

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep *Positive Psychological Attitude*

2.1.1 Definisi

Positive Psychological Attitude merupakan landasan penting dalam pembentukan resiliensi, yang juga dikaitkan dengan beberapa faktor lain seperti faktor psikologis, emosional, kognitif, fisik, sosial, dan perilaku. Faktor psikologis dan perilaku adalah aspek utama dalam membangun resiliensi, karena mereka berkontribusi langsung pada cara individu menghadapi dan mengatasi tantangan hidup. Secara psikologis, sikap optimis, rasa percaya diri, dan kemampuan untuk melihat sisi positif dari setiap situasi dapat meningkatkan daya tahan seseorang terhadap stres dan kesulitan (Meng et al., 2020). Dalam aspek perilaku, kebiasaan positif seperti menjaga rutinitas yang sehat, mengembangkan strategi pemecahan masalah, dan menjaga hubungan sosial yang kuat dapat memberikan dukungan tambahan yang diperlukan untuk bertahan dan pulih dari situasi yang sulit. Selain itu, faktor emosional seperti kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi secara sehat, serta dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman, memainkan peranan penting dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan individu (Vidianti et al., 2020). Faktor kognitif, termasuk cara berfikir yang fleksibel dan kemampuan untuk belajar dari pengalaman, juga berkontribusi pada kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan bangkit kembali setelah mengalami kesulitan. Secara fisik, menjaga kesehatan tubuh melalui olahraga dan pola makan yang seimbang membantu meningkatkan energi dan ketahanan fisik yang diperlukan untuk mengatasi stres. Kombinasi dari semua faktor ini menciptakan pondasi yang kuat untuk membangun resiliensi, memungkinkan individu untuk menghadapi dan mengatasi

tantangan hidup dengan lebih efektif dan sehat. (Habibah et al., 2018).

2.1.2. Instrument untuk mengukur *Positive Psychological Attitude*

Inventory of Positive Psychological Attitudes (IPPA) adalah sebuah alat ukur yang dirancang untuk membantu individu memperkuat sumber daya batin mereka. Sumber daya batin ini mengacu pada kemampuan psikologis seseorang untuk menghadapi dan mengatasi situasi sulit atau krisis dengan lebih baik. Dengan memiliki sikap psikologis yang positif, seseorang dapat lebih efektif dalam menangani tantangan yang ada, baik dalam situasi yang dihadapi saat ini maupun dalam persiapan menghadapi masa depan.

Instrumen IPPA terdiri dari 32 item pertanyaan yang dibagi menjadi dua bagian utama. Bagian pertama adalah *life purpose and satisfaction* yang mencakup 17 item pertanyaan. Bagian ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana seseorang merasa hidupnya memiliki tujuan dan seberapa puas mereka dengan kualitas hidup yang dijalani. Bagian kedua adalah *self-confidence during stress* yang terdiri dari 15 item pertanyaan. Bagian ini fokus pada kemampuan individu untuk tetap percaya diri dan stabil dalam menghadapi tekanan atau situasi penuh stres.

Setiap pertanyaan dalam IPPA dinilai menggunakan skala Likert, dengan rentang skor dari 1 hingga 7. Skor ini memungkinkan penilaian tingkat kesetujuan atau intensitas sikap individu terhadap setiap pernyataan dalam kuesioner. Dengan demikian, IPPA memberikan gambaran yang menyeluruh tentang sikap psikologis positif seseorang dan membantu mengidentifikasi area yang memerlukan penguatan untuk mendukung kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

2.2. Konsep Spiritualitas

2.2.1 Konsep spiritualitas

Spiritualitas memainkan peranan penting dalam menghadapi bencana alam, karena dapat memberikan kekuatan dan ketenangan batin bagi individu dan komunitas yang terdampak. Saat menghadapi situasi yang penuh ketidakpastian dan kehilangan, keyakinan spiritualitas sering kali menjadi sumber penghiburan dan harapan. Melalui praktik-praktik spiritualitas seperti doa, meditasi, atau ritual keagamaan, individu dapat menemukan rasa kedamaian dan tujuan yang lebih besar, yang membantu mereka untuk tetap tenang dan tegar (Zevenbergen et al., 2020).

2.2.2. Instrumen untuk mengukur Spiritualitas

Index of Core Spiritual Experiences (INSPIRIT) adalah alat pengukuran yang dirancang untuk menilai tingkat spiritualitas seseorang. Instrumen ini sangat berguna, terutama dalam memahami bagaimana spiritualitas dapat mempengaruhi cara seseorang menghadapi tantangan atau krisis dalam hidupnya. INSPIRIT membantu mengidentifikasi tingkat dukungan spiritual yang mungkin dibutuhkan seseorang, baik saat ini maupun di masa depan, sehingga memungkinkan pendekatan yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan emosional dan spiritual.

Instrumen ini terdiri dari kuesioner dengan 7 item pertanyaan yang dirancang untuk mengevaluasi berbagai aspek pengalaman spiritual inti. Setiap pertanyaan diberi opsi jawaban yang dinilai menggunakan skala angka dari 1 hingga 4. Skala ini memungkinkan penilaian yang sistematis dan terukur tentang intensitas atau frekuensi pengalaman spiritual seseorang. Melalui hasil yang diperoleh, profesional kesehatan atau konselor dapat memahami lebih dalam tentang hubungan seseorang dengan aspek spiritualitasnya, yang pada akhirnya membantu dalam memberikan intervensi atau

dukungan yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu tersebut. Dengan demikian, INSPIRIT tidak hanya menjadi alat penilaian, tetapi juga panduan untuk memberikan bantuan yang tepat dalam menghadapi situasi sulit atau ketika seseorang mengalami tekanan emosional yang signifikan.

2.2.3. Peran Spiritualitas dalam Menghadapi Bencana Alam

Peran Spiritualitas dalam Menghadapi Bencana Alam memainkan peranan penting dalam menghadapi bencana alam, karena dapat memberikan kekuatan emosional dan mental yang signifikan bagi individu dan komunitas yang terdampak. Dalam situasi krisis, keyakinan spiritualitas sering kali menjadi sumber penghiburan dan harapan, membantu orang untuk menemukan makna dan tujuan di tengah penderitaan dan kehilangan. Berikut merupakan fungsi dari peran spiritualitas dalam menghadapi bencana alam menurut (Zhang et al., 2021):

1. Fungsi Psikologis Spiritualitas dalam Situasi Krisis

Spiritualitas memiliki peran penting dalam memberikan dukungan psikologis selama bencana alam. Keyakinan spiritualitas seringkali membantu individu dalam menemukan makna dan tujuan dalam situasi yang penuh ketidakpastian. Ketika dihadapkan pada kehilangan dan kerusakan, keyakinan bahwa ada kekuatan yang lebih besar yang mengatur alam semesta dapat memberikan rasa aman dan penghiburan. Ini membantu individu untuk mengatasi rasa takut, cemas, dan depresi yang sering muncul setelah bencana.

2) Sumber Kekuatan dan Ketenangan Batin

Praktik spiritualitas seperti doa, meditasi, dan ritual keagamaan dapat menjadi sumber ketenangan batin dan kekuatan. Aktivitas ini membantu individu untuk fokus, menenangkan pikiran, dan mengurangi tingkat stres. Dalam banyak tradisi spiritualitas, ritual-ritual ini memberikan ruang untuk refleksi dan

penerimaan, yang sangat penting dalam proses pemulihan emosional. Selain itu, keyakinan spiritualitas dapat memperkuat harapan dan optimisme, yang merupakan komponen penting dalam menghadapi dan mengatasi trauma.

3) Pengaruh Keyakinan Spiritualitas terhadap Ketahanan Mental Individu

Keyakinan spiritualitas dapat meningkatkan resiliensi mental, yaitu kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami tekanan atau trauma. Keyakinan bahwa segala sesuatu memiliki makna yang lebih besar dan bahwa penderitaan adalah bagian dari perjalanan hidup, membantu individu untuk menghadapi situasi sulit dengan lebih tenang dan bijaksana. Selain itu, banyak ajaran spiritualitas mengajarkan tentang pentingnya bersyukur dan melihat sisi positif dari setiap kejadian, yang dapat memperkuat mental individu dalam situasi krisis.

2.2.4. Pengaruh Spiritualitas Terhadap Pemulihan Pasca Bencana

1. Dukungan Emosional dan Psikologis

Spiritualitas memberikan dukungan emosional yang signifikan bagi individu yang terkena bencana. Keyakinan spiritualitas dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang sering muncul setelah mengalami kehilangan dan trauma. Melalui doa, meditasi, dan praktik spiritualitas lainnya, individu dapat menemukan kedamaian dan kenyamanan, yang membantu mereka untuk mengelola emosi negatif. Keyakinan bahwa ada kekuatan yang lebih besar yang mengawasi dan membimbing mereka sering kali memberikan rasa aman dan hiburan dalam menghadapi ketidakpastian dan penderitaan (Nofal & van de Lindt, 2022).

2. Memperkuat Resiliensi dan Ketahanan Mental

Spiritualitas memainkan peran penting dalam memperkuat resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk pulih dari kesulitan. Keyakinan spiritualitas sering kali

mengajarkan pentingnya menerima kenyataan dan melihat makna di balik setiap peristiwa, termasuk bencana. Ini membantu individu untuk tetap tegar dan optimis, meskipun menghadapi situasi yang sangat menantang. Resiliensi yang diperkuat oleh spiritualitas membantu korban bencana untuk tetap fokus pada pemulihan dan masa depan, alih-alih terjebak dalam kesedihan dan keputusasaan (Zhang et al., 2021).

3. Dukungan Sosial dari Komunitas Spiritualitas

Komunitas spiritualitas seringkali berfungsi sebagai jaringan dukungan sosial yang penting selama dan setelah bencana. Anggota komunitas biasanya saling membantu, berbagi sumber daya, dan memberikan dukungan emosional satu sama lain. Solidaritas dan gotong royong yang terbentuk dari ikatan spiritualitas ini tidak hanya membantu dalam pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan dan tempat tinggal, tetapi juga memberikan rasa kebersamaan dan persaudaraan yang memperkuat semangat dan motivasi untuk pulih (Boullion et al., 2020).

4. Pemulihan Mental dan Emosional melalui Ritual dan Praktik Spiritualitas

Ritual dan praktik spiritualitas seperti doa bersama, upacara keagamaan, dan meditasi dapat memainkan peran penting dalam proses pemulihan mental dan emosional. Aktivitas-aktivitas ini membantu individu untuk mengekspresikan perasaan mereka, menerima kehilangan, dan menemukan cara untuk melanjutkan hidup. Selain itu, ritual-ritual ini sering kali menciptakan ruang untuk refleksi dan introspeksi, yang membantu individu untuk memproses pengalaman traumatis mereka dan menemukan makna baru dalam hidup (Boullion et al., 2020).

2.2.5. Pengaruh Keyakinan Spiritualitas terhadap Ketahanan Mental Individu

1 Peningkatan Resiliensi Melalui Keyakinan Spiritualitas

Keyakinan spiritualitas seringkali berfungsi sebagai pondasi yang kuat

untuk meningkatkan resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami tekanan atau trauma. Keyakinan bahwa segala sesuatu yang terjadi memiliki makna yang lebih besar dan bahwa penderitaan adalah bagian dari perjalanan hidup membantu individu untuk menghadapi situasi sulit dengan lebih tenang dan bijaksana. Sikap ini memungkinkan mereka untuk tetap optimis dan melihat masa depan dengan harapan, yang sangat penting dalam proses pemulihan mental (Zhang et al., 2022).

2 Reduksi Stres dan Kecemasan

Keyakinan spiritualitas dapat berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan yang sering muncul dalam situasi krisis. Melalui praktik-praktik seperti doa, meditasi, dan refleksi spiritualitas, individu dapat menemukan kedamaian dan ketenangan batin. Aktivitas-aktivitas ini membantu menurunkan tingkat hormon stres seperti kortisol, sehingga individu merasa lebih tenang dan mampu mengelola emosinya dengan lebih baik. Keyakinan bahwa ada kekuatan yang lebih besar yang mengawasi dan melindungi mereka juga memberikan rasa aman dan penghiburan (Vidianti et al., 2020).

3 Penguatan Identitas dan Tujuan Hidup

Keyakinan spiritualitas sering kali memberikan rasa identitas dan tujuan yang lebih besar bagi individu. Dalam menghadapi bencana, memiliki tujuan hidup yang jelas dan merasa bahwa hidup mereka memiliki makna dapat memberikan motivasi dan kekuatan untuk terus berjuang. Identitas spiritualitas yang kuat membantu individu untuk tetap teguh dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi eksternal yang negatif. Hal ini juga membantu mereka untuk membuat keputusan yang bijaksana dan mengarahkan tindakan mereka menuju pemulihan dan pertumbuhan (Leandro et al., 2020).

2.3 Konsep *Resiliensi* Pasca Bencana pada Remaja

Resiliensi merujuk pada kemampuan individu atau sistem untuk mengatasi, beradaptasi, dan pulih dari tekanan, tantangan, atau trauma. Ini mencakup proses internal dan eksternal yang memungkinkan seseorang atau sebuah entitas untuk tetap kuat dan berfungsi baik di tengah-tengah kesulitan. Komponen yang Mempengaruhi Resiliensi Remaja Terhadap Bencana (Boullion et al., 2020).

2.3.1. Faktor-faktor penentu resiliensi

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah salah satu faktor penentu utama dalam membangun resiliensi. Ini mencakup dukungan emotional, instrumental, dan informasional dari keluarga, teman, dan komunitas. Individu yang memiliki jaringan sosial yang kuat cenderung lebih mampu mengatasi tekanan dan trauma karena mereka memiliki sumber daya yang lebih besar untuk mendukung dan membantu mereka (Zevenbergen et al., 2020).

2. Rasa Diri dan Kepercayaan Diri

Rasa harga diri yang tinggi dan kepercayaan diri yang kuat juga merupakan faktor penentu resiliensi. Individu yang percaya pada kemampuan mereka sendiri cenderung lebih dapat mengatasi tantangan dan menghadapi kesulitan dengan lebih baik. Rasa percaya diri ini dapat memberikan landasan yang kuat untuk mempertahankan kesejahteraan mental dan emosional di tengah-tengah kesulitan (Li & Hasson, 2020).

3. Keterampilan Emosional

Keterampilan untuk mengelola emosi secara efektif merupakan faktor penting dalam membangun resiliensi. Ini mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi, mengekspresikan, dan mengatur emosi dengan cara yang

sehat dan produktif. Individu yang memiliki keterampilan emosional yang baik lebih mampu mengatasi stres, menghadapi tantangan, dan menjaga keseimbangan mental mereka dalam situasi yang sulit (Li & Hasson, 2020).

4. Fleksibilitas dan Adaptasi

Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan dan mengubah strategi jika diperlukan adalah karakteristik utama dari resiliensi. Individu yang fleksibel dan dapat beradaptasi cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan situasi yang berubah dan menemukan solusi yang efektif untuk masalah yang dihadapi. Kemampuan untuk tetap terbuka terhadap perubahan dan belajar dari pengalaman juga membantu individu untuk berkembang dan tumbuh secara pribadi (Leandro et al., 2020).

5. Pendukung Kultural dan Spiritualitas

Pendukung kultural dan spiritualitas, seperti keyakinan religius atau praktik keagamaan, juga dapat menjadi faktor penting dalam memperkuat resiliensi. Bagi banyak individu, keyakinan spiritualitas dan budaya memberikan sumber kekuatan, harapan, dan makna yang mendalam, yang dapat membantu mereka mengatasi kesulitan dan menjaga kesejahteraan mereka dalam waktu yang sulit (Odiase et al., 2020).

2.3.3. Komponen *resiliensi* dalam menghadapi bencana alam

Remaja-remaja rentan dengan bencana, namun setiap individu tersebut memiliki resiliensi yang berbeda. Maka dibutuhkan untuk mengidentifikasi komponen resiliensi sangat penting untuk pengambilan keputusan dan intervensi dalam bencana seperti manajemen risiko. Berikut komponen resiliensi yaitu menurut The Child and Youth *Resiliensi* Measure (Ungar & Liebenberg, 2019) :

1. *Individual*

a. *Individual personal skill* (Keterampilan individu)

Keterampilan individu dalam menghadapi kemalangan atau musibah adalah kemampuan melindungi diri dalam pengambilan keputusan.

b. *Individual peer support* (Dukungan teman sebaya)

Dukungan orang sekitar adalah bantuan yang diberikan oleh orang sekitar bisa keluarga, teman dalam memberikan remaja- remaja keyakinan pada diri sendiri dan berani dalam menghadapi bencana.

c. *Individual sosial skill* (Keterampilan sosial individu) Keterampilan sosial individu merupakan komponen yang berpengaruh dalam berinteraksi dengan individu lain untuk menumbuhkan rasa percaya diri dalam menghadapi masalah.

2. *Relationship with Primary Caregiver*

a. *Physical care giving* (Dukungan perawatan fisik)

Pemberian perawatan fisik adalah komponen yang mendukung fasilitas yang akan diterima remaja-remaja, ketika menghadapi kemalangan atau musibah.

b. *Psychological care giving* (Dukungan perawatan psikologi) Pemberian perawatan psikologis merupakan komponen yang didominasi oleh orang tua / orang dewasa karena sangat berperan dalam pemberian sifat positif seperti dukungan psikologis yang dapat meningkatkan resiliensi.

Context

a. *Spiritualitas*

Ketahanan spiritualitas merupakan bentuk keyakinan individu terhadap tuhanNya dengan menjalankan kewajibannya untuk beribadah dan berbuat baik kepada sesama.

b. *Education* (Pendidikan)

Pendidikan merupakan keyakinan individu terutama remaja remaja untuk menempuh pendidikan dari sekolah maupun di luar sekolah yang dapat memberikan ketahanan karena telah belajar bagaimana menghadapi masalah yang terjadi di sekolah.

c. *Cultural* (Budaya)

Kebudayaan adalah sebuah tradisi untuk membantu individu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan segala kebiasaan yang selalu dilakukan dan sangat berpengaruh dalam menghadapi bencana.

2.4. Konsep remaja dalam menghadapi bencana

Remaja merupakan kelompok yang rentan dalam menghadapi bencana alam seperti banjir. Proses adaptasi mereka terhadap situasi darurat dan kemampuan mereka dalam membangun resiliensi pasca bencana memerlukan pemahaman mendalam tentang karakteristik dan kebutuhan khusus mereka. Berikut adalah beberapa konsep yang perlu dipahami tentang cara remaja menghadapi bencana menurut Arifin, 2022 yaitu :

1. Rentang Usia remaja

Menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson, setiap individu melalui serangkaian tahap yang membentuk hubungan mereka dengan lingkungan sosial. Pada usia 0–1 tahun, individu berada dalam tahap *Trust vs. Mistrust*, di mana kepercayaan terhadap dunia mulai terbentuk melalui perhatian konsisten dari pengasuh. Selanjutnya, pada usia 1–3 tahun, mereka memasuki tahap *Autonomy vs. Shame and Doubt*, saat mereka mulai mengeksplorasi kemandirian namun menghadapi rasa malu jika gagal. Tahap *Initiative vs. Guilt* terjadi pada usia 3–6 tahun, ketika anak mulai mengambil inisiatif dalam

berbagai kegiatan, tetapi juga rentan terhadap rasa bersalah jika tindakan mereka tidak diterima. Menurut World Health Organization (WHO), rentang usia remaja adalah 12–24 tahun. Dalam konteks teori Erikson, tahap perkembangan yang relevan bagi remaja adalah *Identity vs. Role Confusion*. Pada tahap ini, individu berusaha membangun identitas pribadi yang unik dan memahami peran mereka dalam masyarakat. Konflik utama pada periode ini adalah antara pencarian identitas yang jelas dan kebingungan terhadap peran yang harus mereka ambil, yang menjadi dasar penting untuk perkembangan kepribadian dan kemandirian di masa dewasa (Prayag et al., 2020).

2. Tahap perkembangan Psikososial

Tahap perkembangan psikososial pada remaja adalah proses penting dalam pembentukan identitas dan kesejahteraan psikologis mereka. Teori perkembangan psikososial oleh Erik Erikson mengidentifikasi serangkaian tahap yang menentukan perjuangan individu dengan tantangan tertentu pada setiap tahapnya. Tahap-tahap ini dimulai sejak bayi hingga masa remaja. Pada tahap awal, bayi belajar untuk mempercayai dunia melalui hubungan yang kokoh dengan orang tua atau pengasuhnya. Tahap berikutnya melibatkan penemuan kemandirian dan inisiatif, dimana remaja-remaja mulai mengeksplorasi dunia di sekitar mereka dan mengembangkan motivasi internal. Selama masa prasekolah, mereka belajar untuk mengasimilasikan norma-norma sosial dan moral, sementara pada masa remaja, mereka mencari identitas diri mereka sendiri dan memperjuangkan kemandirian mereka. Tahap terakhir dari perkembangan psikososial, menurut teori Erikson, melibatkan integrasi diri dan penerimaan diri dalam masyarakat. Proses ini memberikan pondasi yang kokoh bagi individu untuk berkembang menjadi individu yang seimbang secara

emosional dan sosial (Ragelienė, 2016).

3. Dukungan Sosial dan Keluarga

Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas sangat penting dalam membantu remaja-remaja mengatasi bencana. Keluarga yang stabil dan dukungan emosional yang kuat dapat memberikan rasa aman dan ketenangan bagi remaja-remaja dalam menghadapi kesulitan. Penting juga untuk menyediakan ruang bagi mereka untuk berbicara tentang pengalaman mereka dan mengekspresikan perasaan mereka (Scharpf et al., 2021).

4. Pendidikan dan Pengetahuan tentang Bencana

Pendidikan tentang bencana alam dan persiapan darurat perlu dimasukkan ke dalam kurikulum pendidikan untuk remaja-remaja. Pengetahuan tentang cara menghadapi bencana, langkah-langkah keselamatan, dan strategi coping dapat membantu mereka merasa lebih siap dan mampu dalam menghadapi situasi darurat (Lerner, 2021).

5. Pembentukan Resiliensi

Remaja-remaja memiliki kemampuan untuk membangun resiliensi pasca bencana jika mereka didukung dengan baik oleh keluarga, sekolah, dan komunitas. Ini melibatkan pengembangan keterampilan coping yang adaptif, peningkatan koneksi sosial, dan pembentukan keyakinan diri yang kuat dalam mengatasi tantangan (Rees et al., 2019).

2.5. Psikologi remaja dalam menghadapi bencana

Remaja yang mengalami bencana dapat menunjukkan berbagai dampak psikologis, seperti PTSD, gangguan kecemasan, depresi, perilaku terganggu, hingga dukacita traumatis. menjadi salah satu respon umum, ditandai dengan gejala seperti kilas balik dan mimpi buruk. Remaja juga rentan terhadap gangguan kecemasan lain dan

depresi mayor. Selain itu, bencana dapat menyebabkan perubahan perilaku, seperti agresi atau isolasi, serta dukacita yang kompleks jika kehilangan orang tercinta (Pfefferbaum et al., 2008). Respon psikologis remaja setelah bencana dipengaruhi oleh berbagai faktor. Karakteristik bencana, seperti tingkat keparahan dan dampaknya, serta paparan langsung terhadap trauma, memainkan peranan penting. Remaja yang menyaksikan kematian atau merasa hidupnya terancam cenderung lebih berisiko mengalami gangguan kesehatan mental. Faktor individu, seperti riwayat kesehatan mental atau trauma sebelumnya, juga mempengaruhi tingkat kerentanan terhadap stres pasca bencana. Dukungan keluarga dan sosial merupakan faktor pelindung yang signifikan. Ketenangan dan dukungan orang tua dapat membantu remaja merasa aman, sementara interaksi keluarga yang positif memberikan stabilitas. Di sisi lain, dukungan sosial dari teman dan komunitas membantu meringankan dampak trauma, sedangkan isolasi sosial dapat memperburuk kondisi psikologis remaja (Bolton et al., 2000).

2.6. Instrumen Untuk Mengukur Spiritualitas

Instrumen merupakan alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan sebuah data dalam penelitian, sehingga instrumen yang dapat mendukung pengukuran spiritualitas seseorang terhadap suatu bencana juga diperlukan untuk mengetahui bagaimana tingkat spiritualitas setiap individu dalam menghadapi sesuatu bencana. Menurut (Büssing, 2017) berikut instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat spiritualitas:

2.1 Tabel untuk mengukur Spiritualitas

No	Nama instrumen	Pengarang dan tahun	Jumlah item	Domain	Umur

1	<i>The spirituality and resiliensi assessment packet</i>	Pengarang : Jared Kass, Ph.D. Lynn Kass, M.A., M.A.T. Tahun : 2000	39 Question	SRA	Adult, Remaja
2	<i>Strengths Assessment Inventory-Youth Version</i>	(Rawana, E.P., Brownlee, K. & Hewitt, J., 2009)	123- item	(SAI-Y)	10-18 years old.
3	<i>Spiritualitas Health and Life-Orientation Measure</i>	John Fisher, 2016	20 items	(SHALO M)	Remaja dan dewasa
4	<i>e Inventory of Complicated Spiritualitas Grief</i>	Pengarang : Laurie A. Burke * and Robert A. Neimeyer 2016	28 item	(ICSG)	5-8 tahun. 7- 12 tahun.
5	<i>Belief into Action (BIAC)</i>	Pengarang: Ungar, M. & Leibenberg, L., Tahun : 2009	10 item	(BIAC)	12 -23 tahun.
6	<i>Reliance on God's Help (RGH)</i>	Pengarang : Arndt Büsing 1,*, Daniela Rodrigues Recchia 1 and Klaus Baumann 2015	5 item	(RGH)	Dewasa/ Remaja
7	<i>Thanissaro Scale of Attitude towards Buddhism (TSAB-R)</i>	Pengarang: LeBuffe & Naglieri, Tahun : 1998	24 item	(TSAB-R)	2-5 tahun.

2.7. Instrument Untuk Mengukur *Psychological Attitude*

Instrumen adalah alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data dalam penelitian, sehingga instrumen yang dapat mendukung pengukuran sikap psikologis seseorang terhadap bencana juga diperlukan untuk mengetahui bagaimana tingkat sikap psikologis setiap individu dalam menghadapi bencana. Menurut (Hall, 2010) berikut instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat *psychological*

attitude.

2.2 Tabel untuk mengukur *Positive Psychological Attitude*

No	Nama instrumen	Pengarang dan tahun	Jumlah item	Domain	Umur
1	<i>Resiliency Scale (RS)</i>	Pengarang : (Jew, Green & Kroger, 1999)	25	RS	Adult, Remaja
2	<i>The Resiliency Attitudes and Skills Profile (RASP)</i>	(Rawana, E.P., Brownlee, K. & Hewitt, J., 2009)	34 -item	(RASP)	12-19 yrs.
3	<i>The Connor-Davidson Resiliensi Scale (CD-RISC and CD-RISC2)</i>	(Connor, K.M. & Davidson, J.R.T., 2003)	25 items	9CD-RISC and CD-RISC2)	Remaja dan dewasa
4	<i>Search Institute Surveys— Profiles of Student Life - Attitudes and Behaviors Questionnaire (ABQ)</i>	Pengarang : Laurie A. Burke * and Robert A. Neimeyer 2016	152-item	(ABQ)	(11-18 years)
5	<i>Cognitive Hardiness Scale (CHS)</i>	Pengarang: (Nowack, 1989)	30 item	(CHS)	12 -23 tahun.
6	<i>Child Development Project (CDP)</i>	Pengarang : (Battistich, 2003; Battistich, Schaps, Watson, Solomon, & Lewis, 2000; Battistich, Schaps, & Wilson, 2004)	147 items	(CDP)	Dewasa/ Remaja
7	<i>Thanissaro Scale of Attitude towards Buddhism (TSAB-R)</i>	Pengarang: LeBuffe & Naglieri, Tahun : 1998	24 item	(TSAB-R)	2-5 tahun.

8	<i>The spiritualitas and resiliensi assessment packet</i>	Pengarang : Jared Kass, Ph.D. Lynn Kass, M.A., M.A.T. Tahun : 2000	39 Question	SRA	Adult, Remaja
---	---	--	----------------	-----	------------------

