

PENELITIAN ASLI

PENGARUH RESILIENSI TERHADAP STRES PASCA PERCERAIAN ORANG TUA PADA REMAJA DI SMK NAHDLATUL ULAMA MEDAN

Siska Dwi Ningsih¹, Inggrit Puspita Sari¹, Sri Ramadhani¹, Sierly Anita Gafar¹

¹*Program Studi Psikologi, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia*

Jl. Kapten Muslim No.79, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:
Tanggal Dikirim: 05 Juni 2025
Tanggal Diterima: 19 Juni 2025
Tanggal Dipublish: 28 Juni 2025

Kata Kunci: Ketahanan; Stres Pasca Perceraian Orang Tua

Penulis Korespondensi:

Siska Dwi Ningsih

Email: siscadwiningsih@yahoo.co.id

Abstrak

Remaja Sekolah Menengah Kejuruan (selanjutnya disingkat SMK) Nahdlatul Ulama (selanjutnya disingkat NU) Medan yang orang tuanya bercerai berdampak negatif seperti tidak disiplin masuk sekolah, membolos, malas belajar, sehingga mengakibatkan penurunan nilai secara akademik, hal ini membuktikan bahwa remaja mengalami stres pasca perceraian orang tuanya. Stres yang terjadi mempengaruhi kelangsungan kehidupan siswa di rumah dan di sekolah. Setiap remaja memiliki cara yang berbeda dalam merespon stressor yang ada. Individu yang mampu bertahan tentu memiliki sikap dalam menghadapi stres sehingga setiap remaja harus mampu menjadi resilien, yaitu mampu beradaptasi, mampu bertahan, dan bangkit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh resiliensi terhadap stres pasca perceraian pada remaja di SMK NU Medan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 31 orang. Penelitian ini menggunakan alat ukur instrumen penelitian dengan lembar kuesioner stres dan resiliensi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh resiliensi terhadap stres pasca perceraian orang tua dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,410 yang berarti 41% stres pasca perceraian orang tua dipengaruhi oleh resiliensi dengan nilai signifikansi $0,000 \leq 0,05$.

Jurnal Psychomutiara

e-ISSN: 2615-5281

Vol. 8 No. 1 Juni, 2025 (Hal 26-36)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Psikologi>

DOI: <https://doi.org/10.51544/psikologi.v8i1.5974>

How To Cite: Ningsih, Siska Dwi, Inggrit Puspita Sari, Sri Ramadhani, and Sierly Anita Gafar. 2025. "Pengaruh Resiliensi Terhadap Stres Pasca Perceraian Orang Tua Pada Remaja Di SMK Nahdlatul Ulama Medan." *Jurnal Psychomutiara* 8 (1) 26–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.51544/psikologi.v8i1.5974>.



Copyright © 2025 by the Authors, Published by Program Studi: Psikologi Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence (Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License).

1. Pendahuluan

Menurut Hurlock (1991) Ketika orang tua dan anak memiliki hubungan yang positif dan adaptif, anak akan lebih mudah menyelesaikan tugas perkembangan mereka. Menurut Yusuf (2014) mengatakan bahwa anak-anak yang memiliki keluarga yang utuh atau harmonis cenderung menunjukkan hubungan yang positif karena mereka cenderung menunjukkan sikap yang ceria dan aktif. Karena keutuhan sebuah keluarga sangat mempengaruhi perkembangan anak, mereka juga menerima pendidikan yang layak.

Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Hetherington (dalam Dagun, 2002) anak-anak yang berasal dari keluarga yang ceria dan stabil menunjukkan antusiasme dan semangat yang berbeda dengan anak-anak yang berasal dari keluarga yang retak atau tidak harmonis, yang menjadi canggung dan tidak nyaman saat bermain dengan sebayanya.

Sementara Hurlock (1991) menyatakan bahwa hubungan yang tidak harmonis antara anak dan orang tua berdampak negatif pada kehidupan anak. Siswa yang nakal, bandel, dan pemalas berprestasi buruk. Mereka berasal dari keluarga yang tidak adil atau tidak harmonis. Menurut Yusuf (2014), perceraian kedua orang tua membuat anak remaja juga mengalami masalah psikologis. Ketika orang tua bercerai, remaja biasanya mengalami stres yang signifikan dan risiko masalah kesehatan mental. Sedangkan Nadeak (dalam Hadiani et al, 2017) menjelaskan data tentang struktur keluarga mengatakan bahwa lebih dari separuh anak nakal berasal dari keluarga yang orang tua single parent, dan bahkan ada 19,5% berasal dari keluarga yang telah bercerai atau broken home.

Menurut Amato, Olson, dan Defrain (dalam Dariyo, 2004), perceraian, juga disebut sebagai perceraian, adalah suatu peristiwa di mana pasangan suami-istri secara resmi berpisah satu sama lain, dan mereka tidak lagi memiliki tanggung jawab untuk menjalankan peran mereka sebagai pasangan dan tinggal bersama.

Menurut Hadiani et al. (2017), perceraian orang tua akan mengubah struktur dan hubungan keluarga. Anak tidak akan tinggal bersama kedua orang tuanya lagi setelah perceraian. Menurut Olson dan DeFrain (dalam Dariyo 2004), anak hanya akan tinggal dengan salah satu orang tuanya pada akhirnya, tidak peduli apakah dia tinggal bersama ayahnya atau tidak tinggal dengan ibunya. Dalam perceraian, peran ayah tetap penting, meskipun ibu biasanya mengambil alih pengasuhan.

Hetherington (dalam Dagun, 2002) mengamati bahwa anak-anak yang orang tuanya bercerai diasuh oleh ibu mereka. Pada tahap awal perceraian, ayahnya akan selalu mengunjungi anak-anaknya, seperti pada awal perceraian. Tetapi hubungan ayah-anak akan hilang pada akhirnya.

Menurut Dagun (2002), perceraian memiliki dampak yang signifikan dan sebagai akibatnya, ibu dan ayah menjadi kurang mampu mengelola kehidupan sehari-hari anak-anaknya. Hal ini berdampak psikologis pada anak. Menurut Amato, Olson, & De Frain (dalam Dariyo 2004), perceraian orang tua memiliki dampak psikologis pada anak, termasuk masalah psiko-emosional.

Menurut Stahl (dalam Aminah dkk, 2012) Ketidakteraturan waktu makan dan tidur adalah tanda masalah psiko-emosional anak, sedangkan yang telah memasuki usia remaja dan menjadi korban perceraian kedua orang tuanya juga mungkin mengalami masalah kognitif seperti kegagalan akademik, depresi, bunuh diri, kenakalan remaja, dewasa sebelum waktunya, penyalahgunaan narkoba, kekhawatiran akan kehilangan keluarga, dan rasa bersalah dan marah.

Selain itu, Ningrum (2013) menyatakan bahwa anak-anak yang mengalami

perceraian orang tua mengalami trauma dan menunjukkan gejala depresi ringan dan antisosial, yang berdampak pada cara mereka berinteraksi dengan lingkungannya. Sementara Asriandari (2015) kemudian menambahkan bahwa anak remaja yang menjadi korban perceraian orangtuanya akan mengalami dampak psikologis seperti perasaan malu, sensitif, dan rendah diri, hal ini membuat remaja menghindari lingkungan.

Menurut Dagun (2002), perceraian dalam keluarga selalu berdampak buruk pada semua anggota keluarga. Fakta bahwa perceraian menyebabkan beban emosional dan perubahan fisik dan mental. Menurut Abror (2019), stres didefinisikan sebagai kondisi atau emosi yang dialami seseorang ketika dia merasa sumber daya sosial dan pribadinya tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhannya. Stres berasal dari respons waspada terhadap ancaman, yang secara alami diterima oleh tubuh. Adanya hubungan antara seseorang dan lingkungannya menyebabkan stres. Beberapa masalah dapat muncul dari lingkungan yang akrab, seperti anggota keluarga.

Menurut Dagun (2002), kemampuan untuk beradaptasi yang positif sangat penting bagi remaja dengan orang tua yang telah bercerai. Sedangkan resiliensi, menurut Hildayani (dalam Dipayanti dan Chairani, 2012), adalah kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk bertahan dan berkembang secara sehat, menjalani kehidupan secara positif dalam kondisi yang tidak menguntungkan dan penuh tekanan.

Menurut Desmita (2006), resiliensi adalah kemampuan manusiawi yang memungkinkan seseorang, kelompok, atau masyarakat untuk menghadapi, mencegah, dan menghilangkan konsekuensi dari suatu masalah. Namun, Tugade dan Frederickson (dalam Swastika, 2012) mengatakan bahwa semua orang membutuhkan resiliensi, atau kemampuan untuk bertahan hidup, setelah mengalami kecelakaan yang parah dan mengalami tekanan yang signifikan sebagai akibat dari suatu cobaan dalam hidup.

Menurut Reivich K. And Shatte A, (2002) Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan mengatasi peristiwa atau masalah besar yang terjadi dalam kehidupan setiap individu. Masten (2001) mengatakan bahwa untuk menghadapi stres, seseorang harus memiliki kemampuan resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan kesehatan mental yang positif saat menghadapi masalah atau stres. Ungar dan Liebenberg (2011) menyatakan bahwa ketika ada banyak faktor risiko, resiliensi dapat terjadi.

Berdasarkan hasil wawancara Peneliti dengan Bapak Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Nahdlatul Ulama Medan yang berinisial NOS mengatakan bahwa jumlah siswa SMK NU sebanyak 161 orang dengan siswa laki-laki berjumlah 98 orang sedangkan siswa perempuan berjumlah 63 orang, dari total jumlah keseluruhan siswa yang orang tua bercerai sebanyak 43 orang. Perceraian orang tua berdampak pada siswa yang mulai tidak disiplin datang kesekolah, sering bolos sekolah, malas belajar yang mengakibatkan nilai akademik mereka menurun dan sekitar 10 orang siswa tinggal kelas. Stres yang terjadi pada siswa remaja sangat mempengaruhi keberlangsungan kehidupan siswa di sekolah dan di rumah karena pada masing-masing dari mereka memiliki cara yang berbeda untuk menyikapi stressor yang ada. Namun tidak semua siswa yang orang tua yang bercerai mengalami dampak negatif, ada yang memilih bertahan dengan situasi dan kondisi yang menekan.

Sedangkan hasil wawancara kepada siswa kelas XI berinisial F (16 tahun) mengatakan bahwa ayahnya meninggal dunia di usianya 6 tahun, tak lama kemudian ibunya menikah lagi dengan seorang lelaki berstatus duda beranak 2 orang yang

bekerja sebagai buruh bangunan. Selama ibunya menikah, dia sering dipukul tanpa sepengetahuan ibunya oleh kedua saudara tirinya. Diusia 10 tahun, dia sering melihat ibunya dan ayah tirinya bertengkar yang membuat dia merasa tidak nyaman berada di rumah. Dia adalah salah satu anak yang berprestasi dan giat belajar serta dia berkeinginan menjadi wanita karir. Kasus lainnya seorang siswa berinisial N, yang kedua orang tuanya berpisah. Saat ini dia tinggal bersama ibunya, ibunya tidak bekerja namun ayahnya masih memberikan nafkah dan dibantu juga oleh abangnya yang bekerja di luar medan. Dia bercita-cita akan menjadi pramugara dan bila memiliki peluang untuk melanjutkan ke perguruan tinggi akan mengambil jurusan hukum menjadi seperti Hotman Paris.

Kedua siswa yang orang tuanya bercerai dan menempuh pendidikan kejuruan di Nahdlatul Ulama Medan memutuskan untuk melanjutkan sekolah, meskipun mereka menghadapi banyak tantangan serta segala konsekuensi dan stressor. Menurut Febrianti (2014), orang yang mampu bertahan pasti memiliki sikap terhadap stres, depresi, dan kecemasan. Hal ini bergantung pada seberapa jauh seseorang dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang mereka alami sepanjang hidup mereka. Tidak dapat dihindari bahwa siswa yang memiliki orang tua yang bercerai akan menghadapi masalah dan kesulitan. Setiap orang secara alami memiliki kemampuan untuk tangguh (resiliensi). Corner (dalam Melisa, 2009) menyatakan bahwa setiap siswa harus memiliki resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit, bertahan, dan memperbaiki kekecewaan. Ini karena setiap siswa harus memiliki kemampuan untuk bertahan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti mencoba melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Resiliensi Terhadap Stres Pasca Perceraian Orang tua Pada Remaja Di SMK Nahdlatul Ulama Medan”**.

Tinjauan Pustaka

a. Pengertian Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan menghadapi kesulitan, stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami seseorang. Resiliensi mencakup tujuh aspek yaitu Aspek - aspek Resiliensi. Menurut Reivich and Shatte (2002) resiliensi terdapat tujuh komponen, yaitu:

1. Regulasi emosi
2. Pengendalian impuls
3. optimisme
4. analisis penyebab masalah
5. empati
6. efikasi diri dan;
7. menemukan jalan keluar dari permasalahan.

b. Pengertian Stress

Stres adalah tanggapan terhadap penyesuaian yang disebabkan oleh perubahan lingkungan atau dalam diri seseorang yang menyebabkan ketidaknyamanan terhadap kesehatan fisik dan mental. Ini terjadi karena kondisi internal dan eksternal yang menuntut penyesuaian dari individu.

c. Aspek - aspek stress

Menurut Sarafino (dalam Nandi, 2011) berikut ini merupakan aspek-aspek stress yang terdiri dari:

1. Kognisi
2. Emosi dan
3. Perilaku sosial.

2. Metode

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif. Menurut Kisaram (dalam Sujarweni, 2022) dalam bukunya *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, mendefinisikan penelitian kuantitatif merupakan suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan dan mengenai apa yang ingin diketahui. Menurut Sujarweni (2022) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan- penemuan yang dapat dicapai dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau dengan cara di ukur, serta terdiri dari variabel-variabel. Peneliti menggunakan desain kuantitatif sebab analisis penelitian ini melibatkan perhitungan yang hasilnya berupa angka-angka untuk menjawab rumusan masalah penelitian.

Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah di SMK Nahdlatul Ulama Medan, yang beralamat di JL. H. Abdul Manaf Lubis N0. 2, Kec. Medan Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara.

Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan di Populasi yang akan menjadi objek penelitian adalah siswa/i remaja di SMK Nahdlatul Ulama Medan yang berjumlah 31 siswa. Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *Non probability sampling*.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan metode kuesioner (angket) dengan pilihan jawaban adalah Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Dalam penelitian ini, pengukuran yang digunakan berbentuk Skala *Likert* Instrumen penelitian menggunakan skala Resiliensi dan *stres*.

Uji Instrumen penelitian dilakukan dengan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas alat ukur dilakukan lewat pengujian terhadap isi alat ukur dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement*. Kelaziman yang dilakukan adalah menganggap bahwa item dengan $r_{hitung} \geq 0,235$ sebagai item yang validitasnya dapat berguna. Pengambilan keputusan pada item dilakukan jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan signifikansi (*P-Value*) $< 0,05$ maka item dinyatakan valid. Sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ dan signifikasinya (*P-Value*) $> 0,05$ dinyatakan item tidak valid. Menurut Azwar (2017) bahwa reliabilitas mengacu pada tingkat kepercayaan dan konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran.

Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana. Uji asumsi yang digunakan berupa uji normalitas dan uji linearitas. Semua analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS Versi 26 windows*.

3. Hasil

Uji Normalitas

Uji asumsi normalitas dilakukan dengan statistik *Shapiro Wilk*. Hasil uji asumsi normalitas pada tabel di bawah ini menunjukkan bahwa variabel resiliensi terdistribusi secara normal karena nilai signifikan pada variabel Resiliensi Sig = 0,471 sedangkan nilai p harus > 0.05 . Sedangkan variable Stres Pasca Perceraian

Orang Tua terdistribusi secara tidak normal karena nilai Sig = 0,025 sedangkan nilai p harus > 0.05.

Tabel 1 Test Of Normality Resiliensi dan Stres Pasca Perceraian
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Resiliensi	.143	31	.108	.968	31	.471
Stres	.170	31	.023	.921	31	.025

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Linearitas

Berdasarkan uji linieritas antara variabel Resiliensi dengan Stres Pasca Perceraian orang tua ditemukan nilai *F linearity* sebesar 15.854 dengan signifikan *linearity* 0,003 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel resiliensi dengan stress pasca perceraian orang tua linear ($0.003 < 0,05$).

Tabel 2 Anova Table Uji Linearitas
ANOVA Table

		Sum of Squares		df	Mean Square	F	Sig.
Stres * Resiliensi	Between Groups	(Combined)	615.055	20	30.753	1.435	.284
		Linearity	339.746	1	339.746	15.854	.003
		Deviation from Linearity	275.309	19	14.490	.676	.778
	Within Groups		214.300	10	21.430		
Total			829.355	30			

Hasil Analisis Regresi Linier

Berdasarkan hasil tabel dibawah ini menjelaskan besarnya nilai korelasi /hubungan (R) yaitu sebesar 0,640 dan dijelaskan besarnya persentase pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat yang disebut koefisien determinasi yang merupakan hasil dari penguadratan R. Dari tabel di bawah diperoleh *R square* (R²) sebesar 0,410 yang berarti 41% varian Stres Pasca Perceraian Orang Tuan pada remaja di SMK Nahdlatul Ulama Medan dipengaruhi oleh Resiliensi, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. *Standard Error of the Estimate* atau biasa disebut standar deviasi yang mengukur variasi dari nilai yang diprediksi sebesar 4.109.

Tabel 3 Anova Uji Regresi
ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	339.746	1	339.746	20.123	.000 ^b
	Residual	489.609	29	16.883		
	Total	829.355	30			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Resiliensi

Berdasarkan tabel *output* SPSS di atas diketahui nilai signifikansinya adalah sebesar $0,000 < 0,05$, jika $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima atau dengan kata lain Resiliensi berpengaruh terhadap Stres Pasca Perceraian Orang Tua pada remaja di SMK Nahdlatul Ulama Medan

Tabel 5 Coefficients Table Uji Regresi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	58.461	6.080		9.615	.000
	Resiliensi	-.413	.092	-.640	-4.486	.000

a. Dependent Variable: Stres

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa konstanta (a) sebesar 58.461 sedangkan koefisien regresi (b) - 0,413. Jika dimasukkan kedalam rumus maka diperoleh persamaan regresi $Y = 58.461 + (- 0,413) X$. Dari persamaan regresi linear sederhana dapat dijelaskan bahwa nilai konstanta sebesar 58.461 artinya jika variabel Resiliensi dianggap nol, maka Stres Pasca Perceraian Orang Tua pada remaja di SMK Nahdlatul Ulama Medan adalah sebesar 58.461. Sedangkan Nilai koefisien Resiliensi sebesar -0,413 menyatakan bahwa setiap kenaikan yang dialami variabel Resiliensi sebesar satu satuan maka Stres Pasca Perceraian Orang Tua (Y) juga akan mengalami penurunan sebesar -0,413

Perbandingan Mean Hipotetik dan Empirik

Perhitungan skor hipotetik pada skala Resiliensi, yaitu terdiri dari 21 aitem yang setiap aitemnya diberi skor maksimum 4 dan minimum 1, sehingga pada skor hipotetik diperoleh $X_{max} = 84$; $X_{min} = 21$; nilai mean = 52,5 ; dan SD = 10,5 Sedangkan skor hipotetik pada skala Stres Pasca Perceraian Orang Tua yaitu terdiri dari 16 aitem yang setiap aitemnya diberi skor maksimum 4 dan minimum 1, sehingga sehingga pada skor hipotetik diperoleh $X_{max} = 64$; $X_{min} = 16$; nilai mean = 40 ; dan SD = 8.

Tabel 6 Perbandingan Antara Mean Hipotetik dan Mean Empirik Variabel Penelitian

Variabel	Nilai Rata-rata	
	Hipotetik	Empirik
Resiliensi	52,5	65.61
Stres Pasca Perceraian Orang Tua	40	31.39

Distribusi Frekuensi

1. Distribusi Frekuensi Resiliensi

Untuk mencari distribusi frekuensi Resiliensi, peneliti membagi kategorisasinya menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kuesioner ini menggunakan skala *likert* dimana penilaiannya dengan skor jawaban adalah 1-4 dengan jumlah yang valid sebanyak 21 item maka di peroleh skor minimum (X_{min}) = 21, skor maksimum (X_{maks}) = 84, nilai mean = 52,5 dan standar deviasi (SD) = 10,5. Maka pengkategorian dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Resiliensi

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase (%)
Resiliensi	$X \leq 42$	Rendah	-	-
	$42 < X < 63$	Sedang	9	29%
	$X \geq 63$	Tinggi	22	71%
Jumlah				100%

2. Distribusi Frekuensi Stres Pasca Perceraian Orang Tua

Untuk mencari distribusi frekuensi Stres Pasca Perceraian Orang Tua, peneliti pembagi kategorisasinya menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kuesioner menggunakan skala *likert* dimana skor penilaian jawaban adalah 1-4 dengan jumlah yang valid sebanyak 16 item maka diperoleh skor minimum (X_{min}) = 16, skor maksimum (X_{maks}) = 64, nilai mean 40 dan standar deviasi (SD) = 8. Maka pengkategorian dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Strs Pasca Perceraian Orang tua

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase (%)
Stres Pasca Perceraian Orang Tua	$X \leq 40$	Rendah	29	94%
	$40 < X < 48$	Sedang	2	6%
	$X \geq 48$	Tinggi	-	-
Jumlah				100%

4. Simpulan Dan Saran

Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil pengujian analisis regresi linier sederhana mendapatkan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel resiliensi dan variabel stres pasca perceraian orang tua di SMK Nahdlatul Ulama Medan. Hasil penelitian ini menjawab hipotesa penelitian bahwa remaja di SMK Nahdlatul Ulama Medan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel resiliensi dan variabel stres pasca perceraian orang tua. Kesimpulan dari uji coba analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai 41% dipengaruhi oleh hasil penelitian, sedangkan 59% dipengaruhi oleh faktor dari luar penelitian.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa rekomendasi yang dapat diberikan oleh peneliti berikan berdasarkan penelitian ini, seperti::

1. Bagi Orang Tua
Bagi orang tua, maka penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk lebih melihat gambaran dan memikirkan dampak negatif perceraian.
2. Bagi Siswa
Sekiranya dapat dijadikan sebagai penambah ilmu pengetahuan tentang resiliensi dan stres pasca perceraian orang tua.
3. Bagi Sekolah
Sekiranya penelitian ini dapat menjadi pedoman untuk guru bimbingan konseling terhadap siswa-siswi yang orang tuanya bercerai. Dikarenakan perceraian orang tua memiliki dampak negatif pada anak.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Sekiranya untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan lagi variabel-variabel lainnya baik terkait hubungan resiliensi pada stres pasca perceraian orang tua maupun pengaruh lain resiliensi terhadap stres pasca perceraian dengan menggunakan variabel-variabel lainnya.

5. Daftar Pustaka

- Abror. (2014). *Hubungan Faktor Psikologis Dan Faktor Lingkungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja SMP Negeri Di Kecamatan Percut Sei Tuan*. Jurnal. Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Adelia, R. (2016). *Hukum : Perceraian*. Universitas Airlangga, 77-111.
- Aminah, N., dkk. (2012) *Keterampilan Proses Berpikir Kreatif Matematika Mahasiswa Ditinjau dari Performance Assesment*. Jurnal Euclid, 3 (2), 588- 603.
- Andriyani, J. (2016). *Korelasi Peran Keluarga Terhadap Penyesuaian Diri Remaja*. *AlBayan*, 22(34), 39–52.
- Anis. (2016). *Pengaruh Stres Terhadap Tindakan Kriminalitas Pada Usia Remaja*. *Jurnal STIKES Surya Mitra Husada*, 1-6.
- Asriandari, E. (2015). *Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 9.
- Azwar, S. (2013). *Sikap manusia: teori dan pengukurannya* (edisi ke- 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dahwadin. (2016). *Hakikat-Hakikat Perceraian*. AIN Kudus.
- Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan*. PT. Rema Rosada.
- Febrianti. (2014). *Hubungan antara Resiliensi dengan Stress pada Pasien Penyakit Kronis di Rumah Sakit Advent Bandung*. Skripsi. Universitas Advent Indonesia.
- Gunawan, E & Maramis, R. (2023). *Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua*. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*. Vol 4, No.1, Juni 2023, 32 – 48.
- Hadianti, S., Nurwati, R., & Darwis, R. (2017). *Resiliensi Remaja Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai: Studi Kasus pada Siswa – Siswi Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai di SMA Negeri 1 Margahayu*. *Jurnal Penelitian & PKM*, 4(2), 129 – 389
- Lestari, M & Ghaby, N, K, F. (2018). *Pengaruh Organization Citizenship Behavior (OCB) terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Karyawan*. *Jurnal Teknologi dan Manajemen Agroindustri* Vol.7 No. 2: 116-123.208-228.

- Harry. (2019). *Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan psikososial dan prestasi belajar pada anak*. Jurnal Universitas Nusa cendana, 157.
- Hartini, N. (2019). *Stres pada Remaja*. Diambil kembali dari UNAIR.NEWS: <https://news.unair.ac.id>.
- Hermansyah, M, T & Hadjam, M, N, R. (2020). *Resiliensi Pada Remaja Yang mengalami Perceraian Orang Tua Studi Literatur*. Motiva : Jurnal Psikologi. Volume 3, No. 2, 52-57.
- Istiqamah Juraidin, Syamsul Bachri, Eva Meizara, (2022). *Pengaruh stress dan dukungan sosial terhadap dukungan sosial pada remaja yang orang tuanya bercerai*, 1(1) 30-39.
- Kiki Agung Saputri, S. (2020). *Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019*. Journal universitas Negeri Semarang , 101- 122.
- M. Barselin, A. (2018). *Hubungan stres akademik siswa hasil belajar*. Education: jurnal pendidikan.
- Maliki & Luthfi. M. (2017). *Bimbingan Konseling Berbasis Qur'ani Dalam Mengatasi Problematika Stress*. Al- Tazkiah, Volume 6, No.2. 111-129.
- Mir'atannisa, I, M., Rusmana, Rusmana, A & Budiman N. *Kemampuan Adaptasi Positif melalui Resiliensi*. Journal Of Innovative Counseling: Thepry, Practice & Research, 3 (2). 70-75.
- Manoppo, A, A. (2022). *Resiliensi Remaja Awal Pasca Perceraian Orang Tua Di Kelurahan Pakowa Kecamatan Wanea Kota Manado*. psikopedia Vol. 3 No.1. 1-6.
- Musabiq, S, A. & Karimah, I. (2018). *Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa*. InSight, Vol. 20 No. 2.
- Ningrum, P.R. (2013). *Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda*. Psikoborneo 1(1), 39-44.
- Rachman, M, F. (2020). *Pengaruh Self- Compassion Terhadap Resiliensi Remaja Dengan Orang Tua Yang Bercerai*. Skripsi Thesis. Universitas Airlangga, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area
- Ramdhani, A. (2022.). *Pinhome*. Diambil kembali dari 5 pengertian remaja menurut para ahli: <https://www.pinhome.id/blog/pengertian-remaja-menurut-para-ahli/>.
- Ridwan, M. S., & Budiarti, E. (2021). *The Effect of Viral Marketing, Online Customer Review, Price Perception, Trust on Purchase Decisions with Lifestyle as Intervening Variables in the Marketplace Shopee in Surabaya City*. International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding (IJMMU), 8(3), 496-507.
- Ruli, E. (2020). *Tugas dan Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak*. Jurnal Edukasi NonFormal, 2715–2634.
- Saparini, S. (2022). *Hubungan Akses Informasi Dan Pengetahuan Remaja Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jurnal Poltekes Bengkulu , 11- 111.
- Septiani, T & Fitria, N. (2016). *Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan*. Jurnal Penelitian Psikologi Vol. 07, No. 02, 59-76.
- Sujarweni, V. (2022). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT. PUSTAKA BARU.

- Sumampouw, N. (2018). *Manajemen Stress Bagi Pekerja Kemanusiaan*. Jurnal Pusat Krisis Fakultas Psikologi UI.
- Sulistiana. (2023). *Pengaruh kelekatan Orang Tua Terhadap Stres Pasca Perceraian Orang Tua Pada Remaja Di SMA Swasta Mamiyai Al- Ittihadiyah Medan*. Skripsi, Universitas Sari Mutiara Indonesia.
- Sungko, E. (2020). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Stres Akadenuk Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang mengerjakan Skripsi*. Bachelor Thesis, Universitas Pelita Harapan.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (M.Dr. Ir. Sutopo, S.Pd (ed); ke2 ed). Ulfiah. (2016). *PSIKOLOGI KELUARGA (Pemahaman Hakikat Keluarga dan Penanganan Problematika Rumah Tangga)*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Wijaya, Y. D. (2018). *Manajemen Stres*. Universitas Esa Unggul
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, S (2014). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. PT. Remaja Rosdakarya