

# Chita Sahrinita

*by* Psikologi Umsida

---

**Submission date:** 23-Aug-2024 06:58PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2436698854

**File name:** Artikel\_Skripsi\_Chita-2.docx (367.28K)

**Word count:** 3721

**Character count:** 24068

# *Hardiness Profile of Students at SMPN 1 Sukodono Facing Competitions*

## **Gambaran Hardiness Pada Siswa SMPN 1 Sukodono Yang Menghadapi Kompetisi**

Chita Sahrnita<sup>1), 2)</sup>

<sup>1)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi : sahrichita@gmail.com<sup>1)</sup> ghozali@umsida.ac.id<sup>2)</sup>

### **Abstract.**

*Hardiness is a psychological construct that is important for students who compete in order to endure the various pressures that arise when they participate in extracurricular activities and competitions. The purpose of this study is to describe the levels of hardiness in students who compete at SMPN 1 Sukodono. The population in this study consists of 249 students who participate in the extracurricular activities of Scouts and Flag Ceremony Officers. Using the Krejcie Morgan table, a total sample of 135 students was determined. The instrument used in this study is the Hardiness scale with a reliability score of 0.925. The analysis used in this study is descriptive analysis with the help of JASP and Microsoft Excel software. The descriptive analysis results with 5 categories show that the hardiness levels of the students are very high (5.26%), high (30.26%), medium (32.24%), low (28.95%), and very low (3.29%). Based on these results, it can be said that there are still some students who have low hardiness scores, and thus, these findings can be considered to enhance the hardiness levels of those students.*

**Keywords – Extracurricular, Hardiness, Middle School Students**

### **Abstrak.**

*Hardiness adalah konstruk psikologis yang penting bagi siswa yang berkompetisi untuk dapat berhadapan dengan beberapa tekanan yang muncul ketika siswa menjalani kegiatan ekstrakurikuler dan kompetisi tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan tingkatan hardiness pada siswa yang berkompetisi di SMPN 1 Sukodono. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Pramuka dan Paskibra sebanyak 249 siswa. Selanjutnya dengan menggunakan tabel krejcie morgan, maka ditentukan total sampel sebanyak 135 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala Hardiness dengan nilai reliabilitas sebesar 0,925. Analisis yang digunakan dalam penelitian adalah analisis deskriptif dengan bantuan software JASP dan Microsoft Excel. Hasil analisa deskriptif dengan 5 kategori menunjukkan tingkatan hardiness pada siswa adalah sangat tinggi (5,26%), tinggi (30,26%), menengah (32,24%), rendah (28,95%) dan sangat rendah (3,29%). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa masih ada beberapa siswa yang memiliki nilai kategorisasi hardiness yang rendah, sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan tingkatan hardiness pada siswa tersebut.*

**Kata kunci – Ekstrakurikuler, Hardiness, Siswa SMP**

## **I. PENDAHULUAN**

Komitmen Pendidikan adalah langkah awal dalam membentuk perkembangan sumber daya manusia. Pendidikan sendiri merupakan sebuah kegiatan terencana yang terdiri dari penciptaan suasana dan berjalannya proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan kapasitas dari siswa khususnya keterampilan yang dibutuhkan siswa untuk hidup bermasyarakat [1]. Sarana pendidikan yang memadai nantinya akan digunakan sebagai pemecah berbagai permasalahan sosial yang ada di masyarakat. Melalui pendidikan juga, siswa dapat mengenali minat dan bakat yang dia miliki melalui beberapa kegiatan sekolah berupa organisasi dan ekstrakurikuler, yang selanjutnya dapat menjadi wadah untuk mengembangkan diri dari siswa [2].

Sehubungan dengan minat bakat siswa, Kegiatan ekstrakuler merupakan salah satu cara yang efektif membentuk banyak prestasi dan sekaligus pula mengembangkan kemampuan dan minat bakat dari siswa [3]. Pengertian ekstrakurikuler sendiri menurut kamus besar bahasa Indonesia sebagaimana dikutip yaitu suatu kegiatan yang berada di luar program tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa [4]. Kegiatan ekstrakurikuler sendiri adalah program kegiatan yang bertujuan untuk membantu mengembangkan potensi sumber daya manusia (SDM) yang dimiliki oleh peserta didik dalam berbagai bidang seperti ilmu pengetahuan, seni, olahraga, atau potensi-potensi dibidang yang lain. Contohnya kegiatan

ekstrakurikuler yang dilaksanakan pada sekolah adalah kegiatan pramuka, hadroh, futsal, karate, tari tradisional, MTQ, dan kegiatan-kegiatan lainnya sesuai dengan visi dan kebijakan dari sekolah tersebut [5].

Adapun dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler tersebut beberapa pembina dan pelatih menerapkan sistem pelatihan, dan tidak jarang memberikan bentuk pelatihan yang menekan dan menimbulkan tekanan yang dirasakan siswa pada beberapa ekstrakurikuler seperti olahraga dan paskibraka. Fenomena tersebut juga peneliti temukan pada siswa SMPN 1 Sukodono yang mengikuti kegiatan paskibraka. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti dan juga wawancara yang dilakukan kepada beberapa anggota dari ekstrakurikuler paskibraka tersebut, beberapa anggota mengatakan bahwa pelatihan yang dilakukan oleh instruktur cukup memberikan perasaan stress, serta ada beberapa anggota baru yang tidak dapat beradaptasi kepada gaya pelatihan sehingga memutuskan untuk kurang aktif dalam kegiatan atau mundur sebagai anggota dari paskibraka. Hal ini juga didukung dengan menurunnya performa dari ekstrakurikuler paskibraka SMPN 1 Sukodono yang ditandai dengan sedikitnya piala dan medali yang diraih oleh siswa-siswi SMPN 1 Sukodono dalam beberapa tahun terakhir.

Tentunya hal ini akan menimbulkan gejala dan tekanan jika siswa tidak memiliki bekal atau kesiapan untuk menghadapi kondisi menekan tersebut. Hal ini juga akan berkaitan dengan siswa yang berada pada fase remaja dimana fase remaja identik dengan kondisi emosional yang tidak menentu, sering mengalami krisis identitas, sensitive, agresif, dan gegabah [6]. Sehingga diperlukan beberapa faktor yang dapat membantu siswa untuk dapat menghadapi situasi menekan dalam kegiatan ekstrakurikuler tersebut baik secara internal dan eksternal. Faktor Internal seperti kepribadian dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi stress pada siswa [7].

Hardiness merupakan salah satu kepribadian yang dapat menjadi faktor ketahanan stress. Hardiness sendiri dapat didefinisikan sebagai karakteristik seseorang untuk tetap bertahan, kuat, dan menstabilkan diri ketika dihadapkan kepada beberapa situasi yang menimbulkan stress [8]. Muslimin (2020) mengatakan bahwa hardiness dapat diartikan sebagai sifat kepribadian yang kuat atau tangguh dari seorang individu yang dapat membantu individu tersebut menghadapi keadaan yang tidak nyaman dengan mengubah masa yang mereka hadapi menjadi peluang yang baik untuk tumbuh dan berkembang [9]. Kobasa menjelaskan bahwa hardiness adalah serangkaian karakteristik kepribadian yang dapat menjadi sumber pertahanan dan bentuk adaptasi kepada situasi menekan di sekolah [10].

Lebih lanjut Kobasa menjelaskan bahwa kepribadian hardiness dipengaruhi oleh tiga aspek, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Aspek Komitmen dapat didefinisikan sebagai untuk tetap mengikutkan diri dalam situasi terlepas dari tekanan yang dirasakan. Aspek kontrol dapat didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk mempercayai bahwa dia memiliki kendali dan dapat mempengaruhi beberapa situasi yang ada dalam hidupnya. Sedangkan aspek tantangan merupakan aspek dimana individu terbuka dengan tantangan dan menganggap bahwa beberapa perubahan dalam hidup merupakan hal yang umum terjadi [11]. Garnezy mengidentifikasi tiga hal yang menjadi faktor perkembangan kepribadian hardiness (Bissonette, 1998), yaitu disposisional, karakteristik keluarga, dan dukungan eksternal. Maka dari itu, individu yang memiliki karakteristik hardiness akan lebih kuat dan tahan banting ketika menghadapi suatu masalah atau tekanan, sehingga mereka akan lebih sukar mengalami stres.

Seorang siswa yang memiliki kepribadian Hardiness yang baik, akan lebih mudah dalam menghadapi tantangan dan tekanan yang akan mereka terima pada setiap kompetisi. Siswa tersebut akan mampu mengelola segala tekanan yang ia dapat menjadi sebuah semangat untuk terus berusaha dan berlatih dengan giat agar bisa memperoleh kemenangan pada suatu kompetisi. Hardiness juga dapat memberikan peranan penting bagaimana siswa menghadapi beberapa tekanan yang dia alami, terutama dalam konteks kompetisi dimana individu akan menjadi lebih stabil, kuat, memiliki ketahanan yang baik, serta menumbuhkan sikap optimisme [12]. Hardiness juga dapat membantu siswa yang berkompetisi untuk melihat tekanan dan permasalahan sebagai sebuah tantangan yang harus diselesaikan sebagai tuntas sebagai salah satu proses untuk mengembangkan diri [13]. Sebaliknya, individu yang memiliki hardiness rendah akan cenderung menganggap tantangan sebagai sebuah beban dan cenderung lari dari masalah tersebut. Artinya siswa dengan kepribadian hardiness yang tinggi akan memahami tugas dan kewajibannya dengan baik, sedangkan siswa dengan kepribadian hardiness rendah akan lebih cepat menyerah pada suatu tugas dan kewajiban, dan menganggap suatu tantangan hanya sebagai penghambat bagi dirinya.

Beberapa penelitian terdahulu telah mencoba untuk menggambarkan *hardiness* pada beberapa kelompok populasi seperti penelitian yang dilakukan oleh Maeshade et al [14] yang meneliti gambaran *hardiness* pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Keke [15] untuk menggambarkan tingkatan *hardiness* pada mahasiswa yang berwirausaha. Berdasarkan pencarian literatur yang dilakukan oleh peneliti maka peneliti menyimpulkan bahwa masih jarang ditemukan penelitian yang bersifat deskriptif dengan tujuan untuk menggambarkan tingkatan *hardiness* pada siswa yang berkompetisi dalam ekstrakurikuler. Hal ini dapat menjadi nilai kebaruan dari penelitian ini untuk menyumbang kajian *hardiness* pada konteks siswa yang mengikuti kompetensi

Berdasarkan pemaparan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan adalah bagaimana gambaran *hardiness* pada siswa SMPN 1 Sukodono pada saat menghadapi kompetisi, dan faktor serta aspek apa saja yang

mempengaruhi kepribadian hardiness pada siswa-siswa di SMPN 1 Sukodono. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran hardiness pada siswa SMPN 1 Sukodono pada saat menghadapi kompetisi, dan faktor serta aspek apa saja yang mempengaruhi kepribadian hardiness pada siswa-siswa di SMPN 1 Sukodono.

## 9 II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan kondisi dan situasi dari sebuah kelompok sampel dan populasi tertentu. Fokus dalam penelitian ini adalah variabel *hardiness* dengan populasi yang ada dalam penelitian ini adalah Siswa SMPN 1 Sukodono yang mengikuti ekstrakurikuler Paskibra, Pramuka sebanyak 249 siswa. Adapun total sampel yang ditentukan sebanyak 135 siswa yang ditentukan dengan menggunakan tabel *krejcie morgan* dengan taraf kesajalah 5% dan selanjutnya akan dikumpulkan dengan teknik sampling *accidental sampling*.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *hardiness* yang disusun oleh Rosidah [16] yang merujuk pada teori *hardiness* oleh Kobasa yang terdiri dari 3 aspek yaitu komitmen, pengendalian, dan tantangan. Skala ini berbentuk skala likert dengan 4 alternatif jawaban yang terdiri atas *Sangat Tidak Setuju*, *Tidak Setuju*, *Setuju*, dan *Sangat Setuju*. Skala ini terdiri dari 26 aitem pernyataan yang mewakili aspek-aspek hardiness.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *descriptive analysis* untuk menggambarkan tingkatan hardiness pada populasi penelitian. Adapun *software* yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah program *microsoft excel* serta *JASP*.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Data Demografi

Tabel 1 Data Demografi Sampel Penelitian

Data Demografi	N	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	77	50,66%
Perempuan	75	49,34%
Usia		
12 Tahun	50	32,89%
13 Tahun	65	42,76%
14 Tahun	33	21,71%
15 Tahun	4	2,63%
Ekstrakuriler		
Paskibra	91	59,87%
Pramuka	61	40,13%
Total	152	100%

Datas sampel penelitian yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti sebanyak 152 sampel penelitian. Selanjutnya sampel penelitian terbagi berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki (50,66%) dan perempuan (49,34%). Selanjutnya berdasarkan usia yaitu siswa yang berusia 12 tahun (32,89%), 13 tahun (42,76%), 14 tahun (21,71%) dan siswa yang berada pada usia 15 tahun (2,63%). Selanjutnya sampel di bagi berdasarkan ekstrakuriler yang diikuti yaitu Paskibra (59,87%) dan pramuka (40,13%). Hasil dari jumlah dan persentase sampel penelitian disajikan dalam tabel 1.

## Kategorisasi Empirik

Tabel 2 Kategorisasi Sampel Penelitian

Kategori	Rentangan	N	Persentase
Sangat Tinggi	>84	8	5,26%
Tinggi	84-76	46	30,26%
Menengah	75-68	49	32,24%
Rendah	67-61	44	28,95%
Sangat Rendah	<61	5	3,29%
Total		152	100,00%

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.

Grafik 1 Kategorisasi Empirik Hardiness Siswa

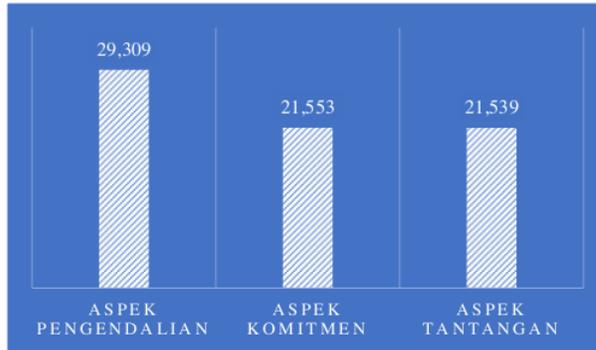


## Nilai Mean Berdasarkan Aspek Hardiness

	Aspek Pengendalian	Aspek Komitmen	Aspek Tantangan
Valid	152	152	152
Missing	0	0	0
Mean	29.309	21.553	21.539
Std. Deviation	3.774	2.800	2.764
Minimum	21.000	14.000	14.000
Maximum	39.000	30.000	31.000

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.

Grafik 2 Nilai Mean Aspek



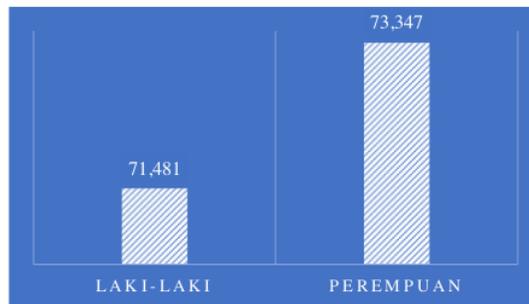
**Perbedaan Mean Berdasarkan Jenis Kelamin**

Tabel 3 Analisis Deskriptif Berdasarkan Jenis Kelamin

	Hardiness	
	Laki-laki	Perempuan
Valid	77	75
Missing	0	0
Mean	71.481	73.347
Std. Deviation	8.460	7.072
Minimum	56.000	52.000
Maximum	93.000	87.000

Selanjutnya berdasarkan perbedaan nilai *mean* yang didapatkan sampel laki-laki dan perempuan maka dapat ditentukan bahwa siswa perempuan (*Mean*=73,347) memiliki nilai *mean hardiness* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan nilai *mean* yang ada pada siswa laki laki (*Mean*=71,487). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa siswa perempuan memiliki *hardiness* yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa perempuan.

Grafik 2 Nilai Mean Berdasarkan Jenis Kelamin



### Perbedaan Mean Berdasarkan Usia

Tabel 4 Analisis Deskriptif Berdasarkan Usia

	Hardiness			
	12	13	14	15
Valid	50	65	33	4
Missing	0	0	0	0
Mean	73.060	73.938	67.848	76.750
Std. Deviation	6.953	7.750	8.086	3.304
Minimum	60.000	61.000	52.000	73.000
Maximum	93.000	87.000	89.000	81.000

Selanjutnya berdasarkan usia dari siswa, maka ditemukan siswa yang berusia 15 tahun memiliki tingkatan nilai mean tertinggi ( $Mean=76,75$ ) jika dibandingkan dengan siswa yang berusia 12 tahun ( $Mean=73,06$ ), 13 tahun ( $Mean=73,938$ ), dan yang berusia 14 tahun ( $Mean=67,848$ ). Hal ini mengimplikasikan bahwa bertambahnya usia dan pengalaman dapat berpengaruh kepada tingkatan *hardiness* dari siswa yang berkompetisi.

Grafik 3 Nilai Mean Berdasarkan Usia



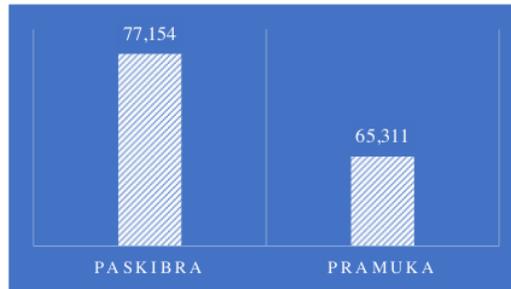
### Perbedaan Mean Berdasarkan Ekstrakuriler

Tabel 5 Analisa Deskriptif Berdasarkan Ekstrakuriler

	Hardiness	
	Paskibra	Pramuka
Valid	91	61
Missing	0	0
Mean	77.154	65.311
Std. Deviation	5.940	4.031
Minimum	64.000	52.000
Maximum	93.000	75.000

Selanjutnya, berdasarkan nilai *mean*, maka dapat ditentukan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler paskibra memiliki nilai *mean* yang lebih tinggi ( $Mean=77,154$ ), jika dibandingkan dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka ( $Mean=65,311$ ). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa nilai siswa yang mengikuti paskibra memiliki *hardiness* yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa pramuka.

Grafik 1 Nilai Mean Berdasarkan Ekstrakurikuler



## Pembahasan

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkatan *hardiness* pada siswa yang menghadapi kompetisi memiliki kategorisasi yaitu sangat tinggi dengan persentase sebesar 5,26%, tinggi dengan persentase sebesar 30,26%, menengah dengan persentase sebesar 32,24%, rendah dengan persentase sebesar 28,95% dan sangat rendah dengan persentase sebesar 3,29%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa beberapa siswa memiliki tingkatan *hardiness* yang rendah dan sangat rendah sebanyak 32,24%. Adapun selanjutnya ditemukan aspek pengendalian memberikan sumbangan terbesar kepada total keseluruhan dari siswa ( $Mean=29,309$ ). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan beberapa siswa masih memiliki *hardiness* yang rendah jika dibandingkan dengan teman sebayanya sehingga hal ini dapat menjadi pertimbangan bagi sekolah ataupun kegiatan ekstra agar dapat meningkatkan *hardiness* dari siswa tersebut.

Aspek Pengendalian berbicara mengenai perasaan dimana ketika menghadapi tantangan, individu merasa memiliki kendali untuk menghadapi tantangan tersebut, meskipun kendali tersebut tidaklah absolut ataupun dapat menjamin adanya keberhasilan melewati tantangan tersebut [17]. Maka dapat dikatakan bahwa sampel penelitian memiliki perspektif yang baik terhadap tantangan yang dihadapi. Tingginya aspek pengendalian menandakan bahwa subjek memiliki tingkat optimisme yang tinggi, sebagaimana Serdiuk et al yang menerangkan bahwa individu secara aktif akan mencari cara untuk mempengaruhi hasil dari tantangan yang dihadapi, sekaligus untuk menghindari perasaan putus asa dan sikap yang pasif [18].

Selanjutnya ditemukan pula bahwa siswa Perempuan memiliki kecenderungan *hardiness* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan siswa laki-laki. Hasil penelitian ini bertolak dengan hasil dari beberapa penelitian terdahulu seperti penelitian yang dilakukan oleh Malkin et al [19] yang menemukan bahwa siswa laki-laki memiliki kecenderungan tingkat *hardiness* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan siswa perempuan. Hasil dimana siswa laki-laki menunjukkan tingkat *hardiness* yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Perempuan adalah penelitian yang dilakukan oleh Mohammad et al yang menjelaskan bahwa siswa laki-laki memiliki *psychological hardiness* yang lebih baik dibandingkan siswa perempuan [20]. Penjelasan yang dapat diberikan peneliti diantaranya adalah lingkungan dan budaya yang berbeda, siswa perempuan memiliki *hardiness* yang baik. Adapun hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk meneliti secara lebih lanjut bagaimanakah keterkaitan *hardiness* jika ditinjau dari jenis kelamin.

Berdasarkan usia maka ditemukan bahwa usia tertinggi 15 tahun mendapatkan nilai mean tertinggi ( $Mean=76,75$ ), hal ini mengindikasikan bahwa dengan bertambahnya usia maka *hardiness* seseorang akan semakin tinggi. Mohzana et al [21] menerangkan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang merespon *stress* dari hasil pekerjaan yang dilakukan orang tersebut, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara usia dan *hardiness*. Pernyataan tersebut juga dapat menjelaskan hasil dari penelitian ini, dimana dapat dikatakan bahwa bertambahnya usia memberikan pengalaman yang lebih kepada siswa untuk membangun mental dan *hardiness* yang dia miliki.

Selanjutnya berdasarkan nilai *mean*, maka ditemukan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler paskibra memiliki tingkat *hardiness* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pramuka. Penjelasan yang dapat diajukan oleh peneliti adalah adanya perbedaan dari budaya dan lingkungan didalam kegiatan ekstrakurikuler tersebut, dimana kegiatan paskibra memiliki budaya dan lingkungan yang dapat menumbuhkan *hardiness* pada siswa tersebut. Hal ini juga sesuai dengan pernyataan Hafeez et al yang menjelaskan lingkungan yang positif dapat menjadi faktor yang dominan dalam membentuk motivasi, produktivitas, dan performa dari individu tersebut [22], sehingga dapat dikatakan akan tumbuh *hardiness* yang baik ketika lingkungan yang ditempati oleh individu tersebut mendukung bertumbuh dan berkembangnya *hardiness* tersebut.

Terdapat beberapa pelatihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *hardiness* yang rendah pada siswa. Antika et al [23] dalam penelitiannya menemukan bahwa *mind-skills training* dapat menjadi pelatihan yang

efektif untuk meningkatkan *hardiness* pada siswa. Selanjutnya pelatihan *life coaching* dalam penelitian Green et al [24] juga ditemukan dapat meningkatkan *hardiness* dan sekaligus pula menurunkan tingkat stress pada siswa tersebut.

Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya adalah analisis yang terbatas hanya pada analisa deskriptif untuk menggambarkan keadaan populasi. Adapun pada penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan variabel lain yang dapat mempengaruhi *hardiness* sehingga dapat dilakukan pemahaman terkait fenomena *hardiness* pada siswa yang berkompetisi di ekstrakurikuler secara lebih mendalam.

#### IV. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tingkat *hardiness* dari siswa SMPN 1 yang berkompetisi terbagi kedalam 5 kategori, dimana masih ditemukan beberapa siswa yang memiliki *hardiness* yang rendah jika dibandingkan dengan teman sebayanya sebanyak 32,24%. Aspek yang memberikan kontribusi tertinggi pada tingkat *hardiness* siswa adalah aspek pengendalian. Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah untuk melakukan tindak lanjut untuk meningkatkan *hardiness* pada siswa dengan memberikan beberapa pelatihan atau kegiatan tertentu yang dapat meningkatkan *hardiness* siswa. Secara teoritis, siswa penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait *hardiness* pada siswa.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada SMPN 1 Negeri Sukodono yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di lingkungan sekolah. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang telah bersedia untuk menjadi bagian dari penelitian ini.

#### REFERENSI

- [1] D. M. Yani, S. Yuliatin, and Y. Amraeni, "Assesmen Psikologi Tes Minat Bakat Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Anggaberri," *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," *JIIP - 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>
- [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 I. Astuti, "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>
- [11] H. Al-farisi and A. M. Ashshiddiqi, "Relationship Between Effectiveness of Teleworking and Job Performance on Online Shop Employees," *Psikologia J. Psikol.*, vol. 9, no. 1, pp. 13–31, 2024, doi: 10.21070/psikologia.v1i1.1812.
- [12] Annisa Kurnia Putri, Ifani Candra, and K. Snova Nastasia, "Peranan Hardiness Terhadap Stress Akademik pada Siswa Kelas XI," *Psyche 165 J.*, vol. 16, no. 2, pp. 87–92, 2023, doi: 10.35134/jpsy165.v16i2.237.
- [13] A. Anggara and H. Laksmiwati, "Hubungan antara Hardiness dengan Stress pada Atlet Pelajar Beladiri Kota Blitar," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 9, no. 5 SE-Articles, Jun. 2022, doi: 10.26740/cjpp.v9i5.47487.
- [14] S. Maeshade, R. Armalita, and T. Rahayuningsih, "Gambaran Hardiness Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang (UNP) Yang Bekerja Part Time," *Innov. J. Soc. Sci. Res.*, vol. 3, no. 2 SE-Articles, pp. 9156–9166, Jun. 2023, doi: 10.31004/innovative.v3i2.1488.
- [15] Keke Herliany, "Hardiness Pada Mahasiswa Yang Berwirausaha," *J. Creat. Student Res.*, vol. 1, no. 2 SE-Articles, pp. 240–264, Apr. 2023, doi: 10.55606/jcsrpolitama.v1i2.1481.
- [16] I. Rosidah, "Pengaruh hardiness terhadap stress akademik siswa di SMP Islam Al Fattah Pule Kabupaten Nganjuk," Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/61122/3/19410042.pdf>
- [17] N. V. Kalinina, A. V. Solovyova, T. A. Popova, I. D. Levina, L. N. Gorbunova, and S. B. Ignatov, "A phenomenon of hardiness as an integral feature of teacher potential," *Cypriot J. Educ. Sci.*, vol. 15, no. 5, pp. 1354–1367, 2020, doi: 10.18844/CJES.V15I5.5175.
- [18] K. Serdiuk, Liudmyla Ivan Danyliuk, Olena Chykhantsova, "Psychological factors of secondary school graduates' hardiness," *Inst. Psychol.*, 2024, [Online]. Available: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/720351/>
- [19] V. Malkin, L. Rogaleva, A. Kim, and N. Khon, "The hardiness of adolescents in various social groups," *Front. Psychol.*, vol. 10, no. OCT, pp. 1–7, 2019, doi: 10.3389/fpsyg.2019.02427.
- [20] S. H. Mohammad, S. B. Bakkar, M. A.-H. Maher, and S. M. A. R. Yousuf, "Relationship between psychological hardiness and career decision-making self-efficacy among eleventh grade students in Sultanate of Oman," *Int. J. Psychol. Couns.*, vol. 11, no. 2, pp. 6–14, 2019, doi: 10.5897/ijpc2018.0556.
- [21] M. Mohzana, M. R. Tawil, B. P. Sakti, A. Ramli, and F. M. Lubis, "The Influence of Workload, Demographic Factors and Hardiness on Teachers' Work Stress," *J. Educ.*, vol. 5, no. 4, pp. 15631–15636, 2023, doi: 10.31004/JOE.V5I4.2672.
- [22] I. Hafeez, Z. Yingjun, S. Hafeez, R. Mansoor, and K. U. Rehman, "Impact of Workplace Environment on Employee Performance: Mediating Role of Employee Health," *Business, Manag. Educ.*, vol. 17, no. 2, pp. 173–193, 2019, doi: 10.3846/bme.2019.10379.
- [23] E. R. Antika, M. Mulawarman, and Z. Mawadah, "Applying Mind-Skills Training to Improve Academic Hardiness on Guidance and Counseling Students with Academic Burnout BT - Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)," in *Atlantis Press*, Atlantis Press, 2020, pp. 89–92. doi: 10.2991/assehr.k.200814.020.

- [24] S. Green, A. M. Grant, and J. Rynsaardt, "Evidence-Based Life Coaching for Senior High School Students," in *Coaching Researched*, 2020, pp. 257–268. doi: <https://doi.org/10.1002/9781119656913.ch13>.

# Chita Sahrinita

## ORIGINALITY REPORT

14%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://archive.umsida.ac.id">archive.umsida.ac.id</a> Internet Source	2%
2	<a href="http://ijemd.umsida.ac.id">ijemd.umsida.ac.id</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://edulearn.intelektual.org">edulearn.intelektual.org</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://eelet.org.uk">eelet.org.uk</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://ejournal.undar.or.id">ejournal.undar.or.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://www.spu.edu.iq">www.spu.edu.iq</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://journal.ppnijateng.org">journal.ppnijateng.org</a> Internet Source	1%
9	<a href="http://jurnal.stkippersada.ac.id">jurnal.stkippersada.ac.id</a> Internet Source	1%

10	<a href="http://ojs.jurnalbk.com">ojs.jurnalbk.com</a> Internet Source	1 %
11	<a href="http://repository.ar-raniry.ac.id">repository.ar-raniry.ac.id</a> Internet Source	1 %
12	<a href="http://repository.uhn.ac.id">repository.uhn.ac.id</a> Internet Source	1 %
13	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	1 %
14	<a href="http://etheses.uin-malang.ac.id">etheses.uin-malang.ac.id</a> Internet Source	1 %
15	<a href="http://ijere.iaescore.com">ijere.iaescore.com</a> Internet Source	1 %
16	<a href="http://journal.unibos.ac.id">journal.unibos.ac.id</a> Internet Source	1 %
17	<a href="http://murhum.ppjpaud.org">murhum.ppjpaud.org</a> Internet Source	1 %
18	<a href="http://un-pub.eu">un-pub.eu</a> Internet Source	1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography Off