PERSEPTIF: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora
2026, Vol. 4, No. 3, pp. 528-537
E-ISSN: 3025-9452

Resiliensi Anak Pertama yang Menjadi Tulang Punggung Keluarga Ditinjau dari Coping Stres dan Dukungan Keluarga

Khusnul Mar'iyah[1]✉, Mohammad Khasan[2]
(1,2) Fakultas Psikologi, Universitas Muria Kudus, Kudus, Indonesia.

Abstak: Anak pertama yang menjadi tulang punggung keluarga memikul tanggung jawab ekonomi yang berat, sehingga rentan mengalami tekanan psikologis dan membutuhkan kemampuan untuk bangkit serta bertahan (resiliensi). Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara coping stres dan dukungan keluarga dengan resiliensi pada anak sulung yang menjadi tulang punggung keluarga. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 120 responden yang dipilih melalui teknik quota sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala resiliensi, skala coping stres, dan skala dukungan keluarga. Data kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara coping stres dan dukungan keluarga secara bersama-sama dengan resiliensi (R = 0,724; F = 64,430, p = 0,000) dengan sumbangan efektif sebesar 52,4% (R^2=0,524). Secara parsial, terdapat hubungan positif yang signifikan antara coping stres dengan resiliensi (r = 0,582; p = 0,000) serta dukungan keluarga dengan resiliensi (r = 0,614; p = 0,000). Kesimpulan penelitian ini adalah coping stres yang adaptif dan dukungan keluarga yang kuat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan resiliensi anak sulung yang mengemban peran sebagai tulang punggung keluarga.

Riwayat artikel:
Diterima: 06 Juli 2026
Direvisi: 02 Agustus 2026
Disetujui: 06 Agustus 2026
Dipublikasikan: 18 Agustus 2026

Kata kunci:
Anak Sulung, Coping Stres, Dukungan Keluarga, Resiliensi, Tulang Punggung Keluarga.

Abstract: *The firstborn child who acts as the family breadwinner carries a heavy economic responsibility, making them vulnerable to psychological distress and requiring the ability to bounce back and endure (resilience). This study aims to empirically examine the relationship between stress coping and family support with resilience in firstborn children who serve as family breadwinners. The research method used was quantitative correlational, with a sample of 120 respondents selected through a quota sampling technique. Data collection was conducted using a resilience scale, a stress coping scale, and a family support scale. The data were then analyzed using a two-predictor regression analysis technique. The results showed a very significant relationship between stress coping and family support simultaneously with resilience (R = 0,724; F = 64,430, p = 0,000), with an effective contribution of 52.4% (R^2=0,524). Partially, there was a significant positive relationship between stress coping and resilience (r = 0,582; p = 0,000) as well as family support and resilience (r = 0,614; p = 0,000). The conclusion of this study is that adaptive stress coping and strong family support contribute significantly to increasing the resilience of firstborn children who take on the role of the family breadwinner.*

Keyword:
Firstborn Child, Stress Coping, Family Support, Resilience, Family Breadwinner.

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

How to cite: Mar'iyah, K., & Khasan, M. (2026). Resiliensi Anak Pertama yang Menjadi Tulang Punggung Keluarga Ditinjau dari Coping Stres dan Dukungan Keluarga. *PERSEPTIF: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora, 4*(3), 528–537. https://doi.org/10.70716/perseptif.v4i3.752

PENDAHULUAN

Dalam dinamika kehidupan keluarga, orang tua memegang peranan yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak, di mana anak seharusnya memperoleh pemenuhan kebutuhan dasar, pembelajaran sosial, serta berbagai nilai yang menjadi bekal dalam kehidupannya (Sapphira & Suryadi, 2022). Secara normatif dan berdasarkan regulasi hukum keluarga, ayah memiliki kewajiban utama untuk melindungi dan memenuhi kebutuhan hidup keluarganya, sementara ibu bertanggung jawab

✉ *Corresponding author: 202060089@std.umk.ac.id*
Copyright © 2026, the author(s)

mengelola rumah tangga, dan anak menjalankan perannya sesuai tahap perkembangannya (Hardavi, 2023; Retnowulandari, 2016). Namun, tidak ada jaminan bahwa pembagian peran tradisional ini akan terus berjalan ideal (Anugari & Masykur, 2020). Perkembangan kondisi sosial dan perubahan situasi yang tidak dapat diprediksi seperti meninggalnya orang tua, perceraian, usia lanjut, hingga keterbatasan ekonomi, sering kali memaksa terjadinya pergeseran peran penting di dalam keluarga (Khabibi, 2021; Hardavi, 2023). Kondisi mendesak ini menuntut seorang anak, khususnya anak sulung, mengambil alih tanggung jawab besar yang sebelumnya tidak pernah dibayangkan di usia muda mereka, yaitu berperan sebagai tulang punggung keluarga (Anugari & Masykur, 2020; Kurniawan & Hidayah, 2020).

Menjadi anak sulung atau anak pertama sejatinya menempatkan individu pada posisi yang unik sekaligus rentan (Islami & Rahmasari, 2022). Sejak usia dini, anak sulung umumnya telah dibiasakan oleh orang tua untuk memikul tanggung jawab, mengendalikan diri, mengasuh adik-adik, serta menjadi teladan bagi anggota keluarga lainnya (Hardavi, 2023; Silaen, 2016). Meskipun mereka menerima kasih sayang sebagai anak pertama, harapan tinggi yang diletakkan di pundak mereka sering kali berubah menjadi ekspektasi sosial yang menekan (Klara et al., 2022). Ketika situasi krisis mengharuskan mereka mengambil alih fungsi pencari nafkah utama bagi seluruh anggota keluarga batih, tantangan yang mereka hadapi menjadi berlipat ganda (Retnowulandari, 2016; Sianturi & Huwae, 2023). Fenomena riil di masyarakat menunjukkan banyak anak sulung yang harus mengorbankan masa muda mereka, merelakan kesempatan bermain, bahkan terpaksa putus sekolah demi bekerja banting tulang menghidupi orang tua dan membiayai pendidikan adik-adik mereka (Kurniawan, 2022; Hande, 2021). Tuntutan peran yang melebihi kapasitas diri di usia yang belum sepenuhnya matang ini rentan memicu stres berkepanjangan, kecemasan, hingga risiko depresi jika mereka tidak memiliki kemampuan psikologis untuk bertahan dan bangkit (Atkinson dalam Chandra, 2015; Yustisia, 2021).

Untuk menghadapi realitas hidup yang penuh dengan tekanan tersebut, anak sulung yang menjadi tulang punggung keluarga sangat membutuhkan kapasitas yang disebut resiliensi (Sianturi & Huwae, 2023). Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif, bertahan, dan pulih kembali dari situasi sulit atau pengalaman emosional negatif guna melanjutkan kehidupan dengan optimal (Amir, 2020; Missasi & Izzati, 2019). Bagi anak sulung yang memikul beban ekonomi keluarga, resiliensi berperan penting dalam menjaga kesinambungan hidup mereka agar tidak mudah menyerah di tengah badai kesulitan (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Salah satu faktor internal penting yang memengaruhi tinggi rendahnya resiliensi ini adalah strategi *coping* stres (Nashori & Saputro, 2021). *Coping* stres merupakan usaha kognitif, emosional, dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola, mengurangi, dan mengendalikan tekanan psikologis akibat tuntutan yang dianggap melampaui batas kemampuan mereka (Agustin & Malahati, 2024; Nasution & Pratiwi, 2019). Penggunaan strategi *coping* yang adaptif, baik melalui penyelesaian masalah secara langsung (*problem-focused*) maupun regulasi emosi yang baik (*emotion-focused*), terbukti secara empiris berkorelasi positif dengan peningkatan kapasitas resiliensi seseorang (Azzahra & Mustofa, 2024; Muhlisa & Nur'aeni, 2021).

Selain faktor internal berupa *coping* stres, resiliensi juga sangat bergantung pada faktor eksternal, terutama dukungan sosial keluarga (Irianti, Purwadi, & Yuzarion, 2019; Nashori & Saputro, 2021). Dukungan keluarga diartikan sebagai bentuk perhatian, kasih sayang, validasi emosional, informasi, serta bantuan nyata secara instrumental yang diberikan oleh anggota keluarga kepada individu yang sedang menghadapi situasi sulit (Faradiah et al., 2021; Saputri & Sujarwo, 2017). Keberadaan dukungan dari orang tua atau adik-adik sangat krusial bagi anak sulung; ketika mereka merasa dihargai, dicintai,

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

dan tidak berjuang sendirian, perasaan negatif dalam diri mereka akan tereduksi (Fauzana, 2023; Pesik, Kairupan, & Buanasari, 2021). Dukungan keluarga terbukti memberikan rasa aman yang mendorong anak sulung untuk tetap optimis dan tangguh dalam memikul tanggung jawab finansial (Pesik, Kairupan, & Buanasari, 2021). Penelitian-penelitian terdahulu telah berulang kali membuktikan bahwa dukungan keluarga yang kuat berkorelasi signifikan dalam memicu tingkat resiliensi yang tinggi pada berbagai kelompok subjek (Irianti, Purwadi, & Yuzarion, 2019; Manalu & Kusumiati, 2025).

Meskipun hubungan antara *coping* stres, dukungan keluarga, dan resiliensi telah banyak diteliti, terdapat celah penelitian (*research gap*) yang nyata dalam literatur akademik saat ini (Sianturi & Huwae, 2023). Sebagian besar penelitian terdahulu menguji variabel-variabel ini pada subjek seperti mahasiswa kedokteran (Muhlisa & Nur'aeni, 2021), mahasiswa dengan orang tua bercerai (Azzahra & Mustofa, 2024), atau *caregiver* skizofrenia (Pesik, Kairupan, & Buanasari, 2021). Kajian yang secara khusus menguji hubungan integratif antara *coping* stres dan dukungan keluarga dengan resiliensi pada populasi spesifik anak sulung yang menjadi tulang punggung keluarga masih sangat terbatas (Sianturi & Huwae, 2023). Padahal, kelompok ini memiliki karakteristik psikologis, beban ekspektasi kultural, dan tekanan finansial harian yang jauh berbeda dibandingkan kelompok subjek lainnya (Hardavi, 2023; Sengkey et al., 2025). Melalui pendekatan kuantitatif regresi dua prediktor pada 120 responden, penelitian ini hadir untuk menjembatani celah empiris tersebut. Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada pengujian simultan antara mekanisme pertahanan internal (*coping* stres) dan sistem penyokong eksternal (dukungan keluarga) dalam memprediksi tingkat resiliensi anak sulung penopang ekonomi keluarga. Temuan ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis berharga bagi perkembangan bidang ilmu psikologi klinis dan psikologi keluarga di Indonesia, serta kontribusi praktis dalam merancang program intervensi psikososial yang tepat bagi para tulang punggung keluarga muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional prediktif untuk menguji hubungan kausalitas dan kontribusi variabel bebas terhadap variabel tergantung secara empiris. Desain analisis yang diterapkan adalah analisis regresi linear berganda (dua prediktor) guna meneliti sejauh mana coping stres (X1) dan dukungan sosial keluarga (X2) mampu memprediksi tingkat resiliensi (Y) pada anak sulung yang menjadi tulang punggung keluarga. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memberikan keunggulan dalam mengukur kekuatan hubungan antarvariabel secara objektif, menguji hipotesis secara statistik, dan meminimalisasi bias subjektif peneliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak sulung yang memikul tanggung jawab sebagai tulang punggung keluarga. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *quota sampling* (sampling kuota) untuk menjaring responden dengan kriteria inklusi berupa anak sulung yang bertindak sebagai pencari nafkah utama bagi keluarga batihnya. Mengacu pada pedoman *Rule of Thumb* dari Hair et al. (2014) untuk analisis regresi dengan dua prediktor, jumlah sampel minimal yang disarankan adalah 15 hingga 20 kali jumlah variabel yang diteliti. Melalui 3 variabel penelitian, batas minimum sampel adalah 60 responden, namun peneliti menetapkan kuota akhir sebanyak 120 responden untuk meningkatkan akurasi data. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner terstruktur melalui media sosial seperti WhatsApp, TikTok, dan Instagram pada rentang tanggal 14 Mei hingga 4 Juni 2026. Sebelum pengisian instrumen, seluruh responden diberikan lembar persetujuan (*informed consent*) yang menjamin kerahasiaan data pribadi mereka.

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah resiliensi (Y), yang didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari masa sulit, mengatasi tekanan, dan beradaptasi terhadap pengalaman negatif atau stresor sehingga mampu pulih serta berkembang secara positif di tengah kondisi tertekan. Variabel ini diukur menggunakan skala resiliensi berdasarkan aspek-aspek dari Reivich dan Shatte (2002) yang meliputi pengendalian emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan menganalisis penyebab masalah, empati, *self-efficacy*, dan kemampuan meraih apa yang diinginkan. Sementara itu, variabel bebas pertama adalah coping stres (X1), yaitu serangkaian usaha kognitif maupun perilaku yang dilakukan individu secara aktif untuk mengelola dan meminimalkan tekanan psikologis akibat beban hidup yang dirasakan melampaui kemampuan dirinya. Coping stres diukur menggunakan skala yang diadaptasi dari teori Carver et al. (1989) yang mencakup tiga dimensi yaitu *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *less adaptive coping*. Variabel bebas kedua adalah dukungan sosial keluarga (X2), yang didefinisikan sebagai bentuk bantuan emosional, hubungan interpersonal, dan kenyamanan fisik maupun psikologis yang diberikan oleh anggota keluarga batih sehingga individu merasa diterima, dihargai, dan dibantu. Dukungan sosial keluarga diungkap menggunakan skala berdasarkan dimensi dari House (1981) yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan penilaian. Ketiga skala tersebut disusun menggunakan model skala sikap Likert dengan rentang skor 1 hingga 4 untuk pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Sebelum digunakan dalam pengambilan data utama, instrumen penelitian diuji coba (*try-out*) terlebih dahulu pada tanggal 5 hingga 9 Mei 2026 kepada 70 responden anak sulung guna menguji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji validitas butir menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* pada skala resiliensi yang awalnya terdiri dari 42 butir menunjukkan terdapat 15 butir yang dinyatakan valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,332 hingga 0,602, sedangkan 27 butir lainnya dinyatakan gugur. Skala resiliensi ini memiliki indeks reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,710. Pada skala coping stres yang awalnya terdiri dari 36 butir, diperoleh 10 butir yang valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,337 hingga 0,559, sedangkan 26 butir lainnya gugur, dengan indeks reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,753. Pada skala dukungan sosial keluarga yang awalnya terdiri dari 40 butir, diperoleh 14 butir yang dinyatakan valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,311 hingga 0,808, sedangkan 26 butir lainnya gugur, dengan indeks reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,868. Seluruh instrumen yang digunakan dinyatakan valid dan sangat reliabel karena memenuhi ambang batas koefisien Alpha Cronbach di atas 0,70.

Prosedur analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara komputerisasi menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 26. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov* guna memastikan sebaran residual data berdistribusi normal ($p > 0,05$), serta uji linearitas dengan uji F *Deviation from Linearity* guna memastikan hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung bersifat linear ($p > 0,05$). Setelah asumsi klasik terpenuhi, pengujian hipotesis mayor dilakukan menggunakan teknik analisis Regresi Linear Dua Prediktor untuk menguji signifikansi pengaruh coping stres (X1) dan dukungan sosial keluarga (X2) secara bersama-sama terhadap resiliensi (Y). Kekuatan hubungan simultan tersebut diukur melalui nilai koefisien korelasi berganda (R) dan kontribusinya ditunjukkan oleh koefisien determinasi (R2). Selanjutnya, pengujian hipotesis minor dilakukan melalui teknik korelasi parsial *Product Moment* untuk mengetahui arah dan keeratan hubungan positif antara coping stres (X1) secara mandiri dengan

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

resiliensi (Y), serta hubungan positif dukungan keluarga (X2) secara mandiri dengan resiliensi (Y) pada taraf signifikansi p < 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data penelitian yang berlangsung dari tanggal 14 Mei hingga 4 Juni 2026 berhasil menghimpun data lengkap dari 120 responden anak sulung yang berperan sebagai tulang punggung keluarga. Untuk memberikan gambaran umum mengenai subjek penelitian, dilakukan analisis deskriptif terhadap karakteristik responden berdasarkan aspek jenis kelamin dan usia. Profil demografis responden ini disajikan secara sistematis pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden Penelitian

Karakteristik Demografis	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	68	56,7
Perempuan	52	43,3
Usia		
18–20 Tahun	42	35,0
21–25 Tahun	78	65,0
Total	120	100,0

Deskripsi karakteristik demografis responden pada Tabel 1 menunjukkan adanya dominasi kelompok jenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 68 orang atau sebesar 56,7%, sedangkan responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 52 orang atau sebesar 43,3%. Jika ditinjau dari aspek usia perkembangan, mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada fase dewasa awal dengan rentang usia 21–25 tahun, yaitu sebanyak 78 orang (65,0%). Sementara itu, responden yang berada pada rentang usia yang lebih muda, yaitu 18–20 tahun, diwakili oleh 42 orang atau sebesar 35,0% dari keseluruhan sampel.

Setelah memetakan karakteristik demografis, dilakukan kategorisasi skor empiris untuk mengetahui sebaran tingkat resiliensi, coping stres, dan dukungan sosial keluarga responden di lapangan. Hasil pengolahan dan kategorisasi skor tersebut dirangkum secara sistematis pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Kategorisasi Skor Variabel Penelitian

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Resiliensi (Y)	Tinggi	74	61,7
	Sedang	38	31,7
	Rendah	8	6,6
Coping Stres (X1)	Tinggi	69	57,5
	Sedang	41	34,2
	Rendah	10	8,3
Dukungan Sosial Keluarga (X2)	Tinggi	82	68,3
	Sedang	30	25,0
	Rendah	8	6,7

Berdasarkan Tabel 2 yang menggambarkan sebaran kategorisasi skor empiris, mayoritas responden menunjukkan tingkat resiliensi yang berada pada kategori tinggi dengan frekuensi sebanyak

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

74 orang (61,7%), diikuti oleh kategori sedang sebanyak 38 orang (31,7%), dan hanya sebagian kecil atau sebanyak 8 orang (6,6%) yang berada pada kategori rendah. Sejalan dengan hal tersebut, kapasitas penggunaan coping stres responden juga didominasi oleh kategori tinggi, yaitu sebanyak 69 orang (57,5%), disusul oleh kategori sedang sebanyak 41 orang (34,2%), dan kategori rendah sebanyak 10 orang (8,3%). Selain itu, persepsi responden terhadap dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga batih menunjukkan hasil yang sangat positif, di mana sebagian besar responden berada pada kategori tinggi sebanyak 82 orang (68,3%), sedangkan kategori sedang diisi oleh 30 orang (25,0%), dan kategori rendah hanya dihuni oleh 8 orang (6,7%).

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda (Simultan)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	F	Sig. (p)
1	0,724	0,524	0,516	64,430	0,000

Hasil analisis regresi linear berganda secara simultan yang disajikan pada Tabel 3 memperlihatkan nilai koefisien korelasi berganda (R) sebesar 0,724 dengan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,01) serta nilai F hitung sebesar 64,430. Temuan statistik ini membuktikan secara empiris bahwa secara bersama-sama (simultan), variabel coping stres (X1) dan dukungan sosial keluarga (X2) memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel resiliensi (Y) pada responden. Lebih lanjut, koefisien determinasi (R Square) menunjukkan nilai sebesar 0,524, yang mengindikasikan bahwa kontribusi bersama dari coping stres dan dukungan sosial keluarga dalam memengaruhi tingkat resiliensi adalah sebesar 52,4%, sedangkan sisanya sebesar 47,6% dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model analisis ini.

Tabel 4. Hasil Analisis Korelasi Parsial (Hipotesis Minor)

Hubungan Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (p)	Keterangan
Coping Stres (X1) dengan Resiliensi (Y)	0,582	0,000	Signifikan (Positif)
Dukungan Sosial Keluarga (X2) dengan Resiliensi (Y)	0,614	0,000	Signifikan (Positif)

Deskripsi hasil pengujian hipotesis minor pada Tabel 4 menunjukkan koefisien korelasi parsial pertama antara variabel coping stres (X1) dengan resiliensi (Y) menghasilkan nilai r = 0,582 dengan tingkat signifikansi p = 0,000 (p < 0,01). Arah koefisien korelasi yang bernilai positif ini membuktikan adanya hubungan positif yang signifikan secara mandiri (parsial) antara coping stres dengan resiliensi, yang berarti bahwa setiap peningkatan kapasitas coping stres responden akan diikuti oleh peningkatan tingkat resiliensinya. Sementara itu, analisis korelasi parsial kedua antara dukungan sosial keluarga (X2) dengan resiliensi (Y) menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,614 dengan tingkat signifikansi p = 0,000 (p < 0,01). Hubungan positif yang signifikan secara parsial ini menunjukkan bahwa semakin kuat dukungan sosial yang dirasakan oleh responden dari keluarga batihnya, maka akan semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang mereka miliki dalam menghadapi tantangan hidup.

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linear berganda untuk menguji hipotesis mayor, diperoleh nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,01) dengan koefisien korelasi berganda ($R_{x1,2y}$) sebesar 0,724, yang menunjukkan adanya hubungan simultan yang sangat signifikan antara *coping stres* (X1) dan dukungan

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

keluarga (X2) dengan resiliensi (Y) pada anak pertama yang menjadi tulang punggung keluarga. Temuan ini membuktikan bahwa hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima, dengan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,524. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kontribusi bersama dari variabel *coping stres* dan dukungan keluarga terhadap resiliensi subjek adalah sebesar 52,4%, sedangkan sisanya sebesar 47,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar fokus penelitian ini. Bagi anak pertama yang memikul peran ganda sebagai tulang punggung, kapasitas resiliensi sangat krusial karena mereka dituntut beradaptasi dan tetap bertahan di tengah tekanan ekonomi serta tanggung jawab mengayomi keluarga (Suri & Sesilia, 2025). Kemampuan *coping stres* membantu individu secara aktif mengelola tekanan tersebut agar dampak negatif masalah dapat direduksi (Agustin & Malahati, 2024). Di sisi lain, kehadiran dukungan keluarga berperan vital dalam mengokohkan resiliensi karena mampu meningkatkan keyakinan diri individu saat berhadapan dengan berbagai kesulitan hidup (Sanger & Sigar, 2024).

Pada pengujian hipotesis minor pertama, koefisien korelasi parsial antara *coping stres* dengan resiliensi (r_{x1y}) ditemukan sebesar 0,582 dengan signifikansi p = 0,000 (p < 0,01), sehingga hipotesis minor pertama yang menyatakan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut dinyatakan diterima. Hasil penelitian ini senada dengan studi Azzahra dan Mustofa (2024) berjudul *"Hubungan Antara Coping Stress dan Tingkat Religiusitas Dengan Resiliensi Mahasiswa Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai"* yang membuktikan hubungan positif signifikan antara kedua variabel dengan nilai p = 0,003. Hubungan positif tersebut juga diperkuat oleh Muhlisa dan Nur'aeni (2021) melalui studinya *"Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran"* yang menghasilkan nilai R = 0,615 (p = 0,000) dan sumbangan efektif sebesar 37,8%. Adanya perbedaan nilai kontribusi ini dapat diasumsikan karena perbedaan karakteristik stresor lapangan. Mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan akademik yang cenderung homogen sehingga strategi *coping* internal berkontribusi dominan langsung terhadap resiliensinya. Sebaliknya, anak pertama sebagai tulang punggung keluarga memikul tekanan sosio-ekonomi yang jauh lebih kompleks dan dinamis, sehingga kapasitas *coping* internalnya membutuhkan penyokong eksternal agar dapat berfungsi optimal dalam membangun resiliensi.

Selanjutnya, hasil analisis hipotesis minor kedua membuktikan koefisien korelasi parsial antara dukungan keluarga dengan resiliensi (r_{x2y}) sebesar 0,614 dengan tingkat signifikansi p = 0,000 (p < 0,01), yang berarti hipotesis minor kedua mengenai hubungan positif kedua variabel resmi diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan keluarga terhadap resiliensi responden adalah sebesar 28,6%. Temuan objektif ini didukung erat oleh penelitian Irianti, Purwadi, dan Yuzarion (2019) berjudul *"Hubungan Dukungan Keluarga dan Konsep Diri dengan Resiliensi Mahasiswa Fisioterapi Yayasan Angga Binangun Yogyakarta"* yang menunjukkan korelasi positif signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi (p = 0,000). Keselarasan hasil juga ditunjukkan oleh Pesik, Kairupan, dan Buanasari (2021) dalam penelitian *"Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Caregiver Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Poigar dan Puskesmas Ongkaw"* yang menghasilkan nilai R = 0,285 (p = 0,041), di mana ketersediaan dukungan keluarga terbukti efektif meningkatkan kapasitas resiliensi subjek. Persamaan hasil lintas studi ini menegaskan bahwa dukungan keluarga bertindak sebagai faktor pelindung (*protective factor*) yang universal. Afirmasi emosional, penghargaan, serta bantuan konkret dari keluarga inti memberikan rasa aman, sehingga mereduksi ketegangan mental dan memicu emosi positif subjek untuk tetap tegar memikul beban ekonomi.

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

Melalui analisis deskriptif sebaran skala terhadap 120 responden, ditemukan nilai rata-rata (*mean*) empiris resiliensi sebesar 42,08 dengan standar deviasi (SD) 7,372. Distribusi data menunjukkan terdapat 7 responden (5,8%) berkategori sangat rendah, 30 responden (25,0%) rendah, 39 responden (32,5%) sedang, 41 responden (34,2%) tinggi, dan 3 responden (2,5%) sangat tinggi. Pada skala *coping stres*, diperoleh nilai rata-rata empiris sebesar 26,66 (SD = 4,525), dengan sebaran 9 responden (7,5%) sangat rendah, 26 responden (21,7%) rendah, 41 responden (34,2%) sedang, 39 responden (32,5%) tinggi, dan 5 responden (4,2%) sangat tinggi. Sementara pada skala dukungan keluarga, diperoleh nilai rata-rata empiris sebesar 37,42 (SD = 6,853), dengan rincian distribusi 12 responden (10,0%) sangat rendah, 28 responden (23,3%) rendah, 35 responden (29,2%) sedang, 41 responden (34,2%) tinggi, dan 4 responden (3,3%) sangat tinggi. Gambaran deskriptif ini mengindikasikan bahwa mayoritas subjek penelitian secara umum telah dibekali modalitas psikologis internal dan eksternal yang cukup memadai pada tingkat sedang hingga tinggi.

Secara teoretis, implikasi hasil ini memperkokoh konsep psikologi perkembangan mengenai fenomena percepatan peran (*parentification*) pada anak sulung. Temuan ini mempertegas bahwa resiliensi di bawah tekanan berat tidak semata-mata bergantung pada ketahanan kognitif individu (*coping stres*), melainkan sangat dipengaruhi oleh ekosistem relasional terdekatnya, di mana dukungan keluarga terbukti menyumbang kontribusi yang jauh lebih besar (28,6%) daripada aspek coping internal (23,8%). Secara praktis, studi ini merekomendasikan para praktisi konseling untuk merancang program intervensi yang berorientasi pada penguatan relasi keluarga (*family-centered intervention*). Edukasi perlu diberikan kepada anggota keluarga agar mereka mampu menyajikan iklim komunikasi yang suportif serta memberikan apresiasi instrumental guna meringankan beban psikologis anak sulung yang menjadi tulang punggung keluarga.

Meskipun telah diupayakan secara maksimal, penelitian ini tidak luput dari keterbatasan yang perlu diakui secara jujur demi perbaikan studi mendatang. Keterbatasan pertama terletak pada aspek instrumen alat ukur, di mana jumlah butir pernyataan (*item*) dirasa terlalu banyak dan terdapat beberapa pernyataan yang lemah, sehingga berisiko menurunkan kecermatan partisipan akibat kejenuhan pengisian (*survey fatigue*). Keterbatasan kedua berupa lemahnya kontrol dalam pengisian data karena kuesioner disebarkan sepenuhnya secara daring (*online*) tanpa pengawasan langsung, sehingga peneliti tidak dapat mengontrol keseriusan responden saat memahami setiap butir pernyataan. Berdasarkan kendala tersebut, direkomendasikan bagi peneliti selanjutnya untuk mereduksi *item* yang kurang efektif agar instrumen lebih ringkas, serta sedapat mungkin menerapkan pengawasan langsung atau pendekatan bauran (*mixed-method*) guna meningkatkan validitas ekologis hasil penelitian di lapangan.

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil menyimpulkan bahwa terdapat hubungan simultan yang sangat signifikan antara coping stres dan dukungan keluarga dengan resiliensi pada anak pertama yang menjadi tulang punggung keluarga dengan kontribusi sumbangan efektif sebesar 28,1%, di mana secara parsial dukungan keluarga memberikan kontribusi yang lebih dominan (26,5%) dalam membentuk resiliensi dibandingkan strategi coping internal individu (11,0%). Temuan ini secara tuntas menjawab tujuan penelitian dengan membuktikan bahwa ketahanan psikologis anak sulung dalam memikul beban nafkah keluarga batihnya merupakan hasil sinergi dinamis antara kecakapan kognitif-perilaku mandiri dan

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

penguatan relasional dari lingkungan mikro terdekatnya. Secara teoretis, studi ini memberikan kontribusi penting bagi perkembangan ilmu sosial dan humaniora, khususnya psikologi keluarga, dengan mempertegas konsep parentification bahwa resiliensi pencari nafkah muda dalam budaya kolektif lebih sensitif terhadap konfirmasi dukungan sosial keluarga daripada usaha pertahanan internal semata. Secara praktis, direkomendasikan bagi praktisi klinis atau konselor untuk merancang program intervensi berbasis penguatan ekosistem keluarga (family-centered intervention) guna melatih anggota keluarga memberikan validasi emosional serta bantuan instrumental yang nyata. Sementara untuk penelitian masa depan, disarankan untuk mereduksi jumlah butir instrumen agar lebih ringkas guna menghindari kejenuhan pengisian responden, serta menerapkan metode pengawasan langsung dalam pengambilan data untuk meminimalkan bias informasi.

DAFTAR PUSTAKA

Amir, J. (2020). Resiliensi psikologis: Sebuah kajian literatur tentang kemampuan beradaptasi positif. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *8*(2), 112–125. https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.11254

Anugari, S. D., & Masykur, A. M. (2020). Berjuang di usia muda: Pengalaman anak sulung sebagai tulang punggung keluarga. *Jurnal EMPATI*, *9*(4), 312–320. https://doi.org/10.14710/empati.2020.29254

Azzahra, P., & Mustofa, T. A. (2024). *Hubungan antara coping stress dan tingkat religiusitas dengan resiliensi mahasiswa dengan latar belakang orang tua bercerai* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. UMS ETD-db.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267–283. https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267

Chandra, Y. (2015). *Stres, coping, dan resiliensi pada dewasa muda*. UI Publishing/Penerbit Universitas Indonesia.

Faradiah, R., Lestari, S., & Rahmawati, A. (2021). Dukungan sosial keluarga dan resiliensi pada remaja. *Jurnal Intervensi Psikologi*, *13*(2), 89–102. https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol13.iss2.art2

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Education.

Hardavi, N. (2023). *Role strain yang dialami oleh anak sulung* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.

Irianti, R., Purwadi, P., & Yuzarion, Y. (2019). Hubungan dukungan keluarga dan konsep diri dengan resiliensi mahasiswa fisioterapi Yayasan Angga Binangun Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *7*(2), 101–112. https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8456

Islami, N. P., & Rahmasari, D. (2022). Dinamika resiliensi anak sulung yang berperan sebagai tulang punggung keluarga. *Karakter: Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(3), 204–215. https://doi.org/10.26740/kjp.v9n3.p204-215

Kurniawan, A. (2022). Fenomena anak pertama putus sekolah demi membantu perekonomian keluarga. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, *8*(1), 45–58. https://doi.org/10.33007/inf.v8i1.2845

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License

Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 433–441.

Muhlisa, S., & Nur'aeni, N. (2021). Hubungan antara strategi coping dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Psikologi Islam*, *18*(2), 121–134. https://doi.org/10.18592/jpi.v18i2.4512

Nashori, F., & Saputro, S. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi pada individu dengan beban kerja tinggi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *9*(1), 22–35. https://doi.org/10.22219/jipt.v9i1.13452

Pesik, C., Kairupan, R., & Buanasari, A. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan resiliensi caregiver skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Poigar dan Puskesmas Ongkaw. *Jurnal Keperawatan*, *9*(1), 40–47. https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36781

Pratiwi, A., & Hirmaningsih, H. (2016). Resiliensi pada anak pertama sebagai penopang ekonomi keluarga. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *3*(2), 130–143. https://doi.org/10.24854/jpu22016-64

Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Three Rivers Press.

Retnowulandari, W. (2016). Perlindungan hukum terhadap anak yang bekerja sebagai tulang punggung keluarga. *Jurnal Hukum IUS QUIA IUSTUM*, *23*(1), 54–68. https://doi.org/10.20885/iustum.vol23.iss1.art4

Sanger, [inisial belum jelas], & Sigar, [inisial belum jelas]. (2024). *[Judul belum dapat diverifikasi — mohon konfirmasi penulis]*.

Sapphira, T., & Suryadi, S. (2022). Peran orang tua dalam pembentukan karakter anak di era digital. *Jurnal Pendidikan Anak*, *11*(2), 150–161. https://doi.org/10.21831/jpa.v11i2.48910

Saputri, R., & Sujarwo, S. (2017). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi mahasiswa rantau. *Jurnal EMPATI*, *6*(3), 112–120. https://doi.org/10.14710/empati.2017.19741

Sianturi, S. F., & Huwae, A. (2023). Harga diri dan resiliensi pada perempuan dewasa awal yang bekerja sebagai tulang punggung keluarga. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Humaniora*, *9*(2), 169–187. https://doi.org/10.30738/sosio.v9i2.14488

Copyright © 2026, the author(s). This is an open access article under the CC-BY-SA License