

Hubungan Optimisme dan Resiliensi Akademik dengan *Subjective Well-Being* Pada Siswa SMA Negeri 1 Krian

Oleh:

Chafi Rozyi Putri Maulidhah/ 202030100173

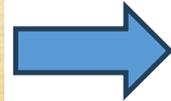
Zaki Nur Fahmawati, M.Psi., Psikolog.

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2024

Pendahuluan



- Subjective Well-Being adalah kepuasan terhadap hidup terkait dengan situasi emosi positif yang sedang dialami dan situasi emosi negatif yang jarang dialami.
- Seorang siswa harus mempunyai subjective well-being yang baik selama di sekolah, guna menunjang seluruh kegiatan akademik.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh C. N. Agusta and L. F. Hawadi (2023) dan F. Sari and A. Maryatmi (2019) mengungkapkan adanya hubungan optimisme dengan kesejahteraan subjektif siswa dan juga adanya hubungan antara resiliensi akademik dan subjective well-being. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa harus memiliki optimisme dan resiliensi akademik guna terwujudnya subjective well-being.



Pendahuluan

Subjective Well-Being

Subjective well-being dapat dikatakan sebagai pandangan individu bagaimana pengalaman dalam kehidupannya, yang bila dideskripsikan kesejahteraan psikologis terdiri dari evaluasi kehidupan kognitif dan afektif (Diener)



Aspek Subjective Well-Being

1. Kepuasan hidup
2. Afek positif
3. Afek negatif

Optimisme

Optimisme merupakan pandangan holistik dalam melihat sesuatu baik, mampu berpikir positif dan mudah memahami diri sendiri. (Seligman)



Aspek Optimisme

1. *Permanensi* (lama waktu)
2. *Pervasiveness* (pengaruh)
3. *Personalization* (sumber)

Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk meningkatkan keberhasilan dalam kegiatan akademik bahkan ketika menghadapi kesulitan. Sehingga dalam situasi apa pun seseorang dapat terus mengembangkan keterampilan akademiknya dan sosialnya



Aspek Resiliensi Akademik

1. *Perseverance*
2. *Reflecting And Adaptive Help-seeking*
3. *Negative Affect And Emotional Response*

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah terdapat hubungan antara optimisme dan resiliensi akademik dengan subjective well-being pada siswa SMA Negeri 1 Krian?

Metode

Metode Penelitian : Kuantitatif Korelasional

Populasi : Siswa SMA Negeri 1 Krian

Teknik Random Sampling : Mengambil semua sampel secara acak.

Sampel : 275, menurut Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%

Teknik Pengumpulan Data : Kuesioner Menggunakan skala likert

Alat ukur :

- **Skala Subjective Well-Being:** Diadaptasi dan dimodifikasi dari penelitian Reza Andalia ($r = 0,963$) yang terdiri dari 17 aitem.
- **Skala Optimisme :** Diadopsi dari penelitian Alfira Rosma ($r = 0,955$) yang terdiri dari 26 aitem.
- **Skala Resiliensi Akademik:** Diadopsi dari penelitian Raja Aulia Pitaloka ($r = 0,840$) yang terdiri dari 18 aitem.

Teknik Analisis Data : Regresi berganda dengan bantuan software JASP Versi 18

Hasil

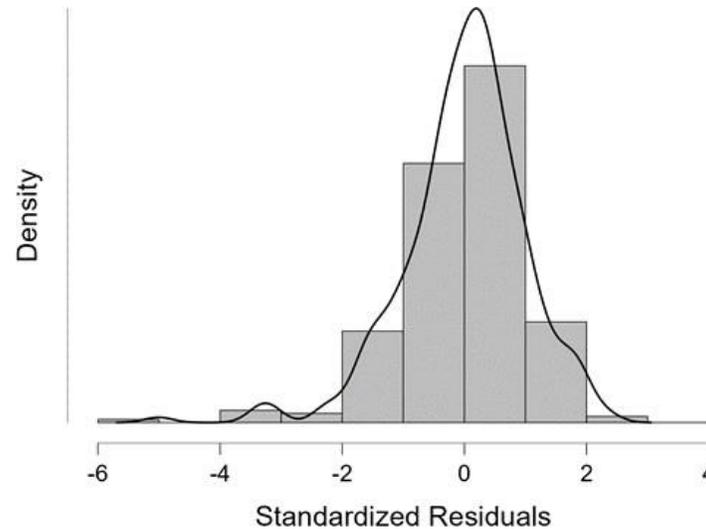
Tabel Demografis Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Berdasarkan Jenis Kelamin		
Perempuan	175	64%
Laki-laki	100	36%
Jumlah	275	100%
Berdasarkan Kelas		
Kelas 10	133	48%
Kelas 11	142	52%
Jumlah	275	100%

Diketahui bahwa dari jumlah responden sebanyak 275 siswa didapatkan bahwa responden yang paling mendominasi, yaitu siswa perempuan dengan frekuensi 175 siswa (64%) dan kelas yang mendominasi yaitu pada kelas 11 dengan frekuensi sebanyak 142 siswa (52%).

Hasil

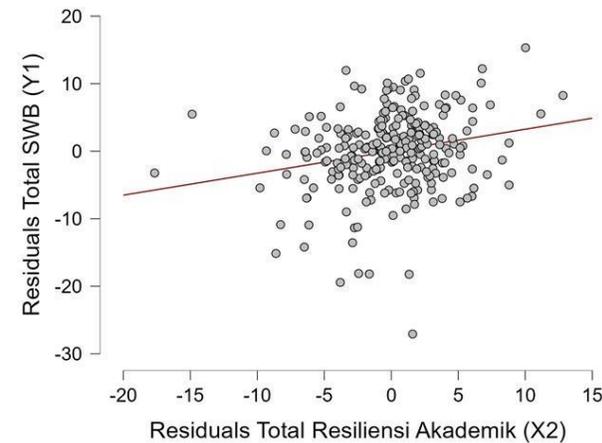
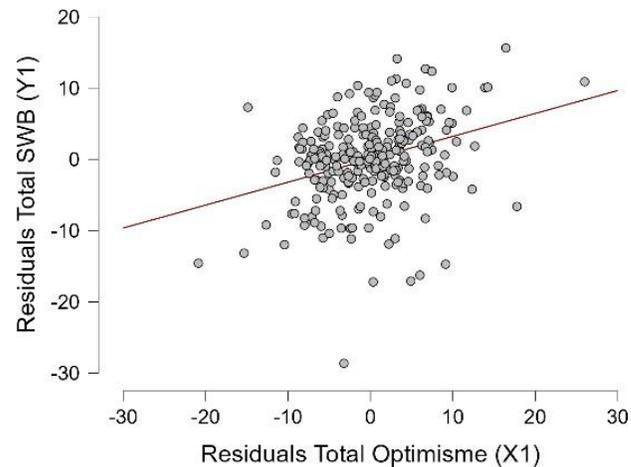
1. Uji Normalitas



Hasil uji normalitas data menunjukkan hasil residual data terdistribusi secara normal. Hal ini dapat dilihat dari titik tertinggi diagram batang berada ditengah, dan curva yang terbentuk menyerupai lonceng. Dan nilai Shapiro-Wilk berada diatas 0,5. Maka berdasarkan data tersebut uji asumsi normalitas terpenuhi.

Hasil

2. Uji Linieritas



Hasil uji linieritas menunjukkan hubungan antara optimisme dan resiliensi akademik terhadap subjective well-being, yang memenuhi asumsi linieritas berdasarkan penyebaran data dalam grafik scatter plot.

Hasil

3. Uji Multikolinieritas

Variable	Tolerance	VIF
Optimisme (X1)	0.461	2.171
Resiliensi Akademik (X2)	0.461	2.171

Nilai untuk variabel Optimisme (X1) dan Resiliensi Akademik (X2) adalah 0.461 lebih besar dari 0,10. Sedangkan nilai VIF untuk variabel X1 dan X2 adalah $2.171 < 10.00$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa data memenuhi asumsi multikolinieritas dan dapat dikatakan bahwa data penelitian telah lolos uji asumsi sehingga dapat dilanjutkan pada uji hipotetis

Hasil

4. Uji Hipotesis

Pearson's Correlations

		Pearson's r	p
Optimisme (X1)	- Subjective Well-Being (Y)	0.592	< .001
Resiliensi Akademik (X2)	- Subjective Well-Being (Y)	0.557	< .001

Hasil uji korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara optisme dengan subjective well-being ($r=0.592$, $p\text{-value}<.001$) dan resiliensi akademik dengan subjective well-being ($r=0.557$, $p\text{-value}<.001$).

Pembahasan

- Berdasarkan penjelasan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Optimisme dan Resiliensi Akademik dengan Subjective Well-Being pada siswa SMA Negeri 1 Krian. Maka dapat dikatakan bahwa seorang siswa yang memiliki optimisme dan resiliensi akademik yang tinggi, maka akan terpenuhi juga subjective well-being pada dirinya.
- Hasil penelitian hasil analisis data tentang Resiliensi Akademik dan Subjective Well-Being menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keduanya. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi Resiliensi Akademik, semakin tinggi pula tingkat Subjective Well-Being.
- Selain Optimisme, Resiliensi Akademik menjadi pula faktor yang dapat memengaruhi Subjective Well-Being pada siswa. Terutama siswa SMA, karena sering menghadapi berbagai tantangan dan tekanan yang dapat memengaruhi kesejahteraan mereka di lingkungan sekolah. Akibatnya, mereka mungkin akan lebih meningkatkan optimisme untuk mewujudkan subjective well-being. Seorang siswa yang optimis akan cenderung memiliki resiliensi akademik yang baik sehingga memiliki tingkat subjective well-being tinggi. Dengan demikian, seorang siswa akan merasa nyaman dan bahagia di sekolah.

Pembahasan

- Penelitian di SMA Negeri 1 Krian menunjukkan bahwa optimisme dan resiliensi akademik berhubungan erat dengan subjective well-being siswa. Siswa yang optimis cenderung memiliki resiliensi akademik yang baik, yang meningkatkan subjective well-being mereka. Kebahagiaan dan kenyamanan di sekolah berpengaruh signifikan pada optimisme dan resiliensi akademik siswa. Kesimpulannya, hubungan antara optimisme dan resiliensi akademik sangat mempengaruhi tingkat subjective well-being, membantu siswa menghadapi tekanan akademik dan masalah dengan lebih baik.

Temuan Penting Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan 38,3% pengaruh dari optimisme dan resiliensi akademik yang dapat mempengaruhi subjective well-being pada siswa SMA Negeri 1 Krian dan sisanya Tingkat Subjective Well-Being dapat dipengaruhi oleh variabel lain yang dimana variabel tersebut tidak diteliti pada penelitian ini.

38,3% ditunjukkan oleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,383

Manfaat Penelitian

- Bagi pihak sekolah dan guru, diharapkan lebih memperhatikan kenyamanan lingkungan sekolah dan kebahagiaan siswa saat kegiatan belajar mengajar, sehingga guru sebagai pendidik dapat mengetahui dan memahami seberapa penting subjective well-being pada seorang siswa.
- Bagi siswa, penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk mengetahui pentingnya subjective well-being pada bidang akademik.
- Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pemikiran untuk peneliti selanjutnya.

Referensi

- [1] Sukintaka, "Perbedaan Tingkat Stres Siswa yang Mengikuti Bimbingan Belajar dengan yang Tidak Mengikuti Bimbingan Belajar," Undergrad. Thesis, Univ. Muhammadiyah Gresik, pp. 16–40, 2018, [Online]. Available: <http://eprints.umg.ac.id/2919/>
- [2] S. N. Fadhillah, P. S. Psikologi, F. Psikologi, and U. M. Surakarta, "Hubungan antara kontrol diri dengan kesejahteraan subjektif pada remaja," 2021.
- [3] M. Saufi, A. Nur Budiono, and F. Mutakin, "Self Regulated dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa," J. Consulen. J. Bimbing. Konseling dan Psikol., vol. 5, no. 1, pp. 67–75, 2022, doi: 10.56013/jcbkp.v5i1.1244.
- [4] A. U. Pradana, "Pengaruh Perbandingan Sosial, Harga Diri Dan Rasa Syukur Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Di Komunitas Beauty Blogger Pekanbaru Tesis," pp. 1–127, 2021, [Online]. Available: <http://repository.uin-suska.ac.id/46152/2/GABUNGAN.pdf>
- [5] L. Dewi and N. Nasywa, "Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being," J. Psikol. Terap. dan Pendidik., vol. 1, no. 1, p. 54, 2019, doi: 10.26555/jptp.v1i1.15129.
- [6] Z. Karimah, Pengaruh Pemaafan Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Dewasa Awal Yang Memiliki Orang Tua Bercerai. 2021. [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/78556/>
- [7] N. Publikasi, "Rhesaroka Pramudita," 2014.
- [8] D. A. Puspitonegari and E. N. Nugrahawati, "Studi Deskriptif Mengenai Subjective Well-Being Remaja Low Vision di SLBN A Bandung," Pros. Psikol., pp. 89–93, 2021, [Online]. Available: <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25857>
- [9] C. N. Agusta and L. F. Hawadi, "Subjective Well-Being pada Siswa SMA selama Pandemi Covid-19: Peran Academic Hope sebagai Mediator," J. Psikol. J. Ilm. Fak. Psikol. Univ. Yudharta Pasuruan, vol. 10, no. 2, pp. 231–252, 2023, doi: 10.35891/jjp.v10i2.4292.
- [10] E. Meiranti and A. Sutoyo, "Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK di Semarang Utara," Indones. J. Couns. Dev., vol. 2, no. 2, pp. 119–130, 2021, doi: 10.32939/ijocd.v2i2.601.

Referensi

- [11] K. Nuzuliya, "Pengaruh Optimisme terhadap Resiliensi Akademik Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19 di SMAN 1 Trenggalek," p. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021, [Online].
Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/31081>
- [12] T. Macer, "Resiliensi," *Res. World*, vol. 2013, no. 42, pp. 30–35, 2013.
- [13] F. Farial and E. S. Handayani, "Efektifitas Pendekatan Psikoterapi Al-Quran dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Pasca Pandemi," *Bull. Couns. Psychother.*, vol. 4, no. 2, pp. 349–358, 2022, doi: 10.51214/bocp.v4i2.303.
- [14] T. Rachman, "Hubungan Antara Strategi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Kelas Sore Program Studi Teknik Informatika Dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Bekerja," *Angew. Chemie Int. Ed.* 6(11), 951–952., no. 2002, pp. 10–27, 2018.
- [15] R. Andalia, "Hubungan Self Esteem dengan Kesejahteraan Subjektif pada Siswa Di MAN 1 Aceh Barat," 2023, [Online]. Available: <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/32047/>
- [16] I. Larasati, "Hubungan antara Dukungan Sosial dan Optimisme dengan Subjective Well Being Pada Remaja Tuna Daksa di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta," Skripsi Fak. Kedokt. Univ. Sebel. Maret, 2017, [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/211764725.pdf>
- [17] Lusiawati, "MEMBANGUN OPTIMISME PADA SESEORANG DITINJAU DARI SUDUT Pandang Psikologi Komunikasi Ira," *Tedc*, vol. 10, no. 3, pp. 147–151, 2016.
- [18] F. Sari and A. Maryatmi, "Hubungan Antara Konsep Diri (Dimensi Internal) Dan Optimisme Dengan Subjective Well-Being Siswa SMA Marsudirini Bekasi," *Ikraith-Humaniora*, vol. 3, no. 1, pp. 23–29, 2019, [Online]. Available: <http://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/371>
- [19] R. Hamidi, "Hubungan Optimisme dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Menempuh Skripsi," *J. Psikol. Muhammadiyah Malang*, pp. 1–23, 2017, [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/43746/1/jiptumpp-gdl-reyzahamid-49779-1-skripsi-x.pdf>
- [20] N. A. S. Purnomo and R. A. Nawangsih, "Pengaruh optimisme dan resiliensi akademik untuk meningkatkan subjective wellbeing pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan daring," *J. Ilm. Psikomuda Connect.*, vol. 1, no. 2, pp. 1–21, 2021, [Online]. Available: <https://unimuda.e-journal.id/jurnalpsikologiunimuda/article/view/2000>

Referensi

- [21] A. Resta, K. A. Akhmad, and R. Gunaningrat, "Pengaruh Program Voucher Diskon dan Program Gratis Ongkos Kirim terhadap Minat Beli Ulang pada Aplikasi Shopee Food," *Al-Kharaj J. Ekon. Keuang. Bisnis Syariah*, vol. 6, no. 1, pp. 759–771, 2023, doi: 10.47467/alkharaj.v6i1.4878.
- [22] V. Yuliantika, "Pengaruh Aktivitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Sosiologi Kelas XI IPS MAN 2 Pontianak," *Artik. Penelit.*, vol. 5, no. 2, pp. 1–8, 2018.
- [23] W. Wahyudi, "Analisa Kepuasan Konsumen Terhadap Sistem Informasi Penjualan Tiket Konser Menggunakan Metode End User Computing Satisfaction (Eucs) Pada Website Motikdong.Com," *Akrab Juara J. Ilmu-ilmu Sos.*, vol. 7, no. 4, p. 73, 2022, doi: 10.58487/akrabjuara.v7i4.1989.
- [24] R. Aji and B. Prasetyo, "Persepsi Iklim Sekolah dan Kesejahteraan Subjektif Siswa di Sekolah Perception on School Climate and Student's Subjective Well-Being at School," *J. Psikol. Teor. dan Terap.*, vol. 8, no. 2, pp. 133–144, 2018.
- [25] Eni, "Penggunaan Konseling Kelompok Solution-focused brief therapy Untuk meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa SMA," *Angew. Chemie Int. Ed.* 6(11), 951–952., no. Mi, pp. 5–24, 1967.
- [26] K. A. Wijaya and W. D. Pratisti, "HUBUNGAN SELF ESTEEM DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN SUBJECTIVE WELL BEING MAHASISWA SOLO RAYA, no. 8.5.2017, pp. 2003–2005, 2022, [Online]. Available: <https://eprints.ums.ac.id/113074/1/Naskah publikasi.pdf>

