

# Gambaran Hardiness Pada Siswa SMPN 1 Sukodono Yang Menghadapi Kompetisi

Oleh:

Chita Sahrinita

Ghozali Rusyid Affandi

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

September, 2024

# Pendahuluan

- Komitmen terhadap pendidikan berperan penting dalam perkembangan sumber daya manusia.
- Pendidikan sebagai kegiatan terencana bertujuan mengembangkan keterampilan siswa untuk hidup bermasyarakat, serta membantu mereka menemukan minat dan bakat melalui kegiatan ekstrakurikuler.
- Kegiatan ekstrakurikuler, seperti olahraga dan paskibraka, dapat menjadi sarana pengembangan diri, tetapi juga menimbulkan tekanan bagi siswa, terutama bila sistem pelatihannya terlalu keras.

- Berdasarkan observasi dan wawancara terhadap siswa SMPN 1 Sukodono yang mengikuti ekstrakurikuler paskibraka, beberapa siswa mengalami stres akibat pelatihan yang menekan. Beberapa siswa bahkan memilih untuk tidak aktif atau mundur dari kegiatan tersebut, dan penurunan prestasi ekstrakurikuler terlihat dari sedikitnya penghargaan yang diperoleh.
- Hardiness didefinisikan sebagai karakteristik kepribadian yang membuat individu tetap bertahan dan kuat saat menghadapi situasi yang menimbulkan stres.
- Hardiness terdiri dari tiga aspek: komitmen (commitment), kontrol (control), dan tantangan (challenge).
- Individu dengan hardiness yang baik lebih mampu menghadapi tekanan, mengubah masalah menjadi peluang, serta memiliki ketahanan emosional.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran hardiness pada siswa SMPN 1 Sukodono saat menghadapi kompetisi, serta faktor-faktor dan aspek-aspek yang mempengaruhi kepribadian hardiness siswa tersebut.
- Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran hardiness pada siswa SMPN 1 Sukodono saat menghadapi kompetisi, serta faktor dan aspek yang mempengaruhi kepribadian hardiness siswa-siswa tersebut.

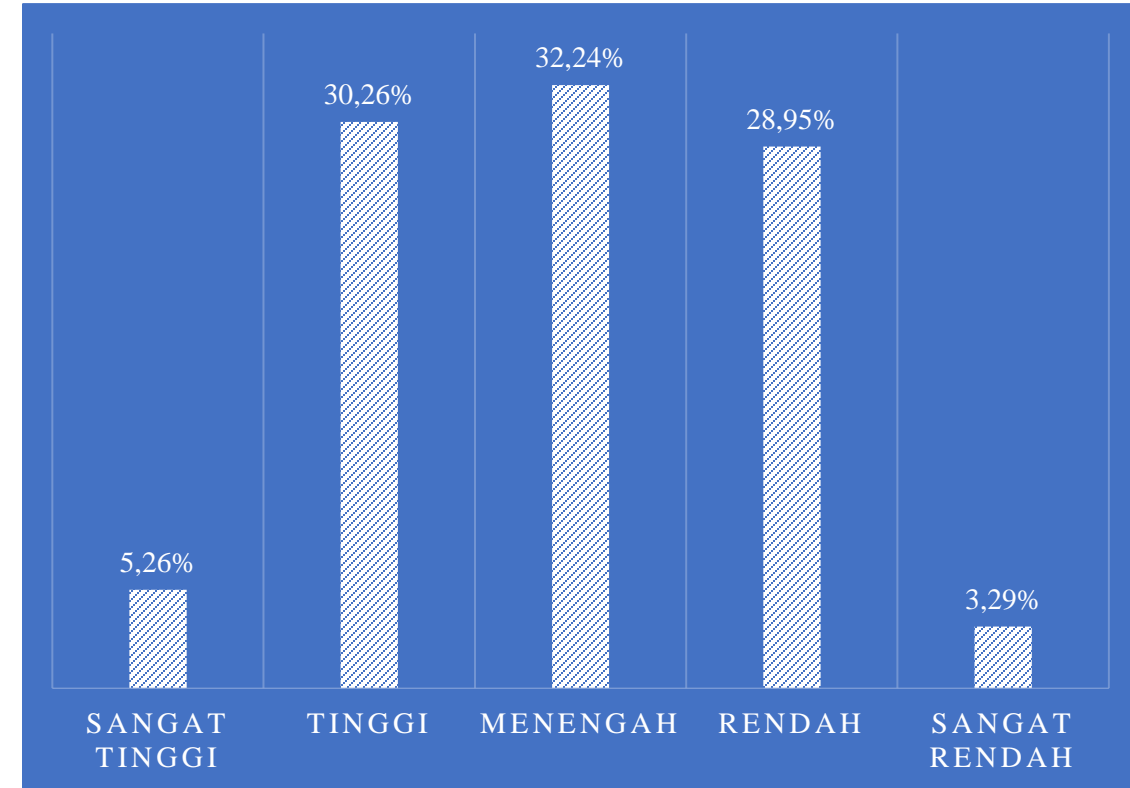
# Metode

- Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan kondisi dan situasi dari kelompok sampel dan populasi tertentu.
- Fokus penelitian adalah pada variabel hardiness.
- Populasi: Siswa SMPN 1 Sukodono yang mengikuti ekstrakurikuler Paskibra dan Pramuka, dengan total populasi sebanyak 249 siswa.
- Sampel: Sebanyak 135 siswa ditentukan sebagai sampel penelitian menggunakan tabel Krejcie Morgan dengan tingkat kesalahan 5%.
- Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah accidental sampling.

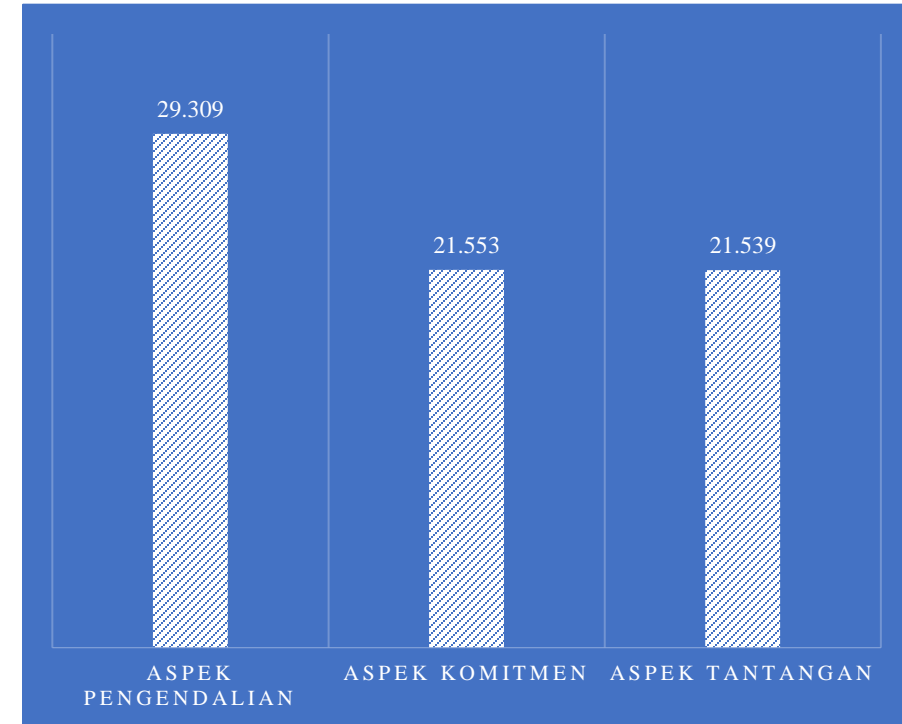
- Instrumen yang digunakan adalah skala hardiness yang disusun oleh Rosidah berdasarkan teori Kobasa, terdiri dari tiga aspek: komitmen, pengendalian, dan tantangan.
- Skala berbentuk Likert dengan 4 alternatif jawaban: Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, Sangat Setuju.
- Terdiri dari 26 item pernyataan yang mewakili aspek-aspek hardiness.
- Teknik analisis yang digunakan adalah descriptive analysis untuk menggambarkan tingkatan hardiness.
- Software yang digunakan dalam analisis adalah Microsoft Excel dan JASP.

# Hasil

Kategorisasi tingkatan hardiness pada sampel penelitian menggunakan metode empiric yang terbagi menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi (5,26%), tinggi (30,26%), menengah (32,24%), rendah (28,95%) dan sangat rendah (3,29%). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan masih ditemukan beberapa siswa yang memiliki tingkatan hardiness yang rendah.

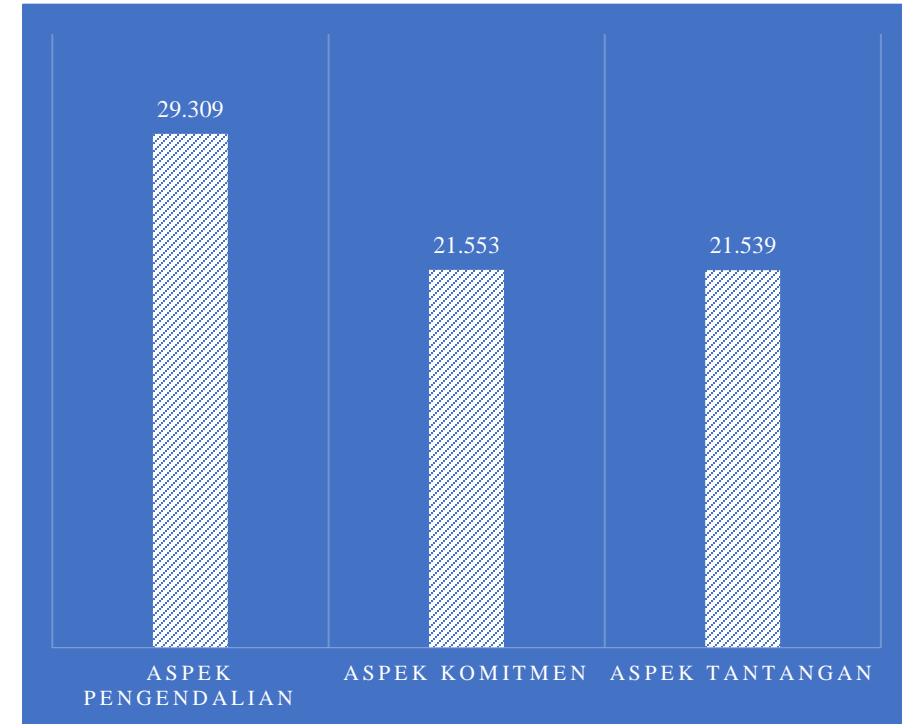


Selanjutnya, Berdasarkan aspek dari hardiness, maka ditemukan aspek pengendalian memiliki nilai mean yang paling tinggi (Mean=29,309) jika dibandingkan dengan aspek komitmen (Mean=21,553) dan aspek tantangan (Mean=21,539). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa aspek pengendalian memberikan kontribusi terbesar kepada total keseluruhan skor hardiness dari siswa yang berkompetisi.

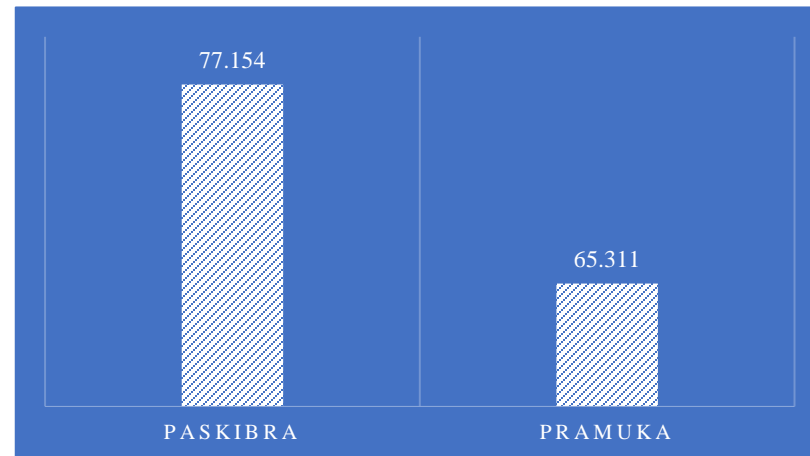
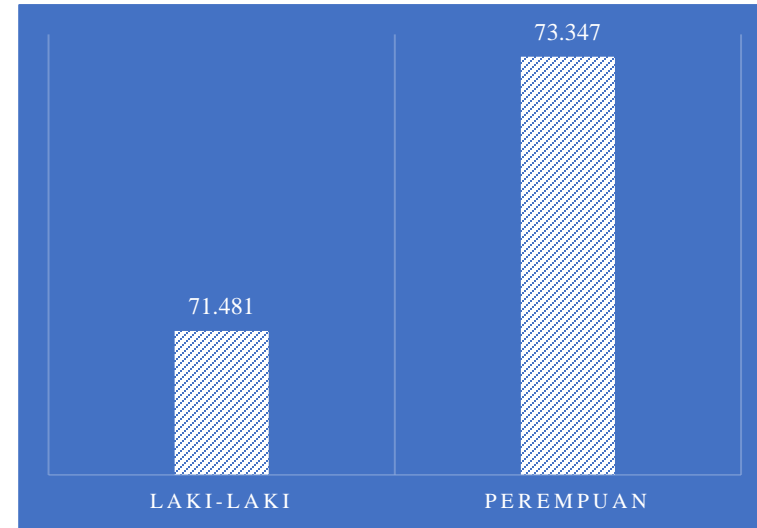
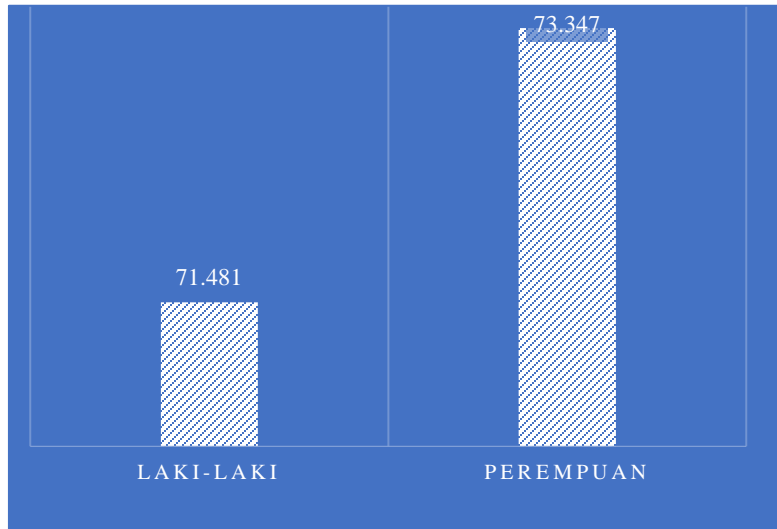




Selanjutnya, Berdasarkan aspek dari hardiness, maka ditemukan aspek pengendalian memiliki nilai mean yang paling tinggi (Mean=29,309) jika dibandingkan dengan aspek komitmen (Mean=21,553) dan aspek tantangan (Mean=21,539). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa aspek pengendalian memberikan kontribusi terbesar kepada total keseluruhan skor hardiness dari siswa yang berkompetisi.



# Hasil



# Pembahasan

- Siswa dengan hardiness rendah dan sangat rendah berjumlah 32,24%.
- Aspek pengendalian menyumbang nilai terbesar dalam skala hardiness siswa (Mean = 29,309).
- Pengendalian mencerminkan optimisme dalam menghadapi tantangan, dengan individu merasa mampu memengaruhi hasil meskipun tidak ada jaminan keberhasilan.
- Siswa perempuan memiliki kecenderungan hardiness lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki, bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya oleh Malkin et al dan Mohammad et al, yang menunjukkan siswa laki-laki memiliki hardiness lebih tinggi.
- Penelitian ini menekankan pentingnya mempelajari keterkaitan hardiness dengan jenis kelamin lebih lanjut.

# Pembahasan

- Usia 15 tahun mendapatkan nilai mean tertinggi (Mean = 76,75), menunjukkan hubungan antara bertambahnya usia dan meningkatnya hardiness.
- Usia dianggap sebagai faktor yang memengaruhi kemampuan seseorang merespons stres.
- Siswa yang mengikuti Paskibra memiliki hardiness lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Pramuka.
- Budaya dan lingkungan Paskibra yang lebih mendukung pertumbuhan hardiness dijadikan alasan.
- Mind-skills training ditemukan efektif meningkatkan hardiness (Antika et al).
- Life coaching juga dapat meningkatkan hardiness dan menurunkan stres (Green et al).
- Analisis hanya deskriptif, tidak melibatkan variabel lain yang memengaruhi hardiness.
- Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak variabel untuk memahami fenomena hardiness lebih mendalam.

# Temuan Penting Penelitian

- Tingkat hardiness siswa terbagi dalam lima kategori, dengan 32,24% siswa memiliki tingkat hardiness yang rendah.
- Aspek pengendalian memberikan kontribusi terbesar terhadap tingkat hardiness siswa.

# Manfaat Penelitian

- Penelitian ini memberikan rekomendasi untuk sekolah agar mengadakan pelatihan atau kegiatan yang dapat meningkatkan hardiness siswa.
- Secara teoritis, penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya terkait hardiness pada siswa.

# Referensi

- [1] D. M. Yani, S. Yuliatin, and Y. Amraeni, "Assesmen Psikologi Tes Minat Bakat Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Anggaberu," *J. Mandala Pengabd. Masy.*, vol. 3, no. 1 SE-Articles, pp. 8–14, Jun. 2022, doi: 10.35311/jmpm.v3i1.45.
- [2] A. H. Yusriyah and D. Retnasari, "Mengembangkan Bakat dan Minat Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler," *Pros. Tek. Tata Boga Busana FT UNY*, vol. 18, no. 1, pp. 2–5, 2023, [Online]. Available: <https://journal.uny.ac.id/index.php/ptbb/article/view/67940>
- [3] P. Hana Salsabila, D. Syaflita, and N. Indriani, "Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Wadah Pengembangan Bakat dan Minat Siswa," *J. Armada Pendidik.*, vol. 1, no. 1 SE-, pp. 6–11, Jan. 2023, doi: 10.60041/jap.v1i1.7.
- [4] O. Arifudin, "Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Membina Karakter Peserta Didik," *JIP - J. Ilm. Ilmu Pendidik.*, vol. 5, no. 3, pp. 829–837, 2022, doi: 10.54371/jiip.v5i3.492.
- [5] I. Magdalena, F. Ramadanti, and N. Rossatia, "Upaya Pengembangan Bakat Atau Kemampuan Siswa Sekolah Dasar Melalui Ekstrakurikuler," *J. Pendidik. dan Sains*, vol. 2, no. 2, pp. 230–243, 2020, [Online]. Available: <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang>

# Referensi

- [6] S. M. R. Khasanah and M. Mamnuah, "Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Perkembangan pada Remaja," *J. Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 4, no. 1 SE-Articles, pp. 107–116, Mar. 2021, doi: 10.32584/jikj.v4i1.726.
- [7] A. Lukman Prasetya, S. C. Merida, and R. Novianti, "Hardiness dan Stres Akademik Mahasiswa selama Pembelajaran Jarak Jauh Hardiness and Academic Stress of University Students During Distance Learning," *JoPS J. Psychol. Students*, vol. 1, no. 1, pp. 11–24, 2022, doi: 10.15575/jops.v1i1.16792.
- [8] D. Gustama, "Hubungan Hardiness dan Optimisme Dengan Stress Akademik Mahasiswa UIN Sumatera Utara Medan," *Khidmat*, vol. 2, no. 1 SE-Articles, pp. 28–39, May 2024, [Online]. Available: <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/khidmat/article/view/497>
- [9] M. W. Agustina and P. W. Putri Deastuti, "Hardiness Dan Stress Akademik Pada Mahasiswa Rantau ," *IDEA J. Psikol.*, vol. 7, no. 1 SE-Articles, pp. 34–45, Apr. 2023, doi: 10.32492/idea.v7i1.7104.
- [10] R. V. Zwagery, N. M. Leza, P. S. Psikologi, F. Kedokteran, and U. L. Mangkurat, "Hubungan Hardiness dengan Student Engagement Pada Siswa SMP Negeri 1 Banjarbaru," *J. Psikol. Media Ilm. Psikol.*, vol. 19, no. 2, 2021, [Online]. Available: <https://jpsikologi.esaunggul.ac.id/index.php/JPSI/article/view/134>



