

Dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya

Noer Faizha¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Rr. Amanda Pasca Rini²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Eko April Ariyanto³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

E-mail: noerfaizha4@gmail.com

Abstract [Center, Candara 12, Bold, Italic]

Workers who are resilient to pressures and problems can be said to have resilience. This study aims to determine between family support and emotional regulation with the resilience of city workers in Surabaya. The subjects of this study were city workers in Surabaya. The number of respondents in this study was 314 respondents. This research data was obtained by giving questionnaires through gform. This research method uses multiple regression techniques. The results showed that there was a relationship between family support and emotional regulation with the resilience of urban workers in Surabaya. However, there is no correlation between family support and the resilience of city workers in Surabaya, there is a relationship between emotional regulation and the resilience of city workers in Surabaya.

Keywords: Family Support; emotion regulation; Resilience.

Abstrak

Pekerja yang tangguh terhadap tekanan dan permasalahan dapat dikatakan memiliki resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya. Subjek penelitian ini adalah pekerja kota di Surabaya. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 314 responden. Data penelitian ini diperoleh dengan memberikan kuesioner melalui gform. Metode penelitian ini menggunakan teknik regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya. Namun tidak ada koerelasi antara dukungan keluarga dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya, terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya.

Kata kunci: Dukungan Keluarga; Regulasi Emosi; Resiliensi.

Pendahuluan

Kota Surabaya merupakan kota yang besar dan dikenal sebagai pusat bisnis, industri, perdagangan dan pendidikan. Oleh karena itu, Surabaya menjadi salah satu kota tujuan untuk mencari pekerjaan. Hal ini menyebabkan jumlah penduduk di Surabaya terus meningkat. Menurut data BPS, jumlah pendatang di Surabaya pada tahun 2022 mencapai 2,98 juta jiwa. Oleh karena itu, pertumbuhan penduduk menciptakan permintaan baru terhadap sumber daya, yang dapat menyebabkan kerusakan sistem dan fungsi pada perkotaan.

Kepadatan penduduk yang tinggi dapat mempengaruhi ketahanan kota karena berbagai hal seperti kemacetan, dan jumlah kendaraan bermotor yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data BPS, jumlah kendaraan di Surabaya pada tahun 2020 adalah 3.259.661 unit. Menurut data dari perusahaan analisis lalu lintas INRIX, Surabaya berada di urutan ke-41 kota termacet di Indonesia pada tahun 2021.

Selain kemacetan lalu lintas, permasalahan yang sering terjadi di kota Surabaya seperti meningkatnya jumlah pengangguran, lingkungan tercemar, terjadinya kasus-kasus kriminal, pergeseran nilai-nilai luhur budaya masyarakat setempat hingga menimbulkan kesenjangan pada masyarakat yang bergaya konsumtif. Permasalahan diatas selain berdampak pada kerugian material maupun fisik, juga berdampak pada kesehatan mental seseorang seperti gangguan kecemasan, stres, dan takut akan kejahatan. seperti ini juga dapat mengganggu resiliensi seseorang. Akibatnya, para pekerja di Surabaya harus bertahan dan melanjutkan pekerjaan dan aktivitas mereka di tengah kemacetan Surabaya. Emosi pertama yang dirasakan saat terjebak macet umumnya berkaitan dengan psikologi, seperti stres, marah, dan jengkel. Menurut penelitian ini, Charles (2009) menemukan bahwa stres akibat kemacetan dapat menyebabkan pertengkaran dengan pasangan, konflik di tempat kerja, tekanan psikologis, kecemasan, dan gangguan suasana hati. Menurut Reivich dan Shatte (2002), ada beberapa situasi dan kondisi yang penuh dengan tantangan, sehingga pekerja membutuhkan resiliensi untuk dapat beradaptasi dan berkembang dengan baik sesuai dengan keadaan mereka

Friedman (2010) menyatakan bahwa dukungan keluarga adalah sikap, perilaku, dan penerimaan anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang mendukungnya, sehingga orang yang menerima dukungan keluarga mengetahui bahwa orang lain tersedia untuk mengatakan bahwa tujuannya adalah untuk selalu siap sedia memberikan bantuan dan dukungan kapan pun dibutuhkan. Fokus, menghargai, dan mencintai orang-orang yang mendukungnya. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan anggota yang ada di dalam rumah seperti: dukungan pasangan, dukungan saudara kandung, dukungan anak. selain itu dukungan juga bisa di dapat dari luar keluarga seperti: Dukungan dari teman, tetangga, sekolah, kerabat, tempat ibadah, dan dokter (Friedman, 1998).

Selain dukungan keluarga, karyawan juga membutuhkan pengendalian emosi. Hal ini dikarenakan berbagai macam masalah yang ada, Kemampuan ini disebut dengan kemampuan regulasi emosi. Tugade dan Fredrickson (2007) menunjukkan hasil yang positif dalam penelitiannya, yaitu adanya hubungan antara regulasi emosi dengan

resiliensi. Jika Anda dapat mengontrol emosi, Anda dapat dengan cepat mengatasi masalah, terhindar dari depresi yang terlalu lama, dan mendapatkan kembali kebahagiaan individu.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui ada hubungan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya, mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya, mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya?

Manfaat penelitian ini ada 2 yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Pada manfaat teoritis yaitu: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan yang dapat meningkatkan wawasan di dunia pendidikan terutama pada bidang ilmu psikologi sosial. Pada manfaat praktis yaitu: Manfaat bagi peneliti yaitu, penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam menerapkan pengetahuan terhadap resiliensi untuk menghadapi problematika yang dihadapi secara nyata. Dan Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai referensi penelitian lain dengan variabel yang sama yakni variabel Dukungan Keluarga, Regulasi Emosi dan Resiliensi.

Hipotesis penelitian ini ada tiga yang pertama Ada hubungan yang positif antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pada pekerja Kota di Surabaya. Ada hubungan yang positif antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada pekerja Kota di Surabaya. Ada hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan resiliensi pada pekerja Kota di Surabaya.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kriteria dalam pengambilan sampel ini diantaranya adalah pekerja kota di Surabaya. Subjek penelitian ini berjumlah 314 responden yang telah diperoleh melalui responden mengisi g-form lewat whatsapp dan ada yang secara langsung.

Penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data dengan jenis skala model likert, yang mana disebar luaskan kepada responden. Pernyataan skala likert terbagi menjadi dua macam yaitu favorable dan unfavorable. Dalam pengambilan data peneliti menggunakan tiga macam skala penelitian yaitu skala resiliensi berjumlah 25 aitem yang valid berdasarkan skor dari corrected item-total correlation aitem total yang bergerak dari 0,304 hingga 0,496, skala dukungan keluarga dengan jumlah 16 aitem yang valid berdasarkan skor dari corrected item-total correlation aitem total yang bergerak dari 0,426 hingga 0,695 dan skala regulasi emosi dengan jumlah 10 aitem yang valid berdasarkan skor dari corrected item-total correlation aitem total yang bergerak dari 0,464 hingga 0,593.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda dengan bantuan IBM versi 24. Hal ini dilakukan karena data dalam penelitian ini memenuhi syarat untuk diujikan, yang mana uji normalitas dengan kolmogrovsirnov

mendapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal dan uji linieritas dengan Devation from Linearty menunjukkan data linier.

Hasil

Sebelum melakukan uji analisis data, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi klasik yang berupa uji normalitas dan uji linieritas untuk dapat mengetahui teknik analisis yang dapat digunakan. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov* dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics versi 24. Adapun hasil yang diperoleh dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

Variabel	One Sample Kolmogorov Smirnov Test			
	Kolmogorov Smirnov	Df	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Unstandardized Residual	.048	314	.083	Normal

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Hasil uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, hasil uji normalitas untuk variabel dukungan keluarga, regulasi emosi dan resiliensi menghasilkan hasil yang signifikan $p = 0,083$ ($p > 0,05$), menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Setelah dilakukan uji normalitas, maka peneliti uji linieritas untuk mengetahui apakah data berpola linier atau tidak. Uji linier ini juga dapat menentukan teknik analisis data yang dapat digunakan untuk menganalisis data pada penelitian ini. Adapun hasil yang diperoleh dari hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Resiliensi-Dukungan Keluarga	0,808	0,741	Linear
Resiliensi-Regulasi Emosi	1,014	0,428	Linear

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Hasil uji linieritas hubungan antara variabel dukungan keluarga dengan resiliensi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,741 ($p > 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa kedua

variabel berhubungan linear. Sedangkan terdapat hubungan linear antara variabel regulasi emosi dengan resiliensi diperoleh nilai signifikan sebesar 0,428 ($p > 0.05$).

Tabel 3
Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Collinearity Statistic		
	Tolerance	VIF	Keterangan
Dukungan Keluarga – Regulasi Emosi	0,988	1.012	Tidak Terjadi Multikolinearitas

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas pada tabel 3 menunjukkan nilai tolerance $0,988 > 0,10$, menunjukkan bahwa tidak terjadinya multikolinieritas pada variabel independen yaitu variabel dukungan keluarga dan regulasi emosi. Variabel bebas dukungan keluarga dan regulasi emosi memiliki nilai VIF sebesar 1,012.

Tabel 4
Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel	<i>p-value</i>	Keterangan	Kesimpulan
Dukungan Keluarga	0,799	$> 0,05$	Tidak terjadi Heteroskedastisitas
Regulasi Emosi	0,208	$> 0,05$	Tidak terjadi Heteroskedastisitas

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Hasil Uji Heteroskedastisitas terhadap variabel Dukungan Keluarga dengan ABS_RES diperoleh signifikansi 0,799 ($p > 0.05$). artinya tidak terjadi ketidaksamaan variasi model/Heteroskedastisitas. Hasil uji Heteroskedastitas antara variabel Regulasi Emosi dengan ABS_RES diperoleh signifikansi 0.208 ($p > 0.05$). Artinya tidak terjadi Heteroskedastisitas pada dua variabel.

Tabel 5

Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda (Uji Simultan)

Model		Sum Of Square	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	110.228	2	55.114	4.922	.000
	Residual	3482.425	311	11.198		
	Total	3592.653	313			

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Berdasarkan hasil tabel uji korelasi simulta pada tabel 5, uji hipotesis pertama terkait variabel dukungan keluarga (X_1) dan Regulasi emosi (X_2) dengan resiliensi (Y) menghasilkan nilai F sebesar 4.922 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima, artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya. Hasil ini menunjukkan bahwa secara bersama-sama, dukungan keluarga (X_1) dan regulasi emosi (X_2) memiliki pengaruh dengan resiliensi (Y).

Tabel 6
Hasil Uji Regresi Linier Berganda (Uji Parsial)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	Constant	71.258	4.810		14.814	.000
	Dukungan Keluarga	-.010	.034	-.016	-.291	.771
	Regulasi Emosi	.277	.90	.173	3.073	.002

Sumber: IBM SPSS Statistic versi 24

Uji pengaruh secara parsial diperoleh skor $t = -0.291$ dengan signifikansi sebesar .771 ($p < 0,1$). Artinya tidak ada pengaruh positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi. Artinya semakin rendah dukungan keluarga maka akan semakin rendah resiliensi. Sebaliknya semakin tinggi dukungan keluarga maka akan semakin tinggi resiliensi,

Uji pengaruh secara parsial diperoleh skor $t = 3.073$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Artinya ada pengaruh positif yang sangat signifikansi antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi. Artinya semakin tinggi Regulasi Emosi maka akan semakin tinggi Resiliensi, semakin rendah Regulasi Emosi maka akan semakin rendah Resiliensi.

Tabel 7

Hasil Uji Regresi Linier Berganda (Koefisien Determinasi (R²))

Model	R	R Square	Sig. F Change
1	.175	.031	0.000

Berdasarkan tabel 7, Skor R Square sebesar 0.031 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), dapat diartikan Dukungan Keluarga dan Regulasi Emosi secara simultan memiliki pengaruh sebesar 0.31% terhadap Resiliensi, adapun 99,69% dipengaruhi variabel lain.

Tabel 8

Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda (Sumbangan Efektif (SE))

Variabel	Sumbangan Efektif
Dukungan Keluarga	1%
Regulasi Emosi	30%
Total	31%

Sumber: IBM SPSS Statistics versi 24

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 8, dapat diketahui bahwa kontribusi efektif (SE) dari variabel Dukungan keluarga (X_1) dengan resiliensi (Y) adalah sebesar 1%. Sedangkan kontribusi efektif (SE) dari variabel Regulasi emosi (X_2) dengan resiliensi (Y) adalah sebesar 30%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel Dukungan keluarga (X_1) memiliki pengaruh yang tidak dominan terhadap variabel resiliensi (Y) namun variabel Regulasi emosi (X_2). Untuk total kontribusi efektif (SE) adalah sebesar 31%, yang dimana sama dengan hasil koefisien determinasi (R Square) dalam analisis regresi linier berganda.

Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat tiga hipotesis, Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh hasil Hipotesis pertama, menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi juga dapat diterima. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil analisis regresi berganda pada model summary yang menyatakan secara simultan pengaruh antara dukungan keluarga dan Regulasi emosi terhadap resiliensi sebesar $r_{xy}=0.175$ dengan $sig=0,000$. Artinya secara simultan (bersama-sama) dukungan keluarga dan regulasi emosi memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa hasil tersebut mendukung konsep yang menjadi latar belakang penelitian ini. Dukungan keluarga yang positif dan regulasi emosi yang positif akan meningkatkan resiliensi pekerja dalam menghadapi tantangan kota di Surabaya.

Hipotesis kedua yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan resiliensi memiliki nilai korelasi sebesar -291 artinya tidak terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada keluarga pada pekerja Kota di Surabaya. Hasil analisis tersebut sesuai dengan teori dan penelitian yang menyebutkan dukungan keluarga sebagai salah satu aspek pembentukan resiliensi individu. Wagnild dan young (2011) memaparkan dua aspek pembentuk dari resiliensi, aspek-aspek tersebut adalah *Personal Competance (Perseverance, Self-Reliance, Meaningfulness atau purpose, Acceptance Of Self and Life (Equanimity. Exisrential aloneness)*. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dyan Evita Santi, dkk (2022) dengan judul “Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas dan regulasi emosi memiliki korelasi positif dan signifikan dengan resiliensi, sehingga religiusitas dan regulasi emosi dapat menjadi sumber daya yang dapat dikembangkan oleh individu sebagai upaya mengembangkan resiliensi selama pandemi COVID-19.

Dukungan keluarga merupakan bantuan atau dukungan yang positif serta memberikan rasa kenyamanan dan ketenangan yang diberikan oleh keluarga terhadap individu dalam kehidupannya serta dalam lingkungan sosial tertentu tetapi individu yang kurang menerima merasa diperhatikan, dihargai, dihormati dan dicintai, dukungan keluarga tidak akan lebih berarti bagi seseorang apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan tidak signifikan dengan individu yang bersangkutan, dengan kata lain, dukungan tersebut diperoleh dari orang tua, pasangan (suaami dan istri), anak dan kerabat keluarga lainnya. Cobb berpendapat bahwa individu yang merasakan mendapatkan dukungan oleh lingkungan, akan membuatnya merasa segala sesuatu menjadi lebih mudah.

Adapun hipotesis ketiga yang berbunyi, terdapat hubungan positif antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada pekerja Kota di Surabaya, artinya dapat diterima, dikarenakan hasil uji hipotesis menggunakan analisis Regresi Ganda menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisa variabel regulasi emosi dengan variabel resiliensi menghasilkan korelasi sebesar 3.073 dengan signifikan sebesar $p=0,000<0.01$. Hasil analisis tersebut sesuai dengan teori dan penelitian yang menyebutkan regulasi emosi sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi individu. Adapaun faktor yang mempengaruhi proses resiliensi yaitu budaya, religuitas, kemampuan individu atau tipe kepribadian, usia, jenis kelamin, kondisi psikologi (Gross, 2008). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mimpin Sembiring dan Thomas Tarigan (2022) yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi Akademik Siswa SMA Seminari Menengah Pematangsiantar”. Bahwa terdapat hubungan positif anantara regulasi emosi dengan resiliensi akademik SMA. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan faktor pelindung bagi resiliensi akademik siswa SMA Seminari Menengah Pematang siantar. Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional

dalam kehidupan sehari-hari. Apabila seseorang memiliki kemampuan mengelola emosi yang baik, maka akan memiliki reaksi emosional yang positif. Kemampuan regulasi emosi dengan cara menghambat respon emosi negatif. Kondisi tersebut memungkinkan individu yang mengalami tekanan dari luar untuk lebih bisa sabar dalam menghadapinya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan regulasi emosi dengan resiliensi, artinya dukungan keluarga dan regulasi emosi cenderung berdampak pada tingkat resiliensi yang dimiliki pekerja kota di Surabaya. Tidak terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara dukungan keluarga dengan resiliensi pekerja kota di Surabaya. Artinya tidak ada pengaruh korelasi positif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi, sehingga semakin rendah dukungan keluarga akan semakin rendah resiliensi yang dimiliki pekerja kota di Surabaya. Terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat positif antara regulasi emosi dengan resiliensi pada pekerja kota di Surabaya. Artinya ada pengaruh korelasi positif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi, sehingga semakin tinggi regulasi emosi akan semakin tinggi resiliensi, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat regulasi emosi akan semakin rendah resiliensi.

Saran bagi masyarakat yang bekerja di Perkotaan, peneliti menyarankan kepada pekerja untuk mampu meregulasi emosi lebih baik dengan cara mengevaluasi, memonitor dan mengubah cara berpikir tentang situasi yang dapat memunculkan emosi negatif. Sehingga dapat membantu memahami rasa penerimaan diri terhadap masalah yang dihadapi. Hal ini dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan yang ada. Sebagian orang tetaplah melakukan berbagai upaya yang telah dijalani dan jangan pernah untuk berhenti serta menyerah dan terus bangkit dari masa-masa sulit yang pernah terjadi. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan tema yang sama, variabel seperti regulasi emosi, dukungan keluarga, resiliensi dan sebagainya harus dipertimbangkan oleh peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian tentang tema yang sama.

Referensi

Aji, S. D., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada karyawan selama masa pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*

- Indonesia, 7(1), 34-42. https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i1.1049 tanggal 31 May 2022
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi (II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budi Prasetya, Teguh. 2014. Pengembangan Model Transportasi Kota Dalam Menghadapi Tantangan Aglomerasi Kota. Jurnal MAKSIPRENEUR, Vol. IV, No. 1, 2014, hal. 116 – 138 <http://dx.doi.org/10.30588/jmp.v4i1.98>
- De Rozari, A., & Wibowo, Y. H. (2015). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kemacetan Lalu Lintas Di Jalan Utama Kota Surabaya (Studi Kasus Di Jalan Ahmad Yani Dan Raya Darmo Surabaya). JPAP: Jurnal Penelitian Administrasi Publik, 1(01). <https://doi.org/10.30996/jpap.v1i01.393> tanggal 21 mei 2015
- Eley, D. S., Cloninger, C. R., Walters, L., Laurence, C., Synnott, R., & Wilkinson, D. (2013). The relationship between resilience and personality traits in doctors: implications for enhancing well being. PeerJ, 1. Doi: org/10.7717/peerj.216.
- Hafsoh, A. A. (2022). Hubungan Antararegulasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Melaksanakan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).
- Hasanah, U. (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga dan Goal Commitment terhadap Resiliensi pada Mahasiswa di Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Javier, F. (2022, Januari 13). INRIX: Surabaya Kota Termacet di Indonesia pada 2021. Retrieved from tempo.co: <https://data.tempo.co/data/1315/inrix-surabaya-kota-termacet-di-indonesia-pada-2021> [INRIX: Surabaya Kota Termacet di Indonesia pada 2021 - Data Tempo.co](https://data.tempo.co/data/1315/inrix-surabaya-kota-termacet-di-indonesia-pada-2021) tanggal 13 Januari 2022
- Kota Surabaya: Proses Lahir dan Perkembangannya sebagai Kota Kolonial <https://www.kompasiana.com/syahrilfirman/6058b30dd541df4a6429c592/kota-surabaya-proses-lahir-dan-perkembangannya-sebagai-kota-kolonial?page=all#section1> Tanggal 22 Maret 2021
- Lestari, K. (2007). Hubungan antara bentuk-bentuk dukungan sosial dengan tingkat resiliensi penyintas gempa di desa Canan, kecamatan Wedi, kabupaten Klaten (Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro).
- Liu. (2023). Combined effects of climate change on urban resilience in the Tibetan Plateau. Environmental Impact Assessment Review 102 (2023) <https://doi.org/10.1016/j.eiar.2023.107186> September 2023
- Masduki (Maret 2021) Ternyata Belum Separuh dari Total Angkatan Kerja Surabaya Terlindungi Jaminan Sosial. <https://daerah.sindonews.com/read/368070/704/ternyata-belum-separuh-dari-total-angkatan-kerja-surabaya-terlindungi-jaminan-sosial-1616025783> Tanggal 18 Maret 2021
- Maulinda, et all,. (2020). Dukungan Keluarga Dan Resiliensi Pada Peserta Rehabilitasi Narkoba Di Kota Palembang. Psychology Journal of Mental Health Volume 2, Nomor 2 <http://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/> Tahun 2020

- Muhliansyah, M., Putri, A. P., Rasyid, M., Adriansyah, M. A., & Diana, D. (2019). Konstruksi Alat Ukur Adaptasi Lingkungan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 123-130. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3098>
- Muhrisa, M. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Keterbukaan Diri Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Perantau (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung). <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/17341> tanggal 24 Januari 2022
- Radde, H. A., & Saudi, A. N. A. (2021). Uji Validitas Konstrak dari Emotion Regulation Questionnaire Versi Bahasa Indonesia dengan Menggunakan Confirmatory Factor Analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152-160.
- Rosyidah, R., Astuti, J. S., & Michelino, D. M. D. (2023). Peran Dukungan Keluarga terhadap Resiliensi Keluarga Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Bangkalan. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 14(1), 23-31. <https://doi.org/10.26740/jppt.v14n1.p23-31> Tanggal 26 Februari 2023
- Santi, D. E., Arifiana, I. Y., & Ubaidillah, F. A. (2022). Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 7(1), 123-133. <http://dx.doi.org/10.28926/briliant> Tanggal 26 Februari 2022
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Wagnild, G. M & Young, H (1993) Development and psychometric. *Journal of nursing measurement*, 1(2)

