

HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA AWAL YANG MERANTAU

Alivia Maharani Arindya Syifa¹, Novi Qonitatin¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

aliviamaharani14@gmail.com

ABSTRAK

Kualitas hidup penting untuk dijaga karena dapat mempengaruhi kesehatan seorang individu. Para dewasa awal yang sedang melakukan perantauan lebih rentan untuk mengalami penurunan kualitas hidup jika dibandingkan dengan penduduk asli daerah tersebut karena harus beradaptasi dengan lingkungan baru, sehingga dapat timbul masalah yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan resiliensi untuk mengelola kesejahteraan seorang individu agar dapat tetap berkembang serta beradaptasi dengan masalah-masalah yang dialami oleh individu tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik mengenai hubungan resiliensi dengan kualitas hidup pada dewasa awal yang merantau. Subjek penelitian yang dilibatkan dalam penelitian ini berjumlah 100 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *Convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kualitas Hidup (19 aitem, $\alpha = 0,865$) dan Skala Resiliensi (21 aitem, $\alpha = 0,866$). Berdasarkan analisis yang dilakukan menggunakan *Spearman's Rho* ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan kualitas hidup dewasa awal yang merantau (koefisien korelasi *Spearman's Rho* $r_{xy} = .65$; $p < .001$). Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki para dewasa awal merantau, maka akan semakin tinggi pula kualitas hidup yang dimilikinya. Begitupun sebaliknya, semakin rendahnya tingkat resiliensi yang dimiliki, maka semakin rendah pula kualitas hidup yang dimiliki oleh para dewasa awal yang sedang merantau.

Kata Kunci; resiliensi, kualitas hidup, dewasa awal, merantau

THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND QUALITY OF LIFE IN MIGRATING EARLY ADULTS

Alivia Maharani Arindya Syifa¹, Novi Qonitatin¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

aliviamaharani14@gmail.com

ABSTRACT

Quality of life is important to maintain because it can affect the health of an individual. Early adults who are migrating are more vulnerable to experiencing a decrease in quality of life when compared to natives of the area because they have to adapt to a new environment, so problems can arise that can affect their quality of life. Therefore, resilience is needed to manage the well-being of an individual in order to continue to develop and adapt to the problems experienced by the individual. The purpose of this study is to empirically examine the relationship between resilience and quality of life in early adults who migrate. The research subjects involved in this study amounted to 100 people using Convenience sampling technique. The measuring instruments used were the Quality of Life Scale (19 items, $\alpha = 0.865$) and the Resilience Scale (21 items, $\alpha = 0.866$). Based on the analysis conducted using Spearman's Rho, it was found that there is a positive relationship between resilience and the quality of life of early adults who migrate (Spearman's Rho correlation coefficient $r_{xy} = .65$; $p < .001$). This study shows that the higher the level of resilience possessed by early adults who migrate, the higher the quality of life they have. Vice versa, the lower the level of resilience possessed, the lower the quality of life possessed by early adults who are migrating.

Keywords; resilience, quality of life, early adults, migrate