

Pengaruh Kepribadian Hardiness dengan Optimisme Masa Depan pada Siswa MAN 2 Wonosobo

Akhmad Zahid^{1*}), Eni Rindi Antika²

¹²Universitas Negeri Semarang

*Corresponding author, e-mail: zahidakhmad10@students.unnes.ac.id

Received Juli 05, 2022;

Revised Juli 20, 2022;

Accepted Agustus, 2022;

Published Online Agustus, 2022

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
©2017 by author

Abstract: *The purpose of this study was to determine the effect of hardiness personality on future optimism in MAN 2 Wonosobo students. This research uses quantitative research with ex post facto design. The population in this study were students of class XII at MAN 2 Wonosobo, amounting to 421 students. The sample of this study amounted to 201 students who were taken using simple random sampling technique. Data were collected using the personality hardiness scale and future optimism scale. Hardiness personality scale consists of 33 items with a range of validity coefficient values of 0.407 to 0.763 and reliability of 0.947 so that it can be said to be valid and reliable. Furthermore, there are 21 future optimism scales which have a validity coefficient range of 0.303 to 0.824 and a reliability of 0.913 so that it can be said to be valid and reliable. This study uses two data analysis techniques, namely descriptive analysis and simple linear regression analysis. Hardiness personality is in the moderate category (M=102,37; SD=7.33). Future optimism is in the high category (M=75.51; SD=9.05). The results of a simple linear regression test can be obtained, namely = -0.054, R² 0.002, p > 0.05 which indicates that hardiness personality has no significant effect on future optimism in MAN 2 Wonosobo students. Hardiness personality only contributes 2% to the future optimism of MAN 2 Wonosobo students. For further researchers, it is recommended to conduct research using different methods that can aim to reveal the causality relationship of hardiness personality to future optimism. As a development, research can use other variables that can affect future optimism in students or can reveal differences in the relationship between hardiness personality and future optimism when viewed from gender, class, and so on.*

Keywords: *Hardiness Personality, future optimism*

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *ex post facto*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XII di MAN 2 Wonosobo yang berjumlah 421 siswa. Sampel penelitian ini berjumlah 201 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala kepribadian *hardiness* dan skala optimisme masa depan. Skala kepribadian *hardiness* berjumlah 33 item memiliki rentang nilai koefisien validitas 0,407 hingga 0,763 dan reliabilitas 0,947 sehingga dapat dikatakan valid dan reliabel. Selanjutnya Skala optimisme masa depan berjumlah 21 item memiliki rentang nilai koefisien validitas 0,303 hingga 0,824 dan reliabilitas 0,913 sehingga dapat dikatakan valid dan reliabel. Penelitian ini menggunakan dua teknik analisis data yaitu analisis deskriptif dan analisis regresi linear sederhana. Kepribadian *hardiness* berada pada kategori sedang

(M=102,37; SD=7,33). Optimisme masa depan berada pada kategori tinggi (M=75,51; SD=9,05). Hasil uji regresi linear sederhana dapat diperoleh hasil yaitu $\beta = -0,054$, $R^2 = 0,002$, $p > 0,05$ yang menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo. Kepribadian *hardiness* hanya memberikan kontribusi sebesar 2% terhadap optimisme masa depan siswa MAN 2 Wonosobo. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan metode yang berbeda yang dapat bertujuan untuk mengungkapkan hubungan kausalitas kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan. Sebagai pengembangan dalam penelitian dapat menggunakan variabel lain yang dapat mempengaruhi optimisme masa depan pada siswa atau dapat mengungkapkan perbedaan hubungan antara kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan apabila ditinjau dari jenis kelamin, kelas, dan lain sebagainya.

Kata kunci: Kepribadian *Hardiness*, Optimisme masa depan.

How to Cite: Akhmad Zahid^{1*)}, Eni Rindi Antika². 2022. Pengaruh Kepribadian *Hardiness* dengan Optimisme Masa Depan pada Siswa MAN 2 Wonosobo. JBK, 7 (2): pp. 00-00, https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk

Pendahuluan

Setiap individu mempunyai harapan untuk sukses di masa depannya, tidak terkecuali pada individu yang sedang duduk di bangku Madrasah Aliyah (MA), yang notabene masih masuk ke dalam masa remaja. Hurlock (2011) menjelaskan bahwa seseorang dikatakan remaja jika usianya antara 12-21 tahun tergantung pada rentang usia yang ditetapkannya. Kemampuan remaja untuk bertindak dan berbuat secara dewasa harus melalui berbagai tugas perkembangan sesuai dengan jenjang usianya. Salah satu tugas perkembangan remaja yaitu untuk mempersiapkan tugas kehidupan di masa mendatang. Melalui pendidikan yang sudah diterimanya di bangku MA, harapannya individu dapat melanjutkan pendidikan di jenjang yang lebih tinggi yaitu melanjutkan ke perguruan tinggi yang nantinya dapat memberikan pengetahuan-pengetahuan akan kesuksesan di masa yang akan datang.

Sejumlah penelitian membuktikan bahwa, individu yang sukses pada masa depan adalah mereka yang sudah menyiapkan masa depan sejak dini secara matang termasuk pada masa MA. Pencapaian yang diperoleh setiap individu adalah konsekuensi dari pengaturan yang dimilikinya untuk tujuan hidupnya di masa depan. Rencana masa depan dapat membuat hidup seseorang jauh lebih terarah dan fokus pada tujuan yang diinginkannya. Untuk itu, dalam pencapaian masa depan siswa maka dibutuhkan sikap optimisme yang tinggi untuk mendorong tercapainya masa depan yang diinginkan. Nurtjahjanti & Ratnaningsih (2011) menjelaskan optimisme masa depan merupakan kecenderungan untuk memandang segala sesuatu dari segi dan kondisi yang baik, serta mengharapkan hasil yang paling memuaskan. Optimisme menjadi sesuatu hal yang penting karena hal tersebut dapat memberikan harapan positif dalam diri individu untuk mencapai kesuksesan di masa depan.

Seligman (1991) sebagai salah satu pelopor konsep optimisme menjelaskan bahwa optimisme merupakan keyakinan yang dimiliki oleh seseorang mengenai suatu hal atau peristiwa yang buruk atau kegagalan yang sifatnya hanya sementara dan bukan mutlak disebabkan oleh diri sendiri tetapi juga bisa dikarenakan situasi, nasib, dan orang lain, serta tidak dapat mempengaruhi semua aktivitas yang dilakukan. Adilia (2010) menyatakan setiap siswa memiliki berbagai harapan terhadap masa depannya, yang membutuhkan sikap optimisme untuk dapat diwujudkan. Menurut Noordjanah (2013) siswa yang optimis tidak memandang masalah sebagai akhir dari usahanya, tetapi justru akan berusaha menyelesaikan dan keluar dari masalah tersebut.

Sejalan dengan pendapat tersebut Myers (2000); Chang (2001); Lyubomirsky (2012) menjelaskan bahwa individu yang memiliki optimisme akan menjadi individu yang kreatif, tidak mudah putus asa, kerja keras, dan

lebih banyak tersenyum, serta akan menjadi individu yang lebih waspada dan responsif untuk membantu proses mencapai kesuksesan di masa depan. Lebih lanjut Riyadi (2015) menyatakan remaja yang memiliki sikap optimis dan tidak mudah putus asa dapat menghadapi semua rintangan atau kegagalan dalam hidup dengan tenang dan wajar, serta menerima kegagalan itu sebagai suatu pelajaran yang akan membawa kepada kesuksesan.

Berkaitan dengan optimisme masa depan, peneliti melakukan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada hari Selasa, 23 November 2021 di MAN 2 Wonosobo. Studi awal dilakukan untuk mengetahui gambaran optimisme masa depan yang dimiliki oleh siswa MAN 2 Wonosobo. Peneliti melakukan wawancara langsung kepada siswa kelas XII yang berjumlah 6 orang dari berbagai kelas baik itu dari jurusan IPA (Ilmu Pengetahuan Alam), IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial), maupun Keagamaan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa masih ragu akan keyakinannya sendiri. Optimisme masa depan yang dimiliki oleh siswa MAN 2 Wonosobo masih sangat rendah, hal ini merujuk pada hasil wawancara yang memperoleh data bahwa sebagian besar siswa belum sepenuhnya tahu apa yang akan dilakukan kedepannya.

Data tersebut juga diperkuat dengan hasil wawancara langsung pada salah satu guru Bimbingan Konseling (BK) yang mengajar di MAN 2 Wonosobo. Guru BK mengatakan bahwa sikap optimisme siswa MAN 2 Wonosobo masih sangat rendah sehingga banyak yang tidak melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya. Tercatat di tahun 2020 hanya ada 11 siswa kelas XII yang diterima di jalur SNMPTN (Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri) dari 3 jurusan yaitu jurusan IPA, IPS, dan Keagamaan. Hal ini yang mendasari peneliti mengambil subjek kelas XII, karena siswa kelas XII sudah masanya untuk mempersiapkan masa depan setelah lulus dari bangku MA.

Optimisme masa depan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi optimisme masa depan yaitu kepribadian *hardiness* (Adilia, 2010). Menurut Kobasa (dalam Kreitner, R., & Kinicki, 2001) kepribadian *hardiness* adalah sifat kepribadian yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengatasi stres. Siswa MA sangat perlu memiliki sikap tersebut agar setiap permasalahan yang cenderung akan menyebabkan *stres* dapat diatasi, dan berubah menjadi motivasi untuk kehidupan mendatang.

Kepribadian *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang menjadikan individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis serta mengurangi efek stres yang dihadapi (Maddi, 2013). Kepribadian *hardiness* perlu dimiliki oleh siswa di masa sekarang, karena melalui kepribadian *hardiness* siswa bisa merubah situasi yang tadinya dapat berpotensi menjadikan stres, menjadi hal yang lebih positif. Dari hal tersebut maka kepribadian *hardiness* ini sangat diperlukan oleh siswa, agar mereka dapat merubah persepsi negatif dan menjadikannya kepada hal yang positif, siswa harus percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, apa kelebihan yang ia miliki dapat mendorong siswa untuk optimis menekuni dan menjalani hal tersebut.

Optimisme masa depan siswa yang tinggi tidak terlepas dari kepribadian *hardiness* atau kepribadian yang tangguh, karena dalam prosesnya kepribadian *hardiness* atau kepribadian yang tangguh akan memperkuat optimisme masa depan yang dimiliki oleh seseorang. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nurtjahjanti & Ratnaningsih (2011) menyatakan bahwa semakin tinggi *hardiness*, maka akan semakin tinggi pula optimisme seseorang. Hal tersebut dibuktikan dengan data yang diperoleh bahwa kepribadian *hardiness* berkontribusi 44,1% terhadap optimisme seseorang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2018) menyatakan bahwa kepribadian *hardiness* memberikan kontribusi dan dapat dijadikan sebagai tolok ukur dalam meningkatkan optimisme masa depan. Tetapi hasil penelitian yang dilakukan oleh Maramis & Cong (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat berada dalam kategori kepribadian *hardiness* tinggi, sedangkan optimisme masa depannya berada dalam kategori rendah. Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Nurtjahjanti & Ratnaningsih 2011; Kusuma 2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan optimisme masa depan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan terdahulu di antaranya yaitu sumber teori yang dijadikan acuan untuk menjabarkan fenomena dari variabel, kebanyakan teori optimisme mengambil dari Carver & Scheier (2002) yang menyatakan bahwa optimisme disusun melalui dua aspek yaitu *goal* (tujuan) dan *expectancy* (ekspektasi) sedangkan penelitian ini berfokus kepada teori Seligman (1991) yang menyatakan bahwa optimisme disusun melalui tiga aspek yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Perbedaan lain dari penelitian ini yaitu untuk membuktikan apakah ada perbedaan signifikansi sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh .

Melihat dari uraian di atas, maka dapat ditarik implikasinya dalam bidang BK adalah untuk memenuhi tugas perkembangan pada remaja atau siswa. Pada dasarnya layanan BK di sekolah merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan siswa. Implikasi lain dari penelitian ini yaitu di antaranya untuk memenuhi komponen layanan dasar dalam bidang karier. Selain itu, untuk memenuhi kebutuhan sesuai Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) dalam aspek perkembangan wawasan dan kesiapan karier.

Maka dari itu, penting bagi guru BK atau konselor sekolah untuk mengetahui faktor terkini sebagai usaha mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi optimisme masa depan siswa di MA. Maka, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui tingkat optimisme masa depan serta tingkat kepribadian *hardiness* siswa MAN 2 Wonosobo. Oleh karena itu, peneliti akan meneliti mengenai pengaruh antara kepribadian *hardiness* dengan optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *ex post facto*. Menurut Azwar (2009) penelitian *ex post facto* atau kausal-komparatif bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan sebab akibat dari variabel yang diteliti berdasarkan efek yang telah terjadi. Sejalan dengan itu Periantalo (2016) juga menyatakan bahwa tujuan penelitian kausal adalah untuk menyelidiki penyebab variabel tertentu. Oleh karena itu, dengan memilih desain penelitian kausal, peneliti dapat menjawab pertanyaan penelitian dan mencapai tujuan penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XII yang berjumlah 421 di MAN 2 Wonosobo. Kemudian sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 201 siswa kelas XII MAN 2 Wonosobo. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel siswa MA kelas XII dengan jumlah kelas sebanyak 12 kelas di MAN 2 Wonosobo.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data yaitu dengan menggunakan skala psikologi. Selanjutnya terdapat dua skala yang digunakan oleh peneliti, yaitu skala kepribadian *hardiness* dan skala optimisme masa depan. Skala kepribadian *hardiness* mengembangkan instrumen dari teori Kobasa (1979) dengan indikator *commitment*, *control*, dan *challenge*. Sedangkan skala optimisme masa depan mengembangkan instrumen dari teori Seligman (1991) dengan indikator *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan setiap item dalam instrumen memiliki pertanyaan *favorable* dan *unfavorable* dengan lima alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas konstruk (*construct validity*). Validitas konstruk merujuk pada kualitas alat ukur yang digunakan benar-benar menggambarkan konstruk teoritis yang digunakan sebagai dasar operasionalisasi. Hasil uji instrumen pada skala kepribadian *hardiness*, peneliti menggunakan 33 item yang sudah dikatakan valid dari 38 item yang diuji coba. Hasil uji instrumen pada skala optimisme masa depan, peneliti menggunakan 21 item yang sudah dikatakan valid dari 24 item yang diuji coba. Kemudian setelah mendapatkan hasil uji validitas, langkah selanjutnya adalah mengetahui hasil uji reliabilitas. Item dikatakan reliabel apabila nilai item semakin mendekati angka 1,00. Sebaliknya, semakin mendekati angka 0 maka semakin tidak reliabel (Periantalo 2016; Azwar 2009). Hasil uji reliabilitas pada skala kepribadian *hardiness* sebesar 0,947, dan pada skala optimisme masa depan sebesar 0,913 maka dapat disimpulkan bahwa item skala kepribadian *hardiness* dan optimisme masa depan dapat dikatakan sudah reliabel, sedangkan jika di lihat dari derajat koefisien reliabilitas guilford berada pada kategori sangat tinggi karena 0,947 dan 0,913 > 0,80.

Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dan analisis regresi linear sederhana. Sebelum peneliti menguji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana maka dilakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu, yaitu dengan uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas melalui uji *Test of Linearity*, dan uji heteroskedastisitas dengan melihat nilai signifikansinya. Pengujian ini menggunakan bantuan *Statistical product and Services Solution* (SPSS) versi 25.

Hasil dan Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) mengetahui seberapa tingkat kepribadian *hardiness* pada siswa MAN 2 Wonosobo, (2) mengetahui seberapa tingkat optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo, (3) mengetahui adakah pengaruh kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo. Berikut penjelasan hasil analisis deskriptif dan hasil hipotesis penelitian ini.

(1) Tingkat Kepribadian *Hardiness* Siswa

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Tingkat Kepribadian *Hardiness* Siswa

Variabel	N	M	SD	Kategori
Kepribadian <i>Hardiness</i>	201	102,37	7,33	Sedang

Berdasarkan pada tabel 1 dapat diketahui bahwa nilai rata-rata tingkat kepribadian *hardiness* siswa MAN 2 Wonosobo berada pada tingkat kategori sedang ($M = 102,37$; $SD = 7,33$). Keadaan tersebut menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum cukup memiliki kemampuan untuk mengenali nilai-nilai, tujuan, dan prioritas agar memiliki arah dan membuat keputusan di dalam hidupnya. Penjelasan lebih lanjut mengenai tingkat kepribadian *hardiness* berdasarkan tiap indikator akan ditampilkan pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif Indikator Kepribadian *Hardiness*

Indikator Kepribadian <i>Hardiness</i>	N	M	SD	Kategori
<i>Challenge</i>	201	3,3	3,4	Sedang
<i>Commitment</i>	201	3,2	3,5	Sedang
<i>Control</i>	201	2,9	3,4	Sedang

Menilik dari tabel 2, dapat diketahui bahwa rata-rata nilai tertinggi adalah pada indikator *challenge* jika dibandingkan dengan indikator yang lain ($M = 3,3$; $SD = 3,4$). Hal tersebut menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum sepenuhnya bisa menghadapi tantangan yang datang dari permasalahan kehidupannya. Kemudian, rata-rata nilai terendah ialah pada indikator *control* jika dibandingkan dengan indikator yang lain ($M = 2,9$; $SD = 3,4$). Hal tersebut menggambarkan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum sepenuhnya bisa mengendalikan dirinya ketika mendapat masalah untuk merubahnya sebagai motivasi dalam kehidupan yang mereka jalani.

Indikator pertama dalam kepribadian *hardiness* yaitu *challenge*, dalam indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori sedang. Kobasa (1979) menjelaskan bahwa *challenge* dapat membuat individu bisa bertanggung jawab atas apa yang dirinya pilih, *challenge* bertujuan untuk menjadikan tantangan sebagai usaha dan motivasi agar dirinya menjadi lebih dewasa. Siswa yang memiliki *challenge* tinggi akan merasa bahwa tantangan di masa yang akan datang menjadi motivasi bagi dirinya agar lebih bersikap dewasa. Individu dengan *challenge* (sebagai lawan dari keamanan) merasa bahwa hidup tidak mudah untuk diprediksi, sehingga berbagai perubahan dalam hidup akan memfasilitasi perkembangan pribadi seseorang. Oleh karena itu, siswa yang kuat akan menyadari bahwa situasi yang menuntut adalah kesempatan untuk belajar menghadapi situasi tersebut, dan tidak menganggapnya sebagai ancaman. Juga, situasi memungkinkan siswa untuk mengembangkan perasaan positif tentang keadaan kehidupan. Siswa dengan *challenge* yang tinggi akan percaya bahwa pertumbuhan diri melalui proses belajar akan mengarah pada kemampuan untuk mengatasi kesulitan dalam hidup, bukan kenyamanan dan kemudahan (Maddi, S. & Khosaba. D., 2005). Dari berbagai penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum sepenuhnya bisa menghadapi tantangan yang datang dari permasalahan kehidupannya. Hal tersebut dijelaskan pada item pernyataan skala kepribadian *hardiness* siswa yang menanyakan "Setiap hal yang menantang, saya sangat tertarik untuk mencobanya" dan rata-rata jawaban dari siswa memilih tidak sesuai sampai sangat tidak sesuai.

Indikator kedua yaitu *commitment*, dalam indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori sedang. Kobasa (1979) menyampaikan bahwa *commitment* sangat penting dimiliki oleh individu agar tidak mengalami stres, *commitment* bertujuan untuk mengenali nilai-nilai, tujuan, dan prioritas seseorang untuk memiliki arah dan membuat keputusan di dalam hidupnya. *Commitment* yang dimiliki oleh siswa bertujuan untuk melihat arah tujuan yang akan mereka tuju kedepannya. Menurut Wardani (2020) individu dengan *commitment* tinggi akan

memilih untuk melibatkan diri (bukan menghindar), mempersepsikan situasi yang dialami sebagai sesuatu yang menggairahkan, bermakna, dan berharga. Dari penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa ketika siswa memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi, maka mereka akan menganggap bahwa sesuatu yang terjadi pada mereka merupakan hal yang berharga dan dapat bermakna bagi kehidupannya, baik itu hal buruk maupun hal baik. Tetapi, dalam penelitian yang sudah peneliti lakukan di MAN 2 Wonosobo, menemukan fakta bahwa siswa belum sepenuhnya memiliki *commitment* yang tinggi. Hal tersebut dijelaskan pada item pernyataan skala kepribadian *hardiness* siswa yang menanyakan “Apakah mereka percaya diri dengan kemampuan yang mereka miliki?” dan rata-rata jawaban dari siswa menjawab tidak sesuai.

Indikator ketiga yaitu *control*, dalam indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori sedang, dari ketiga indikator kepribadian *hardiness* rata-rata indikator yang paling rendah yaitu indikator *control*. Kobasa (1979) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *control* yang tinggi akan menganggap perubahan sebagai motivasi bagi dirinya untuk berkembang lebih maju. *Control* yang dimiliki oleh siswa akan sangat penting untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi di masa depan. Individu dengan *control* (sebagai lawan dari ketidakberdayaan) mencerminkan individu yang ingin melibatkan diri secara terus-menerus dan tidak bergantung pada manfaat dari hasil, tetapi mereka fokus pada menghadapi kesulitan dan tekanan berat (Maddi, S. & Khosaba. D., 2005). Orang yang tangguh akan mengendalikan setiap kejadian yang dialami sebagai jawaban yang akan dia jalani. Dari penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum sepenuhnya bisa mengendalikan dirinya ketika mendapat masalah untuk merubahnya sebagai motivasi dalam kehidupan yang mereka jalani. Hal tersebut dijelaskan pada item pernyataan skala kepribadian *hardiness* siswa yang menanyakan “Saya tidak mudah dipengaruhi oleh orang lain saat saya membuat pilihan” rata-rata siswa menjawab sangat tidak sesuai dan tidak sesuai.

(2) Tingkat Optimisme Masa Depan Siswa

Tabel 3. Hasil Analisis Deskriptif Tingkat Optimisme Masa Depan Siswa

Variabel	N	M	SD	Kategori
Optimisme Masa Depan	201	75,51	9,05	Tinggi

Berdasarkan pada tabel 3 dapat diketahui bahwa nilai rata-rata tingkat optimisme masa depan siswa MAN 2 Wonosobo berada pada tingkat kategori tinggi ($M = 75,51$; $SD = 9,05$). Keadaan tersebut menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo memiliki harapan yang positif dalam menjalani hidup di masa yang akan datang. Penjelasan lebih lanjut mengenai tingkat optimisme masa depan siswa MAN 2 Wonosobo berdasarkan tiap indikator akan ditampilkan pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Analisis Deskriptif Indikator Optimisme Masa Depan

Indikator Optimisme Masa Depan	N	M	SD	Kategori
<i>Permanence</i>	201	3,7	3,3	Tinggi
<i>Pervasiveness</i>	201	3,6	3,7	Tinggi
<i>Personalization</i>	201	3,6	3,8	Tinggi

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa rata-rata nilai tertinggi adalah pada indikator *permanence* jika dibandingkan dengan indikator yang lain ($M = 3,7$; $SD = 3,3$). Hal ini menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah memiliki kepercayaan diri bahwa hal yang bersifat buruk tidak akan terjadi selamanya, mereka dapat merubah hal buruk tersebut menjadi hal yang lebih baik. Kemudian, rata-rata nilai kedua indikator selain indikator *permanence* ialah pada indikator *pervasiveness* dan *personalization* yang masing masing indikator tersebut memiliki nilai rata-rata ($M = 3,6$; $SD = 3,7$ dan $M = 3,6$; $SD = 3,8$). Hal ini menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah dapat menjelaskan suatu peristiwa yang mereka alami secara spesifik dan jelas, siswa sudah dapat menganalisis permasalahan yang akan menghambat harapan di masa depannya, serta siswa sudah dapat memaknai dirinya dalam peristiwa yang terjadi baik itu baik ataupun buruk.

Indikator pertama dalam optimisme masa depan yaitu *permanence*, dalam indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori tinggi, dari ketiga indikator dalam optimisme masa depan, indikator *permanence* berada pada kategori yang paling tinggi. Seligman (1991) menjelaskan bahwa *permanence* yang

dimiliki oleh individu bertujuan untuk membuat dirinya tidak merasa stres karena individu menganggap bahwa sesuatu yang buruk itu tidak terjadi selamanya, sesuatu yang buruk dapat berubah asalkan dirinya mau merubahnya. Lebih lanjut Fawzyah dkk (2019) menjelaskan bahwa *Permanence*, berhubungan dengan waktu individu dalam memandang peristiwa. Individu percaya bahwa peristiwa baik bersifat menetap (*permanent*) dan individu percaya bahwa keadaan buruk bersifat sementara (*temporary*). Hal ini menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah memiliki kepercayaan diri bahwa hal yang bersifat buruk tidak akan terjadi selamanya, mereka dapat merubah hal buruk tersebut menjadi hal yang lebih baik. Hal tersebut dibuktikan dari kebanyakan jawaban siswa yang memilih sangat sesuai dengan item pernyataan skala optimisme masa depan yang menyatakan "Saya akan berusaha lebih keras setelah mencapai kesuksesan untuk mempertahankan kesuksesan yang telah saya raih".

Indikator kedua dalam optimisme masa depan yaitu *pervasiveness*, pada indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori tinggi. Seligman (1991) menjelaskan bahwa *pervasiveness* yang dimiliki oleh individu bertujuan untuk memberikan penjelasan secara spesifik apa yang dialaminya, individu yang menjelaskan sesuatu secara spesifik dapat memahami apa yang mereka alami sehingga dapat mengatasi masalah yang ada. Lebih lanjut Kurniawan (2019) menjelaskan bahwa *pervasiveness* merupakan pola pikir mengenai terjadinya suatu peristiwa karena ruang lingkungannya. *Pervasiveness* terdiri dari dua, yaitu *pervasiveness good* dan *pervasiveness bad*. *Pervasiveness good* merupakan pola pikir mengenai ruang lingkup terjadinya peristiwa baik, sedangkan *pervasiveness bad* merupakan pola pikir mengenai ruang lingkup terjadinya peristiwa buruk. Hal ini menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah dapat menjelaskan suatu peristiwa yang mereka alami secara spesifik dan jelas, siswa sudah dapat menganalisis permasalahan yang akan menghambat harapan di masa depannya. Hal tersebut dibuktikan dari kebanyakan jawaban siswa yang memilih sangat sesuai dengan item pernyataan skala optimisme masa depan yang menyatakan "Jika saya berusaha keras pasti saya akan diterima di perguruan tinggi nantinya".

Indikator ketiga pada optimisme masa depan yaitu *personalization*, pada indikator ini siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori tinggi. Seligman (1991) menjelaskan bahwa *personalization* bertujuan agar individu tidak selalu menyalahkan dirinya sendiri ketika mendapat suatu permasalahan, ketika individu menyalahkan dirinya maka dirinya tidak akan berkembang dan akan terus memikirkan kesalahan yang diperbuatnya. Lebih lanjut Fawzyah dkk (2019) menjelaskan *personalization* berhubungan dengan bagaimana individu memaknai dirinya sebagai sumber penyebab terhadap peristiwa yang dialaminya, individu meyakini bahwa peristiwa baik disebabkan oleh diri sendiri (*internal*) dan individu meyakini bahwa peristiwa buruk yang terjadi disebabkan oleh hal-hal di luar diri yang tidak dapat dikontrol (*external*). Hal ini menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah dapat memaknai dirinya dalam peristiwa yang terjadi baik itu baik ataupun buruk.

(3) Pengaruh Kepribadian *Hardiness* terhadap Optimisme Masa Depan Siswa

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas. Uji normalitas menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,153, (nilai sig. (p) > 0,05), sehingga dapat diartikan data tersebut berdistribusi normal. Kemudian hasil uji linearitas, diperoleh nilai sig. of deviation from linearity sebesar 0,152 > 0,05, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara variabel X (kepribadian *hardiness*) dengan variabel Y (optimisme masa depan). Selanjutnya uji heteroskedastisitas hasil SPSS menunjukkan bahwa variabel independen (kepribadian *hardiness*) mempunyai nilai 0,863 atau yang berarti Sig. > 0,05, jadi tidak ada variabel independen (kepribadian *hardiness*) yang signifikan secara statistik mempengaruhi variabel dependen (optimisme masa depan).

Setelah mengetahui hasil uji asumsi klasik, kemudian dapat mengetahui hasil persamaan regresi linear sederhana pada tabel 5 sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Persamaan Regresi Linear Sederhana

Variabel	R	R ²	β	F	t	p
Kepribadian <i>Hardiness</i> dengan Optimisme Masa Depan	0,044	0,002	-0,054	0,383	9.028	< 0,05

Tabel 5 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,537 < 0,05 dapat disimpulkan bahwa variabel kepribadian *hardiness* (X) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap optimisme masa depan (Y). Selain itu, dengan nilai koefisien regresi (β) memiliki nilai -0,054 maka dapat diartikan koefisien regresi tersebut

bernilai negatif sebesar -0,054. Jika kepribadian *hardiness* (X) meningkat sebesar 1 satuan, maka optimisme masa depan (Y) akan menurun sebesar 0,054. Artinya jika optimisme masa depan naik sebesar 0,054 maka kepribadian *hardiness* nya akan menurun sebesar 0,054. Selanjutnya dilakukannya uji koefisiensi determinasi, melalui nilai koefisien determinasi (R²) yaitu sebesar 0,002 atau (2%). Hal ini menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan hanya sebesar 2%, atau variasi variabel independen yang digunakan mampu menjelaskan sebesar 2%, variasi variabel dependen. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Hasil tersebut tidak sesuai dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurtjahjanti & Ratnaningsih (2011); Saleh (2011); Garrosa, E., et al. (2014); Kusuma (2018); Rinaldi (2019); Rahmawati (2020). Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut yaitu ada hubungan positif dan signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan optimisme. Semakin tinggi *hardiness* maka akan semakin tinggi optimisme dan semakin rendah *hardiness* maka akan semakin rendah optimisme.

Penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Maramis & Cong (2020) yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan optimisme masa depan, tetapi dalam penelitian yang dilakukan oleh (Maramis & Cong, 2020) kepribadian *hardiness* berada pada kategori yang tinggi dan optimisme masa depan berada pada kategori rendah, sedangkan penelitian ini menemukan fakta bahwa siswa MAN 2 Wonosobo memiliki kepribadian *hardiness* dengan kategori yang sedang dan optimisme masa depan berada pada kategori yang tinggi.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yang menjelaskan bahwa kepribadian *hardiness* berpengaruh positif dan signifikan terhadap optimisme masa depan. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh pengaruh slogan kebudayaan di Wonosobo yang berbunyi "*Bisa ora bisa sing penting wani*" artinya bisa atau tidak bisa yang penting berani. Slogan tersebut telah tertanam di masyarakat Wonosobo sejak dahulu, termasuk pada siswa MAN 2 Wonosobo sendiri. Syamaun (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kebudayaan dalam suatu masyarakat merupakan sistem nilai tertentu yang dijadikan pedoman hidup oleh warga yang mendukung kebudayaan tersebut. Karena dijadikan kerangka acuan dalam bertindak dan bertingkah laku maka kebudayaan cenderung menjadi tradisi dalam suatu masyarakat. Tradisi adalah suatu yang sulit berubah, karena sudah menyatu dalam kehidupan masyarakat pendukungnya. Slogan tersebut mungkin dijadikan siswa sebagai kerangka acuan dalam bertindak dan bertingkah laku, sehingga siswa bisa memiliki kepercayaan diri tentang masa depannya yang ditandai dengan optimisme tinggi, tetapi siswa tidak memiliki kepribadian yang tangguh (kepribadian *hardiness*) untuk mencapai optimisme tersebut.

Penemuan dari penelitian ini memperjelas bahwa tidak hanya kepribadian *hardiness* saja yang dapat mempengaruhi optimisme masa depan siswa, masih terdapat variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi optimisme masa depan siswa, seperti yang dijelaskan oleh Symister & Friend (2003) bahwa optimisme masa depan dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harga diri. Selanjutnya Windschitl et al, (2003) menjelaskan bahwa egosentrisme dan focalisme dapat mempengaruhi optimisme masyarakat. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Liu et al, (2017) menjelaskan bahwa status sosial dan harga diri yang dimiliki oleh seseorang dapat berpengaruh terhadap optimisme seseorang. Sejalan dengan hal tersebut Chen et al, (2016) juga menjelaskan bahwa status sosial ekonomi dan harga diri seseorang dapat mempengaruhi tingkat optimisme.

Merujuk pada beberapa pendapat di atas, maka variabel optimisme dapat dipengaruhi oleh beberapa variabel lain selain variabel kepribadian *hardiness*. Salah satu variabel yang berpengaruh terhadap optimisme masa depan adalah dukungan sosial, karena ketika seseorang mendapat dukungan sosial yang positif maka optimismenya juga akan meningkat. Selain dukungan sosial, harga diri juga dapat mempengaruhi optimisme yang dimiliki seseorang, karena ketika harga dirinya tinggi maka optimisme juga tinggi. Lebih dari itu, status sosial juga mempengaruhi optimisme yang dimiliki oleh seseorang, karena ketika seseorang berada pada status sosial yang tinggi maka optimismenya akan meningkat. Ringkasnya, selain kepribadian *hardiness*, beberapa variabel lain yang berpengaruh terhadap optimisme masa depan di antaranya adalah dukungan sosial, harga diri, dan status sosial.

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya melalui proses wawancara dan observasi. Melalui studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti menemukan fakta bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum memiliki optimisme masa depan yang tinggi. Namun demikian, setelah

dilakukan penelitian menggunakan instrumen skala psikologis ditemukan fakta bahwa siswa MAN 2 Wonosobo memiliki sikap optimisme yang tinggi. Perbedaan antara studi pendahuluan dan hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh beberapa hal, di antaranya adalah perbedaan metode dan teknik pengumpulan data, serta situasi dan kondisi yang menyertai. Metode pengumpulan data pada saat studi pendahuluan menggunakan wawancara, yang memiliki beberapa kekurangan yaitu: pertanyaan yang kurang baik penyusunannya dapat membuat hasil wawancara menjadi bias, jawaban yang ditimbulkan dari pertanyaan dapat membuat hasil wawancara menjadi bias apabila responnya tidak sesuai, pertanyaan yang kurang baik dapat membuat hasil penelitian menjadi kurang akurat dan terdapat kemungkinan bahwa subjek hanya memberikan jawaban yang dicari oleh interviewer (Yin, 2003). Metode pengumpulan data kedua dalam studi pendahuluan adalah observasi, yang memiliki beberapa kekurangan antara lain yaitu: banyak kehidupan pribadi yang tidak terungkap, misalnya kehidupan pribadi yang rahasia, memungkinkan terjadinya ketidakwajaran apabila subjek mengetahui bahwa dirinya sedang diamati, observasi banyak tergantung dari faktor yang tidak terkontrol dan subjektivitas observer sukar dihindarkan (Yin, 2003). Perbedaan antara studi pendahuluan dengan hasil penelitian, juga dapat disebabkan karena studi pendahuluan yang dilakukan peneliti saat itu masih terjadi pandemi covid-19. Mutiara (2021) menjelaskan bahwa pandemi berdampak pada psikologis siswa yaitu mengakibatkan beberapa gangguan psikosomatis yang ditandai munculnya kecemasan, sampai mengalami ketakutan yang dialami siswa. Kondisi tersebut menyebabkan siswa kurang percaya diri dengan keadaannya. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Seligman (1991), bahwa salah satu aspek dalam optimisme masa depan adalah *permanence*, yang memiliki arti bagaimana individu memandang jangka waktu peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Dengan demikian siswa menganggap bahwa pandemi akan berlangsung lama sehingga siswa belum mempunyai optimisme masa depan yang tinggi. Tetapi ketika penelitian dilakukan, kondisi pandemi sudah membaik, tingkat persebaran juga sudah menurun drastis, artinya sudah ada perubahan kondisi yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa untuk memaknai sebuah peristiwa akan berlangsung permanen atau sementara.

Penelitian ini memberikan implikasi bagi guru BK di sekolah, khususnya dalam memberikan layanan bagi siswa MAN 2 Wonosobo. Mengingat kepribadian *hardiness* yang dimiliki oleh siswa MAN 2 Wonosobo terbilang masih sedang, maka guru BK perlu meningkatkan kepribadian *hardiness* siswa melalui berbagai layanan. Salah satu layanan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kepribadian *hardiness* siswa adalah konseling kelompok. Sunawan dkk. (2017) menjelaskan bahwa konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan teknik *stress inoculation training* dapat meningkatkan kepribadian *hardiness* siswa. Selain itu, guru BK juga dapat menggunakan pelatihan *mind-skills* untuk meningkatkan akademik *hardiness* siswa. Antika dkk. (2020) menjelaskan bahwa pelatihan *mind-skills* dapat meningkatkan ketahanan akademik mahasiswa. Lebih lanjut Pordelan & Hosseinian (2021) menjelaskan bahwa konseling online dapat digunakan untuk meningkatkan kepribadian *hardiness* siswa. Selain itu, guru BK juga dapat meningkatkan optimisme masa depan siswa melalui berbagai layanan, salah satunya adalah dengan menerapkan konseling ABCD Seligman. Munawaroh dkk. (2018) menjelaskan bahwa konseling ABCD Seligman efektif untuk meningkatkan optimisme siswa. Selain itu, Yildiz & Ayse (2019) menjelaskan bahwa pelatihan *psycho-training program design* dapat meningkatkan optimisme siswa dalam menghadapi tantangan di masa depan. Lebih lanjut Marian & Pop (2022) menjelaskan bahwa *programme design* efektif untuk meningkatkan optimisme siswa. Dengan demikian, untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan kepribadian *hardiness* dan mempertahankan optimisme masa depan, guru BK MAN 2 Wonosobo dapat memberikan berbagai layanan baik dasar (klasikal, kelompok), maupun responsif (konseling) dengan menerapkan sejumlah teknik yang relevan.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya mengenai pengaruh antara kepribadian *hardiness* dengan optimisme masa depan pada siswa MAN 2 Wonosobo maka dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Tingkat kepribadian *hardiness* siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori sedang, keseluruhan indikator kepribadian *hardiness* berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo rentan memiliki berbagai resiko dan masalah dalam perkembangannya, seperti memiliki kecenderungan untuk mudah stres, serta lebih rentan mengalami berbagai macam tekanan dan permasalahan yang dialaminya. Keadaan tersebut menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo belum cukup memiliki kemampuan untuk mengenali nilai-nilai, tujuan, dan prioritas agar memiliki arah dan membuat keputusan di

dalam hidupnya. (2) Tingkat optimisme masa depan siswa MAN 2 Wonosobo berada pada kategori tinggi. Keadaan tersebut menjelaskan bahwa siswa MAN 2 Wonosobo sudah mampu membuat dirinya tidak merasa tertekan karena siswa menganggap bahwa sesuatu yang buruk itu tidak terjadi selamanya, sesuatu yang buruk dapat berubah asalkan dirinya mau merubahnya. (3) Kepribadian *hardiness* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap optimisme masa depan siswa MAN 2 Wonosobo.

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan bagi konselor atau guru BK dalam memberikan layanan kepada siswa, terutama layanan informasi agar siswa dapat memahami pentingnya memiliki kepribadian *hardiness* (kepribadian tahan banting), mengingat hasil yang didapat dari penelitian ini yaitu siswa MAN 2 Wonosobo belum cukup memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi. Selain meningkatkan kepribadian *hardiness* siswa, konselor atau guru BK juga diharapkan berperan dalam mendampingi siswa agar menemukan harapan dan memperoleh optimisme masa depannya, mengingat dalam penelitian ini siswa MAN 2 Wonosobo sudah memiliki optimisme masa depan yang tinggi, harapannya guru BK dapat menerapkan fungsi pemeliharaan dan pengembangan agar siswa MAN 2 Wonosobo bisa terus bersikap optimis dan dapat mengembangkan sikap optimis tersebut ke arah yang lebih baik. Selain itu, pendampingan oleh guru BK dapat berupa memberikan layanan seperti bimbingan klasikal maupun layanan informasi hingga kegiatan bimbingan atau konseling kelompok yang dilakukan baik secara daring maupun luring.

Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan metode yang berbeda yang dapat bertujuan untuk mengungkap hubungan kausalitas kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan. Sebagai pengembangan dalam penelitian dapat menggunakan variabel lain yang dapat mempengaruhi optimisme masa depan pada siswa atau dapat mengungkap perbedaan hubungan antara kepribadian *hardiness* terhadap optimisme masa depan apabila ditinjau dari jenis kelamin, dsb. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian eksperimen untuk membuktikan efektivitas berbagai layanan konseling dalam BK, baik itu layanan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, dan layanan lainnya untuk meningkatkan kepribadian *hardiness* serta optimisme masa depan siswa. Lebih dari itu, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian R&D (*Research and Development*) atau penelitian pengembangan untuk mengembangkan media agar dapat membantu siswa meningkatkan kepribadian *hardiness* dan optimisme masa depan.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih khususnya kepada prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah mengajar dan mendidik penulis dengan ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis menjadi mahasiswa. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada orang tua yang selalu memberikan dukungan dan semangat sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini hingga akhir. Tak lupa juga kepada pihak-pihak lain yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penelitian ini.

Referensi

- Adilia. (2010). Hubungan Self Esteem Dengan Optimisme Meraih Kesuksesan Karir pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*, 5-Oct-2012. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/3435>
- Antika, E. R., Mulawarman, M., & Mawadah, Z. (2020). *Applying Mind-Skills Training to Improve Academic Hardiness on Guidance and Counseling Students with Academic Burnout*. 462(Isgc 2019), 89–92. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.020>
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Chang, E. C. (2001). *Optimism & Pessimism: Implications for Theory, Research, And Practice*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Chen, W., Niu, G. F., Zhang, D. J., Fan, C. Y., Tian, Y., & Zhou, Z. K. (2016). Socioeconomic status and life satisfaction in Chinese adolescents: Analysis of self-esteem as a mediator and optimism as a moderator. *Personality and Individual Differences*, 95, 105–109. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.01.036>

-
- Fawzyah, F., Yulhendri, & Sofya, R. (2019). *Pengaruh Dukungan Orang Tua dan Optimisme Masa Depan Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Ekonomi SMA N 2 Solok*. 2, 176–186.
- Garrosa, E., Ladstätter, F., Moreno, B., Gan, Y., & Carmona, I. (2014). The Experience of Work Engagement, Hardy Personality, Optimism and Subjective Well-Being among Nurses from China and Spain. *Open Journal of Social Sciences*, 02(05), 106–109. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.25021>
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kobasa, S. C. (1979). *Stressful Life Events, Personality and Health*. 37(1).
- Kreitner, R., & Kinicki, A. (2001). *Organizational behavior fifth edition*. New York: McGraw-Hill.
- Kurniawan, W. (2019). Relationship between think positive towards the optimism of psychology student learning in islamic university of riau. *Jurnal Nathiqiyah*, 2(1), 126–147. <https://ojs.diniyah.ac.id/index.php/Nathiqiyah/article/view/54>
- Kusuma, C. A. (2018). *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness dengan Optimisme Masa Depan Mahasiswa Tingkat Akhir*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Liu, Q. Q., Zhou, Z. K., Yang, X. J., Niu, G. F., Tian, Y., & Fan, C. Y. (2017). Upward social comparison on social network sites and depressive symptoms: A moderated mediation model of self-esteem and optimism. *Personality and Individual Differences*, 113, 223–228. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.037>
- Lyubomirsky, S. (2012). Hedonic Adaptation to Positive and Negative Experiences. *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*, 200–224. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195375343.013.0011>
- Maddi, S. R., & Khosaba, D. M. (2005). *Resilience at Work*. New York: American Management Association.
- Maddi, S. R. (2013). *Personal Hardiness as the Basis for Resilience*. Springer Dordrecht Heidelberg New York London.
- Mahfud, A., Jafar, M., & Sunawan. (2017). Dampak Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik Stress Inoculation Training terhadap Toleransi Distres Akademik melalui Hardiness Abstrak. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 94–100.
- Maramis, J. R., & Cong, J. C. (2020). Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Optimisme Masa Depan Pada Mahasiswa Profesi Ners Di Universitas Klatat. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(1), 49–55.
- Marian, & S, P. N. (2022). EFFECTS OF A PROGRAMME DESIGNED TO INCREASE THE LEVEL OF OPTIMISM AND WELL-BEING IN ADOLESCENTS. *Journal of Psychological and Educational Research*, 30(1), 131–139.
- Munawaroh, E., Isrofin, B., & Sutikno, U. G. (2018). Konseling ABCDE Seligman untuk Meningkatkan Optimisme Mahasiswa Pindah Jurusan ABCDE Seligman Counseling Model to Improve Optimism of Transfer Students. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 2(2). <http://dx.doi.org/10.20961/jpk.v2i2.25940>
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychologist*, 55(1), 56–67.
- Noordjanah. (2013). Hubungan Harga Diri dan Optimisme dengan Motivasi Belajar pada Siswa MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1).
- Nur, D., & Mutiara, E. (2021). Dampak COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) Terhadap Proses Pembelajaran dan Psikologis Bagi Siswa. *Kesehatan*, 2(1), 200–207.
- Nurtjahjanti, & Ratnaningsih. (2011). Hubungan Kepribadian Hardiness Dengan Optimisme Pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (CTKI) Wanita Di BLKLN Disnakertrans Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 127–129.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Pordelan, N., & Hosseinian, S. (2021). Online career counseling success: the role of hardiness and psychological capital. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 21(3), 531–549. <https://doi.org/10.1007/s10775-020-09452-1>
- Rahmawati, F. F. (2020). *Hubungan Antara Self - Efficacy Dan Hardiness Dengan Optimisme Santri Di Pesantren An-Nur II Bululawang Kabupaten Malang*. Skripsi: UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL.
- Rinaldi. (2019). Hubungan Antara Hardiness dengan Optimisme pada Remaja Penghuni Panti Asuhan Kota Bukittinggi. *Universitas Negeri Padang*.
- Riyadi, I. (2015). Integrasi Nilai-Nilai Kecerdasan Emosional Dalam Kurikulum Pendidikan Agama Islam Di Sma: Perspektif Daniel Goleman. *HUNafa: Jurnal Studia Islamika*, 12(1), 141. <https://doi.org/10.24239/jsi.v12i1.376.141-163>
- Saleh, R. (2011). Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Optimisme Masa Depan Pada Remaja Tuna Rungu. *Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
-

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). *Optimism*. Dalam C. R. Snyder & S. J. Seligman. (1991). *Learned Optimism*. New York: Alfred A, Knopt Inc.
- Syamaun, S. (2019). 81 | JURNAL AT-TAUJIH BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM Vol. 2 No. 2 Juli - Desember 2019 (<http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>). *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 81–95.
- Symister, P., & Friend, R. (2003). The influence of social support and problematic support on optimism and depression in chronic illness: A prospective study evaluating self-esteem as a mediator. *Health Psychology*, 22(2), 123–129. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.22.2.123>
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wardani, R. (2020). Academic Hardiness, Skills, and Psychological Well-Being on New Student. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 188–200. <https://doi.org/10.14710/jp.19.2.188-200>
- Windschitl, P. D., Kruger, J., & Simms, E. N. (2003). The Influence of Egocentrism and Focalism on People's Optimism in Competitions: When What Affects Us Equally Affects Me More. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 389–408. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.3.389>
- Yin. (2003). *Application of Case Study Research (2nd ed. Vol. 34)*. Thousand Oaks: Sage Publication.
- Yildiz, A. (2019). The Effect of a Psycho-Training Program Designed to Increase Optimism on Secondary School Students. *Research on Humanities and Social Sciences*, 9(2). <https://doi.org/10.7176/rhss/9-2-07>

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: < Zahid > <2022>

First Publication Right: JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

