

## RESILIENSI BUDAYA MAHASISWA DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PEDAGOGI KEDAMAIAAN

Syska Purnama Sari<sup>1</sup>, Januar Eko Aryansah<sup>2\*</sup>, Ahman<sup>3</sup>, Ipah Saripah<sup>4</sup>

Universitas PGRI Palembang<sup>1</sup>

Universitas Sriwijaya<sup>2\*</sup>

Universitas Pendidikan Indonesia<sup>3,4</sup>

\*) Corresponding author, email: [syskapurnamasari@gmail.com](mailto:syskapurnamasari@gmail.com)<sup>1</sup>, [januareko@fisip.unsri.ac.id](mailto:januareko@fisip.unsri.ac.id)<sup>2\*</sup>, [ahman\\_bk@upi.edu](mailto:ahman_bk@upi.edu)<sup>3</sup>, [ipah\\_bk@upi.edu](mailto:ipah_bk@upi.edu)<sup>4</sup>

### ABSTRACT

Resilience can be developed from cultural support, so the uniqueness and the whole cultural construct are important to take into account. The ability of individuals to be able to adapt from the pressures experienced in their lives through the cultural values of the surrounding environment is a personal competence that must be developed by educators. Cultural resilience can be developed through the pedagogy of peace. The purpose of this article is to describe the cultural resilience of PGRI Palembang University students and their implications for peace pedagogy. The research method is descriptive quantitative with 80 students in semester II, IV and VI 2021. The measurement of cultural resilience is based on the theory of Reivich and Shatte and ClaussEhlers, aspects of cultural resilience consist of emotion regulation, emotional control, impulse control, reaching out, adaptive coping, global coping and socio-cultural support. The results is the cultural resilience of PGRI Palembang University students was in the medium category. With the achievement of the highest aspect is emotional regulation, and the lowest is socio-cultural support. Efforts to develop cultural resilience are through guidance and peace counseling using cultural strategies.

### Keywords

cultural  
resilience,  
peace  
pedagogy.

### ABSTRAK

Resiliensi dapat dikembangkan dari dukungan budaya, sehingga keunikan dan konstruk budaya secara utuh penting untuk diperhitungkan. Kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dari tekanan-tekanan yang dialami dalam kehidupannya melalui nilai-nilai budaya lingkungan sekitarnya merupakan kompetensi pribadi yang harus dikembangkan oleh pendidik. Resiliensi budaya dapat dikembangkan melalui pedagogi kedamaian. Tujuan artikel ini untuk mengetahui gambaran resiliensi budaya mahasiswa Universitas PGRI Palembang dan implikasinya terhadap pedagogi kedamaian. Metode penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan respondent sebanyak 80 orang mahasiswa semester II, IV dan VI tahun 2021. Pengukuran resiliensi budaya berdasarkan teori dari Reivich and Shatte dan ClaussEhlers, aspek-aspek resiliensi budaya terdiri dari regulasi emosi, control emosi, control impuls, reaching out, koping adaptif, koping global dan dukungan sosial budaya. Hasil penelitian diperoleh bahwa resiliensi budaya mahasiswa Universitas PGRI Palembang berada pada kategori sedang. Dengan pencapaian aspek yang paling tinggi adalah regulasi emosi, dan paling rendah adalah dukungan social budaya. Upaya untuk mengembangkan resiliensi budaya mahasiswa adalah melalui Bimbingan dan konseling kedamaian dengan menggunakan strategi budaya.

### Kata Kunci

resiliensi  
budaya,  
pedagogi  
kedamaian.

**Cara mengutip:** Sari, S. P., Aryansah, J. E., Ahman, A., & Saripah, I. (2023). Resiliensi Budaya Mahasiswa Dan Implikasinya Terhadap Pedagogi Kedamaian . *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 10(1), 107-122. <https://doi.org/10.29407/nor.v10i1.18081>

## **PENDAHULUAN**

Manusia merupakan individu yang hidup ditengah kehidupan yang terus mengalami perkembangan dan perubahan. Pada perkembangan dan perubahan di dalam kehidupan tersebut sudah pasti mengalami berbagai masalah dan tantangan. Masalah dan tantangan tersebut dapat muncul pada situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan dan tidak kita harapkan. Situasi dan kondisi tersebut tidak dapat individu prediksi sebelumnya. Situasi-dan kondisi yang menimbulkan kesulitan dan penuh tantangan tersebut merupakan situasi krisis yang dapat memicu stress dan trauma pada individu, adapula yang tidak mampu bertahan sehingga menyerah bahkan lari dari situasi-situasi tersebut yang pada akhirnya tidak mampu menyelesaikan masalah bahkan menimbulkan masalah baru. Tantangan-tantangan yang dialami individu pada setiap jenjang kehidupan seharusnya dihadapi dengan baik oleh setiap individu, namun agar individu dapat menghadapi situasi krisis tersebut dengan baik maka dibutuhkan resiliensi. Sehingga dengan adanya resiliensi individu mampu bertahan di tengah situasi krisis.

Fenomena yang terjadi saat ini adalah maraknya kasus bunuh diri di kalangan remaja, factor penyebabnya adalah diantaranya factor ekonomi, asmara, pergaulan, keharmonisan keluarga dan lain sebagainya (Fitriani, 2021). Faktor-faktor penyebab tersebut merupakan bentuk-bentuk resiko yang dialami oleh sebagian besar mahasiswa. Ditengah resiko yang berada pada kehidupan mahasiswa, maka resiliens merupakan salah satu kompetensi yang dapat dikembangkan agar dapat beradaptasi dengan baik. Awal mula munculnya resiliensi yaitu berasal dari riset yang menemukan sepertiga dari anak-anak yang hidup dengan resiko kehidupan ternyata memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai permasalahan yang mereka hadapi (Warner & April, 2012). Berdasarkan data milik WHO, bunuh diri menjadi penyebab kematian nomor dua terbesar setelah kecelakaan di kalangan remaja berusia 15-29 tahun, dan mengakibatkan sekitar 4.600 jiwa meninggal setiap tahunnya (Winnie Gustiana & Amanah Nur Asiah, 2020). Jumlah kematian akibat bunuh diri di dunia mendekati 800.000 kematian per tahun atau 1 kematian setiap 40 detik. Bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua pada kelompok umur 15-29 tahun dan 79% terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Hasil penelitian menyatakan bahwa resiliensi dan bunuh diri memiliki hubungan yang signifikan, resiliensi memoderasi risiko depresi dan gejala kecemasan terhadap ide bunuh diri pada pasien dengan depresi atau gangguan kecemasan yang dapat meningkatkan risiko bunuh diri (Nugroho, 2012). Resiliensi ditandai dengan kemampuan untuk mempertahankan stabilitas psikologis dalam menghadapi stress (Keye & Pidgeon, 2013). Selain itu menurut karakteristik manusia yang memiliki resiliensi tinggi adalah manusia yang santai dalam menghadapi kesulitan dan mudah bersosialisasi, mempunyai kemampuan berpikir yang baik, kemampuan menilai sesuatu dengan baik, memiliki dukungan dari orang sekitar, memiliki kelebihan dan bakat, yakin pada kemampuan diri sendiri dan mampu mengambil keputusan serta memiliki spiritualitas atau religiusitas (Oliver, 2020). Apabila individu memiliki resiliensi berarti individu tersebut memiliki kualitas pribadi untuk dapat

berkembang dalam menghadapi kesulitan hidup Individu, dengan resiliensi yang baik akan lebih mampu menahan stres dan dapat mengurangi gangguan emosi dan perilaku sehingga individu tersebut mampu menjalankan kehidupannya dengan baik (Connor & Davidson, 2003).

Salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi individu adalah budaya (Grotberg, 2003). Keragaman budaya memainkan peran penting bagi individu dalam beradaptasi dengan situasi baru yang muncul. Untuk seorang individu, faktor budaya dapat mengubah paparan faktor risiko, lintasan hidup negatif, dan ancaman terhadap harga diri (Lawrence et al., 2006). Ungar mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dapat diinternalisasikan dalam seperangkat norma perilaku budaya. Hasil penelitian dari Ungar menunjukkan resiliensi dapat dikembangkan dari dukungan budaya, sehingga keunikan dan konstruk budaya secara utuh penting untuk diperhitungkan (Widiyanti, 2018). Satu generasi mewariskan budaya kepada generasi yang lain, dimana budaya tersebut membentuk norma, sikap, dan nilai sehingga hal tersebut menjadi suatu kebiasaan dan berakar pada lingkungan dan memberikan pengaruh di lingkungan tersebut (Salonga, 2021).

Menurut Kluckhohn & Murray kepribadian dibentuk oleh genetik dan faktor lingkungan, di dalam faktor lingkungan meliputi pengaruh budaya (Shigehiro Oishi; Kostadin Kushlev; and Verónica Benet-Martínez, 2021). Seperti yang diungkapkan oleh Salonga bahwa ketika berbicara mengenai budaya, tak lepas dari faktor lingkungan, adat dan kebiasaan yang ada (Salonga, 2021). Selain itu Budaya mempengaruhi cara berpikir, berperilaku, karakter, iman, kepribadian dan prestasi belajar (Setiyorini, 2014; Salonga, 2021; Yusuf, Syamsu & Nurihsan, 2007; Triandis, H. C., & Suh, 2002). Selain itu wilayah social individu meliputi interaksi antar individu, pandangan dan pekerjaan akan sangat dipengaruhi budaya (Widiyanti, 2018). Untuk itu resiliensi budaya yang merupakan kemampuan individu dalam mengatasi kesulitan melalui latar belakang budaya seperti nilai budaya, kebiasaan, dan norma perlu menjadi perhatian oleh pendidik.

Upaya yang dapat dilakukan oleh pendidik untuk mengembangkan resiliensi budaya mahasiswa adalah melalui pedagogi kedamaian. Menurut Unicef pendidikan kedamaian merupakan sebuah Proses untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai yang dapat menghasilkan perubahan perilaku anak-anak, remaja dan dewasa untuk mencegah terjadinya konflik dan kekerasan dalam menyelesaikan konflik (Sunaryo Kartadinata, 2018). Pendidikan damai menurut Tricia S. Jones adalah proses yang memanfaatkan keterampilan komunikasi dan pemikiran kreatif dan analitik untuk mencegah, mengelola, dan menyelesaikan konflik secara damai (Sukendar, 2011).

Menurut Johnson & Johnson tujuan pendidikan kedamaian adalah mengajarkan peserta didik untuk dapat memperoleh informasi, sikap, nilai-nilai, dan kompetensi perilaku dalam menyelesaikan konflik tanpa adanya kekerasan dan memelihara hubungan yang harmonis karena tugas pendidik yang tidak hanya mengajar, tetapi juga menanamkan nilai-nilai kedamaian pada peserta didik (Wahyu Nanda Eka Saputra, Agus Supriyanto, Shopyan Jepri Kurniawan, 2020). Selain itu pendidikan damai adalah proses memberikan pendidikan yang didasari atas dasar filosofi yang mengajarkan anti kekerasan, cinta dan kasih sayang, kepercayaan, keadilan dan kerjasama antar pihak (Sukendar, 2011).

Artike ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi budaya mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang dan implikasinya terhadap pedagogi kedamaian.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini mendeskripsikan secara kuantitatif gambaran resiliensi budaya mahasiswa Universitas PGRI Palembang. Pengolahan data berdasarkan hasil instrumen Resiliensi budaya dari yang telah diadministrasikan secara statistik. Teori resiliensi budaya dikembangkan dari Reivich and Shatte dan ClaussEhlers, aspek-aspek resiliensi budaya terdiri dari regulasi emosi, control emosi, control impuls, reaching out, koping adaptif, koping global dan dukungan sosial budaya. Respondent penelitian adalah mahasiswa semester II, IV, dan VI tahun 2022 di program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang berjumlah 80 orang mahasiswa.

## HASIL

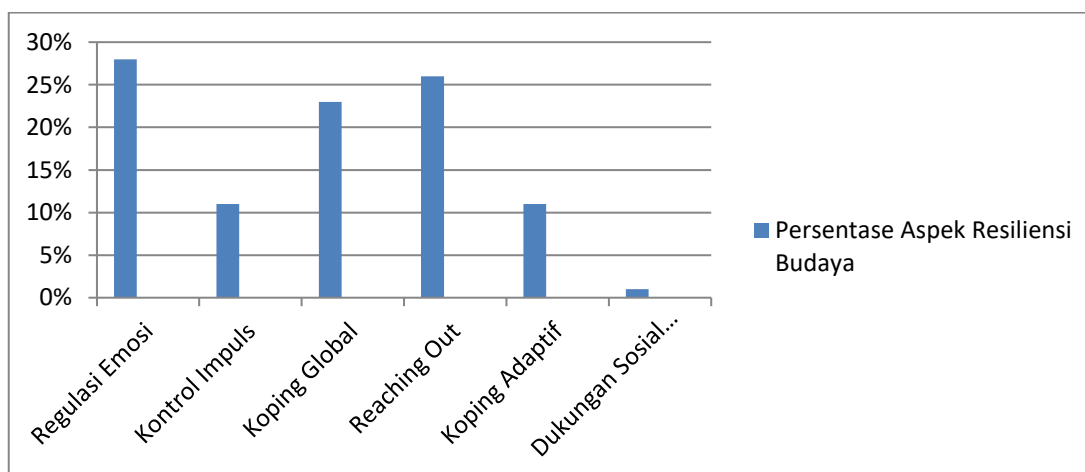
Hasil gambaran resiliensi budaya mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang, disajikan pada table dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Kriteria Pencapaian Berdasarkan Skor Total Resiliensi Budaya Mahasiswa (N=80)

No	Interpretasi	Rentang Skor	f	%
1.	Tinggi	$X < 128$	29	36 %
2	Sedang	$128 \leq X \leq 201$	51	64 %
3	Rendah	$X > 201$	0	0
Total			80	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi resiliensi budaya mahasiswa, dari 80 orang mahasiswa sebagai responden diperoleh hasil skor tertinggi dicapai pada kategori sedang yaitu sebesar 64% sebanyak 51 orang mahasiswa, dilanjutkan dengan kategori tinggi yaitu sebesar 36% yaitu sebanyak 29 orang mahasiswa, kemudian tidak ada mahasiswa yang berada pada kategori rendah.

Hasil persentase setiap aspek resiliensi budaya mahasiswa disajikan pada gambar dibawah ini.



Gambar 1. Aspek Resiliensi Budaya Mahasiswa

Berdasarkan gambar 1 diperoleh hasil bahwa aspek yang paling tinggi adalah aspek regulasi emosi yaitu mencapai 28 %, aspek yang kedua yaitu aspek *reaching out* mencapai 26%, aspek yang ketiga adalah koping global mencapai 23%, selanjutnya mencapai 11% untuk aspek koping global dan *control impuls*, dan aspek yang paing rendah adalah aspek dukungan social budaya yaitu mencapai 1%.

## **PEMBAHASAN**

Dari hasil olah data diperoleh rata-rata resiliensi budaya mahasiswa berada pada kategori sedang yang artinya mahasiswa tenang dan fokus dalam menghadapi masalah, mampu mengendalikan emosi walaupun belum mampu mengelola emosi negatife tersebut, mahasiswa mampu mengatasi masalah berdasarkan norma dan budaya masyarakat, mampu keluar dari zona nyaman dan berani mengoptimalkan kemampuan diri, memiliki sikap optimis, tangguh dan kompeten walaupun belum mendapat dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Walaupun resiliensi budaya mahasiswa rata-rata berada pada kategori sedang, dan tidak ada yang berada kategori rendah namun resiliensi budaya pada mahasiswa tetap diperhatikan agar resiliensi budaya yang mereka miliki dapat meningkat.

Hasil penelitian dari aspek-aspek resiliensi budaya yang dicapai oleh mahasiswa diperoleh bahwa aspek regulasi emosi adalah aspek yang paling tinggi yaitu mencapai 28 %. Regulasi emosi adalah kemampuan yang membuat mahasiswa dapat mengembangkan potensi diri melalui proses berpikir, cara pandang dan pengaturan emosi diwujudkan dalam perilaku ketika menghadapi permasalahan hidup, sehingga mampu menjadi mahasiswa sukses dan bahagia secara akademis dan non akademis (Fitri, 2014). Kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh mahasiswa diharapkan agar dapat bertahan dan berkembang, regulasi emosi ini merupakan salah satu aspek yang dapat membangun resiliensi. Seperti yang diungkapn oleh Aryansah dan Sari bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan regulasi emosi maka mahasiswa tersebut dapat mengurangi stress dan bertahan dari kesulitan-kesulitan hidup (Aryansah & Sari, 2021). Regulasi emosi dan resiliensi mempunyai hubungan yang positif, semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi juga resiliensi, demikian juga sebaliknya semakin rendah regulasi individu maka rendah juga resiliensinya (Widuri, 2012).

Aspek tertinggi yang kedua adalah pencapaian atau *reaching out* yaitu aspek yang menggambarkan kemampuan mahasiswa untuk mengurangi ketakutan-ketakutan yang mengancam sehingga mahasiswa dapat mencapai keinginannya (Arsini et al., 2022). Selanjutnya aspek yang mencapai posisi ketiga adalah aspek koping global, aspek koping global berfokus pada pada faktor sosiokultural, aspek koping global ditandai dengan kemampuan mahasiswa mengatasi masalah berlandaskan nilai-nilai budaya dan norma masyarakat.

Aspek selanjutnya adalah koping adaptif dan kontrol impuls, kedua aspek ini sama-sama mencapai 11%. Koping adaptif dintadai dengan karakteristik pribadi yang mewakili gaya penanganan koping yang positif seperti ketangguhan, percaya diri, kompeten, atau fleksibel (Weaver, 2009). Sedangkan kontrol impuls adalah kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan keinginan dan tekanan dari dalam diri (Marsha et al., 2019). Dari hasil

penelitian diperoleh bahwa remaja usia pertengahan sudah memiliki kemampuan untuk dapat mengendalikan dorongan impuls dalam diri sehingga mahasiswa sebenarnya sudah mampu melihat masalah secara objektif (Ramdani et al., 2017).

Aspek yang paling rendah adalah dukungan social budaya, aspek ini hanya mencapai 1%, artinya mahasiswa mengatasi masalah belum mendapat dukungan baik itu dari keluarga dan orang-orang sekitar. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, karena keluarga adalah orang-orang terdekat mahasiswa baik secara fisik dan emosional. Dukungan keluarga pada mahasiswa dapat membantu mengatasi stress mahasiswa (Linda Juita Paususeke, Hendro Bidjuni & Lolong, 2015). Selain keluarga, teman sebaya juga sangat mendukung perkembangan mahasiswa. Menurut hasil beberapa penelitian adalah dukungan teman sebaya mempengaruhi coping stress, minat, dan prestasi belajar remaja (Ekasari & Yuliyana, 2012; Muhamad Fauzan Faqih, 2020; Rika Devianti, 2015).

Resiliensi menurut (Han & Nestler, 2017) adalah coping stres yang aktif sehingga terjadi perubahan patologis sebagai respons terhadap rangsangan merugikan yang berkepanjangan. Selain itu resiliensi didefinisikan sebagai "proses beradaptasi dengan baik dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau bahkan sumber signifikan dari ancaman, kapasitas sistem dinamis untuk berhasil beradaptasi dengan gangguan yang mengancam kelangsungan hidup, fungsi, atau pengembangan sistem itu; proses untuk memanfaatkan sumber daya untuk mempertahankan kesejahteraan; ditingkatkan kapasitas psikobiologis untuk memodulasi stres tanggapan; dan reintegrasi diri yang meliputi upaya sadar untuk bergerak maju dalam wawasan terintegrasi secara positif sebagai akibat dari pengalaman. Semua definisi ini melibatkan proses beradaptasi dan bangkit kembali dari kesulitan. Ketahanan bukanlah konstruksi yang sederhana atau statis. Misalnya, seorang individu mungkin tangguh dalam satu domain kehidupan mereka, tetapi tidak untuk respons terhadap satu jenis trauma atau masalah yang lain. Selain itu ketahanan setiap individu juga berbeda-beda, artinya antara individu yang satu mungkin berbeda ketahanannya dengan individu yang lainnya.

Teori yang dikembangkan oleh Richardson dan rekan-rekannya mengusulkan model resiliensi sebagai berikut, Dimulai pada titik keseimbangan biopsikospiritual ("homeostasis"), individu menyesuaikan tubuh, pikiran, dan jiwa dengan keadaan kehidupan saat ini. Stresor internal dan eksternal selalu ada dalam kehidupan individu dan kemampuan seseorang untuk mengatasi peristiwa ini dipengaruhi oleh adaptasi yang berhasil dan tidak berhasil terhadap gangguan sebelumnya (Connor & Davidson, 2003)

Resiliensi adalah kemampuan individu agar dapat berkembang, tetap gigih dalam menyelesaikan tekanan atau kesulitan hidup serta mampu beradaptasi dengan baik dari situasi yang menyebabkan peristiwa buruk terjadi sehingga dapat menjadikan peristiwa buruk tersebut menjadi pengalaman berharga yang dapat merubah diri ke arah positif (Connor & Davidson, 2003; Grotberg, 2003 ;Reivich, K & Shatte, 2002) sedangkan resiliensi menurut (Han & Nestler, 2017) adalah coping stres yang aktif sehingga terjadi perubahan patologis sebagai respons terhadap rangsangan merugikan yang berkepanjangan. Resiliensi berawal dari suatu riset yang bertujuan untuk mengidentifikasi kerusakan yang dialami anak-anak dan

mencari penanganan yang tepat untuk menolong mereka dalam menghadapi resiko kehidupan. Namun dalam riset tersebut justru menemukan sepertiga dari anak-anak yang hidup dengan resiko ternyata memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai permasalahan yang mereka hadapi (Warner & April, 2012).

Resiliensi berasal dari psikologi positif, Martin EP Seligman yang menyatakan bahwa setiap manusia memiliki sisi positif, belajar menjadi makmur dalam menghadapi kesulitan dan tidak hanya dilihat dari sisi negatifnya saja. Karena pada saat kesusahan, individu memahami dan membangun kekuatan dan kebajikan-di antaranya adalah keberanian, perspektif, integritas, kesetaraan, loyalitas (Seligman, 2002). Psikologi positif mengutamakan potensi positif manusia dalam rangka meningkatkan kesejahteraan psikologis, beradaptasi dan mengaktualisasikan diri dalam kehidupan yang lebih baik (Tugade et al., 2016). Resiliensi yang merupakan kompetensi pribadi siswa terkait dengan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan pengalaman hidup yang sulit dan konflik yang terjadi, trauma, tragedi, ancaman.

Resiliensi merupakan kompetensi yang paling tepat dalam menghadapi tantangan hidup untuk mencapai perkembangan mental manusia yang sehat (Wiwin Hendriani, 2018). Sehingga apabila individu memiliki resiliensi maka individu tersebut akan mencapai suatu keadaan yang damai. Kedamaian merupakan proses merujuk kepada perkembangan tata pikir, perilaku, orientasi, nilai, upaya memperbaiki keadaan dan penyesuaian konflik dalam kehidupan manusia (Sunaryo Kartadinata, 2018). Keadaan yang damai yang dimaksud dalam resiliensi terlihat dari dampak positif resiliensi yaitu individu dapat dengan santai menghadapi kesulitan dan mudah bersosialisasi, mempunyai kemampuan berpikir yang baik, kemampuan menilai sesuatu dengan baik, memiliki dukungan dari orang sekitar, memiliki kelebihan dan bakat, yakin pada kemampuan diri sendiri dan mampu mengambil keputusan serta memiliki spiritualitas atau religiusitas (Oliver, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Grotberg adalah sebagai berikut: (1) *Tempramen*, *Tempramen* mempengaruhi bagaimana seorang individu bereaksi terhadap rangsangan. Apakah individu tersebut bereaksi dengan sangat cepat atau sangat lambat terhadap rangsangan. *Tempramen* dasar seseorang mempengaruhi bagaimana individu menjadi seorang pengambil resiko atau menjadi individu yang lebih berhati-hati. (2) *Inteligensi*, Banyak penelitian membuktikan bahwa inteligensi rata-rata lebih memiliki kemampuan resiliensi seseorang. (3) *Budaya*, Perbedaan budaya merupakan faktor yang membatasi dinamika yang berbeda dalam mempromosikan resiliensi. (4) *Usia*, Usia anak mempengaruhi dalam kemampuan resiliensi. Anak-anak yang lebih muda (di bawah usia delapan tahun) lebih tergantung pada sumber-sumber dari luar. Anak-anak lebih tua lebih tergantung pada sumber dari dalam dirinya. (5) *Gender*, Perbedaan gender mempengaruhi dalam perkembangan resiliensi (Grotberg, 2003).

Selain menurut Grotberg, (Wolf, 2015) juga mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu sebagai berikut: faktor genetik, perkembangan, neurobiologis, dan faktor psikososial dan respons individu terhadap stres. (1) Faktor genetik dalam reaktivitas sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal, simpatis sistem saraf dan sistem

serotonergik, antara lain, memiliki telah dikaitkan dengan psikopatologi pascatrauma dan/atau ketahanan. (2) Faktor perkembangan juga memiliki dampak yang nyata pada bagaimana seseorang menangani stres baik sebagai anak maupun sebagai orang dewasa, misalnya studi hewan dan manusia telah menunjukkan bahwa stres berulang yang tidak dapat dikelola dapat menyebabkan perilaku berlebihan perilaku, emosional, sistem saraf simpatik, dan respons aksis hipotalamus-hipofisis-adrenal terhadap stresor di masa depan (3) Faktor neurobiologi pada resiliensi sangat kompleks, penelitian neurobiologis tentang ketahanan berfokus pada sirkuit saraf yang terlibat dalam rasa takut, penghargaan, pembelajaran, hubungan sosial, dan regulasi emosi; spesifik struktur otak seperti amigdala, hipokampus, insula, korteks cingulate/prefrontal anterior dan nucleus accumbens; dan neurokimia termasuk dopamin, norepinefrin, epinefrin, kortisol, serotonin neurotropik yang diturunkan dari otak. Mekanisme saraf yang kemungkinan berkontribusi pada ketahanan selama situasi yang sangat menegangkan melibatkan aktivasi prefrontal kiri korteks, yang mengirimkan sinyal penghambatan ke amigdala dengan mengakibatkan penurunan kecemasan dan ketakutan, serta peningkatan kapasitas untuk merencanakan dan bertindak lebih efektif. (4) Faktor psikososial dan respon individu terhadap stress, Beberapa penelitian mengatakan bahwa faktor-faktor yang mendukung resiliensi meliputi emosi positif dan optimisme, aktif koping yang berfokus pada masalah, keberanian moral dan altruisme, perhatian kesehatan fisik dan kebugaran, kapasitas untuk mengatur emosi, fleksibilitas kognitif, religiusitas/spiritualitas, tingkat positif yang tinggi pada dukungan sosial dan komitmen untuk nilai dan bermakna. Tingginya tingkat dukungan sosial telah dikaitkan dengan hasil yang lebih baik hasil setelah berbagai trauma (misalnya, pertempuran, pelecehan anak) dan dengan kesehatan psikologis dan fisik yang lebih baik secara keseluruhan. Ada kemungkinan bahwa dukungan sosial menumbuhkan kesehatan dan ketahanan dengan meredam respons fisiologis terhadap stres, merangsang pelepasan oksitosin yang dikenal dapat mengurangi rasa takut, meningkatkan rasa percaya diri, dan mendorong pendekatan aktif daripada pasif untuk memecahkan masalah.

Menurut Barber bahwa resiliensi semakin sensitif terhadap peran yang dimainkan budaya baik sebagai faktor pelindung, tolak ukur, sebagai sistem nilai dan keyakinan (Theron, 2015). Resiliensi budaya adalah kemampuan individu untuk menerima dan menyesuaikan budaya yang relevan terhadap resiko atau kesulitan yang dialami. Resiliensi budaya mempertimbangkan bagaimana latar belakang budaya (yaitu, budaya, nilai budaya, bahasa, adat istiadat, norma) membantu individu dan masyarakat mengatasi kesulitan. (Caroline S Clauss & Ehlers, 2015; Ehlers, 2010). Gagasan mengenai resiliensi budaya menunjukkan bahwa individu dan masyarakat dapat menghadapi dan mengatasi kesulitan tidak hanya berdasarkan karakteristik individu saja, tetapi juga dari dukungan faktor sosial budaya.

Faktor-faktor yang mendukung resiliensi budaya adalah Sumber daya individu (misalnya, sifat kepribadian, kecerdasan, atau bakat pribadi), relasional (misalnya, keterikatan dengan pengasuh atau mentor, interaksi teman sebaya yang positif, keluarga besar) dan lingkungan pendidikan (Widiyanti, 2018; Theron, 2015). Faktor lingkungan pendidikan dapat menjadi poin penting yang dapat kita lakukan untuk mengembangkan resiliensi budaya



Sehingga di dalam lingkungan pendidikan dapat mengembahkan individu yang memiliki kemampuan bertahan melalui standar-standar budaya yang mereka miliki dengan kondisi yang tidak sesuai dengan ekspektasi.

Mengembangkan resiliensi budaya dapat melalui pendidikan kedamaian. Damai berasal dari bahasa latin yaitu Pax yang artinya Absentia belli artinya Kontrol atau kesepakatan untuk mengakhiri perang atau menghentikan konflik antardua orang, antardua negara atau antar dua kelompok antagonis. Dalam Kamus besar bahasa Indonesia damai berarti 1) Tidak ada perang, tidak ada kerusakan, aman; 2) Tentram, tenang 3) Keadaan tidak bermusuhan, rukun (Ilfiandra, Ipah Saripah, 2021). Johan Galtung, pendiri studi perdamaian dan penelitian perdamaian, telah mengusulkan perbedaan penting antara perdamaian "positif" dan "negatif". Perdamaian "positif" menunjukkan kehadiran simultan dari banyak keadaan pikiran dan masyarakat yang diinginkan, seperti harmoni, keadilan, kesetaraan, dan sebagainya. Perdamaian "negatif" secara historis menunjukkan "tidak adanya perang" dan bentuk lain dari konflik manusia dengan kekerasan skala besar (Bourdieu, 1967; Khaswara & Hambali, 2021).

Selain itu menurut Galtung juga terdapat damai dingin (cold peace) dan damai panas (hot peace). Damai dingin merupakan damai yang memiliki sedikit rasa kebencian diantara individu-individu yang bertengkar dan juga kurangnya interaksi yang dapat membangun kepercayaan, kerjasama dan saling ketergantungan,. sehingga memerlukan mediator untuk untuk memperbaiki masa lalu dan membangun masa depan. Diperlukan perhatian bersama untuk mengatasi masalah-masalah kemanusiaan yang sedang terjadi (Sukendar, 2011).

Perkembangan perdamaian diawali dengan berorientasi pada kedamaian positif yaitukedamaian kemudian bergeser ke kedamaian positif namun Mulai tahun 2016, menurut The Centers for International Business Education and Research (CIBER), focus kajian kedamaian yaitu isu "*the business peace*"merupakan menjadi sebagai topik utama untuk memenangkan kompetisi pasar global dan peningkatan bisnis pendidikan internasional (Akhmad et al., 2016). Menurut Kartadinata dkk kedamaian adalah sebuah proses perkembangan, tidak pada titik akhir keadaan dari sebuah proses pencapaian, karena kedamaian adalah keadaan yang harus dipelihara sehingga selalu berada pada kondisi optimum yang dinamis. Kondisi optimum yang damai terjadi pada individu yang akan menumbuhkan kedamaian diri, kedamaian social, dan kedamaian pada bangsa dan Negara. Kedamaian merupakan sebuah proses dan produk, proses yang merujuk atas dasar perkembangan mindset, perilaku, orientasi nilai, upaya memperbaiki keadaan dan penyelesaian konflik dalam kehidupan manusia untuk mencapai hasil yang damai yang berupa produk (Sunaryo Kartadinata, 2018).

Pada dasarnya definisi kedamaian masih belum dapat disepakati secara pasti. Karena setiap individu mengartikan kedamaian secara berbeda. Dalam setiap jenjang atau tingkatan perkembangan juga mengartikan kedamaian secara berbeda. Kedamaian versi anak-anak dan dewasa, laki-laki dan perempuan akan berbeda mengartikan kedamaian tersebut. Bahkan satu individu akan mendefinisikan kedamaian yang berbeda pula pada kondisi yang berbeda. Pada saat ini khususnya pada usia anak sekolah sebagian besar masih

mendefinisikan kedamaian dalam bentuk kedamaian negative, yang artinya damai menurut mereka apabila tidak adanya pertengkaran, permusuhan dan kemarahan. Sehingga tata pikir bentuk kedamaian tersebut harus diubah dengan melaksanakan pendidikan kedamaian pada lingkungan pendidikan formal sehingga terciptalah iklim damai di Sekolah.

Menurut Unicef pendidikan kedamaian merupakan sebuah proses untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai yang dapat menghasilkan perubahan perilaku anak-anak, remaja dan dewasa untuk mencegah terjadinya konflik dan kekerasan dalam menyelesaikan konflik (Sunaryo Kartadinata, 2018). Di dalam beberapa penelitian menyebutkan terdapat tiga dimensi kedamaian yaitu *intrapersonal peace*, *interpersonal peace* dan *transdental peace*. Resiliensi merupakan salah satu nilai yang terdapat di dalam *intrapersonal peace*.

Kedamaian batin (*inner peace/intrapersonal peace*) ditandai dengan seseorang untuk menghadapi tantangan hidup dengan keseimbangan batin, karena meskipun menghadapi kesulitan, ia yakin akan nilai dan tujuan intrinsiknya. *Intrapersonal peace* merupakan kondisi mental dan spiritual yang terbebas dari kecemasan dan gangguan emosi. *Intrapersonal peace* berkorelasi positif dengan kebahagiaan, kepuasan dengan hidup, pengaruh positif, dan rasa tujuan dalam hidup (Navarro-Castro & Nario-Galace, 2008 ; Sunaryo Kartadinata, 2018). Sedangkan resiliensi budaya ditandai dengan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan kesulitan-kesulitan dan berupaya mengatasi kesulitan tersebut dengan mempertimbangkan latar belakang budaya sehingga akan mencapai kondisi yang tenang dan damai dalam hidup.

Resiliensi dibangun atas dasar tujuh aspek yaitu Regulasi emosi, Pengendalian impuls, Optimisme, Empati, Analisis penyebab masalah, Efikasi diri dan pencapaian (Reivich, K & Shatte, 2002). Sedangkan pengukuran resiliensi budaya dikembangkan oleh Clauss-Ehlers yang disebut Cultural Resilience Measurement (CRM), CRM terdiri dari lima sub skala meliputi (a) stres masa kanak-kanak, (b) koping global, (c) koping adaptif, (d) koping maladaptif, dan (e) dukungan sosial budaya (Weaver, 2009). Dari kedua ahli tersebut disimpulkan terdapat enam aspek yang dapat mengukur resiliensi budaya yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, pencapaian, koping global, koping adaptif dan dukungan sosial budaya. Keenam aspek tersebut merupakan nilai-nilai kedamaian yang terdapat didalam *intrapersonal peace*.

Salah satu strategi dalam implementasi pendidikan kedamaian untuk mengembangkan resiliensi budaya siswa adalah layanan bimbingan dan konseling, dengan domain bimbingan pribadi sosial melalui layanan dasar. Langkah-langkah menciptakan program pendidikan kedamaian menurut Johnon & Johnson (Kartadinata et al, 2018) adalah sebagai berikut: 1) Sistem pendidikan umum wajib untuk dibangun, dimana siswa berinteraksi dan memiliki kesempatan untuk membangun hubungan baik antara satu dengan yang lainnya. 2) Pengalaman bekerjasama harus terjadi dengan mengedepankan tujuan bersama, penyaluran yang adil terhadap manfaat dan tujuan tersebut, serta memperhatikan identitas bersama. 3) Siswa harus diajarkan mengaplikasikan prosedur kontroversi –konstruktif untuk menjamin bahwa mereka tahu membuat keputusan sulit dan terlibat dalam wacana politik. 4)

Siswa harus diajari cara untuk terlibat dalam negosiasi terpadu dan melakukan mediasi sejawat untuk menuntaskan konflik kepentingan secara konstruktif. 5) Nilai-nilai sipil harus ditumbuhkan dengan mengarahkan siswa pada kebaikan umum masyarakat untuk jangka panjang.

Pendidikan kedamaian sangat diperlukan bagi peserta didik dengan tujuan agar Guru sebagai *role model* dapat memfasilitasi peserta didik untuk mengembangkan pengetahuan mengenai nilai-nilai damai yaitu seperti harmoni, rukun, cinta kasih, berdaya juang tinggi, empati dan lain sebagainya, serta mengembangkan nilai-nilai tersebut sehingga mampu mengaplikasikan kedalam bentuk perilaku. Sehingga walaupun peserta didik berada pada kondisi dan situasi bermasalah, mereka mampu menghadapinya dengan betuk kedamaian.

Strategi di dalam bimbingan dan konseling pada pedagogik kedamaian yang digunakan menggunakan strategi budaya "andai-andai". Andai-andai merupakan cerita dongeng, legenda, cerita mengenai binatang yang memiliki nilai-nilai yang dapat diambil dengan cara mendengarkan lantunan cerita yang diceritakan oleh pendongeng. Cerita andai-andai berisikan ajaran-ajaran budaya, nilai-nilai sosial dan pesan-pesan moral yang berguna.

Strategi yang digunakan berkaitan dengan definisi dan bentuk dari resiliensi budaya yang merupakan sebuah kompetensi pribadi individu dengan mempertimbangkan nilai-nilai budaya untuk tujuan kehidupan yang damai. Selain itu strategi ini juga mempertimbangkan karakteristik kunci kualitas resiliensi budaya yang meliputi kelangsungan hidup individu adalah hubungan individu dengan lingkungannya, sejauh mana sistem dapat membangun kapasitas untuk belajar dan beradaptasi dan resiliensi didasarkan pada organisasi diri (Brien, 2009). Di dalam *intrapersonal peace* menunjukkan individu yang mampu menghadapi tantangan melalui kapasitasnya sendiri, apabila individu tersebut mampu berdamai dengan dirinya sendiri maka individu tersebut mampu mengorganisasi dirinya sendiri dan akan mempengaruhi kedamaian interpersonal yang akan berdampak pada lingkungan yang lebih luas, sehingga hubungan individu dengan lingkungannya akan semakin positif. Sistem yang dimaksud adalah lingkungan pendidikan yang akan memberikan pendidikan damai melalui strategi-strategi yang tepat.

Dunia pendidikan saat ini memiliki tantangan karena dihadapkan pada era globalisasi, sehingga agar tidak menghilangkan karakteristik manusia Indonesia sebagai jati diri bangsa. Salah satu upayanya adalah dengan menggunakan kearifan lokal/budaya untuk menguatkan prinsip berpikir dan berawawasan global dengan diaplikasikan melalui tindakan sehingga dapat mencapai pembelajaran bermakna (Kusuma, 2018).

Nilai-nilai budaya perlu dikembangkan kedalam Pedagogik Pendidikan kedamaian karena nilai-nilai budaya perlu dilestarikan dan diwariskan agar tidak kehilangan keotentikannya. Setiap bangsa pasti mempunyai nilai-nilai budaya yang identik dengan nilai-nilai kedamaian, sehingga di dalam pendidikan kedamaian sebaiknya memasukkan nilai-nilai budaya. Di Indonesia sendiri tersirat di dalam semboyan bangsa Indonesia yaitu Bhinneka Tunggal Ika yang artinya walaupun berbeda-beda tetap satu jua Hal ini mensyaratkan bahwa

kedamaian sangat dijunjung tinggi oleh budaya Indonesia. Selain itu juga tersirat di dalam pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 yaitu melaksanakan kedamaian abadi. Sehingga sangatlah tepat apabila nilai-nilai budaya dijadikan fondasi pada pedagogi pendidikan kedamaian di Indonesia. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Novilasari bahwa Sebagai bangsa yang Bhinneka Tunggal Ika, Indonesia memiliki banyak tradisi dan nilai-nilai kearifan lokal yang dapat dilestarikanserta dikembangkan agar ciri khas bangsa Indonesia dengan berbagai macam budaya dan memiliki nilai-nilai yang baik tidak hilang begitu saja dikarenakan pengaruh-pengaruh negatif budaya luar. Tradisi dan nilai-nilai lokal justru menjadi kekuatan sebagai ketahanan masyarakat Indonesia di era globalisasi saat ini (Irianto, 2016; Budi Setyaningrum, 2018; Novilasari, 2019).

Pendidikan kedamaian sudah sewajarnya mengangkat nilai-nilai budaya sebagai landasan bagi pedagogi pendidikan karena nilai-nilai budaya bersifat perennial. Selain itu pendidikan kedamaian dapat diposisikan sebagai tujuan dan proses didalam mengembangkan sekolah aman dan damai sehingga hendaknya semua elemen pendidikan dan stake holder di sekolah menjadi agen perdamaian, dan yang paling utama Guru yang harus menjadi pelaksana budaya damai di sekolah karena Guru adalah figure sentral dalam mengembangkan budaya damai (Kartadinata et al, 2018).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian dan pembahasan yang telah didiskusikan resiliensi budaya mahasiswa berada pada kategori sedang artinya mahasiswa mampu tenang dan fokus menyelesaikan masalah, belum mampu mengelola emosi negatif tetapi sudah mampu mengendalikannya, memiliki kemampuan menyelesaikan masalah berdasarkan norma dan budayasetempat, berani mengoptimalkan kemampuan diri dan keluar dari zona nyaman, optimis, tangguh dan kompeten dalam beradaptasi dengan perubahan, namun belum mendapat dukungan dari lingkungan sekitar dan keluarga. Resiliensi budaya mahasiswa tetap menjadi prioritas untuk dapat diperhatikan oleh pendidik agar resiliensi budaya mahasiswa dapat berkembang pada level tinggi dan tidak menurun pada level rendah. Aspek tertinggi yang diperoleh adalah aspek regulasi emosi dan paling rendah adalah dukungan sosial budaya. Upaya untuk mengembangkan resiliensi budaya tersebut dapat melalui pedagogik kedamaian dengan melalui Bimbingan dan konseling kedamaian dengan strategi budaya.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Akhmad, S. N., Kartadinata, S., & -, I. (2016). Perspektif Peserta Didik Tentang Kedamaian Dan Resolusi Konflik Di Sekolah. *Pedagogia*, 14(2), 343–355. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v14i2.3884>
- Arsini, Y., Rusmana, N., Sugandhi, N., Pendidikan, U., & Bandung, I. (2022). *Profil Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan dilihat Pada Aspek Empathy , Emotion Regulation dan Self-Efficacy*. 4(1), 76–83.
- Aryansah, J. E., & Sari, S. P. (2021). Analisis Peran Regulasi Emosi Mahasiswa terhadap Kebijakan School From Home Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Pemerintahan*

- Dan Politik*, 6(1), 8–14.
- Brien, S. O. (2009). *Superfluous Words : Ecological and Cultural Resilience in Things Fall Apart*. 5(1), 1–11.
- Budi Setyaningrum, N. D. (2018). Budaya Lokal Di Era Global. *Ekspresi Seni*, 20(2), 102. <https://doi.org/10.26887/ekse.v20i2.392>
- Caroline S Clauss-Ehlers. (2015). *Cultural Resilience*. Springer, Boston, MA.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Ekasari, A., & Yuliyana, S. (2012). Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan coping stress pada remaja. *Jurnal Soul*, 5(2), 55–66.
- Fitri, A. R. (2014). Regulasi Emosi pada Mahasiswa Melayu. *Jurnal Psikologi*, 12(2005), 1–7. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/3002>
- Fitriani, T. A. (2021). Maraknya Kasus Bunuh Diri di Kalangan Remaja. *Kompasiana*. <https://www.kompasiana.com/tri31394/61cc3ca04b660d2c1807aef4/maraknya-kasus-bunuh-diri-di-kalangan-remaja>
- Galtung, J. (1967). *THEORIES OF PEACE A Synthetic Approach to Peace Thinking* (Vol. 103, Issue 10).
- Grotberg, E. H. (Ed. . (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Han, M. H., & Nestler, E. J. (2017). Neural Substrates of Depression and Resilience. *Neurotherapeutics*, 14(3), 677–686. <https://doi.org/10.1007/s13311-017-0527-x>
- Ilfiandra, Ipah Saripah, N. A. N. & D. S. (2021). *Bibliokonseling untuk Membangun Budaya Damai di Sekolah*. UPI PRESS.
- Irianto, A. M. (2016). KOMODIFIKASI BUDAYA DI ERA EKONOMI GLOBAL TERHADAP KEARIFAN LOKAL: Studi Kasus Eksistensi Industri Pariwisata dan Kesenian Tradisional di Jawa Tengah. *Jurnal THEOLOGIA*, 27(1), 212–236. <https://doi.org/10.21580/teo.2016.27.1.935>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Situasi dan Pencegahan Bunuh Diri*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/19103000002/situasi-dan-pencegahan-bunuh-diri.html>
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 01(06), 1–4. <https://doi.org/10.4236/jss.2013.16001>
- Khaswara, F., & Hambali, R. Y. A. (2021). Conflict Theory According to Johan Galtung.

- Gunung Djati Conference Series Proceedings The 1st Conference on Ushuluddin Studies*, 4, 650–661.
- Kusuma, R. S. (2018). Peran Sentral Kearifan Lokal Dalam Peningkatan Kualitas Pendidikan. *PEDAGOGIK: Jurnal Pendidikan*, 5(2), 228–239. <https://www.ejournal.unuja.ac.id/index.php/pedagogik/article/view/385>
- Lawrence, C. R., Carlson, E. A., & Egeland, B. (2006). The impact of foster care on development. *Development and Psychopathology*, 18(1), 57–76. <https://doi.org/10.1017/S0954579406060044>
- Linda Juita Paususeke, Hendro Bidjuni & Lolong, J. J. S. (2015). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI DI FAKULTAS KEDOKTERAN PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN UNSRAT MANADO. *Khatulistiwa Informatika*, 3(2), 124–133.
- Marsha, G. C., Erlyani, N., & Fauzia, R. (2019). Resiliensi pada Narapidana Rasuah. *Jurnal Kognisia*, 2(2), 13–17.
- Muhamad Fauzan Faqih. (2020). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Navarro-Castro, L., & Nario-Galace, J. (2008). *Peace Education: A Pathway to a Culture of Peace*.
- Novilasari, S. (2019). PENDIDIKAN KARAKTER PADA PEMBELAJARAN PKN BERBASIS KEARIFAN LOKAL DI SEKOLAH DASAR PADA ERA 4.0. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan*, 3, 726–730.
- Nugroho, W. B. (2012). Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda*, 1(1), 31–45.
- Oliver, R. (2020). Mental health disorders. *British Dental Journal*, 228(9), 657. <https://doi.org/10.1038/s41415-020-1590-y>
- Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. (2017). Gambaran Resiliensi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 37–45.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor 7 Key To Finding Your Inner Strength and Over Coming Life's Hurdels*. Three Rivers Press.
- Rika Devianti. (2015). Kontribusi Dukungan Orangtua, Teman Sebaya, dan Guru Bimbingan dan Konseling ontribusi Dukungan Orangtua, Teman Sebaya, dan Guru Bimbingan dan Konseling terhadap Minat Siswa pada Jurusan yang Ditempati di SMA. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 22–30. <http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/165/142>
- Salonga, D. (2021). Pengaruh budaya dalam pembentukan iman, karakter dan kepribadian.

- OSF Preprints. <https://doi.org/10.31219/osf.io/t3hb4>
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive Feeling and Positive Character. *Authentic Happiness*, 3–14.
- Setiyorini, E. (2014). Pengaruh Modal Budaya, Pendidikan Karakter Dan Kepribadian Siswa Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Kelas Xi Ips Sma Negeri 1 Ambarawa Tahun Pelajaran 2013/2014. *Economic Education Analysis Journal*, 3(3), 529–536.
- Shigehiro Oishi; Kostadin Kushlev; and Verónica Benet-Martínez. (2021). *Hand Book of Personality Theory and Research* (O. P. John & R. W. Robins (eds.); Fourth edi). The Guilford Press.
- Sukendar, S. (2011). Pendidikan Damai (Peace Education) Bagi Anak-Anak Korban Konflik. *Walisono: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 19(2), 271. <https://doi.org/10.21580/ws.2011.19.2.158>
- Kartadinata, S., Setiadi R., & Ifiandra. (2018). *Pedagogi pendidikan kedamaian : rujukan pengembangan sekolah aman dan damai*. Bandung: UPI PRESS.
- Theron, L. C. (2015). *Youth Resilience and Culture* (L. C. Theron (ed.); Volume 11). Springer.
- Triandis, H. C., & Suh, E. M. (2002). Cultural influences on personality. *Annual Review of Psychology*, 53(133–160).
- Tugade, M. M., Devlin, H. C., & Fredrickson, B. L. (2016). Positive emotions. *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 18–32. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.1>
- Wahyu Nanda Eka Saputra, Agus Supriyanto, Shopyan Jepri Kurniawan, S. S. B. B. A. & Y. A. (2020). KONSEP KEDAMAIAN DIRI REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID-19 Wahyu Nanda Eka Saputra. *Prosiding Seminar Nasional FIP*, 172–177.
- Warner, R., & April, K. (2012). Building personal resilience at work. *Effective Executive*, 15(4), 53–68. <https://doi.org/10.1179/1743275813Y.0000000026>
- Weaver, D. E. (2009). The relationship between cultural/ethnic identity and individual protective factors of academic resilience. *ProQuest Dissertations and Theses*, 1550154188. <https://doi.org/10.25774/w4-gegc-nw60>
- Widiyanti, W. (2018). RESILIENSI KULTURAL REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AL-MUJTAHADAH PEKANBARU. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 2(1), 37–46.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Windy Gustiana & Amanah Nur Asiah. (2020). Angka Kematian Remaja Bunuh Diri Tertinggi Kedua Setelah Kecelakaan. *Basra News*.

Wiwin Hendriani. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Prenadamedia Group.

Wolf, E. J. (2015). Resilience: an update. *PTSD Research Quarterly*, 25(4), 1–8.

Yusuf, Syamsu & Nurihsan, A. J. (2007). *Teori Kepribadian*. Remaja Rosda Karya.