

Optimisme dan Resiliensi pada Orang dengan HIV yang Menjalani Terapi Antiretroviral

Nahliatul Khodria¹

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang, Malang, Indonesia
nahliatulkhodria@gmail.com

Al Thuba Septa Priynggasari²

² Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang, Malang, Indonesia
althuba.septa@unmer.ac.id

*E-mail: nahliatulkhodria@gmail.com

Abstract

This study aimed to determine the influence of optimism on resilience among people living with HIV (PLHIV) undergoing antiretroviral (ARV) treatment in Malang City. A quantitative approach with a correlational design was employed, involving 384 participants selected via purposive sampling; the majority were male (93%), aged 25–29 years (58.6%), and had been diagnosed for 1–3 years (46.6%). Data were collected using the Connor-Davidson Resilience Scale and the Life Orientation Test-Revised, both adapted into Indonesian. Reliability testing revealed a Cronbach's Alpha coefficient of 0.955 for the Connor-Davidson Resilience Scale and 0.638 for the Life Orientation Test-Revised. Data analysis was conducted using simple linear regression. The results demonstrated that optimism had a positive and significant effect on resilience ($B = 0.830$; $\beta = 0.240$; $p < 0.001$), accounting for 5.8% of the variance ($R^2 = 0.058$). This low contribution reflects that most respondents were in the early stages of diagnosis and exhibited moderate optimism (65.4%), suggesting that optimism had not yet been fully internalized as a capacity for resilience. These findings reinforce the role of optimism as a predictor of resilience in the clinical population of PLHIV and provide a basis for developing psychological interventions focused on strengthening optimism—integrated into ARV treatment protocols from an early stage.

Keywords: Antiretroviral Therapy; Optimism; PLHIV; Resilience.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap resiliensi pada orang dengan HIV (ODHIV) yang menjalani perawatan antiretroviral (ARV) di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 384 partisipan yang dipilih melalui teknik purposive sampling, dengan karakteristik mayoritas berjenis kelamin laki-laki (93%), berusia 25–29 tahun (58,6%), dan memiliki masa diagnosis antara 1 hingga 3 tahun (46,6%). Pengumpulan data dilakukan menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale dan Life Orientation Test-Revised yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa Connor-Davidson Resilience Scale memiliki koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,955, sedangkan Life Orientation Test-Revised memiliki koefisien sebesar 0,638. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi ($B = 0,830$; $\beta = 0,240$; $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar 5,8% ($R^2 = 0,058$). Rendahnya kontribusi ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden berada pada fase awal diagnosis dengan optimisme pada kategori sedang (65,4%), sehingga optimisme tersebut belum sepenuhnya terinternalisasi sebagai kapasitas resiliensi. Temuan ini memperkuat peran

optimisme sebagai prediktor resiliensi pada populasi klinis ODHIV dan memberikan landasan bagi pengembangan intervensi psikologis berbasis penguatan optimisme yang terintegrasi ke dalam protokol perawatan ARV sejak dini.

Kata kunci: Terapi Antiretroviral; Optimisme; ODHIV; Resiliensi.

1. INTRODUCTION

HIV/AIDS hingga saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan global yang berdampak luas, baik secara medis maupun psikologis. *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) merupakan virus yang menyerang sistem pertahanan tubuh manusia dan berpotensi berkembang menjadi *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) (SIHA, 2025). Di Kota Malang, jumlah kasus HIV menunjukkan tren peningkatan dalam tiga tahun terakhir, dengan 2.071 orang dengan HIV (ODHIV) tercatat aktif menjalani perawatan antiretroviral (ARV) hingga tahun 2025, dan kasusnya terkonsentrasi pada kelompok usia produktif 25–29 tahun (Heru et al., 2023).

Di luar tantangan medis, ODHIV juga bersinggungan dengan stigma sosial, diskriminasi, serta keterbatasan dukungan dari lingkungan dan akses terhadap layanan kesehatan (Fauk et al., 2021). Tekanan tersebut dapat memicu rendah diri, kecemasan berkepanjangan, hingga penarikan diri dari lingkungan sosial, sehingga penanganan HIV/AIDS yang komprehensif memerlukan dimensi psikologis sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari upaya peningkatan kualitas hidup ODHIV (Andayani, 2022). Salah satu aspek psikologis penting dalam menghadapi tekanan tersebut adalah resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi secara efektif terhadap kesulitan yang dihadapi (Reivich & Shatté, 2002). Resiliensi berfungsi sebagai mekanisme koping ODHIV dalam menghadapi stigma dan tekanan yang terus-menerus hadir, namun kondisinya masih jauh dari optimal; penelitian pada ODHIV di Semarang, misalnya, menemukan bahwa 64,7% memiliki strategi koping yang rendah, yang mencerminkan lemahnya kapasitas resiliensi (Amal et al., 2024).

Resiliensi tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan dipengaruhi oleh faktor internal seperti optimisme, efikasi diri, dan harga diri (Janah et al., 2022). Optimisme didefinisikan sebagai orientasi menyeluruh yang membuat individu cenderung melihat sisi baik dan menemukan makna dalam hidup (Forgeard & Seligman, 2012). Sejumlah penelitian secara konsisten menunjukkan hubungan positif antara optimisme dan resiliensi pada berbagai kelompok, seperti siswa SMP (Rosma, 2022), mahasiswa tahun pertama selama pandemi COVID-19 (Salsabila et al., 2023), dan kelompok single mother (Invanka et al., 2025). Sebaliknya, penelitian pada perempuan penderita kanker payudara di Kolombia tidak menemukan hubungan yang signifikan antara optimisme, resiliensi, dan adaptasi terhadap penyakit (Fernández et al., 2023), yang mengindikasikan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel tersebut dapat bervariasi menurut konteks penyakit kronis, budaya, dan karakteristik populasi.

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan peran optimisme terhadap resiliensi, penelitian di Indonesia masih berfokus pada populasi mahasiswa dan populasi umum, bukan pada ranah klinis. Penelitian mengenai hubungan optimisme dan resiliensi pada ODHIV di Indonesia masih sangat terbatas, padahal ODHIV menghadapi tekanan multidimensi (medis, sosial, dan emosional) yang dapat memengaruhi kemampuan bertahan hidup serta kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menguji korelasi antara optimisme dan resiliensi pada ODHIV yang menjalani perawatan ARV. Hipotesis yang diajukan adalah bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dan resiliensi pada ODHIV: semakin tinggi optimisme, semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki.

2. METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara optimisme sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel terikat, tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel penelitian (Azwar, 1998). Resiliensi menunjukkan sejauh mana ODHIV mampu mengatasi stigma dan dampak psikososial dalam mendukung kesejahteraan mental dan fisiknya, sedangkan optimisme menunjukkan kecenderungan ODHIV untuk tetap berharap pada kemungkinan yang baik dalam hidup serta menjaga motivasi untuk menjalani perawatan secara produktif dan bermakna.

Populasi penelitian adalah ODHIV di Kota Malang yang terdaftar di bawah koordinasi Dinas Kesehatan Kota Malang dan menjalani terapi ARV, berjumlah 2.071 orang. Sampel ditentukan menggunakan teknik snowball sampling, yaitu teknik non-probabilitas di mana responden awal membantu menemukan responden lain yang memenuhi kriteria penelitian (Johnson, 2014). Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus penentuan ukuran sampel proporsi populasi:

$$n_o = t^2 \cdot p \cdot q / d^2$$

Dengan $t = 1,96$ (tingkat kepercayaan 95%), $p = q = 0,5$, dan $d = 0,05$, diperoleh ukuran sampel sebesar 384 partisipan dari total populasi ODHIV yang menjalani perawatan ARV di Kota Malang sebanyak 2.071.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala psikologis melalui *google form*. Resiliensi diukur menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang dikembangkan oleh (Connor & Davidson, 2003) dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh (Wahyudi et al., 2020), terdiri atas 25 aitem *favorable* yang mencakup aspek kompetensi personal, toleransi terhadap tekanan, penerimaan perubahan, kontrol diri, dan spiritualitas, dengan koefisien reliabilitas asli sebesar 0,87. Optimisme diukur menggunakan *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) yang dikembangkan oleh (Carver & Scheier, 2014) dan diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh (Natanael et al., 2023), terdiri atas 10 aitem (3 *favorable*, 3 *unfavorable*, dan 4 *filler*) yang mengacu pada aspek nilai harapan (*expectancy-value*) dan keyakinan harapan (*expectancy-confidence*), dengan reliabilitas versi Indonesia sebesar 0,72.

Analisis data diawali dengan uji asumsi berupa uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas, dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk menguji kekuatan dan arah pengaruh optimisme terhadap resiliensi (Sahir, 2021).

3. RESULTS

Subjek penelitian berjumlah 384 ODHIV yang sedang menjalani perawatan ARV di Kota Malang. Karakteristik demografis subjek disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1 Karakteristik Demografis Partisipan Penelitian ($N = 384$)

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	357	93,0
	Perempuan	27	7,0
Usia	< 25 tahun	127	33,1
	25–29 tahun	225	58,6
	> 30 tahun	32	8,3

Variabel	Kategori	n	%
Lama Diagnosis	< 1 tahun	143	37,2
	1–3 tahun	179	46,6
	> 3 tahun	62	16,1

Catatan. R = Rendah, S = Sedang, T = Tinggi.

Mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki (93%) dan berada pada rentang usia produktif 25–29 tahun (58,6%), sejalan dengan dominasi kasus HIV di Kota Malang pada kelompok usia tersebut. Sebagian besar responden juga berada pada fase awal hingga berkembang pasca diagnosis, dengan 46,6% terdiagnosis dalam 1–3 tahun terakhir dan 37,2% kurang dari 1 tahun.

Statistik deskriptif, reliabilitas alat ukur, serta kategorisasi tingkat optimisme dan resiliensi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2 Statistik Deskriptif, Reliabilitas, dan Kategorisasi Optimisme serta Resiliensi

Variabel	Min–Mak	M	SD	α	R%	S%	T%
Optimisme	16–27	20,47	3,23	,638	4,2	65,4	30,5
Resiliensi	40–100	77,77	11,16	,955	4,7	19,3	76,0

Kedua instrumen menunjukkan reliabilitas yang memadai, dengan CD-RISC (resiliensi) menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik ($\alpha = 0,955$), sedangkan LOT-R (optimisme) berada pada batas bawah kelayakan ($\alpha = 0,638$). Sebagian besar responden berada pada kategori optimisme sedang (65,4%), sementara resiliensi mayoritas responden berada pada kategori tinggi (76,0%).

Hasil uji asumsi normalitas dan linearitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas dan Linearitas

Uji	Variabel	F/Stat.	p	Ket.
Normalitas	Optimisme	–	0,001	Tdk normal
Normalitas	Resiliensi	–	0,001	Tdk normal
Linearitas	Optimisme–Resiliensi	19,476	0,001	Linier

Data penelitian tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$). Meskipun demikian, analisis regresi linier tetap dilanjutkan mengingat asumsi normalitas regresi mensyaratkan normalitas pada residual, bukan pada data mentah, serta ukuran sampel yang besar ($n = 384$) membuat distribusi sampling cenderung mendekati normal sesuai Dalil Limit Pusat (Brown, 2015). Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara optimisme dan resiliensi bersifat linier ($p = 0,001$), sehingga memenuhi syarat untuk analisis regresi.

Hasil analisis regresi linier sederhana antara optimisme dan resiliensi disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4 Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana (Optimisme terhadap Resiliensi)

Variabel	B	β	SE	t	p
Konstanta	60,792	–	3,878	15,675	< 0,001
Optimisme	0,830	0,240	0,187	4,433	< 0,001

Catatan. $R^2 = 0,058$; $F = 19,651$; $p < 0,001$.

Optimisme dan Resiliensi pada Orang dengan HIV yang Menjalani Terapi Antiretroviral : Nahliatul Khodria, Al Thuba Septa Priyanggarsi : Volume 2, No. 2 2026

Nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,058 menunjukkan bahwa optimisme berkontribusi sebesar 5,8% terhadap variansi resiliensi. Koefisien regresi positif ($B = 0,830$; $\beta = 0,240$) menunjukkan bahwa semakin tinggi optimisme ODHIV, semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki, sehingga hipotesis penelitian diterima.

4. DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap resiliensi pada ODHIV yang menjalani perawatan ARV di Kota Malang ($B = 0,830$; $\beta = 0,240$; $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar 5,8% terhadap variansi resiliensi. Temuan ini mendukung mekanisme psikologis bahwa optimisme, sebagai kecenderungan individu untuk memiliki harapan dan ekspektasi positif terhadap masa depan (Carver & Scheier, 2014), mendorong individu untuk tidak menyerah dan terus beradaptasi secara aktif ketika menghadapi kesulitan. Bagi ODHIV, orientasi harapan tersebut menjadi fondasi psikologis yang memungkinkan mereka bertahan terhadap tekanan multidimensi yang bersifat kronis, sekaligus memperkuat aspek kompetensi personal dan toleransi terhadap emosi negatif dalam struktur resiliensi (Forgeard & Seligman, 2012).

Meskipun demikian, besaran kontribusi optimisme yang tergolong kecil tetap perlu mendapat perhatian. Kondisi ini kemungkinan berkaitan dengan karakteristik demografis partisipan: mayoritas berada pada usia produktif dengan masa diagnosis yang relatif baru (1–3 tahun), sehingga optimisme yang dimiliki belum sepenuhnya terinternalisasi menjadi kapasitas resiliensi yang kokoh. Kondisi optimisme responden yang secara umum berada pada kategori sedang turut mengindikasikan bahwa harapan positif tersebut masih bersifat situasional dan rentan terhadap fluktuasi tekanan eksternal seperti stigma sosial dan kerahasiaan status HIV.

Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu yang menemukan hubungan positif antara optimisme dan resiliensi pada siswa SMP (Rosma, 2022), mahasiswa tahun pertama selama pandemi COVID-19 (Salsabila et al., 2023), maupun kelompok single mother (Invanka et al., 2025), yang memperkuat kesimpulan bahwa optimisme merupakan prediktor resiliensi lintas konteks kehidupan. Namun demikian, kekuatan hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan penelitian (Nurmalissa, 2025) pada individu yang tidak lulus seleksi TNI, yang mengindikasikan bahwa konteks populasi turut menentukan seberapa kuat optimisme memengaruhi resiliensi. Sebagai kondisi kronis dan multidimensi, stresor yang dihadapi ODHIV memiliki karakteristik yang berbeda dari stresor situasional, sehingga hubungan kedua variabel tersebut tidak dapat dipahami secara terpisah tanpa mempertimbangkan faktor lain seperti dukungan sosial, efikasi diri, dan penerimaan diri. Perbedaan hasil juga ditemukan dibandingkan dengan studi (Fernández et al., 2023) pada perempuan penderita kanker payudara di Kolombia yang tidak menemukan hubungan signifikan antara ketiga variabel tersebut, yang dapat dijelaskan oleh perbedaan karakteristik penyakit, budaya, serta sistem dukungan kesehatan antarnegara.

Temuan ini berimplikasi pada perlunya pendekatan psikologis multidimensi yang tidak hanya menargetkan peningkatan optimisme, tetapi juga secara bersamaan memperkuat efikasi diri, mengurangi self-stigma, dan memberdayakan jaringan dukungan sosial pada ODHIV (Ekayani et al., 2025). Skrining psikologis dan program penguatan resiliensi sebaiknya diintegrasikan ke dalam protokol perawatan ARV sejak kontak pertama pasien dengan layanan kesehatan,

khususnya bagi kelompok usia produktif dengan diagnosis baru yang teridentifikasi sebagai kelompok paling rentan dalam penelitian ini.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan. Pertama, reliabilitas skala LOT-R ($\alpha = 0,638$) berada di batas bawah kelayakan sehingga hasil terkait variabel optimisme perlu diinterpretasikan secara hati-hati; penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan uji coba instrumen pada populasi ODHIV sebelum pengambilan data utama. Kedua, dominasi responden laki-laki (93%) membatasi kemampuan penelitian untuk mengeksplorasi perbedaan hubungan optimisme dan resiliensi berdasarkan jenis kelamin, sehingga penelitian selanjutnya disarankan menggunakan stratified sampling untuk memastikan proporsi yang lebih seimbang.

5. CONCLUSION AND SUGGESTIONS

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa optimisme memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada orang dengan HIV (ODHIV) yang menjalani perawatan Antiretroviral (ARV) di Kota Malang, meskipun kontribusinya tergolong kecil dan dipengaruhi oleh karakteristik demografis responden yang sebagian besar berada pada fase awal diagnosis. Semakin tinggi optimisme yang dimiliki ODHIV, semakin tinggi pula resiliensi yang ditunjukkan dalam menghadapi tekanan hidup akibat kondisi kronis yang dialami.

ODHIV disarankan untuk aktif membangun dan mempertahankan sikap optimis dalam menjalani perawatan ARV, misalnya melalui keterlibatan dalam kelompok dukungan sesama ODHIV yang dapat menjadi sumber harapan yang nyata. Tenaga psikolog dan lembaga kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan layanan konseling berbasis penguatan optimisme ke dalam jadwal kontrol ARV yang sudah berjalan melalui pendekatan strength-based, tanpa membebani ODHIV dengan kunjungan tambahan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan instrumen pengukur optimisme yang lebih sesuai untuk populasi klinis, serta mempertimbangkan pendekatan kualitatif guna memahami pengalaman ODHIV secara lebih mendalam.

6. Acknowledgments (if any)

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kota Malang atas izin dan dukungan dalam proses pengambilan data, serta kepada seluruh partisipan ODHIV yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

- REFERENCES

- Amal, A. I., Sukartini, T., Kurniawati, N., Sulistyaningsih, D. R., Suyanto, S., & Wahyuningsih, I. (2024). Analysis of Coping Strategies and Self-Stigma Among People Living with HIV (PLHIV): A Cross Sectional Study. *The Open Public Health Journal*. <https://doi.org/10.2174/0118749445304007240328052310>
- Andayani, A. (2022). Hubungan dukungan sosial dan spiritual penderita HIV/AIDS dengan kualitas hidup penderita HIV/AIDS. *Citra Delima*.
- Azwar, S. (1998). Metode Penelitian. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(6), 293–299.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Ekayani, S. P., Riska Anggita Nawangsih, & Ika Retno Priani. (2025). Psychological Distress Pada Optimisme dan Resiliensi pada Orang dengan HIV yang Menjalani Terapi Antiretroviral : Nahliatul Khodria, Al Thuba Septa Priyanggasari : Volume 2, No. 2 2026

- Orang Dengan Hiv/Aids (Odha) Ditinjau Dari Tingkat Resiliensi. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 20(2 SE-Original Research), 223–236. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v20i2.9838>
- Fauk, N., Ward, P., Hawke, K., & Mwanri, L. (2021). HIV Stigma and Discrimination: Perspectives and Personal Experiences of Healthcare Providers in Yogyakarta and Belu, Indonesia. *Frontiers in Medicine*, 8. <https://doi.org/10.3389/fmed.2021.625787>
- Fernández, S., Marlen, Zapata Rueda, C., Galván Patrignani, G., Celedón Rivero, J. C., & Hernández Padilla, J. (2023). Adaptation to the disease, resilience and optimism in woman with breast cancer. *Revista Colombiana de Psiquiatría (English Ed.)*, 52(4), 280–286. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rcpeng.2021.06.016>
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107–120.
- Heru, M. J. A., Jatimi, A., & Hidayat, M. (2023). Stigma Pada Penderita HIV/AIDS: A Systematic Review. *Indonesian Health Science Journal*, 3(2), 32–38.
- Invanka, I., Nurhikmah, N., & Koanda, N. (2025). Optimisme sebagai Predictor Resiliensi Pada Single mother di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 30–38.
- Janah, S. H. M., Supriyati, Hutasuhut, A. F., & Setiawati, Octa, R. (2022). *The relationship of optimism with resilience in medical students of malahayati university who are taking thesis. Vol. 12 No.* <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v12i3.397>
- Johnson, T. (2014). *Snowball Sampling: Introduction.* <https://doi.org/10.1002/9781118445112.stat05720>
- Natanael, Y., Khadijah, W. S., Amalia, T. H., Burtoh, E. T. Z., Saptiani, A. Z., Purnamasari, N., Fatihana, L. A., Supyansuri, K. R., Assajad, A. A., & Zahra, S. K. (2023). Penggunaan Life Orientation Test-Revised (LOT-R) versi Indonesia: Reevaluasi Validasi dengan Rasch Rating Scale Model. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 6(2), 78–90.
- Nurmalissa, D. (2025). *Hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada individu yang tidak lulus seleksi TNI.* <https://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/23249>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles.* Broadway books.
- Rosma, A. (2022). *Hubungan Resiliensi dan Optimisme dengan School Wellbeing pada Siswa SMP Swasta Siti Hajar Medan.* Universitas Medan Area.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian.* Penerbit KBM Indonesia.
- Salsabila, N., Jannah, P. M., & Masyhuri, M. (2023). Optimisme dan Resiliensi Mahasiswa Tahun Pertama di Masa Pandemi COVID-19. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 61–68.
- SIHA. (2025). *Laporan eksekutif perkembangan HIV AIDS dan penyakit infeksi menular seksual (PIMS) triwulan I tahun 2025.* https://hivaids-pimsindonesia.or.id/download/file/Laporan_HIVAIDS_PIMS_Triwulan1_2025.pdf
- Wahyudi, A., Mahyuddin, M. J., Irawan, A. W., Silondae, D. P., Lestari, M., Bosco, F. H., & Kurniawan, S. J. (2020). Model rasch: Analisis skala resiliensi Connor-Davidson versi bahasa Indonesia. *Jurnal Advice*, 2(1), 28–35.