

## Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi Korban Banjir

Hoirul Anwaruddin

E-mail: [hoirulo676@gmail.com](mailto:hoirulo676@gmail.com)

Magister Profesi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### Abstract

*This study aims to determine the correlation between social support and emotional intelligence with resilience to flood victims. Retrieval of data in this study uses a scale of resilience, scale of support, and emotional intelligence distributed to 100 research subjects, namely flood victims in Dalpenang Sampang village using purposive sampling technique. The results of the analysis of research data using multiple regression analysis shows that there is a positive relationship between social support and emotional intelligence with resilience which is shown by the F number regression = 103.783 with  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ). Variables of social support and emotional intelligence simultaneously and very significantly correlate with resilience. Partially found the value of t regression between social support and resilience = 10.410, and partial  $r = 0.726$ ,  $p = 0.00$  ( $p < 0.05$ ), this means there is a positive and significant relationship between social support and resilience. The partial test also found t regression between emotional intelligence and resilience = 3.675 and  $r$  partial = 0.350 ( $p < 0.05$ ), this means there is a positive and very significant relationship between emotional intelligence and resilience. These results indicate that the three proposed hypotheses are accepted.*

**Keywords:** social support, emotional intelligence, resilience

### Abstrak:

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada korban banjir. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala resiliensi, skala dukungan, dan kecerdasan emosi yang disebarkan kepada 100 subyek penelitian yaitu korban banjir di kelurahan Dalpenang Sampang dengan menggunakan tehnik purposive sampling. Hasil analisis data penelitian menggunakan analisis regresi ganda menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi yang ditunjukkan oleh angka F Regresi = 103,783 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ). Variabel dukungan sosial dan kecerdasan emosi secara simultan dan sangat signifikan berkorelasi dengan resiliensi. Secara parsial ditemukan nilai t regresi antara dukungan sosial dan resiliensi = 10,410, dan  $r$  partial = 0,726,  $p = 0,00$  ( $p < 0,05$ ), hal ini berarti ada hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Uji parsial juga menemukan t regresi antara kecerdasan emosi dan resiliensi = 3,675 and  $r$  partial = 0,350 ( $p < 0,05$ ), hal ini berarti ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan diterima.*

**Kata kunci:** Dukungan sosial, kecerdasan emosi, resiliensi

## Pendahuluan

Bencana alam sebagai peristiwa alam dapat terjadi setiap saat, dimana saja dan kapan saja. Indonesia merupakan salah satu negara yang tergolong rawan terhadap kejadian bencana alam, hal tersebut disebabkan karena letak geografis Indonesia berada pada posisi diantara dua samudera besar dan terletak di wilayah lempeng tektonik yang rawan terhadap adanya gempa bumi. Banyak gunung berapi yang masih aktif sangat berpotensi untuk munculnya bencana gunung meletus.

Maraknya penebangan liar yang menyebabkan hutan menjadi gundul sehingga berpotensi besar menyebabkan terjadinya banjir dan tanah longsor. Pada akhirnya, bencana tersebut menimbulkan kerusakan dan kerugian material bahkan korban jiwa serta mengakibatkan adanya pengungsian besar-besaran dan terganggunya kehidupan sosial ekonomi masyarakat (Bakornas PBP, 2006).

Sampang merupakan salah satu wilayah di Jawa Timur yang sering mengalami bencana banjir. Pada bulan Mei 2013 sampai dengan bulan Januari 2014 bencana banjir telah terjadi sebanyak 6 kali dan merendam 13 desa/ kelurahan yang mengakibatkan 96 orang terjangkit leptospirosis, dan 10 diantaranya meninggal dunia, sehingga pemerintah menyatakan sebagai kejadian luar biasa (Antara, 2014). Peristiwa banjir terbaru terjadi 24 Oktober 2016 yang telah merendam pemukiman penduduk, perkantoran, pertokoan dan jalan-jalan di delapan desa/ kelurahan. Banjir tersebut merupakan banjir yang ke sembilan kalinya selama tahun 2016 ([www.okezone.com](http://www.okezone.com), diakses tahun 2016).

Kejadian banjir yang terus menerus menyebabkan warga yang tinggal di daerah rawan banjir mencari strategi sendiri untuk mengatasi banjir agar tidak menimbulkan kerugian yang besar baik dari aspek materi dan psikologis. Kemampuan warga dalam mengorganisasi, belajar dan beradaptasi serta adanya keyakinan bahwa mereka mampu untuk bertahan dan bangkit dari kondisi keterpurukan serta menyesuaikan diri dengan kondisi sulit, hal inilah yang disebut resiliensi. Resiliensi secara umum didefinisikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi terhadap situasi-situasi yang dirasakan sulit dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002).

Hartati, & Sawitri (2010) berpendapat bahwa kemampuan resiliensi seseorang dipengaruhi oleh faktor internal yaitu kecerdasan emosional. Hal tersebut didukung

---

oleh pendapat Gottman (1997) bahwa dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi Individu. Unsur pentingnya peran kecerdasan emosional dapat dilihat dari Penelitian yang dilakukan oleh *Alcoholics Anonymous* dan program pemulihan obat terlarang yang didasarkan pada lebih dari 200 orang pasien pecandu heroin dapat disembuhkan dengan mengajarkan kecerdasan emosional yang mendasar cenderung akan menghilangkan keinginan untuk menggunakan obat terlarang (dalam Goleman, 2007).

Peran dukungan sosial sangatlah penting bagi individu korban bencana, karena dengan adanya dukungan yang berarti dari keluarga, komunitas dan masyarakat disekitar akan turut berperan dalam menciptakan pribadi yang resilien. Hal ini sesuai dengan pernyataan Werner (dalam Oktaviana, 2013) menemukan bahwa individu yang dapat sukses beradaptasi pada saat dewasa pada konteks terdapat tekanan (resiliensi) menyandarkan sumbernya pada keluarga dan komunitasnya. Individu akan merasa dihargai dan mendapatkan kepedulian terhadap sesuatu permasalahan yang dihadapi, sehingga individu yang mempunyai rasa nyaman karena mendapatkan dukungan akan lebih efektif dalam menghadapi masalah dan cenderung akan mengembangkan sikap positif terhadap dirinya dan membuat individu tersebut lebih cepat adaptasi.

Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika keadaan menjadi tidak pasti. Setiap orang membutuhkan resiliensi karena kemalangan termasuk dalam proses kehidupan Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk memberikan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan penderitaan atau trauma, yang mana kemampuan tersebut sangat penting untuk mengelola tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan resiliensi akan memberikan perubahan dalam kehidupan, kesulitan akan menjadi tantangan, kegagalan menjadi keberhasilan, keputusasaan menjadi kekuatan. Resiliensi dapat mengubah korban menjadi survivor dan membuatnya menjadi lebih baik. Menurut Revich dan satte (2002) individu yang resilien adalah individu yang memiliki regulasi emosi, pengendalian impuls optimisme, empati, analisis penyebab masalah (gaya berpikir) efikasi diri dan peningkatan aspek positif.

Dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, keluarga, tetangga, rekan kerja dan orang lain. Cutrona (1987) mengartikan dukungan sosial merupakan suatu proses hubungan yang terbentuk dari individu dengan persepsi bahwa seseorang dicintai dan dihargai, disayang, untuk memberikan bantuan kepada individu yang mengalami tekanan-tekanan dalam kehidupannya. Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2002). Dukungan sosial menurut sarafino diklasifikasikan kedalam lima bentuk, yaitu : (1) dukungan emosional yang menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tentram, merasa dimiliki dan dicintai ketika mengalami stres. (2) dukungan penghargaan yang dapat menyebabkan individu yang menerima dukungan membangun merasa menghargai dirinya, percaya diri, dan merasa bernilai (3) dukungan instrumental yang berupa bantuan langsung dan nyata seperti memberi atau meminjamkan uang atau membantu meringankan tugas orang yang sedang stres, (4) dukungan informasi, terdiri dari nasehat, arahan, saran atau penilaian, tentang bagaimana individu melakukan sesuatu. (5) dukungan jaringan sosial, merupakan dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya dapat saling berbagi.

Kecerdasan emosi adalah ke mampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati, dan berdoa (Goleman,1999). Schutte (1998) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi mengacu pada informasi emosi yang berkaitan dengan persepsi, asimilasi, ekspresi, regulasi dan manajemen dalam diri. Orang yang cerdas emosinya telah digambarkan sebagai orang yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, hangat, tulus, gigih dan optimis. Hal ini diyakini mencakup sosial dan kognitif sebagai fungsi yang berkaitan dengan ekspresi emosi. Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2007) mengungkapkan lima aspek dalam kecerdasan emosional, yaitu: (1) Mengenali emosi diri, adalah kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu dan kemampuan mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. (2) Mengelola emosi, adalah suatu kemampuan untuk menguasai perasaannya sendiri agar supaya perasaan tersebut dapat diungkapkan

---

dengan tepat. (3) memotivasi diri sendiri, kemampuan untuk menggerakkan dan menuntun menuju suatu tujuan. (4) mengenali emosi orang lain (empati), bukan hanya sekedar mengenali pikirannya melainkan juga perasaan orang lain. (5) membina hubungan, kemampuan untuk membentuk hubungan, membina kedekatan hubungan, sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan termasuk dalam jenis penelitian korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antar variabel. Subyek dalam penelitian ini adalah 100 orang yang tinggal di kelurahan Dalpenang Sampang Jawa Timur yang diambil menggunakan tehnik *purposif random sampling*.

Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan skala dukungan sosial, skala kecerdasan emosi dan skala resiliensi yang disusun sendiri oleh peneliti. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada variabel resiliensi menunjukkan 36 aitem valid dan 13 aitem gugur dengan nilai reliabilitas sebesar 0,886. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada variabel dukungan sosial menunjukkan 32 aitem valid dan 5 aitem gugur dengan nilai reliabilitas sebesar 0,906. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada variabel kecerdasan emosi menunjukkan 37 aitem valid dan 7 aitem gugur dengan nilai reliabilitas sebesar 0,921.

## **Hasil**

Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda. Hasil analisis data diperoleh nilai F regresi = 103,783 dengan  $p = 0,00$  ( $p < 0,01$ ), hal ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada korban banjir. Variabel dukungan sosial dan kecerdasan emosi secara simultan dapat memprediksi resiliensi. Hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada korban banjir terbukti.

Hubungan antar variabel secara parsial, ditemukan t regresi antara dukungan sosial dengan resiliensi = 10,410, dan r parsial = 0,76 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), hal ini berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan

resiliensi. Berdasarkan temuan tersebut maka hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi terbukti.

Ditemukan nilai t regresi antara kecerdasan emosi dengan resiliensi = 3,678 dan r parsial = 0,350 dengan  $p = 0,00$  ( $p < 0,01$ ), hal ini berarti ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi. Hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi terbukti.

Sumbangan efektif secara keseluruhan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap resiliensi diperoleh R square (koefisien determinasi) sebesar 0,682 %, yang berarti 68,2 % variabel resiliensi dipengaruhi dukungan sosial dan kecerdasan emosi, sisanya sebesar 32 % dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## Pembahasan

Hasil uji dengan analisis regresi berganda mendapatkan nilai  $F = 103,783$  dengan  $p = 0,00$  ( $p < 0,01$ ), hal ini menyatakan ada hubungan positif dan sangat antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat menghadapi dan mengatasi penderitaan yang terjadi dan menyesuaikan diri secara positif dengan keadaan yang penuh tekanan. Para korban banjir dengan resiliensi yang tinggi diindikasikan memiliki kemampuan yang tinggi dalam regulasi emosi (kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan), pengendalian impuls (mengontrol dorongan hati), optimisme, empati, memiliki fleksibilitas kognisi, sehingga dapat mengidentifikasi seluruh penyebab permasalahan yang dihadapi, efikasi diri (yakin akan kemampuan diri sendiri) meningkatkan aspek positif dengan selalu mencari nilai-nilai baru dalam hidupnya.

Dukungan sosial yang merupakan aspek eksternal dari individu, yang merupakan ketersediaan sumber daya yang memberikan kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui interaksi individu dengan orang lain sehingga individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok sosial. Para korban banjir yang mendapatkan dukungan sosial merasa diperhatikan dan dicintai sehingga hal tersebut dapat menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri. Dukungan sosial yang berupa dukungan emosi yang berupa empati dari orang lain, dukungan instrumental yang berupa bantuan

---

sembako, bantuan informasi berupa kondisi/status bencana serta dukungan kelompok yang berupa dilibatkannya dalam pergaulan suatu komunitas dapat meringankan beban penderitaan para korban banjir.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Lestari (2007) yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki sumbangan yang sangat besar kepada resiliensi pada penyintas gempa di Desa Canan Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten. Individu akan memaknai stres yang berat bukan sebagai stres yang berat, dukungan sosial muncul sebagai “central to healing” bagi para korban penyintas (Everal dalam Lestari, 2007).

Disisi lain kecerdasan emosi sebagai faktor dari dalam diri individu berkontribusi terhadap kemampuan seseorang menghadapi atau beradaptasi terhadap tantangan dan tekanan hidup. Kecerdasan emosi yang berupa kemampuan untuk mengenali emosi, mengendalikan emosi, motivasi dalam diri, kemampuan untuk memahami perasaan orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan mampu mengelola emosi yang ada dalam dirinya sehingga menjadi suatu kekuatan yang lebih positif. Keterampilan dalam mengatur emosi akan membuat seseorang menjadi terampil dalam melepaskan diri dari perasaan negatif, sehingga tekanan dan stres yang muncul pada saat banjir akan dapat diminimalkan. Korban banjir yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi membuat dirinya bisa mengelola tekanan dan stres yang dialaminya sehingga dia menjadi resilien.

Hasil penelitian Gottman (1997) menunjukkan fakta bahwa pentingnya kecerdasan emosional dalam berbagai aspek kehidupan, dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Bernard (dalam Meichenbaum, 1998) terhadap anak yang hidup dalam kemiskinan, menderita sakit fisik, tinggal bersama orangtua yang menderita penyakit mental, dan mengalami pelecehan seksual menunjukkan hasil bahwa mereka mampu hidup dengan baik karena didukung oleh faktor protektif yang berasal dari individu itu sendiri yang berupa kecerdasan emosi.

Analisis secara parsial diketahui adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Holaday dan

Mc Phearson (1997) yang mengungkapkan beberapa cara yang sangat efektif untuk mengembangkan resiliensi antara lain adalah dengan dukungan sosial yang termasuk didalamnya terdapat aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial. Gottlieb (1983) efek yang timbul dari dukungan sosial adalah efek perindungan (*buffering effect*). Hubungan sosial menimbulkan pengaruh positif sebagai pelindung dari efek negatif yang diakibatkan stres/ tekanan.

Analisis secara parsial selanjutnya diketahui adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan resiliensi. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi diterima. Penelitian yang dilakukan oleh Gottman (1997) menunjukkan bahwa dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain dan dapat meningkatkan resiliensi pada individu. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi diperlukan individu agar mampu menghadapi masalah yang dapat menimbulkan tekanan sehingga individu dapat mengendalikan emosi serta dapat menghadapi masalah dengan baik.

Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan mampu dalam mengenali emosi, mengelola emosi, motivasi diri, empati dan kemampuan keterampilan sosial dengan baik. Aspek-aspek tersebut akan membentuk suatu pengendalian diri dan kesadaran diri sehingga individu mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu.

## Simpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada korban banjir; 2) Adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada korban banjir; 3) Adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada korban banjir.

Diharapkan dengan penelitian ini, para korban banjir dapat mempertahankan aktifitas-aktifitas positif yang telah terbangun dalam masyarakat seperti pengajian tiap



mingguan yang biasa dilakukan dilingkungannya, kerja bakti tiap bulanan dan aktifitas sosial lainnya agar agar supaya dapat membentuk karakter resilien, membantu pembentukan nilai positif pada dirinya dalam rangka menghadapi tekanan yang ada dalam hidupnya.

Pemerintah daerah diharapkan menjadi fasilitator untuk mendorong peningkatan peran berbagai pihak seperti lembaga swasta dan masyarakat dalam peningkatan resiliensi pada korban banjir dengan memberikan dukungan sosial pada korban banjir seperti dukungan instrumental yaitu berupa pemberian bahan makanan pada saat banjir dan beberapa hari pasca banjir, obat-obatan dengan pendirian posko pengobatan gratis di sekitar daerah banjir serta pakaian dan selimut. Dukungan emosional dari pemerintah daerah juga dapat berupa kegiatan pendampingan dan penyuluhan psikologis paska bencana, serta perbaikan infrastruktur fasilitas umum yang banyak rusak karena banjir.

Bagi para peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian tentang resiliensi pada korban banjir hendaknya menanbah variabel lain karena masih banyak faktor yang mempengaruhi misalnya harga diri, attachment, pola asuh. Peneliti selanjutnya diharapkan memakai metode yang lain, instrumen populasi yang lebih besar dan sampel yang bervariasi memperhatikan kondisi lingkungan, sosial dan budaya subyek sehingga mempermudah penelitian.

## Referensi

- Aisyah, P (2015) Peran resiliensi dalam memprediksi kualitas hidup ibu yang tinggal dibantaran sungai ciliwung. *Jurnal proseding Universitas Guna Darma Vol 6*, Depok
- Azwar, S. (1999). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2005). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- \_\_\_\_\_. (2008). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Chaplin, J.P. (1999) *Kamus Lengkap Psikologi* ( Terjemahan dari DR, Kartini Kartono) Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Goleman, Daniel. (2003). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, J., & Declare, J (1997) *Kiat-Kiat Membesarkan Anak Yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Alih Bahasa T Hermaya. Jaskarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hadi, S (2000) *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Maisaroh (2015) Dukungan sosiasl, Kecerdasan Emosi dan resiliensi guru sekolah luar biasa. *Jurnal Psikologi Persona vol 4 no.3 Untag*

- Mulyani, S. (2011). *Resiliensi daya pegas menghadapi trauma kehidupan*. Medan: USU Press.
- Oktaviana, A. (2013) Hubungan Locus of Control dengan Resiliensi Pada Remaja Penyandang tuna Rungu. *E journal psikologi*,1,1
- Patton, P. (1998) *emotional Intelligence*, Alih Bahasa: Zaini Dahlan. Jakarta: Pustaka Dela Pratasa
- Peterson, C., & Seligman, M, E, P. (2004). *Character strength and virtues*. New York: Oxford University Press.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Random House, Inc.
- Salovey, P. & mayer, J.D(1990), *Emotional intelligence*. Baywood Publishing. Co., Inc [http://www.unh.edu/emotional intelligence/ei%20Reprints/Elreprints%201990-1999.htm](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/ei%20Reprints/Elreprints%201990-1999.htm), diakses 2 Agustus 2015
- Sarafino, E.P (2006) *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction Fift Edition*. USA: John Wiley & Sons.
- Schoon, Inggrit. (2006) *Risk and resilience adaptation in changing time* , New York: Cambridge University press
- Setiawan, A (2015) Religeusitas, Dukungan Sosial dan Resiliensi Korban Lupur Lapindo Sidoarjo. *Jurnal Psikologi Persona vol 4 no.2 Untag*
- Setyowati, A. (2010) Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada siswa penghuni rumah Damai, *jurnal Psikologi Undip 7.1*. 68-69
- Smet, B. 1999. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo
- Tampi, B. (2014) Hubungan Sikap Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Stres Penyitas Banjir Di Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado. *Ejournal vol.1 no.1 Unsrat*
- Werner, Emmy, E. (2005). *Resilience and reseach: past, presentand future*. Dalam petres dkk., *Resilience and Policy*. Plenum publisher, New York