

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial pada *content creator*. Setelah dilakukan uji linearitas menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi *Linearity* sebesar 0,000 yang mana angka tersebut kurang dari 0,05 sehingga dapat dinyatakan terdapat hubungan linear antara resiliensi dengan dukungan sosial. Pada uji korelasi *Spearman's Rho* didapati hasil yaitu nilai signifikansi t sebesar 0,000 ($t < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan dengan nilai koefisien dari korelasi sebesar 0,569 yang menyatakan kedua variabel mempunyai tingkat hubungan yang kuat, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2022), di mana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di masa pandemi Covid-19. Semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi tingkat resiliensi, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah tingkat resiliensi.

Resiliensi dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harapan (Herrman dkk, 2011). Dengan adanya dukungan sosial dan harapan dapat memberikan keyakinan pada seseorang bahwa dirinya telah mendapatkan dukungan dan bantuan dari orang-orang disekitarnya, serta memiliki harapan dalam menjalani hidup kedepannya sehingga dapat digunakan untuk mengatasi masalah yang menekan hingga membuat stres dan seseorang dapat menyesuaikan diri dan bangkit kembali. Bennet (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial menjadi faktor terpenting dalam menentukan individu manakah yang menjadi resilien. Dukungan sosial yang dirasakan individu mempengaruhi cara seseorang dalam memandang masalah yang menekan (Thoits, 2011). Dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan yang suportif, hangat, serta memiliki hubungan dekat dengan orang lain dapat membantu

individu meningkatkan emosi positif guna mengatasi stres seseorang (Stewart & Yuen, 2011). Hal tersebut sesuai dengan pernyataan informan KY yang menyebutkan bahwa dirinya mengalami beberapa kesulitan seperti akunnya pernah terblokir, tetapi dirinya tidak pernah menyerah karena ada banyak orang disekitarnya yang mendukungnya dan membuat dirinya bersemangat kembali dengan terus menciptakan video baru yang diterima oleh penontonnya.

Dukungan sosial merupakan bentuk dari kepedulian, kenyamanan, penghargaan, dan bantuan yang diterima seseorang dari suatu kelompok atau orang lain (Uchino dalam Betty & Rahayu, 2023). Dengan adanya dukungan sosial maka individu akan merasa tidak sendiri, diterima di lingkungannya, dihargai, dan didukung sehingga individu akan merasa optimis untuk bangkit dan melewati kondisi sulit yang dialaminya. Menurut Constance Loraine Lacy (2005) individu yang mempunyai dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai resiliensi yang baik. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Dianto dalam Betty & Rahayu (2023) bahwa individu yang mendapat dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang disekitarnya akan lebih optimis dalam menghadapi permasalahan hidup, terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis, dan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, dan mempunyai kemampuan untuk mencapai keinginannya. Cohen & Syme (1985) menyatakan dukungan sosial juga akan membantu seseorang dalam menghadapi situasi yang dapat memunculkan tekanan atau stres.

Dalam penelitian ini didominasi oleh *content creator* yang memiliki resiliensi dan dukungan sosial pada kategori sedang. Berdasarkan hasil kategorisasi resiliensi pada *content creator* menunjukkan bahwa sebanyak 49 subjek (29,5%) memiliki tingkat resiliensi tinggi, hasil penelitian sebelumnya dari Roellyana dan Listiyandini (2016) menyatakan individu yang memiliki resiliensi tinggi ialah individu dengan tingkat optimisme tinggi dan mempercayai bahwa segala hal dapat diubah menjadi lebih baik. Kemudian 114 subjek (68,7%) memiliki tingkat resiliensi sedang, menurut Grotberg (2003) individu yang rata-rata mengalami resiliensi memiliki rasa percaya diri bahwa mampu menyelesaikan masalah dan mampu bertanggung jawab atas solusi yang diambil. Sebanyak 3 subjek memiliki

tingkat resiliensi rendah. Menurut penelitian terdahulu dari Noviana, dkk. (2023) individu yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah cenderung mudah menyerah saat menghadapi tekanan atau kesulitan. Sedangkan, hasil kategorisasi dukungan sosial pada *content creator* menunjukkan bahwa sebanyak 50 subjek (30,1%) memiliki dukungan sosial tinggi, menurut Reis (dalam Balogun, 2014) individu yang mendapatkan dukungan sosial tinggi memiliki nilai harga diri yang tinggi, memiliki hubungan keintiman yang baik dengan orang terdekatnya serta memiliki keterampilan sosial yang baik. Sebanyak 112 subjek (67,5%) memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang, menurut Myers (Maslihah, 2011) individu yang memiliki dukungan sosial rata-rata mendapatkan empati, mendapatkan timbal balik dari orang di sekitar serta memiliki norma dan nilai sosial yang baik. Dukungan sosial kategori rendah dengan total 4 responden (2,4%) menurut Duffy & Wong (1996) orang yang memiliki dukungan sosial rendah tidak memiliki suatu hubungan interpersonal yang hangat dengan orang terdekat atau hubungan yang bersifat menolong. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa *content creator* memiliki tingkat resiliensi dan dukungan sosial pada tingkat sedang. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Nurhayati (2019) di mana pada penelitiannya sebanyak 138 remaja atau 47,4% memiliki skor resiliensi sedang dan sebanyak 132 remaja atau 45,4% memiliki skor dukungan sosial pada kategori sedang.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi selain dukungan sosial yaitu faktor kepribadian yang meliputi karakteristik kepribadian, *self esteem*, *self efficacy*, *internal locus of control*, *hope*, *optimism*, *spiritualitas*, *hardiness*, konsep diri, regulasi emosi dan intelektual (Herman, dkk, 2011). Berikutnya faktor yang dapat mempengaruhi hasil dari penelitian ini yaitu adanya faktor situasional seperti kecenderungan responden dalam mengisi skala tidak jujur dengan apa yang dialami. Hal tersebut dapat terjadi karena *faking good* atau kecenderungan memberikan jawaban yang baik (Setiawati, 2012). Responden penelitian kemungkinan juga tidak memberikan upaya dalam memberikan jawaban yang disebabkan oleh terancamnya *self esteem* sehingga responden merasa ragu privasi data tidak terjaga (Juneman, 2013).

Dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain seperti teman dan keluarga dinilai efektif untuk mengurangi stres dan dapat melindungi kesehatan pribadi (Baron dan Branscombe, 2013). Namun sebaliknya, apabila kurangnya dukungan sosial yang diberikan dari orang lain menjadikan individu tidak resilien, ketika individu tidak mempunyai cukup dukungan dari keluarga, ia akan mencari imbalan dukungan di tempat lain seperti teman, tetangga, atau lingkungan kerja. Individu yang mampu menghadapi situasi sulit atau penuh tekanan dengan adanya bantuan dari orang lain, akan mampu menghadapinya dengan penuh tantangan sehingga menjadikan individu memiliki penerimaan diri yang positif terhadap perubahan dan hubungan aman dengan orang lain (Connor dan Davidson, 2003).

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penelitian ini masih terdapat kekurangan dan ketidaksempurnaan serta selama proses pengerjaan ditemui hambatan-hambatan, seperti peneliti tidak mengetahui dengan pasti apakah responden yang mengisi kuesioner benar-benar mengalami resiliensi atau tidak. Keterbatasan selanjutnya yaitu terkait menggunakan *tryout* terpakai karena jumlah subjek yang banyak seharusnya dapat menggunakan uji coba. Selain itu, *link google form* disebarluaskan melalui *WhatsApp story* banyak orang yang melihat, tetapi kebanyakan hanya dilewati saja dan hanya beberapa orang yang bersedia mengisi link kuesioner. Keterbatasan dalam penelitian ini ketika pengisian skala menggunakan *google form* maka peneliti tidak bisa melihat atau memprediksi adanya tindakan *faking good*.

5.2 Simpulan

Hasil dalam penelitian ini diperoleh nilai signifikansi t sebesar 0,000 dimana lebih kecil dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a telah diterima. Pada hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien dari korelasi sebesar 0,569 yang menyatakan kedua variabel mempunyai tingkat hubungan yang kuat. Dapat disimpulkan adanya hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dengan dukungan sosial. Hubungan tersebut dapat menunjukkan apabila tinggi tingkat resiliensi maka tinggi pula dukungan sosial yang diperoleh *content creator*.

5.3 Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Untuk *Content Creator*

Content creator disarankan untuk meningkatkan dukungan sosial atau memperkuat hubungan dengan lingkungan. Salah satunya adalah aspek dukungan emosional, yaitu ekspresi empati, kepedulian, dan perhatian dari orang-orang terdekat. Peningkatan dukungan sosial membantu *content creator* mengatasi stres, tekanan, dan masalah yang mereka hadapi dengan lebih baik, sehingga meningkatkan kualitas resiliensi mereka dalam berdinamika membuat konten. Hal ini disebabkan karena pribadi yang memiliki resiliensi tinggi mendapat dukungan besar dari lingkungannya dan mampu berkembang.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memperdalam pengetahuan mengenai resiliensi dan dukungan sosial sehingga dapat menghubungkan dengan variabel dan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhinya, serta dapat memperkaya dan menambah penyajian data yang lebih beragam sehingga dapat memperluas pengetahuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ameliya, R.P. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Undergraduate thesis, UIN RADEN INTAN LAMPUNG.
- Ardinanta, Suartilaksmi, & Ardini. (2022). *Strategi Resiliensi Pregina Production dalam Melaksanakan Pertunjukan Seni Musik pada Masa Pandemi Covid-19*. (Working paper, ISI Denpasar).
- Ariyati, P. C. (2018). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada remaja di keluarga miskin* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Azizah, H. (2020). *Konten Kreatif Youtube Sebagai Sumber Penghasilan Ditinjau dari Etika Bisnis Islam (Studi Kasus Youtuber Kota Metro)* (Doctoral dissertation, IAIN Metro).
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas (IV)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balogun, A. (2014). Dispositional factors, perceived social support and happiness among prison inmates in Nigeria : a new look. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(1).
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2013). *Social psychology thirteenth edition*. London: Pearson Education, Inc
- Bennett, K. M. (2010). How to achieve resilience as an older widower: Turning points or gradual change?. *Ageing & Society*, 30(3).
- Betty, K. A., & Rahayu, M. N. M. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Penyintas Covid-19. *Journal of Psychological Science and Profession*, 7(1).
- Bilgin, O., & Taş, İ. (2018). Effects of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among university students. *Universal journal of educational research*.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59.
- Cai, W. P., Pan, Y., Zhang, S. M., Wei, C., Dong, W., & Deng, G. H. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry research*, 256.

- Canty-Mitchell, J., & Zimet, G. D. (2000). Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in urban adolescents. *American journal of community psychology*, 28(3).
- Chandra, S. (2009, Februari 1). Diambil pada tanggal 19 September 2023 dari Putra Ssyamsuri Blogspot: <http://putrassyamsuri.blogspot.com/2009/02/resiliensi.html>.
- Chung, H. F. (2008). Resiliency and character strengths among college students. ProQuest. (Unpublished doctoral dissertation). The University of Arizona, Tucson.
- Cicchetti, D., Rogosch, F. A., & Toth, S. L. (1998). Maternal depressive disorder and contextual risk: Contributions to the development of attachment insecurity and behavior problems in toddlerhood. *Development and psychopathology*, 10(2).
- Clauss-Ehlers, C. S. (2008). Sociocultural factors, resilience, and coping: Support for a culturally sensitive measure of resilience. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(3).
- Cleveland, R. R. (2003). *A Qualitative Approach to the Study of Resilience in our Elders*. (The Graduation School, University of Wisconsin Stout).
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*, 38(5).
- Cohen, S. E., & Syme, S. I. (1985). *Social support and health*. Academic press.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2).
- Coulson, R. (2006). Resilience and Self-Talk in University Student. Thesis University of Calgary
- Duffy K. G., & Wong, F. Y. (1996). Community psychology. Boston, MA: Allyn Bacon.
- Edib, L. (2021). *Menjadi Kreator Konten di Era Digital*. Yogyakarta: DIVA Press
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 84(4).
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., & Target, M. (1994). The Emanuel Miller memorial lecture 1992 the theory and practice of resilience. *Journal of child psychology and psychiatry*, 35(2).

- Gottlieb, B. H. (2000). Selecting and planning support interventions. *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*, 9.
- Grotberg, E. (1999). Countering depression with the five building blocks of resilience. *Reaching Today's Youth*, 4(1).
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. New York: Bloomsbury Publishing USA.
- Gurung, R. A., Taylor, S. E., & Seeman, T. E. (2003). Accounting for changes in social support among married older adults: insights from the MacArthur Studies of Successful Aging. *Psychology and aging*, 18(3).
- Hamidi, F. W. A., Anuar, M. S., Baharuddin, A. S., Mohamed, M. A. P., Naim, M. N., & Tahir, S. M. (2019). International journal of research in pharmaceutical sciences.
- Hendriani, W. (2022). *Resiliensi psikologi sebuah pengantar*. Jakarta: Prenada Media.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience ? *Can Jpsychiatry*, 56(5).
- Hidayat, N., & Nurhayati, S. R. (2019). The effect of social support and hope on resilience in adolescents. *Humaniora*, 10(3).
- Hidayati, M. (2022). *Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di masa pandemi covid-19* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Howard, S., & Johnson, B. (2004). Resilient teachers: Resisting stress and burnout. *Social Psychology of education*, 7(4).
- <https://wearesocial.com/> (diakses pada tanggal 12 September 2023)
- Hybels, C. F., Blazer, D. G., Eagle, D. E., & Proeschold-Bell, R. J. (2022). Age differences in trajectories of depressive, anxiety, and burnout symptoms in a population with a high likelihood of persistent occupational distress. *International Psychogeriatrics*, 34(1).
- Indrianti, N. M. (2019). *Hubungan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Jang, J. (2012). *The effect of social support type on resilience* (Doctoral dissertation, University of Alabama Libraries).
- Jessica, F. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Distres Psikologis Pada

- Korban Bullying Di Universitas X. *Skripsi*. Diterbitkan: Pendidikan Psikologi. Universitas Negeri Jakarta.
- Juneman. (2013). Common method variance & bias dalam penelitian psikologis. *Jurnal pengukuran psikologi dan pendidikan indonesia*. 2 (5)
- Kholiq, A. (2010). Hubungan dukungan sosial dengan harga diri pembantu rumah tangga di kompleks Bintaro Jaya Sektor 3 RW. 008.
- King, L. A. (2010). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Lacy, C. L. (2005). *Identifying social support as a factor contributing to resilience among African American youth*. The University of Texas at Arlington.
- Larasati, P. K. P. (2021). Efektivitas content creator dalam strategi promosi di era digital. In *SANDI: Seminar Nasional Desain*, 1.
- Lestari, K. (2007). *Hubungan antara bentuk-bentuk dukungan sosial dengan tingkat resiliensi penyintas gempa di desa Canan, kecamatan Wedi, kabupaten Klaten*. Skripsi. Fakultas Psikolog Universitas Diponegoro.
- Lo, K. (2018, Agustus7). Mengapa YouTuber rentan mengalami gangguan kesehatan mental?Kumparan<https://kumparan.com/millennial/mengapa-YouTuber-rentan-mengalami-gangguan-kesehatan-mental1542354510575029244>
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- Masten, A. S., Powell, J. L., & Luthar, S. S. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*, 1(25).
- McCubbin, L. (2001). *Challenges to the Definition of Resilience.*, American Psychological Association. Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association (109th, San Francisco, CA, August24-28, 2001)
- Meichenbaum, D. (2008). Trauma, spirituality and recovery: Toward a spiritually integrated psychotherapy. *unpublished paper, Melissa Institute for Violence Prevention and Treatment, Miami*.

- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019, November). Faktor–faktor yang mempengaruhi resiliensi. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 433-441).
- Neliwati, 2018. *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Kajian Teori dan Praktek)*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Nurhindazah, D., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan adversity intelligence pada mahasiswa yang menjalani mata kuliah tugas akhir di fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(4).
- Noviana, R. Suzanna, E. & Muna, Z. (2023) Gambaran Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Malikussaleh yang sedang Menyusun Skripsi. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(3).
- Olson, D. H., & DeFrain, J. D. (2003). *Marriages and families: Intimacy, strengths, and diversity*. McGraw-Hill.
- Perkins, D. F., Caldwell, L., & Witt, P. A. (2005). Resiliency, protective processes, promotion, and community youth development. *Recreation and youth development*.
- Pratama, H. & Kahija. (2022). Apa Artinya Menjadi Youtuber Analisis Fenomenologis Interpretatif tentang Pengalaman menjadi Youtuber. Semarang: Jurnal Empati, 11(3).
- Prasetyo, K. B., & Rahmasari, D. (2016). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan motivasi belajar pada siswa. *Jurnal penelitian psikologi*, 7(1).
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22 pengolah data terpraktis*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Putra, E. (2015). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping pada Remaja* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Putri, R. H., Pratiwi, M. & Anggraini, D. Psychology Journal of Mental Health 1(3). Tahun 2021 <http://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/>
- Raisa, R., & Ediaty, A. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas iia wanita semarang. *Jurnal empati*, 5(3).
- Rasmin, N. L. (2022). *Hubungan emotional focus coping dan dukungan sosial dengan stres pada perempuan bali dalam pernikahan budaya patrilineal* (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).

- Reivich, K. dan Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Riduwan & Akdon. (2013). *Rumus dan data dalam analisis statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Runner, I. H., & Marshall, K. (2003). 'Miracle Survivors' Promoting Resilience in Indian Students. *Tribal College*, 14(4).
- Roellyana, S., & Listiyandini, R.A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1).
- Sabouripour, F., & Roslan, S. B. (2015). Resilience, optimism and social support among international students. *Asian Social Science*, 11(15).
- Santrock, J. W. (2005). *Adolescence*. (10th Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sarafino, P.E. (1997). *Health Psychology*. New York: John Wiley and Sons.
- Sarwono, J. (2006). *Strategi Melakukan Penelitian di Internet*. Yogyakarta: Penerbit Ghara Ilmu.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*, 55(1).
- Septia, H. (2018). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi remaja korban bencana di Pacitan*. Skripsi, 1-63.
- Setiawati, F.A. (2012). Paired Comparison Sebagai Sebuah Model Instrument Untuk Menggali Karakteristik Nonkognitif Siswa. Universitas Negeri Yogyakarta
- Setyowati A., Hartati S., & Sawitri D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi psikologis pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1).
- Singh, A.P., Dangmei, J. (2016). "Understanding The Generation Z: The Future Workforce". *South-Asian Journal of Multidisciplinary Studies*, 3(3).
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Ahli bahasa: Bagus Wismanto. Jakarta: PT. Grasindo Persada.
- Snyder, C. R., Sympson, S. C., Michael, S. T & Cheavens, J. (2002). Optimism and hope construct: Variants on a positive expectancy theme. In E. C. Chang

- (Ed), *Optimis & Pessimism: Implication for theory, research, and practice* (pp 101- 125). Washington DC: American Psychological Association
- Stephanie, C., Yusuf, O. (2021, Februari 24). Riset Ungkap Lebih dari Separuh Penduduk Indonesia "Melek" Media Sosial. Diambil pada tanggal 19 September 2023 dari Kompas.com: <https://tekno.kompas.com/read/2021/02/24/08050027/riset-ungkap-lebih-dari-separuh-penduduk-indonesia-melek-media-sosial>.
- Stewart, D. E., & Yuen, T. (2011). A systematic review of resilience in the physically ill. *Psychosomatics*, 52(3).
- Sugiyono, S. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sundawa, Y. A., & Trigartanti, W. (2018). Fenomena content creator di era digital. *Prosiding Hubungan Masyarakat*.
- Taylor, S. E. (2012). *Health Psychology*. 8th. Ed. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Tentama, F. (2014). Dukungan sosial dan post-traumatic stress disorder pada remaja penyintas gunung merapi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2).
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2).
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of personality*, 72(6).
- Ungar, M. (2004). A constructionist discourse on resilience: Multiple contexts, multiple realities among at-risk children and youth. *Youth & society*, 35(3).
- VanBreda, A.D.(2001). *Resilience Theory: A literature Review*. Pretoria: South African Military Health Service, Military Psychological Institute, Sosial Work Reacearch and Development. Pretoria, South Africa.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing measurement*, 1(2).
- Wandri, R., Nastasia, K., & Mariana, R. (2021). Optimisme Masa Depan Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Ditinjau Berdasarkan Dukungan Sosial Dari Keluarga Di Lapas Klas IIA Kota Padang. *Psyche 165 Journal*.