

**KOMPETEN DALAM MENJALANI PERUBAHAN:
RESILIENSI PENYANDANG DISABILITAS NON BAWAAN
DITINJAU DARI REGULASI EMOSI DAN PEMAAFAN**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi sebagai Syarat memperoleh Gelar Sarjana
Strata Satu Psikologi**

Disusun oleh :

Faulia Silatu Rachmawati

15710055

Dosen pembimbing :

Nuristighfari Masri Khaerani, S. Psi., M. Psi

19761028200912200

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS NEGERI ISLAM SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faulia Silatu Rachmawati

NIM : 15710055

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Kompeten Dalam Menjalani Perubahan: Resiliensi Penyandang Disabilitas Non Bawaan Ditinjau Dari Regulasi Emosi Dan Pemaafan” adalah asli hasil karya atau penelitian penulis sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi ini terbukti ditemukan adanya plagiasi maka penulis siap mempertanggung jawabkannya sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 15 Juli 2019

Yang menyatakan,



Faulia Silatu Rachmawati

NIM. 15710055

NOTA DINAS BIMBINGAN

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS BIMBINGAN

Hal: Skripsi

Assalamualaikum wr. Wb

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Faulia Silatu Rachmawati

NIM : 15710055

Program studi : Psikologi

Judul : Kompeten Dalam Menjalani Perubahan: Resiliensi
Penyandang Disabilitas Non Bawaan Ditinjau Dari Regulasi
Emosi Dan Pemaafan.

Telah dapat diajukan kepada fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana strata I (satu) Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosah. Demikian atas perhatiannya terima kasih.

Wassalamualaikum wr.wb

Yogyakarta, 17 Juli 2019



Nuristighfari Masri Khaerani, S. Psi., M. Psi



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-393/Un.02/DSH/PP.00.9/09/2019

Tugas Akhir dengan judul : KOMPETEN DALAM MENJALANI PERUBAHAN: RESILIENSI PENYANDANG DISABILITAS NON BAWAAN DITINJAU DARI REGULASI EMOSI DAN PEMAAFAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FAULIA SILATU RACHMAWATI
Nomor Induk Mahasiswa : 15710055
Telah diujikan pada : Senin, 05 Agustus 2019
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Nuristighfari Mastri Khaerani, S.Psi., M.Psi
NIP. 19761028 200912 2 001

Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

Penguji II

Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
NIP. 19750514 200501 2 004

Yogyakarta, 05 Agustus 2019

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dekan



Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
NIP. 19680416 199503 1 004

HALAMAN MOTTO

“Berecutulah dengan dirimu sendiri maka kamu akan memenangkan peperangan”

-Putri Marino-

***“Jangan takut untuk melangkah
karna memang tidak ada orang yang benar-benar siap menghadapi
apapun dalam hidup, kita semua hanya menjalaninya saja”***

-Faulia silatu-

***“Siapapun bisa marah, marah itu mudah. Tetapi marah pada orang
yang tepat, dengan kadar yang sesuai, pada waktu yang tepat, demi
tujuan yang benar, dan dengan cara yang baik bukanlah hal mudah”***

Aristoteles.



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini saya persembahkan untuk:

**Kedua orang tua terhebatku,
Bapak Suyatno dan Ibu Suwarni**

Terimakasih untuk segala hal luar biasa yang telah bapak ibu berikan dalam hidupku. Saya bangga menjadi anak perempuan kalian.

**Keempat kakakku tercinta,
Mas Ary, Mas Iwan, Mas Danang, dan Mas Ridwan**
Terimakasih telah mengajarku banyak pelajaran untuk hidup.

**Dosen pembimbing skripsiku yang luar biasa,
Nuristighfari Masri Khaerani, S. Psi., M. Psi**

Terimakasih karna ibu selalu sukses membuat saya terharu dengan kebaikan dan ketulusan yang ibu berikan. Terimakasih yang luar biasa bu Rani.

INSANI Dkk (Nurian, Insunny, Azmih) & Vicky
Terimakasih untuk segala bentuk tawa bahagia yang telah kalian berikan.

**Untuk Diriku Sendiri
Faulia Silatu Rachmawati**

Terimakasih yang luar biasa telah berjuang untuk melewati setiap “kerumitan” dalam hidupmu. Terimakasih untuk segalanya.

Almamaterku
Program studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
Yogyakarta

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim

Alhamdulillah segala puji syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayat serta karuniaNya karena telah memberikan kesempatan seta kesehatan bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi denag judul “Kompeten Dalam Menjalani Perubahan: Resiliensi Penyandang Disabilitas Non Bawaan Ditinjau Dari Regulasi Emosi Dan Pemaafan”. Sholawat serta salam tidak lupa penulis haturkan kepada baginda nabi besar kita Nabi Muhammad SAW, yang menjadi sauri tauladan bagi semua umat Islam di dunia dan di akhirat.

Selanjutnya, dengan segala kerendahan hati penulis haturkan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini. Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan rasa terima kasih setulusnya kepada :

1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos.,M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati S.Psi, M.Psi., selaku Kepala Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Maya Fitria, S.Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terima kasih atas masukan dan *wejangan* yang telah diberikan selama ini.
4. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S. Psi., M. Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Ungkapan terima kasih atas kebaikan, kesabaran dan ketulusan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi.

5. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi., selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan masukan dan koreksi atas keterbatasan isi dan hasil tulisan penulis.
6. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri.,S.Psi., M.Si selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan masukan dan koreksi atas keterbatasan isi dan hasil tulisan penulis.
7. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah berkenan memberikan banyak ilmu pengetahuan dan pengalaman, serta seluruh staf bidang Tata Usaha yang telah banyak membantu dalam proses penelitian ini.
8. Kepada bapak Triyono selaku owner *Difabike* dan Bapak Puji selaku pengurus PPDI Yogyakarta. Terimakasih atas bantuan serta dukungan dalam penyusunan skripsi.
9. Kepada seluruh subjek penyandang disabilitas non bawaan yang telah bersedia untuk meluangkan waktu untuk mengisi skala pada penelitian ini.
10. Bapak Suyatno dan Ibu Suwarni yang selalu berusaha melakukan yang terbaik untuk saya. Terimakasih atas do'a restu, motivasi, dan dukungan yang telah diberikan selama ini.
11. Kepada diriku sendiri Faulia Silatu Rachmawati, terimakasih telah berjuang dengan luar biasa untuk melewati setiap "proses kerumitan" dalam hidup dan terimakasih pula telah belajar banyak hal untuk hidup.
12. Kepada grup INSANI dkk dan Vicky yang selalu menciptakan tawa bahagia. Terimakasih telah menjadi bagian dari pengalaman-pengalaman berhargaku.

13. Kepada orang-orang “istimewa” yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas segala bentuk pembelajaran, pengetahuan, dukungan dan doa yang telah diberikan.

Demikian, semoga Allah SWT. senantiasa membalas kebaikan dan jasa-jasa yang telah anda berikan. Demikian, semoga dengan adanya penelitian yang berupa skripsi ini mampu memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi klinis dan psikologi positif pada khususnya. Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kata sempurna sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan.

Yogyakarta, 15 Juli 2019

Penulis

Faulia silatu Rachmawati

NIM.15710055



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	12
C. Manfaat Penelitian.....	13
D. Keaslian Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
A. Resiliensi.....	20
1. Definisi Resiliensi.....	20
2. Aspek-aspek Resiliensi.....	21
3. Faktor-faktor Resiliensi.....	25

B. Pemaafan.....	28
1. Definisi Pemaafan.....	28
2. Aspek-aspek Pemaafan.....	30
C. Regulasi Emosi.....	32
1. Definisi Regulasi Emosi.....	32
2. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	33
D. Penyandang Disabilitas Non Bawaan.....	36
1. Definisi Penyandang Disabilitas Non Bawaan.....	36
2. Jenis-jenis Penyandang Disabilitas.....	37
E. Hubungan Regulasi Emosi dan Pemaafan Dengan Resiliensi.....	40
F. Hipotesis.....	52
BAB III Metode Penelitian.....	53
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	53
B. Definisi Operasional.....	53
1. Resiliensi.....	53
2. Regulasi Emosi.....	54
3. Pemaafan.....	54
C. Subjek Penelitian.....	55
1. Populasi Penelitian.....	55
2. Sampel Penelitian.....	55
D. Metode Penelitian Dan Alat Pengumpulan Data.....	56
1. Skala Resiliensi.....	56
2. Skala Regulasi Emosi.....	59

3. Skala Pemaafan.....	61
E. Validitas, Seleksi aitem, Reliabilitas Alat Ukur.....	61
1. Validitas.....	61
2. Seleksi aitem.....	62
3. Reliabilitas.....	62
F. Metode Analisis Data.....	63
1. Uji Asumsi.....	63
2. Uji Hipotesis.....	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	66
A. Orientasi Kancuh.....	66
B. Persiapan Penelitian.....	66
1. Proses Perijinan.....	66
2. Persiapan Alat Ukur.....	68
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> (Uji Coba).....	69
4. Hasil <i>Try Out</i>	69
a. Seleksi Aitem.....	70
1. Analisis Data <i>Try Out</i> Skala Resiliensi.....	70
b. Reliabilitas.....	73
C. Pelaksanaan Penelitian.....	74
D. Analisis Data.....	76
1. Kategorisasi.....	76
2. Uji Asumsi.....	79
a. Uji Normalitas.....	80
b. Uji Multikolinieritas.....	80

c. Uji Heteroskedastisitas.....	81
d. Uji Autokorelasi.....	81
3. Uji Hipotesis.....	83
E. Pembahasan.....	89
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	93
A. Kesimpulan Penelitian.....	93
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	96



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah penduduk disabilitas di D. I. Yogyakarta.....	2
Tabel 2. Keaslian Penelitian.....	51
Tabel 3. Skoring skala resiliensi dan pemaafan.....	56
Tabel 4. Skoring skala regulasi emosi.....	56
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Instrumen Skala Resiliensi.....	57
Tabel 6. Sebaran aitem skala resiliensi sebelum tryout.....	58
Tabel 7. <i>Blue print</i> skala regulasi emosi.....	59
Tabel 8. Sebaran aitem skala regulasi emosi untuk data penelitian.....	60
Tabel 9. Sebaran aitem lolos dan gugur pada skala resiliensi.....	71
Tabel 10. Sebaran aitem skala resiliensi setelah <i>try out</i>	73
Tabel 11. Reliabilitas Skala Resiliensi.....	74
Tabel 12. Jumlah subjek.....	75
Tabel 13. Deskripsi statistik skor skala resiliensi, skala regulasi emosi, dan skala pemaafan.....	76
Tabel 14. Rumus perhitungan presentase kategorisasi.....	77
Tabel 15. Kategorisasi resiliensi.....	77
Tabel 16. Kategorisasi regulasi emosi.....	78
Tabel 17. Kategorisasi pemaafan.....	79
Tabel 18. Hasil uji normalitas.....	80
Tabel 19. Hasil Uji Multikolinieritas.....	80
Tabel 20. Hasil Uji Autokorelasi.....	82
Tabel 21. Hasil uji regresi linier ganda.....	83
Tabel 22. Hasil uji koefisien determinan (R^2).....	84
Tabel 23. Hasil Uji Parsial (Uji t).....	85
Tabel 24. Hasil Uji Simultan (Uji F).....	86

Tabel 25. Korelasi <i>pearson product moment</i> variabel regulasi emosi dengan resiliensi.....	87
Tabel26. Korelasi <i>spearman rho</i> variabel pemaafan dengan resiliensi.....	87
Tabel 27. Sumbangan efektif.....	88



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil uji reliabilitas skala resiliensi sebelum seleksi aitem...83	83
Lampiran 2. Hasil uji reliabilitas skala resiliensi setelah seleksi aitem.....84	84
Lampiran 3. Skala resiliensi uji coba (<i>Tryout</i>).....86	86
Lampiran 4. Tabulasi data.....90	90
Lampiran 5. Deskripsi statistik data penelitian.....94	94
Lampiran 6. Hasil uji Normalitas.....94	94
Lampiran 7. Uji Multikolonieritas.....94	94
Lampiran 8. Uji Heterokedastisitas.....95	95
Lampiran 9. Uji Autokorelasi.....95	95
Lampiran 10. Uji Hipotesis Mayor.....96	96
Lampiran 11. Uji Hipotesis Minor.....97	97
Lampiran 12. Sumbangan efektif.....97	97
Lampiran 13. Skala Penelitian.....98	98
Lampiran 14. Tabulasi data penelitian skala resiliensi.....103	103
Lampiran 15. Tabulasi data penelitian skala regulasi emosi.....106	106
Lampiran 16. Tabulasi data penelitian skala pemaafan.....108	108

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Bagan Dinamika Hubungan Regulasi Emosi dan Pemaafan terhadap Resiliensi.....	51
---	----



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Hasil Uji Heteroskedastisitas.....89



KOMPETEN DALAM MENJALANI PERUBAHAN: RESILIENSI PENYANDANG DISABILITAS NON BAWAAN DITINJAU DARI REGULASI EMOSI DAN PEMAAFAN

Faulia Silatu Rachmawati
15710055

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan pemaafan terhadap resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 81 penyandang disabilitas non bawaan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability Accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan tiga instrumen yaitu skala resiliensi, skala regulasi emosi, dan skala pemaafan. Metode analisis data menggunakan analisis regresi linier ganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dan pemaafan secara simultan berhubungan positif signifikan dengan resiliensi penyandang disabilitas non bawaan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi $F = 0.000$ (lebih kecil dari $\alpha = 0.05$) pada pengujian uji simultan (uji F), artinya hipotesis diterima. Semakin tinggi regulasi emosi dan pemaafan penyandang disabilitas non bawaan maka akan semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi dan pemaafan maka akan semakin rendah pula resiliensi penyandang disabilitas non bawaan.

Kata kunci : pemaafan, resiliensi, regulasi emosi

**COMPETENT IN MAKING A CHANGE:
RESILIENCE OF PEOPLE WITH NON-FLOUR DISABILITY
REVIEWED FROM EMOTION AND EMPOWERMENT
REGULATION**

Faulia Silatu Rachmawati

15710055

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between emotional regulation and forgiveness of resilience in people with non-innate disabilities. The subjects in this study were 81 persons with non-blighted disabilities. The sampling technique in this study uses nonprobability accidental sampling technique. Data collection was carried out with three instruments, namely resilience scale, emotion regulation scale, and forgiveness scale. The data analysis method uses multiple linear regression analysis. The results of this study indicate that simultaneous emotion and forgiveness have a significant effect on the resilience of people with non-innate disabilities. This is indicated by the significance value of $F = 0.000$ (less than $\alpha = 0.05$) in the simultaneous test (F test), meaning that the hypothesis is accepted. The higher the emotional regulation and forgiveness of people with non-innate disabilities, the higher the resilience. Conversely, the lower the emotion and forgiveness regulation, the lower the resilience of people with non-innate disabilities.

Keywords : *forgiveness, resilience, emotional regulation*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu mengharapkan kehidupannya dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan, namun pada kenyataannya berbagai kejadian tak terduga dapat menyebabkan individu menjadi penyandang disabilitas. Menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) kata “penyandang” diartikan sebagai orang yang menyandang (menderita) sesuatu, sedangkan kata disabilitas merupakan kata bahasa Indonesia yang berasal dari serapan bahasa Inggris *disability* (jamak: *disabilities*) yang berarti cacat atau ketidakmampuan. Undang-undang RI No. 8 tahun 2016 pasal 1 menyebutkan bahwa penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama sehingga dalam berinteraksi dengan lingkungan mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak.

Di Indonesia perkembangan dan perbedaan konsep, tujuan serta definisi menyebabkan data penyandang disabilitas yang dikumpulkan oleh badan pusat statistik, kementerian sosial, pendidikan dan kesehatan dapat berbeda (Diono, Mujaddid, Prasetya, & Budijanto, 2014). Badan Pusat Statistik pada tahun 2010, mencatat jumlah penyandang disabilitas sebesar 4.74% yaitu sebanyak 9.046.000 jiwa dari 237 juta jiwa. Sedangkan data PUSDATIN dari Kementerian Sosial pada tahun yang sama, jumlahnya sebanyak 11.580.117 jiwa. Berdasarkan Survei Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2012, jumlah penyandang disabilitas di Indonesia sebesar 2.45% (6.515.500 jiwa) dari 244.919.000 estimasi

jumlah penduduk di tahun tersebut (Diono, Mujaddid, Prasetya, & Budijanto, 2014).

Data dinas kependudukan dan catatan sipil pada tahun 2018 mencatat jumlah penyandang disabilitas di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mencapai 9.741 jiwa. Data tersebut terdiri dari penyandang disabilitas mental dan fisik, tuna netra, tuna wicara, disabilitas fisik, disabilitas mental, dan lain-lain. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah terkait jumlah penyandang disabilitas di provinsi DIY berdasarkan data kependudukan.

Tabel 1

Jumlah penduduk disabilitas di D. I. Yogyakarta

No	Kota/ Kabupaten	Tahun			
		2015	2016	2017	2018
1.	Kulon Progo	979	1.108	1.135	1.134
2.	Bantul	1.856	1.781	1.876	1.872
3.	Gunung Kidul	3.570	3.353	3.191	3.246
4.	Sleman	1.625	1.818	1.776	1.844
5.	Kota Yogyakarta	1.302	1.276	1.693	1.645
	Jumlah	9.332	9.336	9.671	9.741

Sumber : www.kependudukan.jogjaprovo.go.id

Jumlah penyandang disabilitas setiap harinya mengalami peningkatan, hal ini disebabkan oleh kecelakaan, penyakit kronis ataupun bencana alam (Solider, 2005). Menurut data yang dimuat dalam situs *disabled-world.com*, penyandang disabilitas non bawaan jumlahnya lebih besar dibandingkan dengan penyandang disabilitas bawaan lahir (Firdaus, 2018). Diperkirakan jumlah penyandang disabilitas non bawaan mencapai 97% dari 100% penyandang disabilitas di dunia. Faktor penyebab individu mengalami disabilitas non bawaan antara lain kecelakaan, penyakit kronis, bencana alam serta berbagai kejadian tak terduga lainnya. Di Indonesia,

sebanyak 60% penyandang disabilitas non bawaan disebabkan oleh penyakit, 16% disebabkan oleh kecelakaan, 1,8% disebabkan malnutrisi, 5,2% disebabkan oleh stress, dan sebanyak 17% disebabkan oleh faktor bawaan lahir (Monash University, 2017).

Penyandang disabilitas non bawaan yang mengalami disabilitas pada aspek fisik, mental, intelektual maupun sensorik akan merasakan berbagai dampak akibat serangkaian perubahan dalam hubungan keluarga, relasi sosial, maupun dalam menjalankan berbagai macam peran dalam bermasyarakat. Menurut Senra (2011) terdapat enam dampak psikologis pada penyandang disabilitas non bawaan, antara lain: (1) merasakan berbagai kesulitan dalam menggunakan kemampuan dasar dan hilangnya kepercayaan diri yang mengakibatkan munculnya perasaan rendah diri sehingga menimbulkan depresi, (2) mengalami trauma seperti merasakan kesedihan dan frustrasi ketika identitasnya berubah menjadi penyandang disabilitas, (3) menunjukkan sikap marah dan penyesalan atas kejadian tersebut, (4) shock yaitu perasaan yang teramat sedih dan tidak menyangka akan keadaannya yang telah berubah, (5) tidak mampu menerima keadaan sebagai penyandang disabilitas, dan (6) berpikir untuk bunuh diri merupakan salah satu dampak paling ekstrim dari dampak psikologis yang mengikuti penyandang disabilitas non bawaan.

Menurut Feist dan Feist (2006) kekurangan pada salah satu bagian tubuh individu akan mempengaruhi individu tersebut secara keseluruhan. Individu yang awalnya menjalani kehidupan dengan keadaan fisik yang normal serta mampu melakukan berbagai aktivitas secara mandiri tiba-tiba harus merasakan hambatan dalam beraktivitas. Hambatan tersebut dapat menimbulkan stress dan putus asa karena individu tidak dapat dengan leluasa melakukan hal yang seharusnya dapat dilakukan. Selain itu,

tuntutan lingkungan yang mengharuskannya untuk mandiri, membuat penyandang disabilitas kesulitan untuk beradaptasi baik dengan diri sendiri maupun lingkungan sosialnya (Setyowati dkk, 2015).

Disabilitas yang tidak bisa disembuhkan dapat menghambat penyandang disabilitas untuk melakukan penyesuaian diri dan penyesuaian sosial (Hurlock, 2006). Perubahan keadaan yang terjadi secara mendadak merupakan hal yang sulit diterima oleh penyandang disabilitas non bawaan. Individu yang sulit menerima keadaan dirinya yang telah berubah akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Selain itu, perubahan keadaan menyebabkan individu mengalami hambatan terhadap fungsi sosialnya seperti bersosialisasi, bersekolah, dan bekerja. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi aktivitas fisik, kepercayaan, dan harga diri penyandang disabilitas dalam berhubungan dengan orang lain.

Masyarakat masih menganggap penyandang disabilitas sebagai beban yang merepotkan, memalukan, tidak berguna, dianggap sebagai sebuah aib keluarga dan masyarakat serta dikucilkan dalam pergaulan. Tidak jarang penyandang disabilitas disembunyikan, dipasung bahkan ada yang dibuang. Selain itu, penyandang disabilitas masih mengalami diskriminasi, stigma dan berbagai label negatif dari masyarakat sehingga individu mengalami kesulitan melakukan berbagai macam peran dalam bermasyarakat. Berita yang dimuat dalam situs *m.cnnindonesia.com* (2019) memaparkan perjuangan seorang Dokter gigi Romi Syofpa Ismael yang tengah memperjuangkan nasibnya karena mengalami diskriminasi gagal menjadi PNS akibat kondisinya sebagai penyandang disabilitas non bawaan. Setelah melahirkan Romi mengalami disabilitas akibat paraplegia (kelemahan pada tungkai kaki bawah). Kronologi yang dialami oleh

Romi diawali dengan Romi mendaftar mengikuti seleksi CPNS, dinyatakan lulus dan melakukan pemberkasan dan tes kesehatan. Hasil tes kesehatan menyatakan bahwa Romi layak bekerja akan tetapi dua minggu kemudia Bupati mengeluarkan surat yang menyatakan tak meloloskan Romi dengan alasan tak sesuai dengan persyaratan formasi umum.

Individu yang mengalami disabilitas akibat kecelakaan akan masuk dalam situasi tertentu, dimana individu akan merasa tertekan dan depresi. Penelitian Arianti & Partini (2017) terhadap 40 penyandang tuna daksa bawaan lahir dan 40 penyandang tuna daksa akibat kecelakaan, hasil penelitian menunjukkan tingkat depresi penyandang tuna daksa akibat kecelakaan lebih tinggi dibandingkan dengan penyandang tuna daksa bawaan lahir. Hasil penelitian Damayanti & Rostiana (2013) menemukan bahwa penyandang disabilitas pasca kecelakaan yang mengalami depresi biasanya menunjukkan ketidakstabilan emosi sehingga individu mulai menyalahkan diri sendiri bahkan orang lain setelah perubahan keadaan yang dialami. Selain itu, individu menjadi mudah marah, sensitif, brteriak, menarik diri dari lingkungan sosial, cenderung menghindar dalam menghadapi permasalahan, bahkan memiliki pikiran untuk melakukan percobaan bunuh diri. Gejala emosi negatif seperti takut, marah, cemas, stres, depresi, tidak berdaya, dan putus asa dapat menurunkan kemampuan individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi dan menandakan kurang optimalnya resiliensi yang dimiliki individu (Siebert, 2005).

Percobaan bunuh diri sempat dilakukan oleh dua penyandang disabilitas non bawaan yang merasa frustasi dan depresi akibat perubahan keadaan secara mendadak, berita tersebut dimuat dalam situs *www.rappler.com* (2017). Laura Aurelia Dinda harus menerima kenyataan pahit di usia 15 tahun yaitu kehilangan fungsi kedua kakinya akibat

keretakan tulang punggung. Perubahan keadaan tersebut menyebabkan Laura Aurelia depresi berat dan sempat mencoba bunuh diri. Kisah serupa juga dialami Akmala Hadita yang kehilangan penglihatan sejak remaja akibat kecelakaan sepeda motor yang dialaminya. Akmala merasa depresi dan frustrasi sehingga melakukan percobaan bunuh diri dengan cara menabrakkan diri ke kereta api, menyeberang di jalan raya, dan meminum racun.

Menurut Senra (2011) perubahan keadaan menyebabkan penyandang disabilitas non bawaan mengalami kesulitan dengan kemampuan dasar, kesulitan beraktivitas, perasaan rendah diri, hilangnya kebebasan, mengalami masalah kesejahteraan, perubahan afektif dan seksual, serta merasa ditinggalkan oleh orang lain. Selain itu, penelitian Firdaus (2018) yang telah melakukan wawancara dan observasi terhadap sepuluh penyandang disabilitas non bawaan di Yogyakarta, mereka mengatakan bahwa pada masa awal menyandang status sebagai penyandang disabilitas ada rasa putus asa, menolak kenyataan, frustrasi, dan perasaan marah yang mendalam terhadap kejadian yang menimpanya. Mereka merasa semua cita-cita yang sudah direncanakan hilang seketika. Tidak adanya semangat untuk melanjutkan hidup yang mereka rasakan tidak hanya berjalan selama beberapa waktu saja akan tetapi hingga bertahun-tahun. Mereka membutuhkan waktu lama untuk dapat menerima dan beradaptasi dengan perubahan keadaan yang dialaminya secara mendadak. Selain itu, mereka juga tidak mau berinteraksi dengan lingkungan sosial, menggurung diri di kamar selama beberapa tahun dan tidak mau melakukan aktivitas seperti sebelum menjadi penyandang disabilitas.

Penelitian Tentama (2014) terhadap beberapa murid penyandang disabilitas di SLB Negeri 3 Yogyakarta, diperoleh informasi bahwa dalam diri individu penyandang disabilitas seringkali muncul pikiran-pikiran yang negatif terhadap keadaan fisiknya, menganggap dirinya tidak berguna, masa depan tidak jelas, merasa di diskriminasikan sehingga individu tidak mampu beradaptasi dan menerima keadaan dirinya. Penelitian Retnowati dan Perwitasari (2012) yang telah melakukan penelitian pada beberapa lembaga disabilitas di Yogyakarta juga menyimpulkan bahwa mereka yang mengalami disabilitas umumnya akan mengalami perasaan rendah diri, merasa masa depannya suram, tidak memiliki tujuan hidup, pasrah dengan keadaan, kesulitan beradaptasi, dan merasa tidak yakin dapat melanjutkan hidup secara mandiri.

Tugade dan Fredrickson (2004) memaparkan bahwa individu dengan resiliensi tinggi lebih sehat secara psikologis, memiliki sikap optimis, dinamis, bersikap antusias terhadap berbagai hal, terbuka terhadap pengalaman baru, dan memiliki emosional yang lebih positif. Hal tersebut belum terealisasikan pada penyandang disabilitas non bawaan, terlihat dari hasil penelitian di atas yang menunjukkan bahwa permasalahan yang dialami penyandang disabilitas non bawaan adalah belum mampu beradaptasi positif dan berkembang secara kompeten menghadapi perubahan keadaan yang terjadi secara mendadak. Resiliensi yang belum optimal mengakibatkan penyandang disabilitas non bawaan mengalami berbagai macam hambatan dalam penyesuaian diri dan sosial seperti kesulitan dalam melakukan aktivitas secara mandiri, bergantung pada orang lain, kesulitan dalam kemampuan dasar, kesulitan dalam bersosialisasi, bersekolah, bekerja dan kesulitan menjalankan berbagai macam peran dalam bermasyarakat.

Menurut Widuri (2012), setiap orang membutuhkan resiliensi yaitu suatu kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat, karena satu hal yang harus diingat bahwa hidup penuh dengan rintangan dan cobaan. Resiliensi tidak hanya menggambarkan tentang bagaimana individu bertahan hidup dalam berbagai situasi yang sulit namun juga dapat berkembang dalam menghadapi kesulitan. Holaday (dalam Pratiwi dan Hartosujono, 2014) memaparkan bahwa resiliensi membantu individu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa negatif, dan mampu beradaptasi terhadap stress ekstrim dan kesengsaraan yang dapat memicu depresi. Resiliensi yang dimiliki oleh individu dapat membantu individu untuk lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan atau lingkungan baru (Saputro & Nashori, 2017).

Resiliensi dapat digunakan untuk membantu individu dalam menghadapi dan mengatasi situasi sulit serta dapat digunakan untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidupnya. Menurut Stuntzner & Hartley (2014) resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan dapat membantu individu untuk menyesuaikan diri dengan disabilitas, menghadapi bias dan sikap diskriminasi dari masyarakat, serta mengatasi perubahan keadaan yang terjadi setelah menjadi penyandang disabilitas. Biasanya kesulitan atau kegagalan memang akan membuat orang menjadi terpuruk hingga mengalami kecemasan, stres dan depresi namun dengan adanya kemampuan resiliensi dalam diri penyandang disabilitas non bawaan akan membuat individu terhindar dari kecemasan, stres dan depresi sehingga dapat bertahan dan berkembang secara kompeten menghadapi perubahan keadaan.

Salah satu contoh seorang penyandang disabilitas non bawaan yang mampu sukses melawan keterbatasannya adalah Bapak Triyono. Bapak Triyono mengalami disabilitas akibat penyakit polio saat kecil namun hal tersebut tidak menjadi hambatan untuk menempuh pendidikan. Lulus sarjana pertanian Universitas Sebelas Maret menjadi langkah awal bangkitnya semangat hidup pak Triyono. Pencapaian tersebut menyadarkannya bahwa penyandang disabilitas juga memiliki kesempatan yang sama dengan individu yang normal. Bapak triyono kemudian mendirikan *Difabike*. *Difabike* merupakan satu-satunya ojek difabel di dunia yang menyediakan jasa transportasi dengan nama *Difa City Tour* dan *Transport*. Sampai saat ini *Difabike* telah dikenal luas oleh masyarakat dan membantu penyandang disabilitas untuk bangkit dan semangat mencari nafkah guna melanjutkan hidup. Sesuai dengan pemaparan Desmita (2006) resiliensi membantu individu untuk berhasil menyesuaikan diri dalam situasi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, kompetensi vokasional, dan berbagai tekanan yang dialami.

Angkie Yudistia juga merupakan salah satu contoh dari beberapa penyandang disabilitas non bawaan yang mampu membawa dirinya dalam kesuksesan ditengah keterbatasannya. Angkie Yudistia wanita dari Medan yang merupakan salah satu penyandang disabilitas. Angkie mengalami ketulian sejak usia 10 tahun. Mengalami keterbatasan pendengaran saat remaja merupakan masa sulit bagi Angkie. Namun Angkie tidak pernah patah semangat untuk mengenyam pendidikan hingga S2. Angkie juga pernah terpilih sebagai "*The Most Fearless Female Cosmopolitan 2008*", dan saat ini bersama rekan-rekannya mendirikan "*Thisable Enterpiprise*" untuk memberdayakan orang-orang yang memiliki keterbatasan. Dengan

hal tersebut menunjukkan bahwa Angkie mampu memunculkan resiliensi dalam dirinya dengan mengatasi mental block dirinya (Maharani, 2017).

Resiliensi merupakan istilah yang muncul dari penelitian tentang faktor resiko dan faktor protektif (Robert, 2007). Faktor protektif resiliensi menurut Mccubbin (2001) antara lain harga diri, pemaafan, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dukungan keluarga, dan optimisme. Faktor protektif, khususnya menjadi penting ketika individu menghadapi faktor beresiko. Faktor resiko merupakan faktor yang dapat memunculkan kerentanan terhadap stress (Schoon, 2006). Faktor resiko yang dialami penyandang disabilitas non bawaan adalah perubahan keadaan yang terjadi secara mendadak akibat kejadian tak terduga seperti kecelakaan, penyakit kronis maupun bencana alam. Pada individu yang resilien, kuatnya peran faktor protektif mendorong individu untuk mampu memunculkan strategi yang efektif dalam mengelola stress, hingga pada akhirnya menemukan jalan untuk bangkit dan mencapai resiliensi (Hendriani, 2018).

Salah satu faktor protektif internal yang mempengaruhi resiliensi adalah regulasi emosi (McCubin, 2001). Kemampuan yang tinggi dalam mengelola dan mengatur emosi akan membuat individu mampu untuk segera bangkit dalam keterpurukannya (Goleman, 2007). Menurut Haeussler (2013) regulasi emosi terutama pada emosi positif dan bukan emosi negatif serta strategi regulasi emosi yang tepat akan menumbuhkan resiliensi. Penelitian Tugade & Fredrickson (2007) menunjukkan bahwa regulasi emosi yang menghasilkan emosi positif akan sangat membantu dalam membangun resiliensi individu pada situasi stress atau trauma. Selain itu, ketrampilan regulasi emosi akan membantu individu untuk melakukan pengendalian emosi, menjaga perasaan ketika sedih,

mengurangi kecemasan dan meningkatkan resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Sebaliknya, individu yang kesulitan dalam melakukan regulasi emosi akan kesulitan pula untuk beradaptasi, menjalin relasi dan mempertahankan hubungan yang telah terjalin (Widuri, 2012).

Selain regulasi emosi, pemaafan juga menjadi salah satu faktor protektif resiliensi (Kumar & Dixit, 2014). Pemaafan merupakan strategi *coping* stres yang adaptif dan dapat mendukung individu dalam menghadapi permasalahan hidup.. Individu yang melakukan pemaafan mampu mengungkapkan dan menghadapi emosi negatif dengan melihat dari sudut pandang yang baru, proses ini membantu seseorang mengembangkan kemampuan adaptasi dan bangkit dari permasalahan yang dihadapi sehingga individu dapat mengembangkan resiliensi (Broyles, 2005). Menurut Abid & Sultan (2015) pemaafan dapat meningkatkan kesehatan mental dan resiliensi, karena latihan pemaafan secara umum dapat membantu menemukan strategi terbaik untuk berurusan dengan perasaan stres, terluka, balas dendam, dan sakit hati. Sebaliknya, individu yang enggan melakukan pemaafan kemungkinan akan melakukan pertahanan diri yang menyebabkan melemahnya sumber kekuatan dalam dirinya, seperti distorsi kognitif, kesulitan menyesuaikan diri dengan keadaan, kondisi kesehatan yang menurun, stres, kecemasan dan munculnya berbagai emosi negatif.

Penyandang disabilitas non bawaan dari tahun ke tahun mengalami peningkatan jumlah. Menurut Riskedas pada tahun 2013 data prevalensi disabilitas di Indonesia mencapai 11%. Sedangkan pada tahun 2016 menurut Sakernas prevalensi disabilitas di Indonesia mencapai 12.15%, diasumsikan masih akan terus bertambah pada tahun-tahun berikutnya (LPEM FEB UI, 2017). Akan tetapi yang menjadi persoalan adalah

peningkatan tersebut tidak diimbangi dengan peningkatan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan. Mengingat fakta telah menunjukkan banyaknya individu yang tidak mampu mengatasi beratnya problem psikologis dalam menjalani perubahan kondisi menjadi penyandang disabilitas (Senra, 2011; Tentama, 2014; Retno dan Perwitasari, 2012; Firdaus, 2018) maka dibutuhkan penelitian terkait faktor protektif resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan sebagai upaya untuk mendorong individu strategi coping stres sehingga individu mampu untuk beradaptasi positif, bertahan, dan berkembang secara kompeten menjalani perubahan keadaan. Hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara bersama-sama menghubungkan regulasi emosi, pemaafan dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan.

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut maka peneliti berfokus pada tiga konsep variabel yaitu regulasi emosi, pemaafan, dan resiliensi. Penelitian ini merumuskan permasalahan “Apakah ada hubungan antara regulasi emosi, pemaafan dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan”.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui hubungan antara regulasi emosi, pemaafan dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan.
2. Mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan.
3. Mengetahui hubungan antara pemaafan dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik manfaat secara teoritis maupun manfaat secara praktis. Adapun manfaat tersebut, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan resiliensi, regulasi emosi, dan pemaafan khususnya pada penyandang disabilitas non bawaan serta dapat menjadi literatur dalam ilmu psikologi khususnya pada psikologi klinis dan psikologi positif.
- b) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur yang menunjang penelitian-penelitian senada di masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut:

- a) Bagi penyandang disabilitas non bawaan
Manfaat praktis penelitian ini bagi penyandang disabilitas non bawaan yaitu untuk menginformasikan faktor-faktor dari resiliensi yaitu regulasi emosi dan pemaafan sehingga dapat membangun kesadaran penyandang disabilitas non bawaan dalam pentingnya meningkatkan resiliensi melalui regulasi emosi dan pemaafan.
- b) Bagi instansi terkait penyandang disabilitas non bawaan
Manfaat praktis bagi instansi terkait seperti komunitas, yayasan, pusat rehabilitasi ataupun lembaga swadaya masyarakat (LSM) yaitu regulasi dan pemaafan secara bersamaan dapat digunakan sebagai upaya *preventif* perilaku negatif pada penyandang disabilitas non bawaan yang kesulitan untuk menerima, beradaptasi dan

berkembang dalam menghadapi perubahan keadaan menjadi penyandang disabilitas non bawaan.

E. Keaslian Penelitian

Sepanjang pengetahuan peneliti, penelitian dengan judul yang sama yaitu “ Resiliensi Penyandang Disabilitas Non Bawaan Ditinjau Dari Regulasi Emosi dan Pemaafan” belum ditemukan. Adapun beberapa penelitian yang berkaitan dengan variabel- variabel yang diteliti oleh peneliti, antara lain :



Tabel 2*Keaslian Penelitian*

No	Identitas jurnal	Tema	Teori	Subjek	Hasil Penelitian	Nama jurnal
1	Judul :Resiliensi Pada Penyandang Tuna Daksa Non Bawaan Peneliti : Pratiwi dan Hartosujono Tahun : 2014	Resiliensi Penyandang disabilitas non bawaan	Penelitian ini menggunakan teori resiliensi Reivich dan Shatte	Penyandang g disabilitas non bawaan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek memiliki kemampuan resiliensi yang baik.	Humanitas
2	Judul : <i>Regulation Of Emotion: Emotion Regulation Strategies That Promote Resilience</i> Peneliti :Tugade dan Fredrickson Tahun : 2007	Resiliensi dan regulasi emosi	Penelitian ini menggunakan teori yang disampaikan oleh Fredrickson (1998) dan Gross (1998).	Remaja	Regulasi emosi sangat berpengaruh terhadap resiliensi individu dalam proses bangkit dari keterpurukan dan kondisi traumatis.	<i>Journal of Happiness Studies</i>
3.	Judul :Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa pertama Peneliti : Widuri Tahun : 2012	Resiliensi dan regulasi emosi Mahasiswa	Teori resiliensi Reivich & Shatte (2002) dan teori regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross (1998).	Mahasiswa Tahun pertama	Adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi.	Humanitas
4.	Judul : Peran regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer Peneliti : Ningpraja & Santhoso Tahun : 2016	Resiliensi dan regulasi siswa	Resiliensi Reivich dan Shatte (2002) dan Regulasi emosi yang dikemukakan oleh Thompson (1994).	Siswa sekolah berasrama berbasis militer	Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi.	Gajah mada journal of psychology

No	Identitas Jurnal	Tema	Teori	Subjek	Hasil Penelitian	Nama Jurnal
5.	Judul : Peningkatan Resiliensi Perempuan Korban Pelecehan Seksual Melalui Pelatihan Regulasi Emosi Peneliti : Izzaturohmah Tahun : 2018	Resiliensi dan Regulasi em Perempuan Korban Pelecehan Seksual	Penelitian ini menggunakan teori resiliensi Kumpfer (1999) dan regulasi emosi Greenberg (2002).	Perempuan Korban Pelecehan Seksual	Pelatihan regulasi emosi efektif untuk meningkatkan resiliensi perempuan pecehan korban pelecehan seksual.	Psikohumani ora
6.	Judul : Hubungan antara pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain, pemaafan situasi dengan resiliensi pada mahasiswa baru (studi korelasi pada mahasiswa baru universitas diponegoro semarang). Peneliti : Habibi dan Hidayati Tahun : 2017	Resiliensi dan Pemaafan mahasiswa baru	Menggunakan teori Connor dan Davidson (2003)	Mahasiswa baru	Hasil penelitian menunjukan terdapat korelasi positif dalam tingkat sedang dan signifikan antara pemaafan diri sendiri dengan resiliensi, pemaafan orang lain dengan resiliensi dan pemaafan situasi dengan resiliensi.	Jurnal empati
7.	Judul : <i>Dispositional Forgiveness As A Predictor Of Psychological Resilience Among Women: A Sign Of Mental Health</i> Peneliti : Abid dan Sultan Tahun : 2015	Resiliensi dan Pemaafan	Menggunakan teori Thompson dkk (2005)	Perempuan bekerja	Hasil penelitian menunjukan ada hubungan positif yang signifikan antara pemaafan dan resiliensi psikologis.	<i>Journal on Educational Psychology</i>

Identitas Jurnal	Tema	Teori	Subjek	Hasil Penelitian	Nama Jurnal
8. <i>Judul : Resilience: its relationship to forgiveness in older adults</i> Peneliti : Broyles Tahun : 2005	Resiliensi dan Pemaafan	Teori penelitian ini adalah resiliensi oleh Wagnild & young (1993) dan pemaafan Berry, Worthington, O'Connor, Parrott, dan Wade (2005).	Orang dewasa tua	Hasil analisis menunjukkan korelasi yang rendah, tetapi secara statistik signifikan antara pemaafan dan resiliensi.	<i>Doctoral dissertation</i>
9. <i>Judul : Emotion regulation ability and resilience in a sample of adolescent from suburban area</i> Peneliti : Mestre dkk Tahun : 2017	Resiliensi dan Regulasi emosi	Dominguez sanchez dkk (2001),	Remaja	Hasil penelitian menunjukkan regulasi emosi signifikan memprediksi resiliensi	<i>Frontiers in psychology</i>
10. <i>"Forgiveness, Gratitude and Resilience Among Indian Youth</i> Peneliti : Kumar dan Dixit Tahun : 2014	Resiliensi dan pemaafan	Menggunakan teori pemaafan dari Thompson dkk (2005)	Sarjana penelitian yang terdiri dari 30 wanita dan 20 pria	Hasil analisis data menunjukkan korelasi positif yang rendah tetapi signifikan secara statistik antara pemaafan dan kebersyukuran dengan resiliensi.	<i>Indian Journal of health and well-being</i>

Berdasarkan pebelitian terdahulu, penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan keaslian dari penelitian ini, adapun perbedaan tersebut, antara lain:

1. Keaslian Tema

Tema dalam penelitian ini memiliki kesamaan dengan beberapa penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu resiliensi, regulasi emosi, dan pemaafan. Pada penelitian ini menitikbertkan pada hubungan antara reguasi emosi dan pemaafan terhadap resiliensi. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kumar & Dixit (2014) penelitian resiliensi dikur melalui pemaafan dan kebersyukuran. Selain itu, ada pula penelitian milik Pratiwi & Hartosujono (2014) menggunakan pendekatan teori dari Reivich & Shatte untuk mengetahui kecenderungan kemampuan resiliensi. Oleh sebab itu meski telah banyak penelitian mengenai resiliensi, penelitian ini memaparkan titik fokus dan panduan teori yang berbeda dalam mengupas sebuah fenomena.

2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini untuk menjelaskan resiliensi menggunakan teori dari Connor & Davidson (2003). Pada penelitian sebelumnya yang telah disebutkan pada tabel diatas menggunakan teori yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte (2007), Kumper (1999) ataupun Wagnild & Young (1993). Pada teori milik Connor & Davidson (2003) dijelaskan bahwa aspek-aspek resiliensi yaitu (1) kompetensi pribadi, standar tinggi dan keuletan (2) percaya diri, toleransi terhadap pengaruh negatif, dan memperkuat pengaruh stres (3) penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan interpersonal yang aman (4) kontrol (5) spiritualitas.

Pada variabel regulasi emosidalam penelitian ini digunakan teori milik Gross (2007). Sedangkan pada penelitian lain menggunakan teori regulasi emosi milik Greenberg (2002) ataupun Thompson. Sementara untuk teori pemaafan, penelitian ini menggunakan teori pemaafn milik Thompson dkk (2005) teori ini cukup umum digunakan dalam penelitian mengenai pemaafan.

3. Keaslian Subjek

Pada beberapa penelitian sebelumnya subjek yang digunakan dalam penelitian adalah mahasiswa tahun pertama ataupun mahasiswa baru. Selain itu, ada pula penelitian sebelumnya yang menggunakan subjek wanita korban pelecehan, wanita lanjut usia ataupun remaja. Subjek dalam penelitian ini sedikit berbeda dengan subjek pada penelitian sebelumnya, yaitu penyandang disabilitas non bawaan lahir yang mengalami disabilitas akibat kejadian tak terduga seperti kecelakaan, penyakit kronis, ataupun bencana alam pada masa pertumbuhan.

4. Keaslian Alat Ukur

Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif sehingga pengambilan data menggunakan skala. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala resiliensi berdasarkan teori Connor & Davidson (2003), skala regulasi emosi berdasarkan teori dari Gross (2007), dan skala pemaafan berdasarkan teori milik Thompson dkk (2005). Pada skala resiliensi peneliti melakukan modifikasi skala yang bersumber dari teori yang dikemukakan oleh Connor & Davidson (2003). Sedangkan untuk skala regulasi emosi dan pemaafan, peneliti menggunakan skala regulasi emosi yang disusun oleh Syafanda menurut teori Gross (2007) dan skala pemaafan yang diadaptasi oleh

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan antara regulasi emosi, pemaafan dan resiliensi penyandang disabilitas non bawaan. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi $F = 0.000$ (lebih kecil dari $\alpha = 0.05$) pada pengujian uji simultan (uji F). Semakin tinggi regulasi emosi dan pemaafan penyandang disabilitas non bawaan maka akan semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi dan pemaafan maka akan semakin rendah pula resiliensi penyandang disabilitas non bawaan.
2. Ada hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi penyandang disabilitas non bawaan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) adalah 0.729 dengan nilai $p = 0.000$ ($P < 0.05$). Nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan. Semakin tinggi regulasi emosi penyandang disabilitas non bawaan maka akan semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi maka akan semakin rendah pula resiliensi penyandang disabilitas non bawaan.
3. Ada hubungan antara pemaafan dan resiliensi penyandang disabilitas non bawaan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) adalah 0.681 dengan nilai $p = 0.000$ ($P < 0.05$). Nilai signifikansi

$p=0.000$ ($p<0.05$) dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara pemaafan dan resiliensi pada penyandang disabilitas non bawaan. Semakin tinggi pemaafan penyandang disabilitas non bawaan maka akan semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah pemaafan maka akan semakin rendah pula resiliensi penyandang disabilitas non bawaan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti mengajukan beberapa saran diantaranya :

1. Bagi partisipan penelitian

Bagi partisipan penelitian diharapkan agar dapat mengasah dan meningkatkan kemampuan memahami emosi, pengendalian emosi, dan penguasaan terhadap stress sehingga nantinya dapat membantu meningkatkan kemampuan beradaptasi positif dan berkembang ketika menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup. Selain itu, diharapkan pula dapat melepaskan perasaan, emosi, dan pemikiran-pemikiran negatif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi negatif yang terjadi diluar kendali siapapun.

2. Bagi instansi terkait penyandang disabilitas non bawaan

Bagi lembaga swadaya masyarakat (LSM), komunitas maupun tempat rehabilitasi penyandang disabilitas non bawaan diharapkan dapat memberikan uaya preventif berupa pelatihan peningkatan regulasi emosi dan pemaafan kepada penyandang disabilitas non bawaan sehingga individu dapat mengoptimalkan kemampuan bertahan dan berkembang dalam menghadapi perubahan keadaan yang dialami secara mendadak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil dari penelitian ini masih dianggap dasar, untuk mendapatkan gambaran yang lebih luas lagi dapat menambah jumlah subjek penelitian yang cakupannya lebih luas sehingga hasil penelitian merupakan hasil yang tergeneralisasi. Penelitian selanjutnya diharapkan peneliti mempertimbangkan variabel-variabel lain yang mempengaruhi resiliensi dengan menggunakan subjek yang memiliki kondisi yang sama.



DAFTAR PUSTAKA

- Abid, M & Sultan, S. (2015) Dispositional forgiveness as a predictor of psychological resilience among women: a sign of mental health. *Journal on educational psychology*.
- Arianti, E.F & partini. (2017). Tingkat depresi ditinjau dari latar belakang penyebab kecacatan pada penyandang tuna daksa. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol.2 No. 2.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan alat ukur*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Broyles, L.C. (2005). Resilience: its relationship to forgiveness in older adults. *Disertation*. Knoxville: The university of tennessee.
- Connor, K.M & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: the connor-davidson resilience scale (SD-RISC). *Depression and anxiety*
- Damayanti & Rostiana (2013). Dinamika emosi penyandang tuna daksa pasca kecelakaan. *Jurnal ilmiah psikologi*.
- Desmita. (2006). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Diono, A., Mujaddid, P. F., & Budijanto, D. (2014). Situasi penyandang disabilitas. *Buletin Jendela Data & Informasi Kesehatan* (2), 1-56.
- Feist, J dan Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian*. Jakrta: Salemba.
- Firdaus, G. (2018). Hubungan pemahaman diri dan dukungan keluarga dengan kebermaknaan hidup penyandang disabilitas non bawaan di yogyakarta. Yogyakarta: *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Ghozali , I. (2005). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Gratz, K.L dan Roemer, L. (2004). Multidimensional assesment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assesment*. 41-54.
- Gross, J.J., & Thompson, R.A. (2007). *Emotion Regulation: Conceptual Foundation*. In J.J. Gross (Ed.), *handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Gupta, N., & Kumar, S. (2015). Significant predictors for resilience among a sample of undergraduate student: Acceptance: Forgiveness and gratitude. *Indian journal of health and wellbeing*. 6(2). 188-191.
- Habibi, M. M dan Hidayati, F. (2017). Hubungan antara pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain dan pemaafan situasi dengan resiliensi pada mahasiswa baru (studi korelasi pada mahasiswa baru universitas diponegoro semarang). *Jurnal empati*. Vol. 6 No. 2.
- Hendriana, W. (2018). *Resiliensi psikologis sebuah pengantar*. Prenadamedia group: Jakarta.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, n., Berger, e.l., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience?. *Journal of psychiatry*. 56(5), 258-265.
- Hurlock, E.B. (2006). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidiyati dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kalil, A. (2003). *Family resilience and good child outcome: a review of the literature*. New Zeland: ministry of social development.

- Kay, S. (2016). Emotion regulation and resilience: Overlooked connection. *Industrial and organizational psychology*, 9 (2).
- Khasan, M. (2017). Perspektif islam dan psikologi tentang pemaafan. *Jurnal at- Taqaddum*, Vol. 9 No. 1.
- Kumar, A., & Dixit, V. (2014). Forgiveness, gratitude and resilience among indian youth. *Indian journal of health and wellbeing*. 5(12). 1414-1419.
- McCubin, L. (2001). *Chalange to the definition of resilience*. Paper presented at The Annual Meeting of The American Psychological Associatio in san Fransisco.
- Monash University, Australian Government. (2017). Disability in Indonesia: what we can learn from the data?. *Australia Indonesia partnership for economic governance*.
- Nashori, F. (2011). Meningkatkan kualitas hidup dengan pemaafan. *UNISIA*. Vol. 33 No. 75.
- Pratiwi, I & Hartosujono. (2014). Resiliensi pada penyandang tuna daksa non bawaan. *Jurnal SPIRITS*. Vol. 5 No. 1.
- Reivich, K dan Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.
- Robert, K., A. (2007). Self-efficacy, self-concept, and social competences as resources supporting resilience and psychological well-being young adults reared within the military community. *Dissertation*, fielding graduate university.
- Sabili, Z. (2016). Hubungan forgiveness dan psychological well-being pada perempuan dari kelompok minoritas seksual. *Skripsi*. Jakarta. Universitas Indonesia.

- Saputro, I dan Nashori, F. (2017). Resiliensi mahasiswa dirinjau dari pemaafan dan sifat kepribadian agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam*. Vol.4 No. 2.
- Schoon, I. (2006). *Risk and resilience: Adaptations in changing times*. New York: Cambridge University press.
- Senra, H., Oliveira, R. O., Leal, I., & Veira, C. (2011). Beyond the body image: a qualitative study on how adults experience lower limb amputation. *Clinical Rehabilitation*. 26(2) 180-191.
- Setyowati, R., Anganthi, N.R.N., Asyanti, S. (2016). Penurunan depresi pada difabel akibat kecelakaan melalui pelatihan keterampilan regulasi emosi. *Jurnal Psikologi*. 207-219.
- Solider Edisi I November-Desember. (2005). Undag-undang baru di atas kertas. Yogyakarta: SIGAB (Sasana Integrasi dan Advokasi Difabel).
- Stuntzner, S & Dalton, J. (2015). Forgiveness and disability: reconsideration of forgiveness as a vital component of the rehabilitation counseling profession. *Journal of applied rehanilitation counseling*, Vol. 46, No. 3.
- Stuntzner, S & Hartley, M. T. (2014). Resilience, coping, & disability: the development of a resilience intervention. *Ideas and research you can use: Vitas*.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Syafanda, R. (2018). Hubungan antara agresivitas dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku cyberbullying pada siswa MA ali Maksum yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.

- Tentama, F. (2014). Hubungan positive thingking dengan self-acceptance pada difabel (bawaan lahir) di slb negeri 3 yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 1-7.
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: two sides of the developing coin. *Emotion Review*. Vol. 3 No. 1
- Thompson, L., Snyder, C., Hoffman, L., Michael, S., Rasmussen, H., Billings, L & Robert, D. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
- Troy, A. & Mauss, I., (2011). Resilience in the face of stress: emotion regulation as a protective factor. In sterenm. Southwick, Breet T. Litz; dennis Charney, and Mathew J. Friedman (ed). *Resilience and mental health challenges across the life span* (pp. 30- 44). Cambridge University press.
- Tugade, M.M., & Fredricson, B.L. (2004). Resilienst individuals use positive emotion to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of ersonality and social psychology*, Vol. 86, No.2, 30-333.
- Widuri, E. (2012) Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas*, 9(2).
- [Http://www.m.cnnindonesia.com/](http://www.m.cnnindonesia.com/) diakses tanggal 8/08/2019 pukul 17.30 pm
- <https://www.rappler.com/> diakses tanggal 22/01/2019 pukul 09:14 am



LAMPIRAN

14. Tabulasi data penelitian skala resiliensi

Sub	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	A 6	A 7	A 8	A 9	A10	A 11	A 12	A 13	A 14	A 15	A 16	A 17	A 18	A 19	A 20	A 21	A 22	A 23	A 24	A 25	A 26	A 27	
S1	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	
S2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	1	1	3	1	3	3	3	3	4	
S4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	1	1	3	3	3	3	3	3	4	
S5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	
S6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	
S7	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
S8	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	
S9	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
S10	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	1	4	2	3	3	4	3	2	3	4	
S11	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	
S12	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	
S13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
S14	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	
S15	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
S16	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	
S17	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
S18	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	

S41	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	2	1	4	4	3	4	4	
S42	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	
S43	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	
S44	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	
S45	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4	
S46	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	
S47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	
S48	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	
S49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	
S50	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	
S51	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	
S52	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4
S53	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
S54	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	
S55	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	2	2	4	3	4	2	3	4	4	
S56	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4	
S57	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	4
S58	4	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3
S59	3	3	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	4
S60	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	2	3	3
S61	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S62	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	4

S63	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4
S64	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4
S65	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4
S66	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4
S67	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
S68	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3
S69	3	3	2	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	4
S70	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
S71	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
S72	4	3	3	4	3	1	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4
S73	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	4
S74	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	1	3	4	4	1	4	2	1	3	3	4	4	
S75	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S76	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	1	4	2	3	4	4
S77	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	1
S78	4	4	2	4	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	1	2	1	2	2	2	4	4
S79	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1	4	4	3	4	2	3	1	4	2	1	4	1	2	3	3	3
S80	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	1	4	2	1	2	3	3	3	2	1	2	2	3	4	4	4
S81	4	3	4	4	3	2	4	1	2	2	3	4	4	4	3	1	3	3	3	3	3	2	4	4	2	4	4

15. Tabulasi data penelitian skala regulasi emosi

Sub	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23
S1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2
S2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	2	4	4	4	5	4	5	5	4
S3	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4
S5	4	5	4	3	4	5	3	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	5	4	5	4
S6	4	5	3	2	4	5	3	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	5	4	4	4
S7	4	5	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4
S8	5	5	3	5	4	5	5	5	3	5	5	1	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	3
S9	4	5	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4
S10	4	5	4	3	4	5	3	5	4	5	3	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4	5	4
S11	5	4	3	2	2	4	4	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S12	5	4	3	4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S13	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S14	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	5
S15	1	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S17	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	2	2	5	5	4	5	5	5	4	4	5
S18	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S19	4	5	3	5	4	5	4	4	4	5	3	3	5	3	4	5	5	4	4	4	4	5	4

S20	1	3	1	2	5	4	5	1	5	5	4	4	1	2	5	5	5	4	4	5	4	5	4
S21	4	3	5	4	4	5	4	5	4	5	3	3	4	2	4	5	4	4	4	5	4	4	4
S22	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
S23	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	5	5	5	5	4	5	5
S24	4	4	5	5	4	2	1	4	5	5	2	1	5	3	2	2	5	5	5	5	2	5	1
S25	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4
S26	3	5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4
S27	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	3	2	4	1	4	4	4	4	3	4	3	4	4
S28	4	4	3	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	4	4	4	3	3
S29	5	5	4	4	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5
S30	5	5	2	2	5	4	5	4	2	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	4	5	4
S31	5	5	5	5	2	2	5	4	5	1	1	3	2	1	5	5	5	5	1	4	5	5	5
S32	4	4	2	3	4	3	2	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4
S33	3	4	2	4	4	4	4	3	2	5	4	4	2	4	3	5	5	3	5	5	3	4	4
S34	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4
S35	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
S36	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S37	4	5	3	4	5	4	4	5	4	4	4	3	5	3	4	4	3	5	4	4	5	4	4
S38	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S39	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S40	4	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S41	5	5	3	4	5	5	5	4	4	4	4	3	1	3	5	5	5	4	5	5	4	4	5

S42	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
S43	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4
S44	4	5	1	1	5	4	4	4	5	4	4	5	1	1	3	5	4	4	5	5	4	4	4
S45	4	4	2	5	4	5	3	4	4	5	4	3	3	2	4	3	3	5	4	4	4	3	4
S46	5	5	4	4	4	5	2	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4
S47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S48	5	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	5	3	4
S49	5	4	4	4	4	5	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S50	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S51	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
S52	4	5	3	4	4	4	3	5	4	4	3	2	4	3	4	5	3	2	4	4	4	3	5
S53	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	4	5	4	4	4	5	5	2	1	2
S54	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	3	3	2	4	3	4	3	4	2	3
S55	5	4	5	5	2	4	3	5	4	5	5	3	2	2	3	4	2	4	5	4	5	4	4
S56	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	3	2	4	4	3	5	5	4	2	4	4	4	3
S57	5	3	4	4	4	5	3	5	4	4	3	4	5	3	5	5	4	5	4	4	3	2	3
S58	4	3	2	3	5	4	3	4	4	5	3	3	4	4	5	5	4	5	3	4	3	4	5
S59	3	4	1	4	4	4	4	4	4	5	1	3	3	4	5	4	3	4	5	1	4	5	3
S60	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4
S61	5	5	4	4	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
S62	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	1	4	5	5	4	5	5	5	5	5

S63	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	5	4	3	5	4	4	5	4	4
S64	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	5	5	4	3	3	4	3	2	4
S65	3	4	3	4	4	5	3	4	5	4	3	4	4	2	4	4	3	4	5	4	4	4	4
S66	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S67	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
S68	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4
S69	5	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	3	3	3
S70	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S71	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4
S72	5	2	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4
S73	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S74	4	4	4	1	2	4	5	5	5	5	1	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5
S75	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S76	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4
S77	5	5	4	4	5	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
S78	2	3	3	2	3	3	3	3	5	5	4	4	3	3	5	3	4	4	5	5	4	4	4
S79	4	1	2	3	1	3	2	3	1	4	3	4	2	4	5	2	3	1	2	3	2	3	2
S80	3	4	3	2	1	2	3	2	4	3	3	3	2	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4
S81	4	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	3	2	1	3	2	3	4	4	4	3	4	4

16. Tabulasi data penelitian skala pemaafan

Sub	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18
S1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
S2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4
S3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
S4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
S5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	1	4	3	3	4
S6	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	1	4	3	3	4
S7	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3
S8	4	4	4	1	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4
S9	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3
S10	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2
S11	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3
S12	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3
S13	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S14	1	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3
S15	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3
S16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
S17	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	1	3	3
S18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
S19	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3

S20	4	4	1	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	4
S21	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2
S22	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3
S23	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3
S24	3	3	4	1	1	3	3	4	1	4	2	1	3	1	3	1	4	3
S25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
S26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S27	1	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
S28	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	2	4
S29	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4
S30	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	4
S31	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	1	4
S32	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2
S33	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	1	4	3	4	3
S34	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2
S35	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2
S36	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
S37	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3
S38	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
S39	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2
S40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S41	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3

S42	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2
S43	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3
S44	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	2	4	3	3	3
S45	3	2	4	3	4	2	3	3	3	4	2	2	4	3	3	1	3	3
S46	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4
S47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S48	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	1	3	4
S49	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4
S50	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	2	2	2	3
S51	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	1	2	2	2	3
S52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
S53	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
S54	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3
S55	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4
S56	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
S57	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3
S58	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3
S59	1	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	4	3
S60	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3
S61	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
S62	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4

S63	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3
S64	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
S65	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3
S66	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
S67	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S68	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3
S69	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3
S70	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3
S71	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	2	3	2
S72	3	4	1	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	4
S73	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3
S74	3	3	2	3	4	3	3	4	2	3	4	4	2	2	4	3	3	1
S75	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2
S76	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4
S77	3	4	4	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S78	2	3	3	3	3	2	2	4	3	1	4	3	2	2	2	2	3	3
S79	3	2	4	3	4	1	1	3	4	4	1	3	4	4	4	3	1	4
S80	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2
S81	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	2



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

JL. Marsda Adisucipto Telp. (0274)585300; Fax. (0274)519571 Yogyakarta 55281

Nomor : UIN.02/TU.SH/TL.00/561/05/2019
Sifat : Penting
Lamp. : 1 exp. Proposal Penelitian
Perihal : Permohonan Izin Penelitian.

Yogyakarta, 29 Mei 2019

Kepada Yth.
Pimpinan Persatuan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI DIY)
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Bersama ini kami sampaikan bahwa, dalam rangka penyusunan skripsi Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Faulia Silatu Rachmawati
No. Induk : 15710055
Semester : VIII / 2018/2019
Prodi : Psikologi
Alamat : Sawahan, Jogoprayan, Gantiwarno, Klaten
Judul Skripsi :

**KOMPETEN DALAM MENJALANI IDENTITAS BARU :
RESILIENSI PENYANDANG DISABILITAS NON BAWAAN DITINJAU
DARI REGULASI EMOSI DAN PEMAAFAN**

Kami berharap kiranya Bapak memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk mengadakan penelitian di : Persatuan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI DIY)
Metode pengumpulan data : Kuantitatif
Waktu penelitian : Mei s.d Juni 2019

Kemudian atas perkenannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum wr. wb.

a.n. Dekan
Ka Bag. Tata Usaha



Dra. Budi Susilowati, M.A.
NIP. 196204251991032003

Tembusan :

1. Dekan Fishum
2. Ketua Prodi Psikologi
3. Mahasiswa yang bersangkutan
4. Arsip



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS SOSIAL

Alamat : Jl. Janti, Banguntapan, Telp. (0274) 514932, 563510

YOGYAKARTA

NOTA DINAS

Kepada : Kepala Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas
Dari : Kepala Dinas Sosial DIY.
Nomor : 070/04306/ I.3
Tanggal : 8 Mei 2019
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Memperhatikan surat dari Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, nomor B-02/TU.SH/TL.00/561/05/2019, tanggal 6 Mei 2019 Perihal ijin penelitian maka dengan ini diharapkan Kepala Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas untuk memberikan ijin kepada :

Nama : Faulia Silatu Rachmawati
NIM : 15710055
Instansi : Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Waktu : Mei s/d Juni 2019
Lokasi : Balai Rehabilitasi Sosial Terpadu Penyandang Disabilitas
Judul : Kompetensi dalam menjalani identitas baru : Resiliensi penyandang disabilitas non bawaan do tinjau dari regulasi emosi dan pemaafan.
Catatan : Agar yang bersangkutan dapat memberikan laporan hasil penelitian ke Dinas Sosial DIY dan memenuhi ketentuan yang ada di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas.

Demikian untuk dilaksanakan.

A.N Kepala

Sekretaris

Dra. Endang Iriyanti, MA
NIP. 19620604 199003 2 003

CURICULUM VITAE

Data Pribadi

Nama Lengkap : Faulia Silatu Rachmawati

Tempat, Tanggal Lahir : Klaten, 11 November 1996

Jenis Kelamin : Perempuan

Kewarganegaraan : Indonesia

Agama : Islam

Alamat Asal : Klaten, Jawa Tengah

No Kontak : 085868315351

Email : Fauliasilatu@gmail.com

Riwayat Pendidikan

2002-2008 : SD N 1 Kadilanggon

2008-2011 : SMP N 1 Gantiwarno

2011-2014 : SMA N 1 Jogonalan

2015-2019 : Psikologi UIN Sunan Kalijaga



Demikian identitas diri saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 7 September 2019

Faulia Silatu Rachmawati