubungan signifikan dengan *subjective well-being*. Implikasi dari penelitian ini adalah resiliensi dapat dijadikan sebagai sarana atau strategi mental oleh setiap mahasiswa difabel agar memudahkan diri sendiri dalam mencapai *subjective well-being* di kehidupan akademik maupun aktivitas kesehariannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreou, E., Roussi-Vergou, C., Didaskalou, E., & Skrzypiec, G. (2020). School bullying, subjective well-being, and resilience. *Psychology in the Schools*, 57(8), 1193–1207. <https://doi.org/10.1002/pits.22409>
- Andriani, G., & Huwae, A. (2024). Wander alone: Study of psychological well-being and loneliness of students with disabilities. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 39(1), e04-e04. <https://doi.org/10.24123/aipj.v39i1.5333>
- Bailey, K. M., Frost, K. M., Casagrande, K., & Ingersoll, B. (2020). The relationship between social experience and subjective well-being in autistic college students: A mixed methods study. *Autism*, 24(5), 1081–1092. <https://doi.org/10.1177/1362361319892457>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology the science of happiness and flourishing*. USA: Wadsworth
- 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>
- Crump, C., Sundquist, J., Winkleby, M. A., & Sundquist, K. (2016). Low stress resilience in late adolescence and risk of hypertension in adulthood. *Heart*, 102(7), 541–547. <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308597>
- Dey, N. E. Y., Amponsah, B., & Wiafe-Akenteng, C. B. (2021). Spirituality and subjective well-being of Ghanaian parents of children with special needs: The mediating role of resilience. *Journal of Health Psychology*, 26(9), 1377–1388. <https://doi.org/10.1177/1359105319873956>



- Diener, E. (2013). The remarkable changes in the science of subjective well-being. *Perspectives on Psychological Science*.
<https://doi.org/10.1177/1745691613507583>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. In *Collabra: Psychology* (Vol. 4, Issue 1).
<https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Eldeleklioglu, J., & Yıldız, M. (2020). Expressing Emotions, Resilience and Subjective Well-Being: An Investigation with Structural Equation Modeling. *International Education Studies*, 13(6), 48. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n6p48>
- Eva, N., Parameitha, D. D., Farah, F. A. M., & Nurfitriana, F. (2021). Academic Resilience and Subjective Well-Being amongst College Students using Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 2020, 202–214. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8206>
- Grafiyana, G. A. (2018). Dinamika resiliensi pada mahasiswa difabel UGM. *Jurnal Psycho Idea Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 16(2), 119–129. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8206>
- Husin, L. S. (2020). Subjective Well Being Pada Mahasiswi Tunanetra. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 54. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.7360>
- Huwae, A., Saija, A. F., & Dese, D. C. (2022). Academic well-being of university students with disability: Role of hardiness and social support. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 7(1), 23-34. <https://doi.org/10.33367/psi.v7i1.1948>
- Juwantara, R. A. (2020). Pemenuhan Hak Difabel di UIN Sunan Kalijaga dan Universitas Atma Jaya Yogyakarta. *Inklusi*, 7(2), 253. <https://doi.org/10.14421/ijds.070204>
- Kermott, C. A., Johnson, R. E., Sood, R., Jenkins, S. M., & Sood, A. (2019). Is higher resilience predictive of lower stress and better mental health among corporate executives? *PLoS ONE*, 14(6), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218092>
- Lintin, L., & Huwae, A. (2022). The smartphone addiction tendency and quality of life in students with disabilities. *Psychology, Evaluation, and Technology in Educational Research*, 5(1), 14-23. <https://doi.org/10.33292/petier.v5i1.122>
- Mohammad Aminzadeh, D., Asmari, Y., Karimi, S., Hosiensabet, F., & Sharifi, M. (2018). Improvement of Subjective Well-Being in Students With Physical Disability: Mental Rehabilitation Based on Teaching Emotion Regulation Skills. *Practice in Clinical Psychology*, 6(1), 39–46. <https://doi.org/10.29252/nirp.jpcp.6.1.39>
- Mujahidah, E., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh Resiliensi dan Empati terhadap Gejala Depresi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 60. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i1.5035>
- Orines, R., Cabana, J. M., Carlos, J. M., Fernandez, P. N., Medel, P., & Suing, M. T. (2023). Grit and resilience as predictors of subjective well-being among university student-athletes. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 10(4), 07–12. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i4a.3001>
- Pietrzak, R. H., Johnson, D. C., Goldstein, M. B., Malley, J. C., Rivers, A. J., Morgan, C. A., & Southwick, S. M. (2010). Psychosocial buffers of traumatic stress, depressive symptoms, and psychosocial difficulties in veterans of Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom: The role of resilience, unit support, and postdeployment social support. *Journal of Affective Disorders*, 120(1–3), 188–192. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.04.015>



- Prasetyo, A. G. A., & Huwae, A. (2023). Kesepian dan kecenderungan narsisme pada remaja penyandang disabilitas fisik pengguna media sosial di Indonesia: Studi korelasi. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 5(2), 50-64. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v5i2.92>
- 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>
- Riset Bisnis dan Manajemen Volume Nomor, J. I., Aryawuri Wicaksana, S., & Pratiwi Novasari Nadhila Nunanisa Radian Aisyah Pia Asrunputri setawicaksana, E. (2019). Volume IX Nomor 2 (Oktober 2019) GAMBARAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA TENAGA KERJA GENERASI Y. IX(December).
- Sari, I. P., & Yendi, F. M. (2018). Peran Konselor dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Disabilitas Fisik. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(3), 80. <https://doi.org/10.23916/08408011>
- Savage, A., McConnell, D., Emerson, E., & Llewellyn, G. (2020). The Subjective Well-Being of Adolescent Canadians with Disabilities. *Journal of Child and Family Studies*, 29(12), 3381-3397. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01794-2>
- Sippel, L. M., Pietrzak, R. H., Charney, D. S., Mayes, L. C., & Southwick, S. M. (2015). How does social support enhance resilience in the trauma-exposed individual? *Ecology and Society*, 20(4). <https://doi.org/10.5751/ES-07832-200410>
- Tecson, K. M., Wilkinson, L. R., Smith, B., & Ko, J. M. (2019). Association between psychological resilience and subjective well-being in older adults living with chronic illness. *Baylor University Medical Center Proceedings*, 32(4), 520-524. <https://doi.org/10.1080/08998280.2019.1625660>
- Villora, B., Larrañaga, E., Yubero, S., Alfaro, A., & Navarro, R. (2020). Relations among poly-bullying victimization, subjective well-being and resilience in a sample of late adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph17020590>
- Vostanis, P. (2016). New approaches to interventions for refugee children. *World Psychiatry*, 15(1), 75-77. <https://doi.org/10.1002/wps.20280>
- World Health Organization. (2022). Disability. World Health Organization. Diakses dari https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1
- Yildirim, M. (2019). Mediating role of resilience in the relationships between fear of happiness and affect balance, satisfaction with life, and flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 15(2), 183-198. <https://doi.org/10.5964/ejop.v15i2.1640>
- Yildirim, M., & Tanrıverdi, F. Ç. (2020). Social Support, Resilience and Subjective Well-being in College Students. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 10(10), 1-9. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.229>
- Zubair, A., Kamal, A., & Artemeva, V. (2018). Mindfulness and Resilience as Predictors of Subjective Well-Being among University Students - A Cross Cultural Perspective. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(2), 1-19. <https://prdb.pk/article/mindfulness-and-resilience-as-predictors-of-subjective-well-703>

