

Hubungan Antara Optimisme Dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja

Siti Nurfadillah

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRAK

Permasalahan remaja merupakan masalah yang cukup rumit. Remaja yang melakukan kenakalan remaja cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Optimisme merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Remaja yang optimis cenderung mampu merencanakan masa depannya dan menyelesaikan masalahnya dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis pada remaja. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP swasta di Semarang yang berjumlah 56. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 23 aitem dengan koefisien daya beda 0,271-0,537; koefisien reliabilitas *alpha* 0,825. Pada skala optimisme terdiri dari 31 aitem dengan koefisien daya beda 0,263-0,658; koefisien reliabilitas *alpha* 0,870.

Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *product moment*. Hasil tersebut adalah $r=0,694$ dengan $p=0,000$ ($p<0,01$) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis pada remaja. Sumbangan efektif optimisme terhadap kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini adalah 48,2 persen. Hal ini menunjukkan 51,2 persen lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, faktor demografis dan faktor dalam diri individu lainnya.

Kata kunci: *kesejahteraan psikologis, optimisme, remaja*

Correlation Between Optimism with Psychological Well-being in Adolescents

Siti nurfadillah

Psychology faculty, Islamic University of Sultan Agung

ABSTRACT

Adolescents problems is a complicated issue. Adolescents with delinquent behavior have a low psychological well-being. Optimism is one of the factors has affects psychological well-being. Optimist adolescents tend to be able to plan for the future and solve the problem properly. This study aims to examine wether there is correlation between optimism with psychological well-being in adolescents. Hypothesis in this study is there is positive correlation between optimism with psychological well-being in adolescents.

Subjects in this study are 56 junior high school students. Subjects in this study were taken to the cluster random sampling. Methods of data collection in this study using the scale. The scale of psychological well-being consist of 23 item with item discrimination coefficient differ from 0,271 to 0,537; and alpha reliability coefficient of 0.825. The scale of optimism consist of 31 item discrimination coefficient differ from 0.263 to 0.658; and alpha reliability coefficient 0,870.

Data analysis used product moment correlation technique. The results is $r=0.694$ and $p=0.000$ ($p<0.01$) it shows that there was a significant correlation between optimism with psychological well-being in adolescents. Effective contribution of optimism on psychological well-being in this study is 8,2 percent. It showed that 51.2 percent more influenced by other factors such as social support, demographic factors, and other factors within individual.

Key words: psychological well-being, optimism, adolescents