

## **Resiliensi pada Masyarakat di Kota Surabaya: Bagaimana Peran *Social Support* dan Kebersyukuran?**

**Verika Rofiyanti Nadila**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Rr. Amanda Pasca Rini**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Eko April Ariyanto**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : [verikarn05@gmail.com](mailto:verikarn05@gmail.com)

### **Abstract**

*This research aims to determine the relationship between social support and gratitude and resilience in the community in the city of Surabaya. This research uses quantitative correlational techniques. The subjects of this research were people who worked in the city of Surabaya with 272 respondents aged 18-25 years. The data collection instrument uses a Likert scale which is carried out by distributing questionnaires online using Google Form. This research method uses multiple regression techniques. This research shows that there is a positive relationship between social support and gratitude and resilience in the community in the city of Surabaya. So it can be concluded that there is a relationship between social support and resilience in the community in the city of Surabaya, but there is no correlation between gratitude and resilience in the community in the city of Surabaya.*

**Keywords:** Social Support; Gratitude; Resilience.

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui antara social support dan kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan Teknik kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah masyarakat yang bekerja di Kota Surabaya dengan 272 responden berusia 18-25 tahun. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala likert yang dilakukan melalui penyebaran kuisisioner secara online menggunakan Google Form. Metode penelitian ini menggunakan teknik regresi berganda. Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara social support dan kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di kota Surabaya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara social support dengan resiliensi pada masyarakat di kota Surabaya, namun tidak adanya korelasi antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di kota Surabaya.*

**Kata Kunci :** Social Support; Kebersyukuran; Resiliensi.

## Pendahuluan

Kota Surabaya merupakan salah satu kota metropolitan terbesar kedua di Indonesia yang memiliki kepadatan penduduk setelah Jakarta. Kepadatan penduduk di Surabaya dari data Badan Pusat Statistik (BPS) 2023, jumlah penduduk Kota Surabaya mengalami peningkatan dalam 3 tahun terakhir. Pada tahun 2023 jumlah penduduk Kota Surabaya meningkat menjadi 2.893.698 jiwa. Situasi seperti ini yang mengakibatkan Kota Surabaya tidak bisa menolak arus urbanisasi yang akan datang. Hingga saat ini, Kota Surabaya telah menjadi tempat primadona untuk mengadu nasib bagi warga dari luar daerah. Bahkan tak sedikit diantara mereka yang hanya mencari pekerjaan. Adapun beberapa dari mereka yang pindah kartu keluarga (KK) untuk mudah menerima bantuan sosial atau sekolah gratis. Serta dampak ini yang akan menyebabkan pertumbuhan seperti pada peningkatan jumlah penduduk yang masuk kesurabaya sebagai tenaga kerja.

Tantangan di Surabaya itu semakin berat, seperti adanya persaingan untuk mendapatkan pekerjaan semakin berat. Kegiatan atau aktivitas industri tentu dapat menimbulkan dampak sosial terhadap lingkungan sekitarnya. Dampak tersebut dapat bernilai positif yang berarti memberikan manfaat bagi kehidupan masyarakat, dan dapat berarti negatif yang timbulnya resiko merugikan bagi masyarakat. Dampak positif kawasan industri diantaranya mengurangi pengangguran, terbuka peluang usaha, kesempatan kerja, dan peningkatan kualitas kesejahteraan masyarakat. Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan antara lain dapat menyebabkan lingkungan tercemar, terjadinya kasus-kasus kriminal, menimbulkan kesenjangan, masyarakat bergaya konsumtif, dan pergeseran nilai-nilai luhur budaya masyarakat setempat.

Dengan berbagai macam situasi yang terjadi, adapun permasalahan lain seperti jumlah masyarakat dengan kepadatan penduduk di kota Surabaya ini menunjukkan tingkat perkembangan yang sangat tinggi. Perkembangan kota merupakan tuntutan sekaligus jawaban dari perkembangan penduduk maupun kegiatan masyarakat perkotaan yang semakin sulit untuk dikontrol sehingga sering menimbulkan persoalan-persoalan yang menyangkut persoalan terhadap kota itu sendiri (polusi, fasilitas, sistem dan area), maupun terhadap penduduk atau penghuninya. Penyebab utama perubahan ekosistem yaitu dilakukan oleh perilaku masyarakat yang kurang baik dalam memanfaatkan berbagai sumber-sumber daya dalam rangka untuk memenuhi beberapa kebutuhan hidupnya. Hal inilah yang menjadikan adanya perubahan ekosistem.

Dengan permasalahan yang ada dapat diartikan bahwa resiliensi sendiri merupakan suatu bentuk kemampuan individu dalam melaksanakan adaptasi yang positif agar mencapai hasil yang lebih baik dalam hal perilaku, prestasi dan hubungan sosial serta tingkat ketahanan individu pada saat menghadapi keadaan yang merugikan seperti menghadapi polusi yang buruk dan sulitnya lapangan pekerjaan serta dituntut untuk mampu bertahan terhadap berbagai macam tekanan yang besar. Resiliensi pada diri individu akan membuat individu mampu untuk dapat mengatasi

kesulitan yang dihadapi dalam kehidupannya yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekitarnya.

Kondisi yang telah diuraikan sebelumnya, merupakan kondisi dimana individu tersebut mempunyai kemampuan yang resilien seperti pulih kembali dari kondisi yang tidak nyaman serta menghadapi emosi negatif dari stres. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan, untuk melanjutkan kehidupan dengan harapan akan menjadi lebih baik (Rutter, 2006). Dalam perkembangannya, resiliensi dipandang bukan hanya dipengaruhi oleh faktor individu dan genetis, namun juga banyak dipengaruhi oleh budaya, dan lingkungan sekitar individu tersebut. Jika resiliensi ini tidak diteliti kemungkinan besar masyarakat kota tidak akan mampu untuk menghadapi situasi dengan perubahan yang terjadi sehingga stress yang timbul akan tinggi dan begitu pula sebaliknya. Apabila individu mempunyai resiliensi yang tinggi mereka akan mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak merasa terbebani dengan perasaan sebagai korban lingkungan atau keadaan dan mampu untuk mengambil keputusan saat berada dalam situasi sulit.

Berdasarkan hasil riset yang ditemukan resiliensi yang terjadi pada masyarakat ini disebabkan oleh beberapa faktor. *Social Support* merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi resiliensi. Bilgin dan Tas (2018) melakukan penelitian pada 503 mahasiswa dengan rentang usia 17 sampai 31 tahun. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *social support* sangat dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi bagi orang yang kecanduan media sosial.

Penelitian Nur & Shanti (2011), menyatakan bahwa *social support* yang didapatkan oleh individu dari lingkungan sekitar baik keluarga ataupun lingkungan sekitarnya, akan mempengaruhi cara individu menghadapi stressor dan kecemasan dalam menjalani kehidupan. Hal tersebut akan membantu individu untuk tenang, menumbuhkan rasa percaya diri, dan merasa dicintai. Adapun para pekerja yang sedang mengutarakan bahwa pekerjaannya terganggu dan tidak teratur sehingga terkadang mereka marah dengan hal yang tidak jelas, mereka stres karena banyak hal yang sedang dipikirkan sehingga tidak mampu untuk mengatasi tekanan dalam kehidupannya.

Masalah-masalah tersebut kemudian diceritakan kepada orang terdekat seperti keluarga, teman, kekasih, sehingga orang terdekat dapat memberikan saran dan juga memberikan bantuan langsung atas masalah yang sedang dialami oleh para pekerja. Seiring berjalannya waktu beberapa orang yang bekerja dapat beradaptasi dan bangkit untuk beraktivitas sehari-hari karena mendapatkan dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman sangat membantu untuk menghadapi masalah yang ada.

Selain *Social Support*, para pekerja atau masyarakat yang sedang bertahan di Kota Surabaya juga memerlukan adanya kebersyukuran dan keyakinan diri sendiri terhadap Tuhan yang akan menimbulkan efek positif sehingga karyawan yang mengalami PHK mampu mengatasi stress dan mampu menjalani kehidupannya seperti sedia kala lagi. Sehingga syukur dikatakan sebagai salah satu unsur penting dalam menata moral kehidupan. Dinamika kebersyukuran seperti mempunyai rasa sayang terhadap orang lain, menyemangati orang lain untuk sabar dan bersyukur, merasa cukup, berpikir positif serta memiliki pola pikir dan kepercayaan terhadap

tuhan, internalisasi nilai-nilai budaya yang tergantung pada kapasitas masing-masing individu. Maka individu yang mampu mencapai kebahagiaan tersebut dapat meningkatkan prestasi kerjanya sehingga orang yang disebut bahagia adalah orang yang dapat mengamalkan syukur dalam hidupnya. Kebersyukuran dan resiliensi merupakan dua dimensi yang berkaitan erat dengan pelibatan agama dan keyakinan atau nilai. Ketika individu yang memiliki tingkat keyakinan kepada Tuhan dan spiritualitas yang baik, maka akan memiliki tingkat resiliensi yang baik ketika menghadapi kesulitan atau kejadian traumatik. Penelitian yang dilakukan oleh Romdhon (dalam Shohibah, 2014) juga mendukung bahwa orang yang bersyukur akan mudah mencapai kebahagiaan dan kehidupan yang penuh ketentraman serta lebih mudah dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup atau keadaan yang menekan.

Kesimpulan penelitian yang terkait dengan resiliensi akan menjadi lebih modern apabila membahas tentang resiliensi terutama pada masyarakat yang berada di kota Surabaya. Dalam Penelitian ini resiliensi lebih spesifik dengan ketahanan kondisi masyarakat di Surabaya. Sehingga menciptakan sebuah pemahaman tentang menghadapi tantangan di kota metropolitan. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang judul "Hubungan Antara *Social Support* Dan Kebersyukuran Dengan Resiliensi Pada Masyarakat di Kota Surabaya"

## **Metode**

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang bekerja di kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan google form sebagai alat penyebaran data secara online maupun offline. Penentuan teknik pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 272 orang.

Intrumen pengumpulan data ini menggunakan jenis skala model likert. Penelitian ini menggunakan tiga macam alat ukur yaitu, skala resiliensi yang terdiri dari 25 aitem yang di adaptasi oleh Wagnild and Young (1993) dengan reliabilitas sebesar 0,878, skala *social support* yang terdiri dari 16 aitem yang telah dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan teori dari Safarino (2011) dengan reliabilitas sebesar 0,815, dan skala kebersyukuran yang terdiri dari 10 aitem yang di adaptasi oleh McCullough, Emmons, & Tsang (2002) dengan reliabilitas sebesar 0,800. Sebelum melakukan uji analisis data terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Teknik regresi berganda.

## **Hasil**

Hasil penelitian ini dilakukan selama 3 minggu yaitu pada tanggal 9 desember 2023 sampai 23 desember 2023 dengan 272 responden serta menyebarkan link google form pada responden melalui contact person. Data demografis berdasarkan

jenis kelamin dengan 170 untuk perempuan dan 102 untuk laki-laki. Hasil ini ditunjukkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 1  
 Data demografis Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Kategori  | Jumlah | Presentase |
|---------------|-----------|--------|------------|
|               | Perempuan | 170    | 62,9%      |
|               | Laki-Laki | 102    | 37,1%      |
| Total         |           | 272    | 100%       |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Tabel diatas menunjukkan jumlah subjek penelitian ini perempuan terdapat 170 responden atau sebesar 62.9% sedangkan jumlah laki-laki terdapat 102 responden atau sebesar 37.1%. Maka dari tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa masyarakat perempuan lebih banyak terlibat dalam penelitian ini.

#### Uji Asumsi

Uji prasyarat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas dan uji linearitas untuk mengetahui teknik analisis yang akan digunakan. Hasil uji prasyarat dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2  
 Uji Normalitas

| Variabel   | Sig   | Keterangan             |
|--|-------|------------------------|
| <i>Social Support</i> , Kebersyukuran Resiliensi | 0,200 | Distribusi data normal |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan dengan uji *Kolmogorovsmirnov* diperoleh variabel *Social Support*, Kebersyukuran nilai sig. = 0,200, nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disebut data berdistribusi normal.

Tabel 3  
 Uji Linearitas

| Variabel                         | F     | Sig   | Keterangan |
|----------------------------------|-------|-------|------------|
| <i>Social Support</i> Resiliensi | 1,059 | 0,391 | Linier     |
| Kebersyukuran Resiliensi         | 1,586 | 0,050 | Linier     |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *test for linearity* yang dibantu dengan *program IBM SPSS 27.0.* diperoleh variabel *Social Support* nilai f = 1,059 dan sig. = 0,391, nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga data dapat dikatakan linear.

Variabel Kebersyukuran nilai  $f = 1,586$  dan sig.  $0,050$ , nilai tersebut lebih besar dari  $0,05$  sehingga data dapat dikatakan linear.

Tabel 4  
Uji Multikolinieritas

| Variabel                               | Collinearity Statistics |       |                                    |
|--|-------------------------|-------|------------------------------------|
|  | Tolerance               | VIF   | Keterangan                         |
| <i>Social Support</i><br>Kebersyukuran | 0,396                   | 2,527 | Tidak Terjadi<br>Multikolinieritas |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Hasil uji multikolinieritas antara variabel *Social Support* dan Kebersyukuran diperoleh nilai tolerance =  $0.396 > 0.10$  dan nilai VIF =  $2,527 < 10.00$ . Artinya tidak ada multikolinieritas antara variabel *Social Support* dan Kebersyukuran.

Tabel 5  
Uji Heteroskedastisitas

| Variabel                            | p-value | Keterangan | Kesimpulan                       |
|-------------------------------------|---------|------------|----------------------------------|
| <i>Social Support</i><br>Resiliensi | 0,022   | $>0,05$    | Tidak terjadi<br>heterokedasitas |
| Kebersyukuran<br>Resiliensi         | 0,004   | $>0,05$    | Tidak terjadi<br>heterokedasitas |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Hasil uji Heterokedasitas antara variabel *Social Support* dan Kebersyukuran dengan Resiliensi diperoleh nilai sig. lebih besar dari  $>0,05$ , maka dapat disimpulkan tidak terjadi heterokedasitas.

Tabel 6  
Uji Hiotesis (Uji Simultan)

| Variabel  | F       | Sig.  | Keterangan |
|---|---------|-------|------------|
| <i>Social Support</i> ,<br>Kebersyukuran-<br>Resiliensi | 415,965 | 0.000 | Signifikan |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai signifikan pada hubungan *Social Support* dan Kebersyukuran secara simultan dengan Resiliensi adalah sebesar  $0,000 < 0,01$  dan nilai  $f_{hitung} 415,965 > f_{tabel} 3,08$ . Berdasarkan hal tersebut, hipotesis pertama diterima yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *Social Support* dan Kebersyukuran secara simultan terhadap Resiliensi.

Tabel 7  
 Uji Hipotesis (Uji Parsial)

| Model |                | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig. |
|-------|----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
|       |                | B                           | Std. Error | Beta                      |        |      |
| 1     | (Constant)     | 20,545                      | 2,308      |                           | 8,901  | ,000 |
|       | Sosial Support | 1,133                       | ,064       | ,843                      | 17,590 | ,000 |
|       | Kebersyukuran  | ,049                        | ,070       | ,034                      | ,706   | ,481 |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Uji Parsial pada variabel *Sosial Support* memiliki korelasi dengan Resiliensi dengan taraf signifikansi (sig) 0.000 (<0.01) sehingga *Sosial Support* dengan Resiliensi terdapat hubungan signifikan. Nilai  $t_{hitung} 17,590 > t_{tabel} > 1.960$  sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yang berarti terdapat hubungan positif *Sosial Support* terhadap Resiliensi. Artinya semakin tinggi social support maka akan semakin tinggi resiliensi, sebaliknya semakin rendah social support maka semakin rendah resiliensi.

Uji Parsial pada variabel Kebersyukuran memiliki korelasi dengan Resiliensi dengan taraf signifikansi (sig) 0.481 (<0.01) sehingga Kebersyukuran dengan Resiliensi tidak terdapat hubungan signifikan. Nilai  $t_{hitung} 0.706 > t_{tabel} > 1.960$  sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga tidak ada pengaruh yang signifikan yang berarti tinggi rendahnya kebersyukuran tidak mempengaruhi resiliensi.

Tabel 8  
 Uji Analisa Regresi Berganda (Sumbangan Efektif)

| Variabel                                 | R Square |
|--|----------|
| <i>Sosial Support</i> -<br>Kebersyukuran | 0.756    |

Sumber : SPSS output version 27 for Windows

Hasil uji sumbangan efektif R Square didapat sebesar 0.756 yang berarti *Sosial Support* dan Kebersyukuran memiliki hubungan sebesar 75.6% terhadap Resiliensi. Sedangkan sisanya, 24.4% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

## Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara *social support* dan kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di Kota Surabaya. Berdasarkan hasil penelitian, hipotesis pertama menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara *social support* dan kebersyukuran dengan resiliensi sehingga hipotesis dapat diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi untuk hubungan *Sosial support* dan Kebersyukuran secara simultan terhadap Resiliensi adalah sebesar  $0,000 < 0,01$  dan nilai  $t_{hitung} 415.965 > t_{tabel} 3,08$  sehingga dapat

disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *Social support* dan Kebersyukuran secara simultan terhadap Resiliensi. Resiliensi sendiri diartikan sebagai kondisi dimana seseorang mampu bertahan dengan tekanan-tekanan tertentu. Aspek yang memfasilitasi seseorang dalam mencapai tujuannya antara lain : *Perseverance, Self-Reliance, Meaningfulness, Equanimity, Existential aloneness*, Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Syafika Nafisa (2022) dalam penelitiannya terdapat hubungan positif antara *Social Support* dan Kebersyukuran Terhadap Resiliensi Remaja korban Perceraian Orangtua.

Hasil penelitian selanjutnya ditemukan bahwa *Social support* berhubungan korelasi dengan resiliensi. Hasil uji analisis koefisien regresi secara parsial antar variabel *social support* dan resiliensi dibuktikan dengan taraf signifikansi (sig) 0.000 (<0.01) sehingga *Social Support* dengan Resiliensi terdapat hubungan signifikan. Nilai thitung 17.590 > ttabel > 1.960 terdapat hubungan positif sehingga hipotesis kedua diterima. *Social Support* sendiri dapat diartikan sebagai hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi dan bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan bernilai, dan dicintai. Akan tetapi, ada juga seseorang yang mengalami stress dan marah yang tidak jelas karena tuntutan pekerjaan yang berlebihan dan terkadang seseorang tersebut tidak mampu menghadapi tekanan seperti bagi para pekerja yang harus bertahan di tengah polusi yang buruk serta kepadatan kota. Hal ini yang membuat setiap individu memang membutuhkan kemampuan resiliensi untuk dapat bangkit dari kesulitan atau kegagalan yang sedang dihadapi dalam kehidupan.

Aspek yang berkaitan dengan *Social Support* antara lain : Dukungan emosional, Dukungan instrumental, Dukungan informasi, Companionship. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, Kartini Apriyuna Betty dan Maria Nugraheni Mardi Rahayu (2023) yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan resiliensi pada penyintas Covid-19. Makin tinggi *social support*, maka makin tinggi resiliensi penyintas Covid-19. Sebaliknya, makin rendah *social support*, maka makin rendah resiliensi yang dimiliki oleh penyintas Covid-19.

Kemudian hasil uji analisis koefisien regresi secara parsial antar variabel kebersyukuran dan resiliensi dibuktikan dengan taraf signifikansi (sig) 0.481 (<0.01) sehingga Kebersyukuran dengan Resiliensi tidak ada pengaruh yang signifikan. Artinya tinggi rendahnya Kebersyukuran tidak mempengaruhi Resiliensi. Dari penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa hipotesis 3 ditolak yang dimana tidak ada hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di kota surabaya. Maka dari itu para pekerja juga memerlukan adanya kebersyukuran untuk menjalani kehidupannya. Seseorang yang bersyukur dan tidak bersyukur tidak berhubungan dengan resiliensi karena kebersyukuran itu adalah hal yang harus dilakukan setiap orang, jadi tidak perlu untuk mendorong seseorang menjadikan resiliensi. Penelitian ini ada kesamaan dengan salah satu peneliti yaitu Ebri, Nur Hefni (2022) menyatakan bahwa coping religius tidak efektif mengurangi resiliensi. Jadi penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *social support* lebih memiliki peran yang penting daripada

kebersyukuran. Aspek yang berkaitan dengan kebersyukuran antara lain, Intensitas, Frekuensi, Span, Density. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, dimana kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang memberikan kontribusi terhadap tinggi rendahnya resiliensi.

## Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *social support* dan kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di Kota Surabaya. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji analisis regresi berganda yang memiliki kriteria usia 18 hingga 25 tahun. Berdasarkan hasil penelitian kepada 272 responden menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan kebersyukuran dengan resiliensi. Hal ini sesuai dengan penguraian hipotesis yang telah dituliskan peneliti sebelumnya, yaitu pada hipotesis pertama terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social support* dan kebersyukuran dengan resiliensi. Pada hipotesis kedua, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social support* dengan resiliensi. Dan pada hipotesis ketiga, tidak terdapat adanya pengaruh yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di Kota Surabaya.

Saran bagi masyarakat yang bekerja di Perkotaan, diharapkan mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan sosial seperti keluarga, teman maupun saudara. Contohnya seperti ketika menceritakan keluh kesahnya dan meminta saran atau nasihat kepada teman serta selalu bersyukur dengan napa yang telah didapatkan. Maka untuk sebagian orang tetaplah melakukan berbagai upaya yang telah dijalani dan jangan pernah untuk berhenti serta menyerah dan terus bangkit dari masa-masa sulit yang pernah terjadi. Serta saran untuk peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk lebih memperluas ruang lingkup dan guna memberikan wawasan baru serta penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif agar data yang diperoleh lebih detail dan mendalam. peneliti berharap hasil penelitian ini menjadi acuan untuk penelitian serupa dengan menemukan kebaruan dan memperluas lingkup penelitian yang belum ditemukan dalam penelitian ini. Misalnya dengan mencari dan menambahkan faktor eksternal seperti dukungan sosial, kebersyukuran dan faktor internal yang berhubungan dengan resiliensi.

## Referensi

- Ahmad, E. F., & Santoso, M. (2016). Analisis karakteristik konsentrasi dan komposisi partikulat udara (Studi case: Surabaya). *Jurnal Kimia Valensi*, 2(2), 97-103.
- Azmy, T. N. N., & Hartini, N. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harapan terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Bercerai. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 621-628.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.

- 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), 13-24. <http://jurnal.unpad.ac.id/jpsp/article/view/39606/pdf> tanggal 1 April 2023
- Ebri, N. H. (2022). *Hubungan Antara Islamic Religious Coping Dengan Resiliensi Pada Santri Di Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- ESTRIA, R. T. (2018). Hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana.
- Febriyanti, F. (2019). *Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi dimoderasi oleh kebersyukuran pada penyintas gempa bumi di Lombok* (Doctoral dissertation, University Of Muhammadiyah Malang).
- Fredella, N., & Sundari, A. R. (2023). Resiliensi Sebagai Mediator Pengaruh Bersyukur terhadap Kesejahteraan Psikologis Ibu dengan Anak Autisme. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 14-24.
- Hadiningsih, T. T., & Yuwono, S. (2014). *Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan keluarga yatim muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). *Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru* (Doctoral dissertation, Universitas Ahmad Dahlan).
- Kristanto, E. (2016). Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan. In *Dipresentasikan pada seminar ASEAN 2nd Psychology and Humanity, Malang*.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 540.
- 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).
- Nisa, M. K., & Muis, T. (2016). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan sidoarjo. *Jurnal BK Unesa*, 6(3), 40-44.
- Palmarius, D., & Barus, D. A. B. (2021). Resiliensi Pekerja Harian Dimasa Pandemi Covid-19. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 1(1), 1-9.
- PAUZANA, A. (2022). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA MANTAN GPZ (GANGGUAN PENGGUNAAN ZAT)* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU). <https://repository.uinsuska.ac.id/61609/> Tanggal 25 Juli 2022.
- Putri, R. H., Pratiwi, M., & Anggraini, D. (2021). Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Karyawan Yang Mengalami PHK Dimasa Pandemi Covid-19. *Psychology Journal of Mental Health*, 3(1), 38-55.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182.

- Sengkey, S. L., Jansen, F., & Wallah, S. E. (2011). Tingkat pencemaran udara CO akibat lalu lintas dengan model prediksi polusi udara skala mikro. *Jurnal Ilmiah Media Engineering*, 1(2).
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Yuwono, dkk. (2005). Psikologi Industri dan Organisasi. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.