

KARAKTERISTIK RESILIENSI PADA PENDERITA SKOLIOSIS

Marsal Yunas Muliadi Hasibuan¹, Irman Irman²
Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus, Batusangkar¹²

e-mail:

marsalyunasmuliadihasibuan@gmail.com¹, irman@iainbatusangkar.ac.id²

Abstract

This study was prompted by the discrimination faced by individuals with scoliosis in early adulthood. The aim of this research is to explore the resilience characteristics exhibited by people with scoliosis. Employing a descriptive qualitative method, the study focuses on the responses of scoliosis sufferers in Bukittinggi. Data collection involves observation and in-depth interviews. The analysis utilizes Miles & Huberman's theory, and data validity is assessed through triangulation. The findings reveal several key points. Firstly, in terms of emotional regulation, subjects struggle to control their emotions due to scoliosis and experience discrimination from peers, leading to frequent irritation. Secondly, two of the subjects exhibit resilience by demonstrating positive aspects such as impulse control, optimism, empathy, self-efficacy, causal analysis, and reaching out, enabling them to adapt positively to their environment.

Keywords: *Characteristics, Resilience, Scoliosis*

Abstrak

Penelitian ini dipicu oleh pengalaman diskriminasi yang dialami oleh individu dengan skoliosis pada fase awal dewasa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi kemampuan karakteristik resiliensi yang ditunjukkan oleh penderita skoliosis. Metode penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, yang menitikberatkan pada respons subjek yang mengalami skoliosis di Bukittinggi. Pengumpulan data melibatkan observasi dan wawancara mendalam. Analisis data mengacu pada teori Miles & Huberman, dan keabsahan data diuji melalui triangulasi. Temuan dari penelitian ini mengungkapkan beberapa hal kunci. Pertama, dalam hal regulasi emosi, subjek menghadapi kesulitan dalam mengontrol emosi akibat skoliosis dan seringkali mengalami diskriminasi dari teman sebaya, yang menyebabkan perasaan kesal. Kedua, dua subjek dalam penelitian ini menunjukkan sifat resilien dengan memperlihatkan aspek positif seperti kontrol impuls, optimisme, empati, self-efficacy, analisis sebab-akibat, dan mencari dukungan, yang memungkinkan mereka beradaptasi secara positif dengan lingkungan sekitar.

Kata Kunci : Karakteristik, Resiliensi, Skoliosis

PENDAHULUAN

Manusia memiliki pengalaman yang berbeda-beda dalam menghadapi kehidupan. Hal ini menjadikan problematika dalam hidup sehingga memicu stres (Muliadi Hasibuan, Amelia, and Masril 2022). Pada umumnya individu akan dihadapkan rintangan untuk menjalani kehidupan. Rintangan tersebut sering kali terjadi pada masalah kesehatan terutama berkaitan dengan fisik, cacat fisik, dan pertumbuhan fisik yang abnormal, sehingga ini menimbulkan tantangan dan rintangan baru yang harus dihadapi oleh individu untuk menjalani kehidupan. Kesehatan fisik ini pada umumnya disebabkan oleh dua faktor yaitu genetika (internal) dan faktor luar seperti benturan, terjatuh, ataupun kecelakaan (external). Pada dasarnya kelainan fisik yang dialami oleh individu yang disebabkan oleh genetika dan benturan adalah Skoliosis.

Asal kata "skoliosis" berasal dari bahasa Yunani, dengan kata dasar "skolios" yang artinya "bengkok" atau "melengkung" (Pealeu and Angliadi n.d.). Skoliosis adalah tidak normalan pada tulang belakang yang dicirikan oleh kelengkungan punggung dalam bentuk seperti huruf S atau C. Beberapa penyebab

umum kelainan ini melibatkan faktor bawaan sejak lahir, masalah saraf, cedera atau infeksi pada tulang belakang, dan tidak normalan pada struktur tulang belakang (Sari 2013). Gejala umum pada penderita skoliosis mencakup perbedaan tinggi tulang bahu, menonjolnya tulang belikat, kelengkungan yang jelas pada tulang belakang, dan ketidakseimbangan antara ruang lengan dan tubuh. Selain mengalami rasa sakit akibat bentuk abnormal tulang, penderita skoliosis juga sering menghadapi dampak pada kesehatan mental.

Bentuk tubuh yang tidak normal sering kali mengakibatkan hilangnya rasa percaya diri pada individu yang mengalaminya, terutama dalam menjalani aktivitas sehari-hari. (Studi et al. 2016). Mengalami kecemasan yang berlebihan akibat bentuk tulang yang tidak normal dapat memicu munculnya pikiran yang tidak rasional pada penderita. (Irman et al. 2022). Tidak jarang, individu yang mengidap skoliosis menghadapi diskriminasi dari teman atau lingkungan sekitarnya.

Hal ini sebenarnya tidak patut dilakukan, mengingat setiap manusia memiliki hak yang sama untuk kelangsungan hidupnya tanpa adanya

diskriminasi atau kekerasan, sesuai dengan Pasal 28B ayat 2 menyatakan bahwa setiap anak memiliki hak untuk tumbuh kembang dan kelangsungan hidup, serta memiliki hak untuk dilindungi dari kekerasan dan diskriminasi. Menghadapi kekurangan fisik seperti skoliosis dan tekanan dari luar merupakan tantangan yang signifikan dalam kehidupan.

Menghadapi problematika ini, diperlukan daya tangguh dan ketahanan (resiliensi) yang tinggi untuk menjalani kehidupan dengan penuh semangat. Resiliensi adalah kapasitas individu untuk pulih dan bangkit kembali setelah mengalami kesulitan, serta kemampuan untuk beradaptasi secara positif dengan lingkungan sekitarnya. (Dewi and Hendriani 2014). Resiliensi juga di artikan kualitas yang memungkinkan seseorang untuk tetap teguh, berubah sesuai kebutuhan, dan memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan serta menyelesaikan masalah setelah mengalami kesulitan atau penderitaan (Fitriani and Hasibuan 2023). Selain itu, individu yang resilien umumnya memiliki pengalaman atau mengalami trauma sebagai guncangan jiwa yang dapat mengganggu tugas-tugas perkembangan

personal mereka. (Irman and hadiarni 2012). Jadi, resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi situasi sulit, peristiwa negatif, dan tantangan hidup yang dihadapi oleh individu. (Ramdani, Rilla, & Yuningsih 2017). Pemahaman terhadap resiliensi melibatkan upaya untuk menggali aspek-aspek seperti regulasi emosi, kontrol impuls, efikasi diri, optimisme, analisis sebab-akibat, dan upaya untuk mencari dukungan dari lingkungan sekitar. (Hendriani 2019).

Regulasi emosi melibatkan upaya untuk mengendalikan dan mengelola ekspresi emosi, dengan kata lain, bagaimana individu menyampaikan dan mengelola emosi mereka, yang pada gilirannya dapat memengaruhi perilaku individu dalam mencapai tujuannya. (Novita, Hendriani, and Silvianetri 2022). Impulse control adalah kemampuan untuk mengendalikan dorongan atau keinginan spontan dalam diri, serta mengelola perilaku saat menghadapi berbagai situasi. (Sari, Mardawan, and Prakoso 2011). Self efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dan kapasitas diri sendiri untuk melaksanakan suatu tindakan atau menghadapi situasi tertentu, serta mencapai hasil yang

diinginkan.(Hardianto, Erlamsyah, and Nurfahanah 2016).

Optimisme adalah kemampuan untuk berpikir secara positif saat menghadapi masalah atau kesulitan yang mungkin timbul di masa depan. Empati adalah kemampuan untuk memahami dan menafsirkan gejala psikologis serta emosi orang lain. *Causal analysis* adalah kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah yang dihadapi. Reaching out (membuka diri) sebagai komponen ini menunjukkan kemampuan individu untuk mencapai aspek positif dan terbuka terhadap kegagalan serta kesulitan yang dihadapi dalam kehidupan setelah mengalami kesulitan. (Murtiningrum and Pedhu 2021).

Pada penjelasan diatas individu dengan penderita skoliosis umumnya berbeda dengan individu yang sehat. Misalnya mesti ada gerakan-gerakan terapi harian untuk menghindari pergeseran tulang belakang yang signifikan. Perubahan pola hidup dan terbatasnya kegiatan yang bisa dilakukan dapat menimbulkan adanya tekanan pada individu tersebut. Hal ini bisa terjadi jika tidak siap untuk menghadapi adanya perubahan karena kekurangan yang dialami. Perubahan pada kehidupan pada

seorang penderita skoliosis ini juga mendapat *stresor* tambahan yaitu diskriminasi dari teman. akan tetapi dengan resiliensi tidak menutup kemungkinan bagi penderita skoliosis meningkatkan keyakinan positif terhadap masalah yang dihadapinya untuk mengembangkan perilaku yang lebih positif dan sehat sehingga dapat beradaptasi positif kepada lingkungan. Hasil observasi yang dilakukan pada oktober 2022 ditemukan subjek penderita skoliosis yang sering termenung dan tidak stabil dalam mengendalikan emosinya .selanjutnya wawancara singkat yang dilakukan didapatkan keterangan subjek tidak percaya diri dengan kondisi fisiknya dan mendapatkan diskriminasi dari teman. data umum dari subyek penelitian ini adalah satu orang laki-laki penderita skoliosis dengan usia 21 tahun.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pricilia Yulianda Jaya dan Denrich Suryadi (2018) mengenai gambaran resiliensi perempuan lajang penderita kanker payudara. Hasil penelitian menunjukkan seluruh subjek penelitian merupakan individu yang resilien yang dilihat dari tujuh faktor resiliensi. Artinya dengan terpenuhinya ketujuh aspek resiliensi maka subjek dapat mengatasi

dampak negatif yang timbul dari kanker payudara dan dampak negatif setelah melakukan mastektomi. Subjek mampu bangkit dari kondisi terendah dan menerima kondisi yang mereka alami.

Sebagai tambahan, penelitian yang dilakukan oleh Melisa Falentina dan Agoes Dariyo (2016) Resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan talasemia dapat tercermin dalam gambaran kesulitan-kesulitan yang dihadapi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya tantangan dan rintangan yang dihadapi oleh ibu dalam menghadapi kondisi kesehatan anak talasemia mereka. Beberapa kesulitan yang dihadapi oleh ibu yang memiliki anak talasemia melibatkan aspek ekonomi, jarak tempuh yang ditempuh untuk berobat ke rumah sakit, tantangan dalam pengasuhan anak, serta kesulitan terkait dengan pola makan dan minum anak talasemia.

Tiga subyek telah memenuhi tiga faktor pembentukan resiliensi, yaitu identitas (*I am*), sumber daya atau dukungan (*I have*), dan kemampuan atau keterampilan (*I can*). Namun, secara khusus, salah satu subyek tidak memenuhi aspek peran model (*I have*) dan rasa bangga pada diri sendiri (*I'am*). Diperlukan juga dengan penelitian oleh

anna dian savitri dan purwaningtyastuti (2019) dengan judul resiliensi remaja yang teridentifikasi HIV/AIDS. Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi Sy dapat digolongkan sebagai tinggi. Pada faktor "*I Have*," Sy mendapatkan dukungan dan perhatian yang positif dari lingkungan sekitar, mengutamakan kebahagiaan dan kenyamanan, memiliki figur panutan, dorongan untuk mandiri, dan meskipun menghadapi diskriminasi kesehatan, namun tetap menerima layanan pendidikan dan keamanan dengan baik.

Pada faktor "*I Am*," Sy memiliki sikap menarik, mengekspresikan rasa sayang melalui perbuatan, dan menunjukkan kepedulian. Pada aspek "*I Can*," Sy mampu mengungkapkan perasaan dan pikirannya, menyelesaikan masalah, mengontrol emosi, dan menjalin hubungan baik dengan orang lain. Secara keseluruhan, subjek menunjukkan tingkat resiliensi yang baik dan telah menerima kondisi dirinya dengan positif.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus kualitatif, diterapkan dengan tujuan untuk menyelidiki secara mendalam mengenai

tingkat ketangguhan (resiliensi) mahasiswa IAIN Bukittinggi yang mengalami skoliosis. Resiliensi yang dimaksud dalam konteks ini merujuk pada kemampuan bertahan pada kondisi yang menekan individu penderita skoliosis, dengan tujuan agar mereka mampu beradaptasi secara positif terhadap lingkungan sekitarnya.

Pendekatan deskriptif yang diterapkan dalam penelitian ini mencakup pengumpulan data yang ada di dalamnya. Jumlah subyek pada penelitian berjumlah 1 orang mahasiswa penderita skoliosis. subyek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek dari penelitian ini berjumlah sedangkan pemilihan subjek berdasarkan kriteria: 1) berjenis kelamin laki-laki, 2) penderita skoliosis, 3) usia 21 tahun. Peneliti juga memilih satu orang teman sebaya untuk menjadi informan pendukung dalam penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan observasi partisipatif dan wawancara. Selanjutnya untuk menjamin keabsahan data menggunakan teknik triangulasi dari sumber. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data model Miles dan Huberman. Proses analisis data

kualitatif dilakukan secara interaktif dan berkelanjutan, sehingga munculnya data yang berulang atau mencapai tingkat kejenuhan. (Choiri 2019). Jadi, proses dalam penelitian ini melibatkan tiga tahap utama, yaitu reduksi data, display data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Regulasi Emosi

Pada kemampuan regulasi emosi subjek memiliki regulasi yang kurang baik ini ditandai dengan kurang tenangnya subyek dalam menghadapi masalah sering memendam perasaannya dan juga sering melamun memikirkan kondisi yang sering kekurangan yang dimilikinya dan juga terkadang membuat dia sangat jengkel dengan orang-orang yang *membully*. Regulasi emosi yang efektif dimulai dengan kesadaran terhadap emosi yang sedang dialami, diikuti oleh kemampuan untuk mengendalikan emosi tersebut.

Kesadaran terhadap emosi berperan penting dalam membantu individu mengelola emosi yang mereka alami, memungkinkan mereka menampilkan respons yang sesuai terhadap situasi yang memicu emosi tersebut. Dengan memiliki pemahaman dan kesadaran terhadap emosi mereka,

individu dapat mengembangkan kontrol emosi yang lebih baik, sehingga dapat memberikan tanggapan yang adaptif terhadap tantangan atau situasi sulit dalam kehidupan mereka. Kesadaran emosi dan kontrol emosi saling terkait, bekerja bersama untuk menciptakan regulasi emosi yang sehat dan efektif. Ketika regulasi emosi dilakukan dengan kontrol yang baik, hal ini memberikan manfaat positif bagi kehidupan manusia. Salah satu manfaat yang dapat dirasakan adalah mengurangi tekanan emosional dan memperkuat peningkatan kesejahteraan mental. (Irman 2015).

Impulse Control

Pada bahasan *impulse control* subyek terlihat lebih dapat mengontrol dorongan dan keinginan yang dilakukannya. Ia lebih positif untuk memikirkan resiko yang ada kedepan kalau dia meluapkan keinginan negatifnya ketika mendapatkan tekanan berupa diskriminasi dari teman, subyek tidak melampiaskan dengan orang lain ataupun dengan benda-benda sekitar maupun orang yang sering mendiskriminasi nya. Pernyataan diatas diperkuat dengan ahli reivich and shatte (dalam Hendriani 2019) Ini juga mengindikasikan bahwa pengendalian *impulse* merupakan

kemampuan untuk mengontrol keinginan, preferensi, dorongan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang.

Optimisme

pada bagian optimisme subjek terlihat sangat baik yang ditandai dengan keyakinan untuk meraih cita-citanya dimasa datang hal ini juga tidak sebatangan-angan namun subyek memberikan *action* untuk meraih masa depannya seperti giat melanjutkan studinya dan juga keinginan untuk tetap fokus terhadap pendidikan. Jadi optimis disini merupakan optimis yang realistis bukan yang un realistis optimisme. Hal serupa juga diperkuat dengan teori Scheir & Carver (dalam Listiyandini 2016) keyakinan individu secara umum terhadap hasil yang positif dari usaha dapat menjadi pendorong bagi individu tersebut untuk terus bekerja keras mencapai tujuan. Keyakinan ini juga mencakup keyakinan untuk mendapatkan hal terbaik dalam kehidupan mereka secara keseluruhan.

Empati

Kemampuan empati yang baik yang ditunjukkan oleh subjek mencakup kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain. Dengan kata lain, subjek IW dapat mengetahui ketika teman mereka mengalami masalah

dan menunjukkan kepekaan yang tinggi terhadap situasi tersebut. Goleman (dalam Andrianie, Ariyanto, and Nawantara 2018) menyatakan bahwa kemampuan berempati adalah keterampilan untuk memahami perasaan orang lain. Hal ini menjadi kunci penting untuk memahami individu lain dengan kemampuan membaca pesan verbal dan non-verbal, termasuk intonasi suara, gerakan tubuh, serta ekspresi wajah yang diperlihatkan selama berinteraksi dengan orang lain. Hal ini subjek juga memberikan *action* dengan temannya yang sedang sakit dengan memberikan obat dan membantu sebisanya, selanjutnya subjek juga membawakan kepada dirinya dengan kesulitan yang sedang dialami.

Self Efficacy

Keyakinan yang kuat dimiliki oleh subyek dalam penelitian ini menggambarkan bahwa kemampuan *self efficacy* yang baik. Sebagaimana diterangkan dalam wawancara subyek memiliki keyakinan yang cerah untuk melanjutkan masa depannya dengan kondisi skoliosis, selanjutnya subjek IW menjelaskan cara melakukannya dengan upgrade pengetahuan dan wawasan. Keterangan di atas juga diperkuat oleh Albert Bandura (dalam Utami 2017)

menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, menggunakan sumber daya kognitif, dan menjalankan kontrol terhadap peristiwa tertentu.

Causal Analisis

Kemampuan menganalisis penyebab dari masalah dari subjek iw sangat baik yang ditandai dengan menyadari tindakan yang yang keliru dengan cepat yaitu mengenai terapi rutinan setiap hari yang harus dilakukan dengan konsisten. Selain itu subjek juga menyadari untuk tidak berlarut-larut dengan skoliosis yang ia alami. Hal ini merupakan kemampuan yang positif dari analisis penyebab dari masalah yang diperkuat juga dengan ahli Reivich&Shatte (dalam Hendriani 2019) menekankan bahwa gaya berpikir eksplanatorik memiliki peran krusial dalam konsep resiliensi. Dalam konteks ini, individu yang resilien adalah mereka yang memiliki fleksibilitas kognitif. Mereka mampu mengidentifikasi segala kesulitan yang dapat menyebabkan kemunduran atau kesulitan, dan tetap mampu beradaptasi dan pulih dari situasi tersebut. Selain itu pemikiran dari subjek yang rasional dengan mengambil tindakan

kognitif untuk menghidupkan alarm agar tidak kelupaan untuk terapi rutin nya.

Reaching Out

Pada kemampuan *reaching out* subjek mampu memaknai kehidupannya dan berfikir secara positif untuk masa depan, selain itu data juga menunjukkan subjek mendapatkan prestasi cerdas-cermat artinya ini merupakan pencapaian didalam kehidupannya. Karena resiliensi bukan hanya sekedar bagaimana seorang individu mengatasi kemalangannya, melainkan juga meraih aspek positif dalam hidup (Hendriani 2019).

PENUTUP

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil temuan yang sudah penulis klasifikasikan berdasarkan karakteristik kemampuan resiliensi yang terdapat pada hasil dan pembahasan maka dapat diambil poin pentingnya adalah sebagai berikut:

Pertama, pada aspek regulasi emosi, subjek mengalami kesulitan untuk menahan emosinya, terutama dalam konteks kondisi yang dihadapi seperti skoliosis dan diskriminasi dari teman-temannya. Namun, pada aspek kontrol impuls, optimisme, empati, self-efficacy,

analisis sebab-akibat, dan upaya untuk menjalin hubungan (*reaching out*), subjek tampak mampu mengatasi tantangan tersebut dengan baik. Subjek menunjukkan kemajuan, mampu melakukan perubahan, menemukan makna dari peristiwa yang dialaminya, dan mencapai hasil positif.

Kedua subjek merupakan individu yang resilien, yang ditandai dengan terpenuhinya keenam aspek karakteristik resiliensi, yaitu *impulse control*, *optimisme*, *empati*, *self-efficacy*, *analisis sebab-akibat*, dan *reaching out*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianie, Santy, Restu Dwi Ariyanto, and Rosalia Dewi Nawantara. 2018. "Peningkatan Keterampilan Empati Sebagai Usaha Pembentukan Generasi Karakter." *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Pendidikan Karakter* 199–207.
- Choiri, Umar Sidiq dan Moh. Miftachul. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan*. Vol. 53.
- Dewi, N. Refilia., and W. Hendriani. 2014. "Faktor Protektif Untuk Mencapai Resiliensi Pada Remaja Setelah Perceraian Orangtua (Protective Factor for Achieving Resilience I Adolescent after Parental Divorce)." *Jurnal Psikologi*

- Kepribadian Dan Sosial* 03(03):37–42.
- Falentina, Melisa, and Agoes Dariyo. 2016. “Gambaran Resiliensi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Thalasemia.” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 1(1):15–30. doi: 10.33367/psi.v1i1.244.
- Fitriani, Wahidah, and Marsal Yunas Muliadi Hasibuan. 2023. “Gambaran Resiliensi Anak Asuh Di Panti Asuhan.”
- Hardianto, Gusriko, Erlamsyah Erlamsyah, and Nurfahanah Nurfahanah. 2016. “Hubungan Antara Self-Efficacy Akademik Dengan Hasil Belajar Siswa.” *Konselor* 3(1):22. doi: 10.24036/02014312978-0-00.
- Hendriani, Wiwin. 2019. *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*. 1st ed. Jakarta.
- Irman. 2015. “Pengelolaan Kecemasan Akademik Siswa Melalui Pelatihan Regulasi Emosi.” (July).
- Irman and hadiarni. 2012. “Model Konseling Trauma Pasca Gempa Melalui Terapi Permainan Kelompok Terhadap Siswa Madrasah Ibtidaiyah Dan Madrasah Tsanawiyah Di Kota Padang 1.
- Irman, Irman, Silvianetri Silvianetri, Fadilah Syafwar, Zubaidah Zubaidah, Putri Yeni, and Zulfikar Zulfikar. 2022. “Keefektifan Konseling Teknik Positive Mental Time Travel Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia.” *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6(1):93. doi: 10.29240/jbk.v6i1.4249.
- Listiyandini, Ratih Arruum. 2016. “Peranan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi.” *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia 2016* (April 2016):29–37.
- Muliadi Hasibuan, Marsal Yunas, Tri Putri Amelia, and Masril Masril. 2022. “Analisis Problematika Pelaksanaan Komponen Layanan Bimbingan Dan Konseling.” *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 7(2):1833. doi: 10.33394/realita.v7i2.6693.
- Murtiningrum, D., and Y. Pedhu. 2021. “Resiliensi Akademik Siswa/Siswi Kelas Vii Dan Viii Sekolah Menengah Pertama Santo Andreas Tahun Ajaran 2020/2021.” *Psiko Edukasi* 19(2):166–81.
- Novita, R., S. Hendriani, and S. Silvianetri. 2022. “Efektifitas Teknik Konseling Mindfulness Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Di SMP Negeri 6 Padang Panjang.” *Jurnal Psikodidaktika* 7(1):283–96.
- Pelealu, Jane, and Leonard S. Angliadi. n.d. “Rehabilitasi Medik Pada Skoliosis.” 8–13.
- Ramdani, Hasbi Taobah, Eldessa Vava Rilla, and Wini Yuningsih. 2017. “Volume 4 | Nomor 1 | Juni 2017.” *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah* 4(1):37–45.

Sari, Suriani. 2013. "Swiss Ball Exercise Dan Koreksi Postur Tidak Terbukti Lebih Baik Dalam Memperkecil Derajat Skoliosis Idiopatik Daripada Klapp Exercise Dan Koreksi Postur Pada Anak Usia 11-13 Tahun." *Journal Sport and Fitness* 1(2):27–40.

Sari, Yunita, Oki Mardawan, and Hendro Prakoso. 2011. "Profil ' Resilience ' Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis." *Mimbar XXVII*(1):105–11.

Savitri, Anna Dian, and Purwaningtyastuti. 2019. "Resiliensi Pada Remaja Yang Terinfeksi HIV/AIDS (ODHA)." *PHILANTHROPY: Journal of Psychology* 3(2):137. doi: 10.26623/philanthropy.v3i2.1724.

Studi, Program, S. Ilmu, Fakultas Komunikasi, Universitas Telkom, and Keyword Konsep Diri. 2016. "Keyword: Konsep Diri, Remaja, Fenomenologi, Skoliosis." 3(2):2505–11.\

Suryadi, Denrich. 2018. *Melenting Menjadi Resilien*. edited by A. Pramesta. yogyakarta: Andi.

Utami, Cicilia Tanti. 2017. "Self-Efficacy Dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis." *Buletin Psikologi* 25(1):54–65. doi: 10.22146/buletinpsikologi.18419.