

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Studi (S1)
Psikologi (S.Psi)



Oleh :

Vira Septya Wijayanti

J01217047

Dosen Pembimbing:

Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si

NIP. 197602272009122001

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Optimisme terhadap Resiliensi Mahasiswa yang Bekerja” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata I di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini dalam sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis maupun diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gresik, 18 Januari 2023



Vira Septya Wijayanti

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Bekerja

Oleh:

Vira Septya Wijayanti

J01217047

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Gresik, 15 Januari 2023

Dosen Pembimbing



Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si

NIP. 197602272009122001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA YANG
BEKERJA

Disusun oleh:

Vira Septya Wijayanti
J01217047

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 16 Januari 2023

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. Phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si

NIP. 197602272009122001

Penguji II

Lucky Abrorrry, M.Psi

NIP. 197910012006041005

Penguji III

Mei Lina Fitri Kumalasari, SST., M.Kes

NIP. 198805182014032002

Penguji IV

Ika Mustika, M.Kes

NIP. 198702212014032004

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Vira Septya Wijayanti
NIM : J01217047
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : vyanti176@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Pengaruh Optimisme terhadap Resiliensi Mahasiswa yang Bekerja

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Januari 2023

Penulis

(Vira Septya Wijayanti)

ABSTRAK

Resiliensi dibutuhkan oleh mahasiswa agar mampu beradaptasi saat di kondisi yang sulit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja. Rancangan penelitian menggunakan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 272 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang bekerja. Teknik sampel yang digunakan adalah *quota sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu *Connor & Davidson Resilience Scale-10 version*, dan *Life Orientation Test-revised (LOT-R)*. Data dianalisis menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh secara signifikan terhadap terbentuknya resiliensi mahasiswa.

Kata Kunci: Resiliensi, Optimisme.

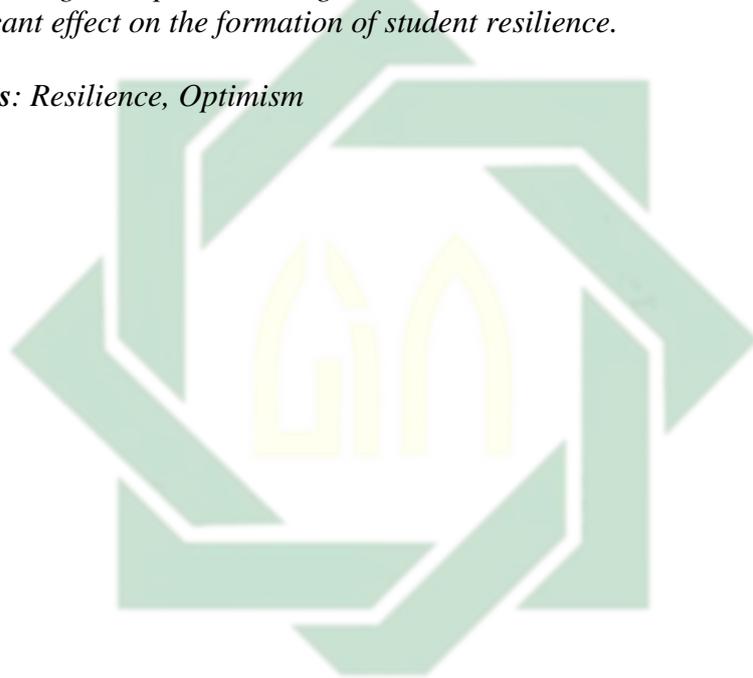


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Students need resilience to adapt when in difficult conditions. The aim of this study is to determine the effect of optimism on the resilience of working students. The research design used correlational quantitative involving 272 UIN Sunan Ampel Surabaya students who worked. Quota sampling is used as the sampling method. The research instruments used were Connor & Davidson Resilience Scale-10 version and revised version of the Life Orientation Test (LOT-R). Data were analyzed using a simple linear regression test. Research shows that optimism has a significant effect on the formation of student resilience.

Keywords: *Resilience, Optimism*

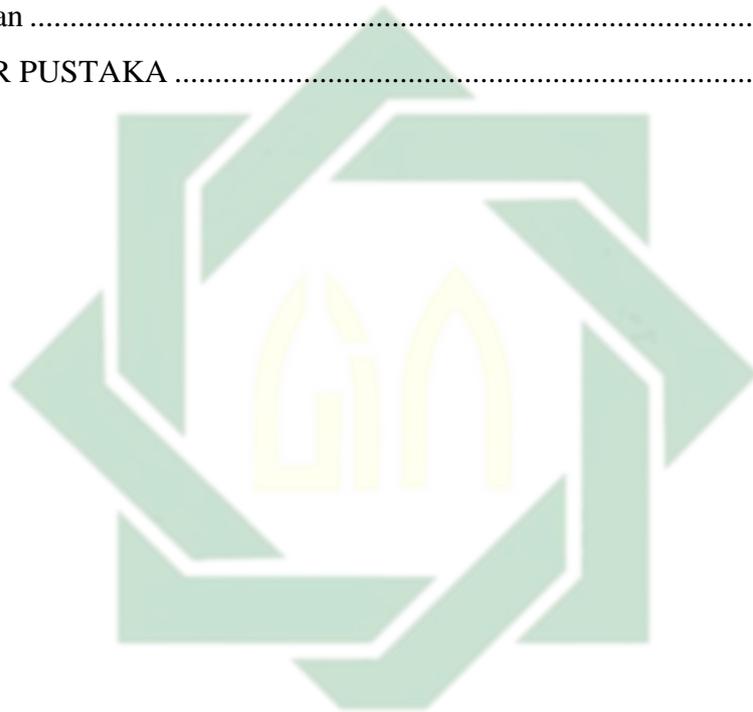


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Keaslian Penelitian	5
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Sistematika Pembahasan	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Resiliensi	8
B. Optimisme.....	13
C. Hubungan Antar Variabel.....	17
D. Kerangka Teoritik.....	18
E. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
A. Rancangan Penelitian	20
B. Identifikasi Variabel	20
C. Definisi Operasional	20
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	21
E. Instrumen Penelitian	22
F. Analisis Data	27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Hasil Penelitian.....	30
B. Pengujian Hipotesis	36
C. Pembahasan	39
BAB V PENUTUP.....	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teoritik18

Gambar 3. 1 Tabel Isaac & Michael22



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

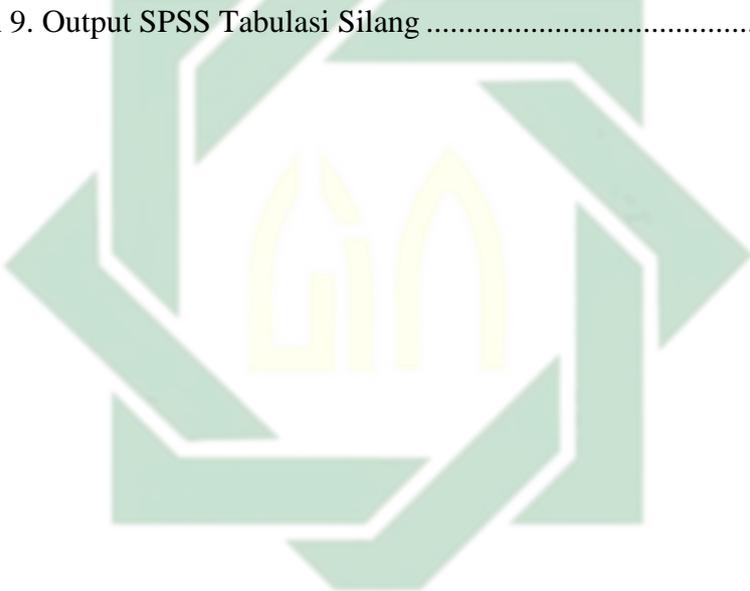
DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 4.2 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 4.3 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Pekerjaan	32
Tabel 4.4 Tabel Deskriptif Statistik	32
Tabel 4.5 Pedoman Kategorisasi Variabel	33
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Variabel Resiliensi.....	34
Tabel 4.7 Hasil Kategori Variabel Optimisme.....	35
Tabel 4.8 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Jenis Kelamin.....	35
Tabel 4.9 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Usia	36
Tabel 4.10 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Optimisme.....	36
Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Uji-t)	37
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Koefisien Determinasi).....	38
Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Uji-F)	38

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Alat Ukur Penelitian	55
Lampiran 2. Hasil Kuesioner Resiliensi dan Optimisme	57
Lampiran 3. Output Uji Validitas dan Reliabilitas.....	62
Lampiran 5. Output SPSS Uji Prasyarat	64
Lampiran 6. Output SPSS Regresi Linier Sederhana.....	65
Lampiran 7. Output SPSS Kategorisasi Responden	66
Lampiran 8. Output SPSS Kategorisasi Variabel	67
Lampiran 9. Output SPSS Tabulasi Silang	68



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan saat menghadapi keadaan yang sulit (Ali dkk., 2020; Connor & Davidson, 2003; Raisa, 2016). Individu yang resilien memiliki karakteristik personal, seperti memiliki regulasi emosi yang baik, toleransi terhadap stres, fleksibel dan mampu menerima perubahan, memiliki kontrol diri dan hubungan baik dengan orang lain (Andriani & Listiyandini, 2017; Connor & Davidson, 2003; Reivich & Shatté, 2002). Selain itu, individu yang resilien cenderung bersikap dalam menghadapi tantangan hidup dan mengambil tindakan untuk memecahkan masalah (Li dkk., 2013; Salim & Fakhurrozi, 2020). Individu yang resilien mampu beradaptasi dengan berbagai kondisi yang berubah dan fleksibel saat menghadapi tantangan. (Eisenberg dkk., 2002; Salim & Fakhurrozi, 2020). Sedangkan individu dengan tingkat resiliensi yang rendah maka ia akan mengalami masalah seperti depresi dan menarik diri (R. F. Sari dkk., 2017).

Kebutuhan hidup yang semakin meningkat membuat mahasiswa mengalami kekurangan finansial, sehingga mereka mencari jalan keluar untuk memenuhi kebutuhan dan biaya hidupnya dengan bekerja (Utami, 2020). Jumlah siswa yang bekerja di Inggris meningkat dari 59% menjadi 77%, yang melibatkan 4.642 siswa karena mereka ingin mengembangkan keterampilan tambahan dan

mendapatkan pengalaman di CV mereka (BBC Magazine, 2015). Namun kondisi tersebut membuat mahasiswa menjadi stres, karena sulitnya mengatur waktu untuk bekerja dan kuliah. Akibatnya, aktivitas mereka menjadi lebih padat dan cenderung mengabaikan tugas yang diberikan kepadanya (Mardelina & Muhson, 2017), sehingga mahasiswa yang kesulitan untuk mengatur tugas dan pekerjaan tersebut seringkali menampilkan gejala psikologis berupa stres yang berkepanjangan akibat tuntutan maupun perubahan siklus kehidupannya.

Berdasarkan wawancara singkat dengan beberapa mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya, beberapa alasan mahasiswa untuk bekerja diantara lain agar mandiri, menambah relasi bisnis, mengembangkan kemampuan diri, menerapkan teori yang di dapatkan di bangku kuliah, menekuni hobi, menambah pengalaman dan membayar pendidikan dan biaya hidupnya. Adapun jenis pekerjaan yang dilakukan yakni waiters caffe, guru bimbel, usaha online dan lain-lain. Hal ini menyebabkan adanya benturan tanggung jawab pada saat kuliah dan bekerja. Sehingga ketika dihadapkan dengan tugas perkuliahan yang padat dan menumpuk mereka seringkali merasa malas dan terjebak pada kesenangan untuk menghasilkan dan mencari uang. Akibatnya mereka kehilangan fokus dan keyakinan untuk mengikuti atau melanjutkan kuliah.

Terdapat banyak kasus yang sering menimpa mahasiswa seperti terkena putus kuliah (Databoks, 2021), drop out (DetikEdu, 2021), prestasi akademik rendah (Kumaran, 2021), hingga bunuh diri (CNN, 2021). Selain itu, masalah di tempat kerja seperti perbedaan pendapat dengan rekan kerja, rutinitas yang monoton, dan tuntutan pekerjaan yang semakin banyak (Ningrat & Mulyana,

2022). Hal ini sejalan dengan penelitian dari Ayu dkk. (2019) menunjukkan bahwa individu yang memegang beberapa peran sekaligus dapat menimbulkan konflik internal dan eksternal bagi individu, seperti konflik peran, kelelahan fisik, stres dan depresi. Fenomena ini menggambarkan permasalahan mahasiswa yang bekerja dengan resiliensi rendah.

Menurut Prihartono dkk. (2018) mayoritas mahasiswa memiliki tingkatan resiliensi yang rendah daripada orang dewasa pada umumnya. Hal ini sesuai dengan penelitian Hardiani & Andromeda (2020) yang menunjukkan gambaran tingkat resiliensi yang rendah pada kalangan mahasiswa. Kemudian data lain menyebutkan bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa di Indonesia cenderung masih rendah, karena ditinjau dari meningkatnya kasus bunuh diri pada mahasiswa (Astuti & Edwina, 2017). Resiliensi yang rendah pada siswa dikaitkan dengan berbagai masalah psikologis, seperti adanya rasa cemas, stres, takut dan menghindari dari kesulitan (Ade dkk., 2020). Dalam situasi tersebut, mahasiswa membutuhkan resiliensi agar terhindar dari masalah dan mampu beradaptasi saat di kondisi yang sulit (Agustina, 2021).

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap resiliensi adalah optimisme (Everall dkk., 2006; Misassi & Izzati, 2019). Optimisme adalah kapasitas untuk memahami dan mempertahankan sikap positif dalam menghadapi kesulitan (Kurniawan, 2019; Stein & Book, 2002). Individu yang optimis lebih cepat untuk menerima kenyataan akan kondisi saat ini daripada individu yang pesimis (Gale & Fauziah, 2018; Scheier & Carver, 2003). Selain itu, individu yang optimis juga lebih mampu menerima kenyataan situasi mereka dan berkembang

dari pengalaman buruk yang mereka alami secara pribadi. Oleh karena itu, optimisme dan resiliensi dapat membantu individu untuk mengatasi masa-masa sulit (Sabouripour dkk., 2021).

Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh terhadap resiliensi. Hal ini didukung oleh penelitian Maheshwari & Jutta (2020) yang meneliti pengaruh optimisme dan resiliensi pada pasukan perang di Amerika Serikat. Hasilnya menunjukkan bahwa optimisme merupakan prediktor terkuat pada resiliensi. Selanjutnya, Choirunnisa & Supriatna (2019) juga menyelidiki hal yang sama tentang pengaruh optimisme terhadap resiliensi pada ibu dengan anak yang didiagnosis leukemia. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi. Dengan adanya rasa optimis yang tinggi, individu akan memiliki kemampuan resilien yang tinggi pula. Namun, pada penelitian yang dilakukan oleh Aman (2020) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara optimisme terhadap resiliensi. Adanya perbedaan data dalam penelitian tersebut, sehingga peneliti termotivasi untuk mempelajari lebih lanjut tentang pengaruh optimisme terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, resiliensi pada mahasiswa yang bekerja menjadi topik penelitian yang menarik untuk diteliti karena optimisme yang tinggi memungkinkan mahasiswa untuk menghadapi segala permasalahan dan tidak menyerah dalam kondisi apapun. Kemudian dengan tercapainya resiliensi, mahasiswa dapat mengembangkan kemampuannya untuk menjalani tugas dan tanggungjawab di segala aktivitasnya. Selain itu, mahasiswa dapat menemukan

potensi kemampuan resiliensi pada diri dan lingkungannya saat menghadapi dan mengatasi tekanan yang ditimbulkan oleh masalah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa yang bekerja.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, berdasarkan latar belakang sebelumnya adalah “Apakah terdapat pengaruh antara optimisme terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja?”

C. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian yang menghubungkan optimisme dengan resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Damayana (2018) mengatakan bahwa ada korelasi yang positif antara optimisme dengan resiliensi pada orangtua dari anak tunagrahita. Individu yang optimis memiliki kapasitas resiliensi yang baik karena percaya bahwa hidup memiliki makna (*life is meaningful*). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara optimisme dengan resiliensi pada santri penghafal quran (Mahasin & Harsono, 2022). Hasil yang sama juga ditunjukkan dalam penelitian Yoga dkk. (2022) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan antara optimisme terhadap resiliensi pada pekerja yang terkena dampak PHK.

Penelitian oleh Kinanti & Alfinuha (2021) menyatakan bahwa optimisme TNI AL di masa pensiun berpengaruh positif signifikan terhadap resiliensi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu yang memiliki kepercayaan

bahwa akan terjadi hal baik di masa depan, akan membuatnya memiliki kapasitas kemampuan resiliensi yang baik. Selanjutnya, penelitian oleh Aziz (2022) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara optimisme terhadap resiliensi pada pedagang kaki lima di Surabaya. Optimisme berguna untuk tetap memiliki tujuan hidup, cara pandang yang positif serta dapat memaknai peristiwa yang dialami secara positif, sehingga dapat membantu individu dalam menghadapi masalah.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan referensi bagi peneliti selanjutnya, khususnya mengenai optimisme dan resiliensi mahasiswa yang bekerja di bidang psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan kepada pembaca dalam memahami resiliensi, khususnya bagi mahasiswa yang bekerja. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan resiliensi mahasiswa yang bekerja.

F. Sistematika Pembahasan

Ada lima bab dalam sistem penulisan penelitian ini. Di dalam bab I menjelaskan mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan, manfaat, dan sistematika penelitian. Selanjutnya pada bab II menjelaskan mengenai kajian teoritis yang menjadi acuan dalam penelitian ini. Kajian teori yang akan dibahas meliputi pengertian, faktor yang mempengaruhi, dan aspek-aspek. Selain itu, akan dijelaskan mengenai hubungan antar variabel yang diteliti, kerangka teoritik, dan hipotesis. Kemudian di dalam bab III akan dijelaskan mengenai rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi konseptual dan operasional, populasi, teknik sampling dan sampel, instrumen penelitian sampai analisis data. Selanjutnya, dalam bab IV berisi tentang hasil penelitian yang kemudian dilanjutkan dengan pembahasan. Bab terakhir dalam bab V adalah bab penutup, terdiri dari kesimpulan dan saran dari seluruh penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menangani stres atau tekanan, serta dalam menghadapi masalah depresi atau kecemasan (Connor & Davidson, 2003; Octaryani, 2017). Sebagaimana yang dikemukakan oleh (Salim & Fakhurrozi, 2020; Siebert, 2005) bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi kesulitan dengan menjaga kesehatan energi yang baik saat di bawah tekanan hingga mampu untuk bangkit dari keterpurukan. Pendapat lain mengatakan bahwa resiliensi diartikan sebagai suatu kemampuan untuk dapat bertahan, bangkit kembali, dan melakukan perubahan dalam keadaan yang sulit (Novianti, 2018; Pidgeon dkk., 2014; Reivich & Shatté, 2002). Resiliensi juga disebut sebagai kemampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap masalah berat yang terjadi dalam kehidupan (Ariviyanti & Pradoto, 2014; Singgih dkk., 2020). Kemudian menurut Grotberg (Muslimin, 2021) resiliensi adalah kapasitas individu untuk beradaptasi dengan keadaan yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dihindari.

Resiliensi menurut Smith (Maba, 2018) adalah kemampuan individu untuk cepat pulih dari stres. Menurut Desmita (Muslimin, 2021) mengutarakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk

mengantisipasi, meminimalkan, menghilangkan dampak-dampak negatif dari kondisi yang tidak nyaman, tidak menyenangkan yang muncul dalam kehidupan. Selanjutnya, menurut Everall dkk. (Muslimin, 2021) resiliensi menggambarkan kepribadian yang stabil atau kemampuan untuk melindungi diri dari efek negatif dari peristiwa yang sulit dan berisiko. Tokoh lain berpendapat juga bahwa resiliensi menggambarkan suatu proses, kemampuan individu, atau hasil dari adaptasi yang berhasil meskipun berhadapan dengan situasi yang mengancam (Chen & George, 2005; Merinda, 2019). Individu dengan kemampuan resiliensi tinggi akan lebih tahan, cepat bangkit dari situasi yang tidak menyenangkan serta mampu mengubah keadaan menjadi menyenangkan. Sebaliknya, individu dengan kemampuan resiliensi rendah cenderung membutuhkan waktu yang lebih lama untuk bisa menerima keadaan yang tidak menyenangkan (Muniroh, 2010; Muslimin, 2021).

2. Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Connor & Davidson (Siebert, 2005) resiliensi terdiri dari lima aspek, yakni kompetensi pribadi, percaya diri, penerimaan positif, kontrol diri, dan spiritualitas. Aspek kompetensi pribadi menggambarkan tentang kompetensi personal individu dimana ia merasa menjadi individu yang mampu mencapai tujuan meskipun dalam kondisi kegagalan atau kemunduran. Yang kedua, aspek percaya diri meliputi kepercayaan terhadap naluri, toleran kepada hal-hal buruk, dan kemampuan mengatasi akibat dari stres, sehingga individu bisa meyakini dapat menghadapi tekanan dengan sikap hati-hati dan tenang. Yang ketiga, aspek penerimaan positif

mempengaruhi kemampuan untuk menerima masalah secara positif sehingga berpengaruh terhadap kehidupan bersosial dan tetap kemampuan memelihara hubungan baik dengan sesama. Aspek keempat, kontrol diri yang dimana individu mampu mengendalikan diri sendiri untuk mencapai tujuannya. Yang kelima, aspek spiritual yang mengacu pada kemampuan individu untuk selalu berjuang karena yakin kepada Tuhan dan takdir.

Sementara itu menurut Reivich & Shatté (Misassi & Izzati, 2019) resiliensi memiliki tujuh aspek diantaranya yaitu, a) regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan, b) kontrol impuls, yakni kemampuan untuk mengendalikan dorongan diri dan menunda kepuasan, c) optimisme, yaitu kemampuan untuk percaya terhadap masa depan, d) analisis kausal, yakni kemampuan individu untuk mengenali penyebab dari permasalahannya, e) empati, yaitu kemampuan untuk memahami emosi orang lain, f) efikasi diri, yakni mendeskripsikan keyakinan tentang diri sendiri untuk memecahkan masalah, dan g) pencapaian, yaitu kemampuan seseorang untuk meningkatkan aspek positif dari diri sendiri.

3. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Resnick dkk. (Ambarini, 2019) yang dapat mempengaruhi resiliensi ada empat faktor, yakni *self-esteem* (harga diri), *social support* (dukungan social), *spirituality* (spiritualitas), dan *positive emotions* (emosi positif).

a) *Self-Esteem* (Harga Diri)

Harga diri yang positif dapat membantu individu dalam mengatasi tantangan atau tekanan.

b) *Social Support* (Dukungan Sosial)

Individu dapat menjadi lebih tangguh sebagai hasil dari dukungan sosial yang mereka terima dari pelaku sosial, yang memungkinkan mereka mampu untuk mengatasi tantangan.

c) *Spirituality* (Spiritualitas)

Spiritualitas merupakan salah satu faktor yang meningkatkan resiliensi. Dengan meyakini dan percaya bahwa Tuhan selalu menjadi penolong ketika individu mengalami hambatan atau tekanan. Menyadari bahwa tidak hanya manusia yang mampu menyelesaikan segala penderitaan yang ada, sehingga individu percaya bahwa Tuhan dapat membantu mereka.

d) *Positive Emotions* (Emosi Positif)

Emosi positif juga merupakan salah satu faktor yang penting dalam pembentukan resiliensi. Individu dengan emosi positif dapat menangani situasi yang kritis dengan lebih efektif, sehingga dengan lebih mudah individu dapat mengatasi permasalahan yang ada dalam kehidupannya.

Terdapat sudut pandang lain mengenai faktor yang mempengaruhi resiliensi, antara lain faktor individu, keluarga, komunitas dan faktor resiko (Everall dkk., 2006).

a) Faktor Individu

Faktor individu adalah faktor internal yang dapat membuat individu menjadi tangguh. Beberapa hal yang termasuk ke dalam faktor individu, yakni:

1) Fungsi kognitif atau intelegensi

Individu dengan kecerdasan tinggi memiliki kemampuan resiliensi yang lebih baik untuk memahami diri sendiri dan orang lain dalam situasi yang berbeda.

2) Strategi coping

Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang tangguh mempunyai keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik dan menggunakan strategi *problem focused coping* untuk mengatasi masalah.

3) *Locus of Control*

Dengan memiliki *locus of control*, individu mempunyai keyakinan dan kepercayaan, serta memiliki tujuan, harapan, rencana pada masa depan dan ambisi yang mampu dilakukannya.

4) Konsep Diri

Pada penelitian menyebutkan bahwa konsep diri yang positif dan harga diri yang baik membuat individu menjadi resilien.

b) Faktor Keluarga

Penelitian mengatakan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dan arahan dari orang tua, mereka akan lebih termotivasi, optimis dan yakin bahwa individu tersebut mampu untuk berhasil.

c) Faktor Komunitas atau Eksternal

Individu yang resilien cenderung mencari dan menerima dukungan dan perhatian dari orang dewasa seperti guru, pelatih, kepala sekolah maupun tetangga. Begitupula dengan membangun hubungan yang positif dengan orang lain dan mencari lingkungan baik.

d) Faktor Resiko

Beberapa faktor yang ada dalam faktor resiko yakni optimisme, regulasi emosi, emosi positif, spiritualitas, harapan, kemampuan beradaptasi, faktor demografis (usia, jenis kelamin, ras dan etnik) dan faktor-faktor lainnya yang mampu meningkatkan resiliensi sebagai fase perkembangan hidup.

B. Optimisme

1. Pengertian Optimisme

Optimisme disebut sebagai suatu sikap untuk selalu memiliki harapan baik serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan meskipun individu menghadapi kesulitan dan secara aktif berupaya menemukan solusi untuk masalah hidup (Choirunnisa & Supriatna, 2019;

Scheier & Carver, 1993). Selanjutnya Maghfirah (Tristiana dkk., 2016) juga menyebutkan bahwa optimisme adalah harapan akan terjadinya lebih banyak hal baik daripada hal buruk di masa depan. Kemudian, Sari & Eva (2021) mendefinisikan optimisme sebagai keyakinan yang muncul dari dalam diri individu yang dijadikan sebagai pedoman dalam menjalankan kehidupan selanjutnya. Individu yang memiliki rasa optimisme yang tinggi biasanya lebih baik dalam menghadapi kondisi sulit di kehidupannya. Individu yang optimis cenderung lebih bahagia dan lebih percaya diri dalam melaksanakan pekerjaannya sehari-hari (Kurniati & Umar Fakhruddin, 2018).

Optimisme berarti keyakinan akan hal-hal baik dari apa yang dilakukan oleh individu (M. Seligman, 2006). Individu dengan sikap optimis menjadikannya keluar dengan cepat dari permasalahan yang menimpanya, sehingga individu mampu untuk meraih kesuksesan dan tampil lebih baik jika dibandingkan dengan individu yang tidak optimis. Hal ini terjadi karena individu yang optimis akan bekerja lebih keras untuk menemukan cara yang lebih baik untuk menyelesaikan masalah (Chang, 2001; Muslimah & Satwika, 2019). Pendapat lain pun mengatakan bahwa optimisme adalah suatu keyakinan bahwa segala sesuatu akan berjalan dengan baik (Lopez & Snyder, 2003). Optimisme mampu mengatasi tantangan, terbukti dengan kemampuannya membuat orang merasa lebih baik dan sehat secara fisik dan tidak mudah mengalami depresi.

Optimisme adalah kemampuan untuk menginterpretasikan secara positif semua peristiwa dan pengalaman hidup seseorang, dimulai dengan pemikiran

seseorang dan berlanjut melalui tindakan seseorang (Lestari dkk., 2022). Pendapat lain mengatakan bahwa optimisme merupakan pemikiran yang dipenuhi dengan harapan positif bahwa segala sesuatu akan menjadi lebih baik, dapat meningkatkan kepuasan dan kualitas hidup, mengurangi emosi negatif, dan membantu membangun ketahanan (Gao dkk., 2019). Selain itu, optimisme di definisikan sebagai harapan atau keyakinan bahwa hal-hal baik akan terjadi di bidang-bidang penting dalam kehidupan (Satici, 2019). Berpikir positif membantu individu menjadi lebih sukses dalam segala aspek kehidupan mereka karena individu yang optimis memanfaatkan potensinya. Oleh karena itu, untuk mencapai kesuksesan yang diinginkan, diperlukan optimisme yang tinggi dalam hidup untuk selalu memandang situasi secara positif.

2. Aspek-aspek Optimisme

Adapun aspek-aspek yang dapat dilakukan untuk mengukur optimism tergolong menjadi dua (Scheier dkk., 2010), yakni sebagai berikut:

a) Tujuan

Tindakan yang dianggap diinginkan atau tidak diinginkan disebut sebagai tujuan. Individu mencoba untuk menyesuaikan perilaku mereka dengan yang mereka inginkan dan menjauhkan diri dari apa yang tidak mereka inginkan. Nilai motivasi meningkat seiring dengan seberapa penting tujuan tersebut baginya. Begitu sebaliknya, tanpa memiliki tujuan, individu tidak memiliki alasan untuk bertindak.

b) Harapan

Tindakan untuk merencanakan jalan keluar demi upaya mencapai tujuan disebut sebagai harapan. Jika individu ragu-ragu, tidak akan ada tindakan. Sebelum atau selama tindakan, keraguan dapat mencegah individu mencapai tujuannya. Hanya mereka yang memiliki harapan tinggi yang dapat bertahan dalam usaha mereka.

3. Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Optimisme dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, akumulasi pengalaman (Seligman, 2008).

a) Dukungan Sosial

Individu bisa merasa lebih optimis ketika mendapat dukungan yang cukup karena dapat meyakinkan mereka bahwa bantuan akan selalu tersedia saat mereka membutuhkannya.

b) Kepercayaan diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi terhadap apa yang dimilikinya dan terhadap kemampuannya memiliki tingkat optimisme yang tinggi.

c) Harga diri

Individu yang memiliki harga diri tinggi selalu termotivasi untuk menjaga citra positif dirinya dan mencari aset pribadi yang dapat mengimbangi kegagalan, sehingga mereka selalu berusaha lebih keras dan lebih baik lagi dalam usaha selanjutnya.

d) Akumulasi Pengalaman

Pengalaman individu ketika menghadapi masalah atau tantangan terutama pengalaman sukses, dapat menumbuhkan sikap optimis dalam menghadapi tantangan yang akan datang.

C. Pengaruh Antar Variabel

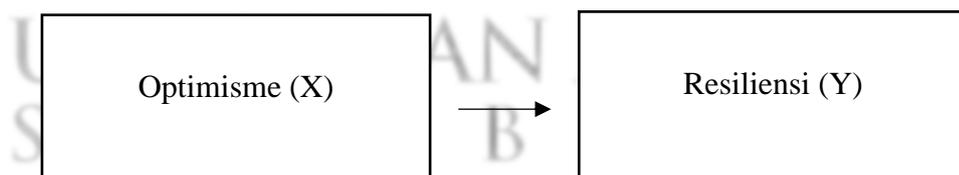
Penelitian Panchal dkk. (2016) menunjukkan bahwa optimisme memiliki pengaruh positif dengan resiliensi. Semakin tinggi tingkat optimisme individu maka tingkat resiliensi individu juga tinggi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat optimisme, maka resiliensi individu akan rendah pula. Penelitian oleh Mangestuti dkk. (2020) juga mengatakan hal yang sama bahwa optimisme merupakan variabel yang secara langsung mempengaruhi resiliensi. Optimisme berkaitan dengan hasil-hasil positif yang diinginkan individu seperti kondisi moral yang baik, pencapaian yang memuaskan, dan adanya kemampuan untuk menghadapi masalah atau tekanan yang muncul (Khoirunnisa & Ratnaningsih, 2016).

Selanjutnya, penelitian oleh Andriyaniputri dkk. (2022) menunjukkan hal yang sama, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara optimisme terhadap resiliensi. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh (Prasetyaningrum & Imadanty, 2022) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara optimisme dengan resiliensi. Menurut Hendriani (2018) mengatakan bahwa perasaan optimisme membawa individu pada tujuan yang diinginkan, dimana ia percaya pada diri dan kemampuan yang dimilikinya. Individu dengan sikap optimis menjadikannya keluar dengan cepat

dari permasalahan yang dihadapi karena adanya pemikiran dan perasaan memiliki kemampuan, yang juga didukung oleh pemikiran bahwa setiap individu memiliki keberuntungannya sendiri.

D. Kerangka Teoritik

Menurut Molinero dkk. (2018) optimisme berpengaruh secara positif terhadap resiliensi, dimana semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi pula resiliensi individu. Pada penelitian Kalisha & Sundari (2022) juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh optimisme terhadap resiliensi. Selanjutnya, pada penelitian Musafiri & Umroh (2022) menyatakan bahwa adanya hubungan kuat yang signifikan antara optimism dan resiliensi dengan arah positif, yang apabila tingkat resiliensi tinggi maka tingkat optimisme juga tinggi dan begitu sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah optimisme berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja. Kerangka teori penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. 1 Kerangka Teoritik

Gambar 2.1 menjelaskan bahwa optimisme berpengaruh terhadap resiliensi, dimana semakin tinggi optimisme yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya.

E. Hipotesis

Hipotesis di dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara optimisme terhadap resiliensi mahasiswa yang bekerja.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif korelasional. Metode korelasional dilakukan untuk menganalisa keterhubungan sebab akibat yang telah dibuat (Sugiyono, 2016). Begitu juga dengan penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara optimisme terhadap resiliensi.

B. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti yakni satu variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y):

- Variabel Bebas/*Independent Variable* (X) : Optimisme
- Variabel Terikat/*Dependent Variable* (Y) : Resiliensi

C. Definisi Operasional

a. Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan menghadapi tekanan yang diukur dari kompetensi pribadi, kepercayaan diri, penerimaan positif, kontrol diri, dan spiritualitas.

b. Optimisme

Optimisme adalah kecenderungan individu tentang harapan yang positif terhadap masa depan ditinjau dari tujuan dan harapan.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yakni mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya yang menjalani kuliah sambil bekerja. Peneliti tidak mengetahui secara jelas jumlah populasi mahasiswa yang bekerja, dikarenakan tidak semua mahasiswa memiliki pekerjaan saat kuliah.

2. Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling*. Jenis teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *quota sampling*. Menurut Sugiyono (2017), *quota sampling* merupakan teknik penentuan sampel dari populasi dengan cara menetapkan karakteristik tertentu hingga jumlah (kuota) yang diinginkan.

3. Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel *Isaac dan Michael* (Sugiyono, 2016). Berdasarkan tabel perhitungan tersebut populasi tak terhingga/tidak diketahui dengan taraf kesalahan 10% adalah 272, maka jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang bekerja sebanyak 272 orang.

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Gambar 3. 1 Tabel Isaac & Michael

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Connor & Davidson Resilience Scale-10 version* (Campbell-Sills & Stein, 2007) untuk mengukur variabel resiliensi dan *Life Orientation Test-Revised (LOT-R)* (Agustina & Aswin, 2021; Scheier dkk., 1994) untuk mengukur variabel optimisme.

1. Resiliensi

a. Definisi Operasional

Resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan menghadapi tekanan yang diukur dari kompetensi pribadi, kepercayaan diri, penerimaan positif, kontrol diri, dan spiritualitas.

b. Alat Ukur

Variabel resiliensi diukur menggunakan *Connor & Davidson Resilience Scale-10 version* (CD-RISC 10) yang disusun oleh Campbell-

Sills & Stein (2007) dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Connor & Davidson (2003). Adapun rincian skala resiliensi disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3.1 Blue print Skala Resiliensi

Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
<i>Hardiness</i>	1, 3, 4, 5, 7, 10	6
<i>Persistence</i>	2, 6, 8, 9	4
Total		10

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala likert, yang mana pada setiap pernyataannya akan diberikan empat pilihan jawaban dalam skala resiliensi antara lain; Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Seluruh aitem dalam skala ini bersifat *favourabel*. Selanjutnya, setiap alternatif jawaban diberikan 4 poin untuk pilihan sangat sesuai (SS), 3 poin untuk pilihan sesuai (S), 2 poin untuk pilihan tidak sesuai (TS), dan 1 poin untuk pilihan sangat tidak sesuai (STS).

c. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Validitas

Uji validitas digunakan untuk menunjukkan tingkat kelayakan atau ketepatan suatu alat ukur dalam penelitian. Standar nilai validitas yang digunakan untuk menentukan valid atau tidaknya aitem tidak kurang dari 0,30 (Muhid, 2019). *Connor & Davidson Resilience Scale-10 version* terdiri dari 10 aitem yang menjalani satu kali putaran pada analisisnya. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala Resiliensi

Aitem	<i>Correlated Item-Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
Y1	.691	0,30	Valid
Y2	.716	0,30	Valid
Y3	.710	0,30	Valid
Y4	.643	0,30	Valid
Y5	.759	0,30	Valid
Y6	.717	0,30	Valid
Y7	.722	0,30	Valid
Y8	.745	0,30	Valid
Y9	.760	0,30	Valid
Y10	.704	0,30	Valid

Berdasarkan tabel di atas, dari seluruh butir item pada skala resiliensi yang di uji memiliki status valid karena memiliki koefisien > 0,30.

2) Reliabilitas

Menurut (Sugiyono, 2017) menyatakan bahwa uji reliabilitas mengukur seberapa besar kemungkinan pengukuran yang dilakukan dengan objek yang sama akan menghasilkan data yang sama.. Dalam penelitian ini, reliabilitas instrument diukur melalui uji *cornbach's alpha*. Ketika koefisien *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$ maka diartikan reliabel (Azwar, 2017). Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
.894	10

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diatas sebesar 0,894 hal tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan instrument skala resiliensi (10 item) tersebut reliabel.

2. Optimisme

a. Definisi Operasional

Optimisme adalah kecenderungan individu tentang harapan yang positif terhadap masa depan ditinjau dari tujuan dan harapan.

b. Alat Ukur

Pengukuran optimisme dalam penelitian ini menggunakan instrument Lot-R (*life orientation test -revised*) berdasarkan dimensi yang dibuat oleh Scheier & Carver (Chang, 2001). Adapun rincian skala optimisme disajikan dalam table berikut:

Tabel 3.4 Blue print Skala Optimisme

Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
Tujuan	1, 4, 10	3
Harapan	3, 7, 9	3
<i>Item fillers</i>	2, 5, 6, 8	4
Total		10

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala likert, yang mana pada setiap pernyataannya akan diberikan empat pilihan jawaban dalam skala optimisme antara lain; Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Selanjutnya, setiap alternatif jawaban diberikan 4 poin untuk pilihan sangat sesuai (SS), 3 poin untuk pilihan sesuai (S), 2 poin untuk pilihan tidak sesuai (TS), dan 1 poin untuk pilihan sangat tidak sesuai (STS).

c. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Validitas

Menurut Muhid (2019) nilai validitas standar aitem yang digunakan untuk menentukan valid atau tidaknya aitem tidak kurang dari 0,30. Skala LOT-R (*Life Orientation Test-revised*) terdiri dari 6 aitem yang menjalani satu kali putaran pada analisisnya. Hasil analisis aitem tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Skala Optimisme

Aitem	<i>Correlated Item-Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
X1	.554	0,30	Valid
X3	.560	0,30	Valid
X4	.676	0,30	Valid
X7	.599	0,30	Valid
X9	.590	0,30	Valid
X10	.645	0,30	Valid

Berdasarkan tabel di atas, dari seluruh butir item pada skala optimisme yang di uji memiliki status valid karena memiliki koefisien $> 0,30$.

2) Reliabilitas

Dalam penelitian ini, reliabilitas instrument diukur melalui uji *cornbach's alpha*. Ketika koefisien *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$ maka diartikan reliabel (Azwar, 2017). Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Optimisme

Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
.647	6

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diatas sebesar 0,647 hal tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan instrument skala optimisme (6 item) tersebut reliabel.

F. Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah data penelitian dari responden terkumpul. Analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial adalah dua jenis analisis yang dilakukan pada penelitian. Analisis statistik deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan data yang terkumpul tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku secara umum atau generalisasi, sedangkan analisis statistik inferensial adalah statistik untuk menganalisis data yang hasilnya digunakan sebagai pembuatan kesimpulan (Sugiyono, 2013). Analisis statistik inferensial yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana atau *Simple Linear Regression* merupakan hubungan linier antara dua variabel di mana salah satu variabel dianggap memengaruhi variabel yang lain (Suyono, 2015).

Rumus regresi linier sederhana sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Resiliensi

X = Optimisme

a = Konstanta

b = Koefisien regresi (kemiringan), besaran *response* yang ditimbulkan oleh *Predictor*

Sebelum melakukan analisis, terdapat beberapa uji prasyarat yang harus dipenuhi, sebagai berikut:

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat nilai dalam data telah terdistribusi normal atau tidak (Arifin, 2017). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan taraf nilai signifikan $> 0,05$ maka sebaran data tersebut normal. Sedangkan jika nilai signifikan $< 0,05$, maka sebaran data disebut tidak normal. Berikut hasil uji normalitas:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Unstandardized Residual	
N	272
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200

Dari hasil uji normalitas tersebut, nilai signifikansi dari uji normalitas sebesar $0,200 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan (Sugiyono, 2016). Data yang baik seharusnya memiliki hubungan linier antara variabel dependen dan variabel independen. Jika nilai signifikansi *deviation from linearity* $>0,05$ maka dinilai terdapat hubungan yang linear antara variabel dependen dan variabel independen. Namun bila nilai signifikansi *deviation from linearity* $<0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel tersebut. Berikut hasil uji linieritas:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Deviation From Linearity</i>		Ket
	F	Sig	
Resiliensi* Optimisme	1.172	.303	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas diketahui nilai signifikansi dari variable resiliensi terhadap optimisme yaitu $0,303 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara resiliensi dan optimisme.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahapan, antara lain mengidentifikasi masalah penelitian, melakukan kajian literatur, menentukan dan memilih subjek yang sesuai dengan kriteria untuk menjawab rumusan masalah, serta penyiapan data instrumen yang digunakan sebagai alat ukur penelitian. Selanjutnya, pengambilan data dikumpulkan secara online menggunakan bantuan *google formulir* yang dilakukan dari tanggal 27 Desember 2022 sampai 7 Januari 2023. Setelah semua data terkumpul, peneliti menggunakan *IBM SPSS Statistics 25* untuk mengolah semua data dan menyusun laporan penelitian.

1. Deskripsi Data Demografis Subyek

Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang bekerja. Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa mayoritas subyek lebih di dominasi oleh perempuan sejumlah 191 dengan presentase 67,6%, sedangkan subyek laki-laki berjumlah 81 dengan presentase sebesar 29,8%.

Tabel 4.1 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	81	29,8 %
Perempuan	191	67,6 %
Total	272	100,0 %

Berdasarkan tabel 4.2 mayoritas usia subyek adalah di bawah 20 tahun sampai di atas 22 tahun. Mayoritas mahasiswa yang bekerja berusia 20-22 tahun berjumlah 157 subyek dengan presentase sebesar 57,7%, sedangkan yang berusia kurang dari 19 tahun berjumlah 35 subyek dengan presentase sebesar 12,9%. Selanjutnya subyek dengan usia lebih dari 23 tahun berjumlah 80 orang dengan presentase sebesar 29,4%.

Tabel 4.2 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase
<19 tahun	35	12,9 %
20-22 tahun	157	57,7 %
>23 tahun	80	29,4 %
Total	272	100,0 %

Selanjutnya, pada tabel 4.3 klasifikasi berdasarkan pekerjaan, mayoritas pekerjaan yang di miliki oleh subyek adalah bekerja *Part Time*. Mayoritas mahasiswa yang bekerja *Part Time* sebanyak 181 orang dengan presentase sebesar 66,5%. Lalu, pada mahasiswa yang bekerja *Full Time* ada sebanyak 91 orang dengan presentase sebesar 33,5%.

Tabel 4. 3 Hasil Klasifikasi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Presentase
<i>Part Time</i>	181	66,5 %
<i>Full Time</i>	91	33,5 %
Total	272	100,0 %

2. Kategorisasi Variabel

Kategorisasi variabel resiliensi dan optimisme digunakan untuk mengetahui berapa jumlah subjek yang berada dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi. Deskripsi data variabel dalam penelitian ini dari segi data maksimum, minimum, mean dan standar deviasi dihitung dengan menggunakan IBM SPSS Statisticks 25 menghasilkan nilai berikut:

Tabel 4.4 Tabel Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	272	15	40	31,92	4,921
Optimisme	272	10	24	19,12	2,662
Valid N (listwise)	272				

Pada variabel resiliensi memiliki nilai minimal 15 dan nilai maksimal 40, kemudian untuk nilai rata-rata atau mean memiliki nilai 31,92 dan nilai standar deviasi sebesar 4,921. Selanjutnya, pada variabel optimisme memiliki nilai minimal 10 dan nilai maksimal 24, kemudian untuk nilai rata-rata atau mean memiliki nilai 19,12 dan nilai standar deviasi sebesar 2,662.

Namun sebelum mengetahui kategori rendah, sedang dan tinggi diperlukan pedoman untuk memberikan kategorisasi pada variabel sesuai pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Pedoman Kategorisasi Variabel

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M = Mean

SD = Standart Deviasi

Dari rumus diatas menghasilkan beberapa kategorisasi dari variabel dalam penelitian ini dengan hasil berikut:

a. Klasifikasi Kategori Variabel Resiliensi

Kategori variabel resiliensi diklasifikasikan berdasarkan rumus berikut:

$$\text{Kategori Rendah} = X < (M - 1SD)$$

$$X < (31,92 - 1 (4,921))$$

$$X < (26,999)$$

$$\text{Kategori Sedang} = (M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$$

$$(31,92 - 1 (4,921)) \leq X < (31,92 + 1(4,921))$$

$$26,999 \leq X < 36,841$$

$$\text{Kategori Tinggi} = (M + 1SD) \leq X$$

$$(31,92 + 1(4,921)) \leq X$$

$$36,841 \leq X$$

b. Klasifikasi Kategori Variabel Optimisme

Kategori variabel optimisme diklasifikasikan berdasarkan rumus berikut:

$$\text{Kategori Rendah} = X < (M - 1SD)$$

$$X < (19,12 - 1(2,662))$$

$$X < (16,458)$$

$$\text{Kategori Sedang} = (M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$$

$$(19,12 - 1(2,662)) \leq X < (19,12 + 1(2,662))$$

$$16,458 \leq X < 21,782$$

$$\text{Kategori Tinggi} = (M + 1SD) \leq X$$

$$(19,12 + 1(2,662)) \leq X$$

$$21,782 \leq X$$

Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Variabel Resiliensi

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	32	11,8%
Sedang	192	70,6%
Tinggi	48	17,6%
Total	272	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel resiliensi pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa 32 mahasiswa yang bekerja berada pada kelompok resiliensi rendah dengan presentase sebesar 11,8%, 192 mahasiswa dengan resiliensi sedang dengan presentase sebesar 70,6%, dan 48 mahasiswa memiliki resiliensi tinggi dengan presentase sebesar 17,6%.

Tabel 4.7 Hasil Kategori Variabel Optimisme

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	28	10,8%
Sedang	197	72,4%
Tinggi	47	17,3%
Total	272	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel resiliensi pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa 28 mahasiswa yang bekerja berada pada kelompok optimisme rendah dengan presentase sebesar 10,8%, 197 mahasiswa dengan optimisme sedang dengan presentase sebesar 72,4%, dan 47 mahasiswa memiliki optimisme tinggi dengan presentase sebesar 17,3%.

3. Data Tabulasi Silang

Data tabulasi silang berisikan informasi dari data variabel dengan data demografis. Pada tabel 4.8 kelompok laki-laki dan perempuan mayoritas memiliki tingkat resiliensi sedang. Kemudian, diikuti oleh jumlah kategori resiliensi yang tinggi baik pada laki-laki maupun perempuan.

Tabel 4.8 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Jenis Kelamin

Resiliensi	Jenis kelamin		Total
	Perempuan	Laki-laki	
Rendah	21 (11%)	11 (13,6%)	32 (100%)
Sedang	143 (74,9%)	49 (60,5%)	192 (100%)
Tinggi	27 (14,1%)	21 (25.9%)	48 (100%)

Selanjutnya pada tabulasi silang kedua menggambarkan usia dengan resiliensi. Kategori resiliensi yang sedang banyak dirasakan oleh subjek pada usia 20 – 22 tahun sejumlah 110 orang.

Tabel 4.9 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Usia

Resiliensi	Usia			Total
	<19 thn	20-22 thn	>23 thn	
Rendah	5 (14,3%)	21 (13,4%)	6 (7,5%)	35 (100%)
Sedang	24 (68,6%)	110 (70,1%)	58 (72,5%)	157 (100%)
Tinggi	6 (17,1%)	26 (16,6%)	16 (20%)	80 (100%)

Tabulasi silang ketiga menyajikan data resiliensi dengan optimisme. Hasil tabulasi silang resiliensi dengan optimisme menunjukkan mayoritas siswa memiliki resiliensi yang sedang serta optimisme yang sedang juga.

Tabel 4.10 Tabulasi Silang Resiliensi dengan Optimisme

Resiliensi	Optimisme			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	14 (43,8%)	18 (56,3%)	0 (0%)	32 (100%)
Sedang	14 (7,3%)	157 (81,8%)	21 (10,9%)	192 (100%)
Tinggi	0 (0%)	22 (45,8%)	26 (54,2%)	48 (100%)

Selanjutnya, pada tabulasi silang antara pekerjaan dengan resiliensi diketahui bahwa mayoritas subyek yang bekerja secara part time berada pada resiliensi yang sedang. Kemudian subyek yang bekerja secara full time juga berada pada resiliensi yang sedang pula.

Resiliensi	Pekerjaan		Total
	Part Time	Full Time	
Rendah	19 (10,5%)	13 (13,6%)	32 (100%)
Sedang	130 (71,8%)	62 (60,5%)	192 (100%)
Tinggi	32 (17,7%)	16 (25,9%)	48 (100%)

B. Pengujian Hipotesis

Hasil analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana pada program komputer *IBM SPSS Statistics 25* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Uji-t)

Coefficients^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	7,297	1,558	4,684	0,000
	Optimisme	1,288	0,081	0,697	15,960

a. *Dependent Variable:* Resiliensi

Berdasarkan tabel 4.11 menunjukkan bahwa nilai konstanta 7,292 dan nilai koefisien dari variabel optimisme adalah 1,288. Maka dari itu diperoleh model regresi sebagai berikut:

$$Y = 7,292 + 1,288X$$

Keterangan:

Y= Resiliensi (7,292)

X= Optimisme (1,288)

Berdasarkan perhitungan di atas, didapat arah pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Sehingga dapat diketahui arah pengaruh X terhadap Y apakah positif atau negatif pada konstanta variabel bebas (X) dengan penjelasan berikut:

- 1) Nilai konstanta 7,292 menunjukkan tanpa adanya pengaruh variabel bebas (X) yakni optimisme, maka variabel terikat tetap sejumlah nilai tersebut atau konstanta.
- 2) Nilai koefisien 1,288 pada variabel X bernilai positif. Nilai tersebut menunjukkan jika optimisme ditingkatkan maka resiliensi akan meningkat sejumlah nilai tersebut.

Selanjutnya, berdasarkan nilai t diketahui bahwa $t_{hitung} 15,960 > t_{tabel} 9,328$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel optimisme berpengaruh terhadap variabel resiliensi. Nilai koefisien sebesar 15,960 menunjukkan nilai positif yang menyatakan bahwa semakin tinggi optimisme yang dimiliki mahasiswa bekerja, maka akan semakin tinggi pula resiliensinya.

Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Koefisien Determinasi)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.697 ^a	0,485	0,484	3,537

a. Predictors: (Constant), Optimisme

Dalam tabel 4.12 tersebut nilai R Square sebesar 0,485 yang artinya pengaruh optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa yang bekerja di UIN Sunan Ampel Surabaya adalah sebesar 48,5% dan sisanya 51,5% kontribusi dari variabel lainnya.

Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana (Uji-F)

ANOVA ^a						
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	3186,097	1	3186,097	254,716	.000 ^b
	Residual	3377,281	270	12,508		
	Total	6563,379	271			

a. Dependent Variable: Resiliensi

b. Predictors: (Constant), Optimisme

Pada tabel 4.13 diatas diperoleh F-hitung sebesar 254,716 dengan nilai Sig. sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dalam hal ini dapat diartikan bahwa variabel optimisme berpengaruh terhadap

resiliensi, sehingga variabel tersebut dapat digunakan untuk memprediksi variabel resiliensi.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana yang telah dilakukan, dapat terlihat bahwa variabel optimisme memiliki pengaruh terhadap variabel resiliensi. Dengan kata lain, hipotesis dalam penelitian ini diterima. Optimisme berkontribusi terhadap tingginya resiliensi pada mahasiswa yang bekerja. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Mahasin & Harsono (2022) bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan resiliensi, apabila tingkat resiliensi pada individu tinggi maka tingkat optimisme juga tinggi, begitu pun sebaliknya. Hal yang sama juga terdapat dalam penelitian Mangestuti dkk. (2020) yang mengatakan bahwa optimisme merupakan variabel yang secara langsung mempengaruhi resiliensi. Dengan kata lain, optimisme memberi lebih banyak dampak besar pada individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi.

Di dalam tabel kategorisasi demografis terlihat bahwa mayoritas perempuan lebih resilien daripada laki-laki. Sesuai dengan penelitian Oktaverina (2021) yang menunjukkan bahwa subyek perempuan secara signifikan mengungguli laki-laki dalam kemampuan resiliensi mereka. Hal tersebut dikarenakan perempuan lebih mampu menggunakan faktor resiliensi seperti empati, komunikasi, mencari bantuan, dan dukungan sosial lainnya untuk menghadapi masalah, sehingga perempuan memiliki kemampuan resiliensi yang lebih tinggi daripada laki-laki (Oktaverina, 2021; Sun & Stewart, 2007). Dapat disimpulkan

bahwa tinggi rendahnya resiliensi sangat berpengaruh pada kehidupan mahasiswa yang bekerja.

Selain itu pada tabel kategorisasi demografis terlihat bahwa mayoritas mahasiswa perempuan memiliki optimisme lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini didukung oleh penelitian (Gupta, 2016) yang mengatakan bahwa tingkat optimisme perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Meningkatnya resiliensi disebabkan karena adanya sikap positif pada individu, salah satunya yaitu memiliki sikap optimis. Tinggi rendahnya tingkat optimisme yang dimiliki oleh mahasiswa akan mempengaruhi keadaan individu, sehingga penting untuk mahasiswa selalu memiliki pikiran positif dan sehat agar individu meyakini bahwa ia mampu meraih tujuan hidupnya (Gale & Fauziah, 2018; Scheier dkk., 2010).

Berdasarkan hasil kategori optimisme yang dimiliki oleh mahasiswa, mayoritas subyek memiliki tingkat optimisme yang sedang. Tingkat optimisme yang dimiliki oleh mahasiswa menggambarkan tinggi rendahnya tingkat resiliensi. Individu yang optimis mampu bekerja dan belajar lebih baik daripada orang yang pesimis, mencapai nilai dan prestasi yang lebih baik, berkembang, mampu menghadapi tekanan dan mengatasi kesulitan, serta hidup lebih lama dan lebih sehat (Nishaat, 2021; M. Seligman, 2006). Dalam hal ini sangat penting bagi mahasiswa untuk memiliki rasa optimis ketika harus membagi waktu untuk berkuliah dan juga bekerja sehingga individu dapat meyakini dirinya sendiri bahwa individu mampu menghadapi kesulitan dan juga tantangan dengan baik dan positif.

Selanjutnya, pada hasil kategori resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa, mayoritas subyek memiliki tingkat resiliensi yang sedang pula. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik mampu menerima perubahan, toleran terhadap stres, memiliki kontrol diri yang baik dan berhubungan baik dengan orang lain (Andriyani, 2019; Connor & Davidson, 2003). Oleh karena itu, mahasiswa perlu untuk memiliki tingkatan resilien yang baik agar ia mampu menghadapi permasalahan yang datang dari pekerjaan maupun pendidikannya, karena sesuai dengan penelitian Muslimin (2021) yang menyatakan bahwa individu yang dengan kemampuan resiliensi yang tinggi maka ia akan lebih tahan, cepat bangkit dari kesulitan dan kondisi yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan hasil kategori tabulasi silang terlihat bahwa mayoritas subyek berada pada tingkat resiliensi dan optimisme yang sedang dan tinggi. Yang mana kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat optimisme yang tinggi akan mendorong tingginya resiliensi pula. Hal tersebut di dukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara optimism dan resiliensi dengan arah positif, yang apabila tingkat resiliensi tinggi maka tingkat optimisme juga tinggi dan begitu sebaliknya (Musafiri & Umroh, 2022). Oleh karena itu, resiliensi dapat dipengaruhi beberapa aspek kehidupan salah satunya aspek sosial dengan melihat situasi secara optimis (Bidzan-Blumadkk., 2020).

Di dalam hasil kategorisasi responden terlihat bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja lebih banyak mengambil pekerjaan secara *part time*. Pada hasil

tabulasi silang, mayoritas mahasiswa yang bekerja secara part time memiliki tingkat resiliensi yang sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian Usroh & Ratna Ningrum (2018), yang mengatakan bahwa mahasiswa yang bekerja *part time* memiliki tingkat resiliensi yang sedang dan cukup baik. Apabila resiliensi pada individu meningkat, maka ia akan mampu beradaptasi dengan berbagai kondisi yang berubah-ubah dan mampu menghadapi tantangan (Salim & Fakhurrozi, 2020). Sehingga mahasiswa yang bekerja secara *part time* maupun *full time*, dapat menyakini bahwa ia mampu menghadapi permasalahan dalam dunia perkuliahan maupun pekerjaannya. Hal ini berarti optimisme sangat dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi pada mahasiswa yang bekerja.

Berdasarkan pada hasil uji f memiliki nilai sebesar 254,716 dengan nilai Sig. sebesar 0,000 yang artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Kemudian pada hasil uji koefisien determinasi pada variabel optimisme dan resiliensi masing-masing menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Nilai koefisien determinasi menunjukkan kontribusi optimisme terhadap resiliensi sebesar 48,5%. Dengan kata lain optimisme memiliki kontribusi penting dalam pembentukan resiliensi individu. Dari sini dapat diketahui bahwa mahasiswa yang bekerja memerlukan optimisme agar dapat meningkatkan resiliensi, sehingga individu dapat terus berusaha keras, mampu bertahan di kondisi yang sulit, meyakinkan diri untuk menghadapi banyak tantangan, karena adanya keberhasilan yang dipercayai oleh individu (Mahasin & Harsono, 2022; Scheier dkk., 2010; Shabrina dkk., 2021).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa yang bekerja. Semakin tinggi optimisme yang dimiliki mahasiswa yang bekerja, maka semakin tinggi pula resiliensinya. Sebaliknya, semakin rendah optimisme maka akan semakin rendah juga tingkat resiliensi mahasiswa yang bekerja. Optimisme yang tinggi mampu untuk membuat mahasiswa untuk dapat menghadapi segala permasalahan dan tidak meyerah dalam kondisi apapun, sehingga mahasiswa dapat menjalankan segala tanggungjawabnya dengan baik.

B. Saran

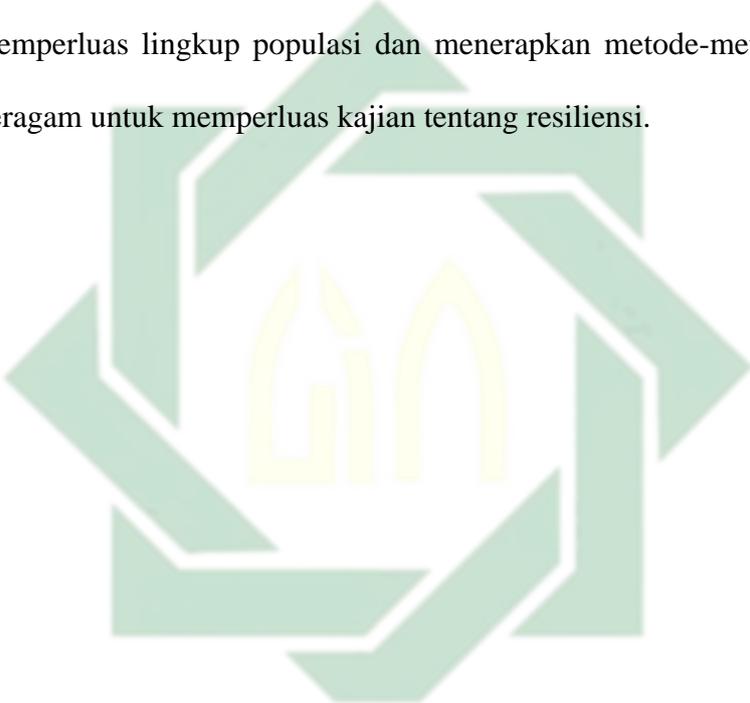
Beberapa saran yang dapat peneliti berikan kepada pihak-pihak terkait ataupun peneliti selanjutnya, yakni:

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, diharapkan mahasiswa untuk melatih dan meningkatkan optimismenya serta tetap berusaha bangkit kembali saat menghadapi tantangan atau kesulitan, dan menyakinkan diri untuk selalu berpikir positif ketika mengalami keadaan yang sulit.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya. Peneliti menyadari banyak kekurangan dalam penyusunan penelitian ini, namun diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan resiliensi dengan memasukkan variabel tambahan, selain itu dapat memperluas lingkup populasi dan menerapkan metode-metode lain yang beragam untuk memperluas kajian tentang resiliensi.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, C. P. H., Samsul, R. H., & Dinda, P. H. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *AL-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
- Agustina, D. (2021). RESILIENSI PADA MAHASISWA YATIM (Studi Kasus tentang Resiliensi pada Mahasiswa Yatim di Universitas Negeri Yogyakarta). *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 7(1).
- Agustina, V. F., & Aswin, I. M. (2021). OPTIMISME SEBAGAI MEDIATOR HUBUNGAN ISOLASI SOSIAL DENGAN DEPRESI PADA MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, 5(1).
- Ali, M., Gazadinda, R., & Rahma, N. (2020). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 102–110. <https://doi.org/10.21009/jppp.092.08>
- Aman. (2020). A Study of Optimism and Resilience. *Indian Journal of Positive Psychology*, 11(4), 402–404. <https://doi.org/10.15614/IJPP/2020/V11I4/207697>
- Ambarini, D. A. S. (2019). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PADA JANDA CERAI MATI*. UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA.
- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran Kecerdasan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Awal. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 67–90. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1261>
- Andriyani, J. (2019). *STRATEGI COPING STRES DALAM MENGATASI PROBLEMA PSIKOLOGIS*. 2(2). <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>
- Andriyaniputri, A., Jamain, R. R., & Permatasari, N. (2022). KONTRIBUSI OPTIMISME DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI MENGERJAKAN SKRIPSI MAHASISWA ILMU PENDIDIKAN. *JURNAL NUSANTARA OF RESEARCH*, 9(3), 264–281.
- Arifin, J. (2017). *SPSS 24 untuk Penelitian dan Skripsi*. PT. Elex Media Komputindo.
- Ariviyanti, N., & Pradoto, D. W. (2014). FAKTOR-FAKTOR YANG MENINGKATKAN RESILIENSI MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI BENCANA ROB DI KELURAHAN TANJUNG EMAS

- SEMARANG. Dalam *Jurnal Teknik PWK* (Vol. 3). <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/pwk>
- Astuti, F., & Edwina, T. N. D. (2017). RESILIENSI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM KELAS KARYAWAN DITINJAU DARI KONSEP DIRI. *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi*. www.blog.
- Ayu, D., Triwijayanti, K., Dewi, D., & Astiti, P. (2019). Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri Terhadap Tingkat Work-Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 320–327.
- Aziz, M. A. (2022). PERANAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI PADA PEDAGANG KAKI LIMA (PKL) DIMASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Psikologi Indonesia: Persona*, 1(1).
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- BBC Magazine. (2015). *Survei: Mahasiswa Inggris yang Bekerja Sambil Kuliah Meningkat*. DetikNews. <https://news.detik.com/bbc-world/d-2988124/survei-mahasiswa-inggris-yang-bekerja-sambil-kuliah-meningkat>
- Bidzan-Bluma, I., Bidzan, M., Jurek, P., Bidzan, L., Knietzsch, J., Stueck, M., & Bidzan, M. (2020). A Polish and German Population Study of Quality of Life, Well-Being, and Life Satisfaction in Older Adults During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.585813>
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Chang, E. C. (Ed). (2001). *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice*. American Psychological Association.
- Chen, J. de, & George, R. A. (2005). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families. *The Family Journal*, 13(4), 452–455. <https://doi.org/10.1177/1066480705278686>
- Choirunnisa, K., & Supriatna, U. Y. (2019). Hubungan antara Optimisme dan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Penderita Leukemia di Rumah Cinta Kanker Bandung. *Prosiding Psikologi*, 5(2).
- CNN. (2021). *Diduga Stres Tugas Kuliah, Mahasiswi di Yogya Bunuh Diri*. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20211022132907-12-710976/diduga-stres-tugas-kuliah-mahasiswi-di-yogya-bunuh-diri>

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003a). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003b). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Damayana, A. (2018). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Resiliensi Pada Orangtua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental*. Pekanbaru: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Databoks. (2021). *PTS Sumbang 79,5% Mahasiswa Putus Kuliah pada 2020*. Databoks Katadata. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/04/pts-sumbang-795-mahasiswa-putus-kuliah-pada-2020>
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosdakarya Offset.
- DetikEdu. (2021). *Ini Alasan STAN Digugat Mahasiswa yang Kena Drop Out*. Detikcom. <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-5606914/ini-alasan-stan-digugat-mahasiswa-yang-kena-drop-out>
- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Cumberland, A., Murphy, B. C., Shepard, S. A., Zhou, Q., & Carlo, G. (2002). Prosocial development in early adulthood: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.993>
- Everall, R. D., Jessica Altrows, K., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 84(4), 461–470. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>
- Gale, F. N., & Fauziah, R. (2018). GAMBARAN OPTIMIS PASIEN RAWAT INAP. *Jurnal Pemikiran & Penelitian Psikologi*, 13(1), 27–37. www.jurnal.usu.ac.id/psikologia
- Gao, Y., Yuan, L., Pan, B., & Wang, L. (2019). Resilience and associated factors among Chinese patients diagnosed with oral cancer. *BMC Cancer*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12885-019-5679-0>
- Grotberg, E. H. (2003). Resilience for today: Gaining strength from adversity. Dalam E. H. Grotberg (Ed.), *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Gupta, R. (2016). *A Study of Psychological Capital, Job Satisfaction and Organizational Climate in Telecom Sector: A Gender Perspective*

Measurement and Assessment of Boredom View project.
<https://www.researchgate.net/publication/305724111>

Hardiani, R., & Andromeda. (2020). APAKAH MAHASISWA YANG TIDAK RESILIEN RENTAN MENGALAMI KESEPIAN SELAMA MASA PANDEMI COVID-19? *INTUISI: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(3).
<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta : Kencana.

Kalisha, S., & Sundari, A. R. (2022). Pengaruh Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi Menyelesaikan Skripsi Saat Pandemi. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/issue/archive>

Khoirunnisa, A., & Ratnaningsih, I. Z. (2016). OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Jurnal Empati*, 5(1), 1–4. <https://doi.org/10.10007/s10902-010>

Kinanti, A., & Alfinuha, S. (2021). MENJADI PENSIUNAN OPTIMIS DAN TANGGUH: KORELASI OPTIMISME DAN RESILIENSI PADA PENSIUNAN ANGKATAN LAUT INDONESIA. *Psycho Idea*, 19, 1–5.

Kumpanan. (2021). *Tingkat Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring* / kumpanan.com. Kumpanan.Com.
<https://kumpanan.com/ismawati-2021/tingkat-stres-akademik-mahasiswa-dalam-melaksanakan-kuliah-daring-1wxDSFj8TxH>

Kurniati, L., & Umar Fakhruddin, A. (2018). PENGARUH OPTIMISME TERHADAP KEMAMPUAN PEMECAHAN MASALAH MATEMATIKA PADA SISWA SMA. *Seminar Nasional Edusaintek*.

Kurniawan, W. (2019). RELATIONSHIP BETWEEN THINK POSITIVE TOWARDS THE OPTIMISM OF PSYCHOLOGY STUDENT LEARNING IN ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU. *Jurnal Nathiqiyah*, 2(1).

Lestari, Rr. H. S., Maslahah, W., & Wahyudi, A. (2022). HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN SELF EFFICACY DENGAN RESILIENSI WARGA DUSUN JAMBEREJO DAN KRAJANSAE DI MASA PANDEMI COVID 19 DESA BEJI KECAMATAN JUNREJO KOTA BATU. *Open Journal Systems*, 17(3). <https://binapatria.id/index.php/MBI>

Li, M., Eschenauer, R., & Yang, Y. (2013). *Influence of Efficacy and Resilience on Problem Solving in the United States, Taiwan, and China*. 41(July), 144–157. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2013.00033.x>

- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). Positive psychological assessment: A handbook of models and measures. Dalam S. J. Lopez & C. R. Snyder (Ed.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10612-000>
- Maba, A. P. (2018). BANGKIT SAJA ATAU SUDAH BERKEMBANG: PERBANDINGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA. *Bangkit Saja Journal An-Nafs*, 3(1), 91.
- Maghfirah, S. (2013). Optimisme dan Stres pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Florence*.
- Mahasin, S. Z., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan Antara Optimisme dan Resiliensi pada Santri Penghafal Al-Qur'an SMPQ Al-Ihsan Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH 2022)*.
- Maheshwari, A., & Jutta, V. (2020). *Study of relationship between optimism and resilience in the times of COVID- 19 among university students*. October. <https://doi.org/10.25215/0803.157>
- Mangestuti, R., Sholichatun, Y., Aziz, R., & Wahyuni, E. N. (2020). Urgency of Resilience and Optimism in Improving Students' Mental Health. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(4), 154–161. <https://doi.org/10.17977/um001v5i42020p154>
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). MAHASISWA BEKERJA DAN DAMPAKNYA PADA AKTIVITAS BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK. *Jurnal Economia*, 13(2).
- Merinda, A. (2019). RESILIENSI REMAJA DENGAN LATAR BELAKANG ORANG TUA YANG BERCERAI. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 06(02).
- Misassi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan 08 Agustus. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan 08 Agustus*, 433–441. <http://www.sciencedirect.com/>
- Molinero, R. G., Zayas, A., & González, P. R. (2018). OPTIMISM AND RESILIENCE AMONG UNIVERSITY STUDENTS. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 147–154.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik (Edisi 2)*. Sidoarjo: Penerbit Zifatma.

- Muniroh, S. M. (2010). DINAMIKA RESILIENSI ORANG TUA ANAK AUTIS. *Jurnal Penelitian*, 7(2). <https://ejournal.iainpekalongan.ac.id/index.php/Penelitian/article/view/112/91>
- Musafiri, M. R. al, & Umroh, N. M. (2022). HUBUNGAN OPTIMISME TEHADAP RESILIENSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG MENERJAKAN SKRIPSI. *Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 70–84.
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara Optimisme dengan Adversity Quotient pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pare. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1).
- Muslimin, Z. I. (2021). *Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*. 9(1), 115–131.
- Ningrat, Q. S., & Mulyana, O. P. (2022). HUBUNGAN ANTARA TUNTUTAN PEKERJAAN DENGAN STRES KERJA. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3).
- Nishaat, A. (2021). Relationship between Optimism, Resilience and Subjective Well-being: Literature Review. *Buletin Sekolah Pascasarjana Universitas Soka*, 42, 127.
- Novianti, R. (2018). Orang tua sebagai pemeran utama dalam menumbuhkan resiliensi anak. *Jurnal Educhild: Pendidikan Dan Sosial*, 7(1), 26–33. <https://educhild.ejournal.unri.ac.id/index.php/JPSBE/article/viewFile/5101/4780>
- Octaryani, M. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial dan Religiusitas Terhadap Resiliensi Pada Petugas Pemadam Kebakaran DKI Jakarta. *Repository Uin Jakarta*, 1–176. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/36903>
- Oktaverina, S. (2021). PERBEDAAN RESILIENSI INDIVIDU DENGAN STATUS SOSIAL EKONOMI RENDAH DITINJAU DARI JENIS KELAMIN. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2). <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34210>
- Panchal, S., Mukherjee, S., & Kumar, U. (2016). Optimism in Relation to Well-being, Resilience, and Perceived Stress. *International Journal of Education and Psychological Research*, 5(2), 1–6.
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. Y. (2014). Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study. *Open Journal of Social Sciences*, 02(11), 14–22. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.211003>

- Prasetyaningrum, J., & Imadanty, A. L. (2022). Resilience of Covid-19 Survival Review from Optimism and Social Support. *The 15th University Research Colloquium 2022 Universitas Muhammadiyah Gombong*.
- Prihartono, M. N., Sutini, T., & Widiyanti, E. (2018). Gambaran Resiliensi Mahasiswa Tahun Pertama Program A2016 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI*, VI(1). <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Raisa, A. E. (2016). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA WANITA SEMARANG. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. Dalam *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes*. London: Springer Science + Business Media, Inc.
- Sabouripour, F., Roslan, S., Ghiami, Z., & Memon, M. A. (2021). Mediating Role of Self-Efficacy in the Relationship Between Optimism, Psychological Well-Being, and Resilience Among Iranian Students. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.675645>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–187. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9718>
- Sari, A. T., & Eva, N. (2021). *Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan : Sebuah Literature Review*. April, 143–148.
- Sari, R. F., Sari, S. P., & Hernawaty, T. (2017). Resiliensi Remaja Stunting: Sebagian Merasa Sulit Bangkit dan Bertahan Menghadapi Permasalahan. *Jurnal Keperawatan BSI*, 2. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Satici, B. (2019). Testing a model of subjective well-being: The roles of optimism, psychological vulnerability, and shyness. *Health Psychology Open*, 6(2). <https://doi.org/10.1177/2055102919884290>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the Power of Positive Thinking: The Benefits of Being Optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2(1), 26–30. https://doi.org/10.1111/1467-8721.EP10770572/ASSET/1467-8721.EP10770572.FP.PNG_V03

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2003). *Self-Regulatory Processes and Responses to Health Threats: Effects of Optimism on Well-Being*. Blackwell Publishing Ltd.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*(6), 1063–1078.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism: Clinical Psychology Review. *Clinical Psychology Review*, *30*(7), 879–889. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Segovia, F., Moore, J. L., Linnville, S. E., Hoyt, R. E., & Hain, R. E. (2012). Optimism predicts resilience in repatriated prisoners of war: A 37-year longitudinal study. *Journal of Traumatic Stress*, *25*(3), 330–336. <https://doi.org/10.1002/jts.21691>
- Seligman, M. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Pocket Books.
- Seligman, M. E. P. (2008). *Menginstall Optimisme*. Bandung: Momentum.
- Shabrina, F. N., Puspitaningrum, N. P. P., Sigumonrong, G. E. R., Isnandini, N., & Putri, S. A. E. (2021). Distres sebagai Mediator antara Resiliensi dan Well-being pada Dewasa di Indonesia. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, *26*(2), 319–334. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss2.art6>
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantage: Master Change, Thrive Under Pressure, and Bounce Back from Setbacks*. San Fransisco: Berret-Koehler Publisher Inc.
- Singgih, O. :, Widodo, A., & Triana, J. (2020). *AL FATIHAH REFLECTION THERAPY (ART) SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN RESILIENSI PENYANDANG DISABILITAS AL FATIHAH REFLECTION THERAPY (ART) AS AN EFFORT TO IMPROVE DISABILITY RESILIENCE*. *18*(1), 2020–1693.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, *15*(3), 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Stein, S. J., & Book, H. E. (2002). *Ledakan EQ. 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa.

- Sugiyono. (2016a). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016b). *Statistika Untuk Penelitian* (Cetakan ke-27). ALFABETA, cv.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sun, J., & Stewart, D. (2007). Age and gender effects on resilience in children and adolescents. *International Journal of Mental Health Promotion*, 9, 16–25. <https://doi.org/10.1080/14623730.2007.9721845>
- Suyono. (2015). *Analisis Regresi untuk Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish.
- Tristiana, D. R., Widyawati, I. Y., Yusuf, A., & Fitryasari, R. (2016). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MULYOREJO SURABAYA (Psychological Well Being In Type 2 Diabetes Mellitus Patients In Mulyorejo Public Health Center Surabaya). *Jurnal Ners*, 11(1), 147–156.
- Triwulandari, D., & Fourianalistyawanti, E. (2017). Is Optimism can Reduce Pregnant Pain? *Konselor*, 6(4), 138. <https://doi.org/10.24036/02017648089-0-00>
- Usroh, luatul, & Ratna Ningrum, Y. (2018). *RESILIENSI PADA MAHASISWA KERJA SHIFT*.
- Utami, A. T. (2020). Pengambilan Risiko pada Mahasiswa Bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(1), 111–132. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art9>
- Yoga, A. D. P., Sofiah, D., & Prasetyo, Y. (2022). Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 187–193.