

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI IBU YANG BEKERJA  
DI MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1  
Program Studi Psikologi**



**Disusun oleh:**

**MEIRINJA RAUDATUL JANNAH**

**NIM. 1402105012**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS MULAWARMAN  
SAMARINDA**

**2021**

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI IBU YANG BEKERJA  
DI MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1  
Program Studi Psikologi**



*Disusun oleh:*

**MEIRINJA RAUDATUL JANNAH**  
**NIM 1402105012**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS MULAWARMAN  
SAMARINDA**

**2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : **HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI  
IBU YANG BEKERJA DI MASA PANDEMI COVID-  
19**  
Nama : Meirinja Raudatul Jannah  
Nim : 1402105012  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

**Pembimbing I**

**Rina Rifayanti, S.Psi., Psikolog**  
NIP. 19830201 201404 2 001

Menyetujui,

**Pembimbing II**

**Ayunda Ramadhani, M.Psi., Psikolog**  
NIDN. 9911634706

Mengetahui,  
Dekan

**Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Mulawarman**

**Dr. H. Muhammad Noor, M.Si**  
NIP. 19600817 198601 1 001

**Lulus Tanggal:**

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

NAMA : MEIRINJA RAUDATUL JANNAH  
NIM : 1402105012  
PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI  
FAKULTAS : ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Menyatakan dengan sesungguhnya dan sejujurnta, bahwa skripsi saya yang berjudul “**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI IBU YANG BEKERJA DI MASA PANDEMI COVID-19**” adalah asli hasil penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi hasil karya orang lain.

Samarinda,

Yang menyatakan,

Meirinja Raudatul Jannah  
NIM. 1402105012

## HALAMAN PERSEMBAHAN



“Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang”

*Puji syukur saya limpahkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat dan rahmat-Nya  
saya dapat menyelesaikan karya penelitian ini.*

*Terima kasih untuk kedua orang tua saya, Bapak Jafar Siddik dan Ibu Rini serta  
Adik saya Muhammad Fahrian yang tiada henti dalam memanjatkan doa serta  
kasih sayang dan pelajaran yang berharga. Semoga Allah SWT selalu  
memberikan rahmat kepada Bapak, Ibu dan Adik.*

*Kepada teman-teman angkatan 2014 yang telah berjuang bersama terima kasih  
sudah memberikan semangat dan dukungan menjalani kehidupan kuliah.*

## **MOTTO HIDUP**

“Don’t be sad. Allah is with us”

QS. At-Taubah : 40

“Wherever you’re standing right now, you’re taking a short  
break. Don’t give up, you know it”

BTS - Tomorrow

# **HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI IBU YANG BEKERJA DI MASA PANDEMI COVID-19**

**MEIRINJA RAUDATUL JANNAH  
NIM. 1402105012**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas  
Mulawarman

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Optimisme dengan Resiliensi Ibu yang Bekerja Di Masa Pandemi Covid-19. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala optimisme dan skala resiliensi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *Kendalls Tau B*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa optimisme dengan resiliensi memiliki nilai  $r=0.146$  dan  $p=0.038$  ( $p<0.05$ ), artinya terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara optimisme dengan resiliensi yang mana kedua variable termasuk dalam kategori sangat lemah.

**Kata kunci: Optimisme, resiliensi, ibu yang bekerja**

***CORRELATION BETWEEN OPTIMISM WITH RESILIENCE IN OF  
WORKING MOTHER DURING THE COVID 19 PANDEMIC***

**MEIRINJA RAUDATUL JANNAH**

**NIM. 1402105012**

*Department Psychology, Faculty of Social and Political Sciences,  
Mulawarman University*

***ABSTRACT***

*This study aims to find out Correlation Between Optimism with Resilience of Working Mothers During the Covid-19 Pandemic. The technique sample was used is purposive sampling. The measuring of instrument in this study used a OPTIMISM scale and RESILIENCE scale. Kendalls Tau B was used for data analysis technique. Result of this study indicate that social support with hope have a correlation  $r=0.281$  and  $p=0.005$  ( $p<0.05$ ), the meaning is there is a significant and positive correlation between optimism and resilience where both variables are included in the very weak category.*

***Key words: Optimism, resilience, working mother***



## RIWAYAT HIDUP



**Meirinja Raudatul Jannah**, lahir pada tanggal 05 Mei 1996 di Samarinda. Anak pertama dari pasangan Bapak Jafar Siddik dan Ibu Rini. Penulis mengawali pendidikan pada tahun 2002 di SDN 004 Kecamatan Long Iram (*lulus tahun 2008*). Setelah menyelesaikan pendidikan sekolah dasar, penulis melanjutkan pada jenjang sekolah menengah pertama di SMPN 10 Sendawar pada tahun 2008 dan lulus pada tahun 2011. Setelah lulus sekolah menengah pertama, kemudian penulis melanjutkan pendidikan menengah kejuruan di SMAN 3 Sendawar dan lulus pada tahun 2014.

Setelah lulus dari sekolah menengah atas, penulis kemudian mengikuti Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) dan diterima di Program Studi Psikologi Perguruan Tinggi Negeri yaitu di Universitas Mulawarman Samarinda pada tahun 2014 hingga 2021. Penulis melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Mandiri pada bulan Juli hingga Agustus 2017 di Dinas Sosial Kabupaten Kutai Kartanegara.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas berkat, rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Optimisme dengan Resiliensi Ibu yang Bekerja Di Masa Pandemi Covid-19 ” ini dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi di Universitas Mulawarman. Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari perhatian, bimbingan dan bantuan berbagai pihak yang sungguh berarti dan berharga bagi penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Masjaya M.Si., selaku Rektor Universitas Mulawarman Samarinda.
2. Dr. Muhammad Noor, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.
3. Lisda Sofia, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman, terima kasih telah membantu mempermudah penulis dalam proses penyelesaian proposal skripsi ini.
4. Rina Rifayanti, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang selama ini dengan penuh kesungguhan meluangkan waktunya dalam membimbing dan memberikan saran untuk menyempurnakan proposal skripsi.
5. Ayunda Ramadhani, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang juga dengan penuh kesabaran dalam membimbing, memberikan saran dan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.

6. M. Ali Adriansyah, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Penguji I yang telah menguji dan memberikan saran guna kesempurnaan penulisan ini.
7. Aulia Suhesty, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji II yang juga telah menguji dan memberikan saran guna kesempurnaan penulisan ini.
8. Dian Dwi Nur Rahmah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen penasehat akademik yang telah memperlakukan penulis dengan baik dan selalu memberikan motivasi kepada penulis di setiap pertemuan semester.
9. Seluruh Sivitas Akademika Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda yang telah membantu dalam hal administrasi akademik.
10. Seluruh Staf Pengajar Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman Samarinda yang telah memberikan bantuan dalam proses penyusunan skripsi ini.
11. Kedua orang tua saya yang sangat saya cintai, Bapak Jafar Siddik dan Ibu Rini yang selalu memberikan dukungan dalam segala hal sampai terselesaikan skripsi ini.
12. Kepada seluruh subjek yang telah berpartisipasi dalam penelitian saya sehingga skripsi ini berjalan dengan lancar.
13. Seluruh rekan Psikologi, baik kakak tingkat maupun adik tingkat yang telah berbagi ilmu dan pengalaman serta motivasi kepada penulis.
14. Seluruh rekan Psikologi angkatan 2014 di Universitas Mulawarman Samarinda yang telah menemani selama masa perkuliahan, berbagi ilmu, dan dukungan dalam berbagai keadaan susah dan senang.

15. Semua pihak yang telah menjadi bagian dari hari-hari penulis dan teman-teman selama ini yang tidak bisa disebutkan satu-persatu, terima kasih atas dukungan dan doa selama ini.

Demikianlah, semoga bantuan, dukungan dan doa yang diberikan oleh semua pihak mendapat imbalan yang berlipat dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf, apabila dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kesalahan.

Samarinda, 19 Juni 2021

Meirinja Raudatul Jannah

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN. ....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO HIDUP. ....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK. ....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT. ....</b>	<b>vii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP. ....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Resiliensi .....	12
1. Pengertian Resiliensi .....	12
2. Aspek-aspek Resiliensi.....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	15
B. Optimisme .....	18
1. Pengertian Optimisme .....	18
2. Aspek-aspek Optimisme.....	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme.....	21
C. Kerangka Berfikir .....	24
D. Hipotesis Penelitian .....	27

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	28
B. Identifikasi Variabel .....	29
C. Definisi Konsepsional.....	29
1. Resiliensi .....	29
2. Optimisme .....	29
D. Definisi Operasional .....	30
1. Resiliensi .....	30
2. Optimisme .....	30
E. Populasi dan Sampel .....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel .....	30
F. Metode Pengumpulan Data .....	32

1. Skala Resiliensi .....	33
2. Skala Optimisme .....	34
G. Validitas dan Reliabilitas .....	35
1. Uji Validitas .....	35
2. Uji Reliabilitas .....	35
H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas. ....	36
1. Skala Resiliensi. ....	36
2. Skala Optimisme. ....	37
I. Teknik Analisis Data .....	38
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	40
1. Karakteristik Responden. ....	40
2. Hasil Uji Deskriptif. ....	42
3. Hasil Uji Asumsi. ....	44
4. Hasil Uji Hipotesis. ....	47
B. Pembahasan .....	48
 <b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	53
B. Saran .....	53
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	
<b>55</b>	
<b>LAMPIRAN.....</b>	
<b>60</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Survei Resiliensi .....	5
Tabel 2 Pengukuran Skala Likert .....	33
Tabel 3 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi .....	34
Tabel 4 <i>Blueprint</i> Skala Optimisme .....	35
Tabel 5 Tingkat Keandalan <i>Cronbach's Alpha</i> .....	36
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Resliensi. ....	37
Tabel 7. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Resiliensi. ....	37
Tabel 8. <i>Alpha Cronbach's</i> Resiliensi. ....	37
Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Optimisme. ....	38
Tabel 10. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Optimisme. ....	38
Tabel 11. <i>Alpha Cronbach's</i> Optimisme. ....	38
Tabel 12. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Pekerjaan. ....	41
Tabel 13. Karakteristik Subjek Berdasarkan Lama Bekerja. ....	42
Tabel 14. Karakteristik Subjek Berdasarkan Tempat Bekerja. ....	42
Tabel 15. Mean Empirik dan Mean Hipotetik. ....	43
Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Resiliensi. ....	44
Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Optimisme. ....	44
Tabel 18. Hasil Uji Normalitas. ....	45
Tabel 19. Hasil Uji Linearitas Hubungan. ....	47
Tabel 20. Interpretasi Uji Kendall's tau b. ....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian .....	26
Gambar 2. Q-Q Plot Resiliensi .....	46
Gambar 2. Q-Q Plot Optimisme .....	46



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Memasuki tahun 2020, kehidupan masyarakat telah berubah setelah wabah virus corona atau covid-19 menyerang hampir semua negara. Virus Covid-19 merupakan penyakit baru yang memiliki tingkat penularan relatif cepat dan tingkat kematian yang tinggi (Susilo dkk, 2020). Kasus pertama Covid-19 di Samarinda terkonfirmasi pada tanggal 18 Maret 2020. Hingga kini jumlah kasus yang terkonfirmasi positif virus Covid 19 meningkat signifikan. Tercatat hingga tanggal 13 Desember 2020 jumlah kasus positif Covid 19 di Samarinda berjumlah 5.823 orang, sembuh 5.197 orang, sementara meninggal dunia berjumlah 193 orang. Data tersebut belum menunjukkan tanda-tanda penurunan dan bahkan diprediksi akan meningkat jumlahnya.

Untuk pencegahan Covid-19 masyarakat harus mematuhi protokol kesehatan dan melakukan *social distancing* serta *physical distancing*. Termasuk tidak melakukan perjalanan ke luar rumah maupun bepergian jauh dengan transportasi umum. Boleh keluar rumah dengan alasan tertentu yang penting, dengan catatan melakukan pengamanan diri dan melakukan protokol kesehatan (Susilo dkk, 2020). Penerapan kebijakan menjaga jarak atau karantina wilayah, maupun pembatasan jarak antar manusia menyebabkan dampak ekonomi yang signifikan terhadap berbagai industri terutama manufaktur, pariwisata, perhotelan, transportasi dan lainnya (Sari, 2020).

Survei Komnas Perempuan: Dinamika Perubahan Rumah Tangga Selama Masa Covid 19, Komnas Perempuan menyebutkan bahwa dari survei yang dilakukan secara daring melibatkan 2.285 yang didominasi oleh perempuan dari pulau Jawa dengan rentang usia 18-30 tahun dan 31-40 tahun dengan penghasilan kurang dari 2 juta rupiah menyatakan bahwa kebijakan pembatasan social dan bekerja dari rumah cenderung merugikan mereka. Perempuan mengalami penambahan waktu kerja di rumah dua kali lipat, karena adanya tugas tambahan untuk mendampingi anak belajar di rumah, yang biasanya dilakukan di sekolah. Kebijakan *stay at home* memaksa belajar teknik pembelajaran online untuk anak, kebutuhan hidup sehat dan bersih serta pelayanan kebutuhan pangan dengan asupan gizi cukup selama masa COVID-19 sehingga memaksa perempuan memberikan waktu berlebih untuk pekerjaan di rumah. Oleh karena itu, 1 dari 3 responden perempuan menyatakan bahwa bertambahnya pekerjaan rumahtangga telah menyebabkan naiknya tingkat stress pada mereka.

Sebelum pandemi Covid-19, merupakan impian semua pekerja wanita untuk tinggal bersama keluarganya. Namun setelah masa pandemi, bekerja dari rumah atau *work from home* secara daring memiliki kesulitan tersendiri bagi para pekerja perempuan, apalagi jika sudah menjadi ibu. Sekolah yang ditutup, ditutupnya tempat penitipan anak, pusat perbelanjaan dan tempat rekreasi, dan anjuran untuk tidak meninggalkan rumah membuat situasi semakin sulit. Karena semua anggota keluarga ada di rumah, maka beban keluarga semakin berat sehingga segala aktivitas, tugas dan tanggung jawab keluarga dilakukan di rumah. Disamping itu, dampak pandemi juga menimbulkan kecemasan bagi pekerja

perempuan terutama dari aspek ekonomi, seperti penurunan pendapatan akibat adanya pemotongan gaji, dan hak lainnya serta ancaman Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) secara sepihak (Dewi dan Rahayu, 2020).

Hal ini juga berdampak dalam kehidupan dalam keluarga. Dengan adanya kebijakan *work from home* dan sekolah daring yang mengharuskan orang tua mendampingi anaknya selama pembelajaran dari sekolah membuat kondisi seperti ini akan menambah beban tambahan bagi orang tua yang masih harus melakukan pekerjaan kantor di rumah. Bagi ibu yang bekerja di sektor formal, situasi ini akan menjadi tantangan yang berat karena harus dilakukan pada waktu yang bersamaan. selain itu, ibu juga harus mengerjakan pekerjaan rumah lainnya di rumah, seperti mencuci pakaian hingga membersihkan rumah. Jika semua anggota keluarga ada di rumah, pekerjaannya akan lebih sulit. Apabila beban ini tidak dapat dijalankan dengan baik, maka ibu yang bekerja banyak yang memilih untuk berhenti bekerja. Namun hal ini berbeda bagi para ibu tunggal karena tidak ada pilihan lain selain untuk tetap bekerja mengingat statusnya sebagai tulang punggung keluarga (Dewi, 2020).

Penelitian yang dilakukan Kusumastuti (2020) menunjukkan bahwa bagi ibu yang bekerja dapat berdampak negatif pada ibu yang bekerja. Dampak tersebut dapat mempengaruhi secara fisik dan psikis yang ditandai dengan adanya gejala kurang fokus dalam melakukan suatu aktivitas, mudah lelah, mudah marah dan mudah khawatir. Menurut Holaday & Mc Phearson (1997), salah satu faktor yang memengaruhi resiliensi yaitu dukungan psikologis yang melingkupi lingkungan kerja atau organisasi, individu, keluarga dan budaya sekitar. Siebert

(2005) menjelaskan bahwa individu yang resilien dapat mengatasi perasaan dengan baik saat ditimpa masalah bahkan sulit untuk diterima. Ketika merasa tidak nyaman dan stres, individu dapat kembali dan menemukan cara untuk segera menyingkirkan masalah dan berdiri kembali setelah jatuh tanpa menyerah, sehingga mereka dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Tekanan yang dialami oleh ibu yang bekerja menimbulkan stres. Gejala stres yang muncul pada subjek yaitu kurang fokus, mudah merasa lelah, mudah marah dan memiliki rasa khawatir. Hal ini didukung oleh pernyataan Dewi (2017) bahwa dampak pada ibu yang bekerja dapat memicu adanya stres.

Reivich dan Shatte (2002) resiliensi mengungkapkan kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat. Resiliensi terdiri dari tujuh dimensi yaitu regulasi emosi, impuls kontrol, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan *reaching out* (pencapaian). Resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan (Hendriani, 2018).

Berdasarkan teori diatas, peneliti melakukan penyebaran survei awal kepada 30 responden di Samarinda pada 18 Januari 2021 dan didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Survei Resiliensi**

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Ya	Persentase	Tidak	Persentase
1	Mematuhi protokol kesehatan yang berlaku selama masa pandemi	30	100%	0	0%
2	Memiliki keluarga mendukung untuk bekerja selama pandemi	28	93,3%	2	6,7%
3	Memiliki panutan atau orang yang dapat dipercaya untuk membantu pekerjaan dan melindungi keluarga	27	90%	3	10%
4	Mendapatkan akses ke berbagai layanan (pelayanan kesehatan, pendidikan, sosial dan keamanan) dari tempat bekerja	25	83,3%	5	16,7%
5	Berusaha melindungi keluarga dari bahaya di masa pandemi	30	100%	0	0%
6	Melakukan pekerjaan dengan baik sesuai kebijakan yang baru di masa pandemi	29	96,7%	1	3,3%
7	Tetap bekerja di masa pandemi	28	93,3%	2	6,7%
8	Tenang dalam menghadapi masa pandemi	22	73,3%	8	26,7%
9	Berhati-hati saat melakukan aktivitas diluar rumah selama masa pandemi untuk menjaga keluarga	30	100%	0	0%
10	Mampu menyampaikan pikiran dan perasaan saat berkomunikasi dengan keluarga	28	93,3%	2	6,7%
11	Dapat mengontrol perasaan saat ada informasi tentang pandemi	27	90%	3	10%
12	Dapat menemukan cara mengatasi masa-masa sulit baik lng dialamai sebagai pekerja maupun seorang ibu di masa pandemi	27	90%	3	10%
<b>Total Responden</b>		<b>30 Orang</b>			

*Survei oleh peneliti (2021)*

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan diketahui bahwa responden sebanyak 30 responden mematuhi protokol kesehatan yang berlaku selama masa pandemi dan 28 responden memiliki keluarga mendukung untuk bekerja selama pandemi, hal ini termasuk dalam salah satu aspek resiliensi yaitu *I Have. I Have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya.

Kemudian sebanyak 30 responden berusaha melindungi keluarga dari bahaya di masa pandemic dan 29 responden dapat melakukan pekerjaan dengan

baik sesuai kebijakan yang baru di masa pandemi, perilaku tersebut termasuk dalam aspek *I Am*, merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi. Selanjutnya sebanyak 30 responden berhati-hati saat melakukan aktivitas diluar rumah selama masa pandemi untuk menjaga keluarga dan 28 responden mampu menyampaikan pikiran dan perasaan saat berkomunikasi dengan keluarga, hal ini termasuk dalam aspek *I Can*, merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal.

Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa responden berdasarkan hasil survei tersebut. Wawancara dilakukan pada tanggal 23 Mei 2021 melalui media telepon. Berdasarkan pernyataan yang dikemukakan oleh subjek CT (32 tahun), subjek selama pandemi tetap bekerja dan mematuhi protokol kesehatan yang berlaku di tempat kerjanya. Subjek mengaku sangat hati-hati dalam beraktivitas diluar rumah karena khawatir dengan kesehatan orang tua dan anak-anaknya dirumah. Keluarga subjek tetap memberikan dukungan untuk tetap bekerja. Subjek juga sering meminta bantuan dari suami untuk membantunya mengurus keperluan anak-anaknya ketika ia tengah sibuk bekerja. Subjek merasa selama pandemi beban pekerjaannya semakin berat ditambah dengan harus membimbing anaknya sekolah *online*.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara kepada subjek RS (40 tahun). Subjek selama pandemi masih tetap bekerja di kantor dan selalu membawa perlengkapan untuk mematuhi protokol kesehatan seperti masker cadangan, tissue basah, tissue kering dan *handsanitizer*. Subjek juga membawa bekal makan siang

dari rumah untuk menghindari makan di tempat umum dan untuk menghemat pengeluaran selama masa pandemi. Subjek mengaku selama pandemi pendapatannya tidak seperti sebelumnya karena ia hanya pegawai honor. Subjek juga mengaku khawatir dengan biaya kesehatan karena ia dan keluarga tidak mendapat layanan kesehatan dari tempat ia bekerja.

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada subjek EM (39 tahun). Subjek selama pandemi merasa beban pekerjaannya semakin berat. Ditambah lagi ia harus mendampingi anak-anaknya untuk sekolah *online*. Tak jarang ia dan suami terlibat pertengkaran karena urusan rumah tangga. Belum lagi ia harus menyelesaikan pekerjaan kantor yang ia bawa pulang kerumah. Selama beraktivitas di luar rumah ia berusaha untuk menghindari kerumunan dan selalu mengenakan masker. Dengan beban yang seperti itu diharapkan ibu dapat mengatasi tantangan perannya dimasa pandemi ini dengan mempertahankan kesehatan diri, mampu untuk bertahan disituasi berat dan beradaptasi ketika dihadapkan dengan hal-hal yang belum pernah dilakukan sebelumnya.

Connor dan Davidson (2003) mengartikan resiliensi sebagai keterampilan individu yang dapat memberikan pemicu untuk berkembang saat menghadapi kesulitan. Resiliensi dapat mempengaruhi beberapa aspek kehidupan salah satunya aspek sosial dengan melihat situasi secara optimis (Bidzan-Bluma et al, 2020), seperti mampu melihat pandemi covid 19 dari sisi positif dan yakin dengan solusi yang akan datang.

Seseorang yang memiliki karakteristik optimis dalam dirinya akan lebih resilien dibandingkan orang yang pesimis. Optimisme merupakan pengharapan

yang dimiliki oleh seseorang dengan berfokus pada hal baik yang akan terjadi (Souri & Hasanirad, 2011). Sikap yang harus dimiliki oleh ibu yang bekerja, selain resiliensi adalah sikap optimis. Lopez & Snyder (dalam Ghufron & Rini, 2011) berpendapat bahwa optimisme adalah paham keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan dan selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal. Bagi ibu yang bekerja optimisme diperlukan untuk menjaga keadaan diri tetap sehat. Pikiran negatif dan pesimis cenderung membuat individu mengalami stres. Optimisme dapat melahirkan pikiran yang positif sehingga masalah yang datang cenderung dapat diselesaikan dengan mudah. Menurut Segereston dalam (Ghufron dan Rini, 2011), berpikir positif adalah hal pokok yang dimiliki oleh orang yang optimis.

Beberapa penelitian terdahulu menyatakan terdapat korelasi yang positif antara resiliensi dan optimisme. Optimisme memiliki korelasi positif dengan resiliensi (Panchal dkk., 2016). Optimisme merupakan salah satu faktor yang berperan dalam tingkat level resiliensi mahasiswa pada tahun pertama (Dawson & Pooley, 2013). Individu yang optimis mempercayai bahwa hidup memiliki arti (*life is meaningful*), hal ini membuat individu tersebut memiliki kapasitas resiliensi yang baik (Souri & Hasanirad, 2011).

Melihat beban yang ditanggung oleh ibu yang bekerja, optimisme merupakan hal yang dapat mempengaruhi resiliensi dimasa pandemi. Seperti adanya tugas tambahan untuk mendampingi anak belajar di rumah, menjaga kesehatan keluarga dan memenuhi kebutuhan pangan dengan asupan gizi cukup selama masa covid 19. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kamila



Choirunnisa dan Umar Yusuf Supriatna (2019) pada ibu yang memiliki anak penderita leukemia didapatkan hasil bahwa adanya korelasi yang kuat antara optimisme dengan resiliensi. Artinya bahwa ibu memiliki optimisme sehingga ibu menjadi percaya pada dirinya sendiri. Ibu menyadari akan kemampuannya, baik itu kelebihan maupun kekurangan dirinya. Ibu yakin bahwa hal baik akan menimpa dirinya maka dari itu ketika merasa kesulitan, ibu dapat mencari jalan keluar dari masalahnya. Selain itu, ibu pun dapat mencari jalan keluar dalam satu waktu.

. Berdasarkan penelitian Wahyudi Sigit (2020) dengan judul resiliensi karyawan pabrik ditengah pandemi *coronavirus diseases* (covid-19) ditinjau dari jenis kelamin dan status karyawan yang menggunakan subjek karyawan pabrik pada penelitiannya, namun dalam penelitian ini menggunakan ibu yang bekerja sebagai subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi pada karyawan pabrik ditengah pandemi *coronavirus diseases* (covid-19) dilihat dari status karyawan menunjukkan hasil (F) sebesar 3,540 dan Sig. (p) sebesar 0,063 ( $p > 0,05$ ) artinya tidak terdapat perbedaan resiliensi pada karyawan pabrik ditengah pandemi covid-19 dilihat dari status karyawan. Selanjutnya, ditinjau dari jenis kelamin menunjukkan bahwa laki-laki lebih resilien dibandingkan dengan perempuan dengan nilai (F) sebesar 9,422 Sig. (p) sebesar 0,003 yang artinya terdapat perbedaan resiliensi pada karyawan pabrik ditengah pandemi covid-19 ditinjau dari jenis kelamin. Berdasarkan uraian diatas meskipun telah ada penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan optimism dan resiliensi, namun

berbeda dengan penelitian yang saya lakukan, maka topik penelitian yang saya lakukan benar-benar asli.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Optimisme dengan Resiliensi Ibu yang Bekerja Di Masa Pandemi Covid 19”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah yang diuraikan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara optimisme dengan resiliensi ibu yang bekerja di masa pandemi covid 19.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada ibu yang bekerja di masa pandemi covid 19.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan, memperluas wawasan dan menambah pengetahuan dalam bidang psikologi tentang pengaruh hubungan antara strategi coping dengan resiliensi pada ibu yang

bekerja di masa pandemi covid-19 sebagai bahan acuan bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi ibu yang bekerja, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan kajian intropeksi diri tentang hubungan optimisme dengan resiliensi.
- b. Bagi keluarga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan bahan kajian dalam upaya melakukan langkah-langkah yang diperlukan dalam meningkatkan resiliensi dimasa pandemi covid-19 .
- c. Bagi lingkungan pekerjaan, penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan kajian pemikiran tentang optimisme dengan resiliensi dimasa pandemi covid-19.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dipakai sebagai informasi tambahan bagi penelitian berikutnya yang berhubungan dengan optimisme dan resiliensi pada ibu yang bekerja dimasa pandemi covid-19.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Resiliensi**

##### **1. Pengertian Resiliensi**

Menurut Grotberg (Desmita, 2013) resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh manusia untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari kesulitan dalam hidup dan belajar dari pengalaman dari kondisi yang tidak menyenangkan yang pernah dialaminya. Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi adalah kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat. Resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika dihadapkan dengan hal yang serba salah.

Menurut Desmita (2013) resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok, atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan merubah kondisi yang menyedihkan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Menurut Wagnild dan Young (Azra, dan Nurwianti, 2014) menyatakan resiliensi sebagai karakteristik individual yang menghambat efek negatif dari stres dan menghasilkan adaptasi yang positif.

Siebert (2005) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kondisi kesehatan dibawah situasi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi

kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Menurut Connor dan Davidson (2003) resiliensi merupakan perwujudan kualitas pribadi yang memungkinkan seseorang untuk mampu berkembang dengan baik dalam menghadapi kesulitan. Resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan (Hendriani, 2018).

Greene (Hendriani, 2018) resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi rasa sakit dan mentransformasi diri, atau kapasitas untuk memelihara kondisi (diri) agar tetap berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor dalam hidup. Resiliensi secara umum mengarah pada pola adaptasi positif selama atau sesudah menghadapi kesulitan atau resiko. Resiliensi adalah ide yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan atau pulih dari gangguan (Masten, 2007).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatasi dan beradaptasi dalam menghadapi masalah, tekanan, dan kesulitan dalam hidup.

## 2. Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Grotberg (Desmita, 2013) terdapat tiga aspek resiliensi, yaitu:

### a. *I Have*

Aspek *I have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Sumber *I have* ini memiliki beberapa kualitas yang memberikan sumbangan bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

1. Hubungan yang dilandasi oleh kepercayaan penuh
2. Struktur dan peraturan dirumah
3. Model-model peran
4. Dorongan untuk mandiri (otonomi)
5. Akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

### b. *I Am*

Aspek *I am* merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi. Beberapa kualitas pribadi yang mempengaruhi *I am*, yaitu:

1. Disayang dan disukai oleh banyak orang
2. Mencinta, empati, dan kepedulian pada orang lain
3. Bangga dengan dirinya sendiri
4. Bertanggung jawab terhadap perilaku sendiri dan menerima konsekuensinya
5. Percaya diri, optimistik, dan penuh harap

c. *I Can*

Aspek *I can* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal. Keterampilan-keterampilan ini meliputi:

1. Berkomunikasi
2. Memecahkan masalah
3. Mengelola perasaan dan impuls-impuls
4. Mengukur temperamen sendiri dan orang lain
5. Menjalin hubungan-hubungan yang saling mempercayai

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang mempengaruhi resiliensi, yaitu faktor *I have*, *I am*, dan *I can*.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002), terdapat tujuh faktor resiliensi, yaitu:

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Pengekspresian emosi yang tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang resilien.

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls merupakan kemampuan mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mudah mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikirannya. Individu akan mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan berlaku agresif pada situasi-situasi kecil yang tidak terlalu penting.

c. Optimis

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka memiliki harapan dimasa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah hidupnya. Jika dibandingkan dengan individu yang pesimis, maka individu yang optimis lebih sehat secara fisik, dan lebih jarang mengalami depresi, lebih baik disekolah, lebih produktif dalam kerja, dan lebih banyak menang dalam olahraga.

d. Empati

Empati merepresentasikan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif.



e. Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahan individu. Jika individu tidak mampu memperkirakan dan mengidentifikasi penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka individu akan membuat kesalahan yang sama. Individu yang resilien mempunyai fleksibilitas dan kemampuan mengidentifikasi penyebab masalah yang dihadapi secara signifikan.

f. Efikasi Diri

Efikasi diri sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan tidak berhasil

g. *Reaching Out*

Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu mampu membedakan resiko yang realistis dan tidak realistis, dan memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi

permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa factor-faktor resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*.

## **B. Optimisme**

### **1. Pengertian Optimisme**

Dalam hidup, terdapat banyak masalah yang dihadapi oleh setiap individu. Untuk bertahan hidup, setiap individu harus dapat menghadapi masalah dan mencari jalan untuk keluar dari masalah tersebut. Dalam menghadapi permasalahan hidup yang dihadapi diperlukan optimisme yang tinggi. Optimisme dapat membawa individu pada tujuan yang diinginkan, yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Menurut Seligman (2006) yang menyatakan bahwa, optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri.

Optimisme adalah paham keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan dan selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal. Lopez & Snyder (dalam Ghufroon & Rini, 2010), berpendapat Optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan. Menurut Ubaedy (2007), optimisme memiliki dua pengertian. Pertama, optimisme merupakan doktrin hidup yang mengajarkan kita untuk meyakini adanya kehidupan yang lebih bagus buat kita (punya harapan). Orang

yang optimis adalah orang yang yakin (dengan alasan-alasan yang dimilikinya) bahwa, ada kehidupan yang lebih bagus di hari esok. Kedua, optimisme berarti kecenderungan batin untuk merencanakan aksi peristiwa atau hasil yang lebih bagus. Optimisme berarti menjalankan apa yang kita yakini atau apa yang dibutuhkan oleh harapan kita.

Optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif adalah hal pokok yang dimiliki oleh orang yang optimis (Segereston dalam Ghufon dan Risnawati, 2011). Orang yang optimis tidak pernah menyerah ketika memiliki keinginan meskipun sulit dicapai. Sikap optimistis dapat mendorong seseorang untuk berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Menurut Duffy dkk (dalam Ghufon & Rini, 2010) optimisme membuat individu mengetahui apa yang diinginkan. Individu tersebut dapat dengan cepat mengubah diri agar mudah menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi sehingga diri tidak menjadi kosong.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa, optimisme adalah sudut pandang seseorang secara menyeluruh yang mencakup berfikir positif dan melihat hal yang baik dari permasalahan yang dihadapi. Optimisme dapat membuat individu mengetahui apa yang diinginkan dan menumbuhkan rasa percaya diri.

## **2. Aspek-Aspek Optimisme**

Menurut Seligman (2006), terdapat beberapa aspek dalam individu memandang suatu peristiwa/masalah berhubungan erat dengan gaya penjelasan (*explanatory style*), yaitu:

a. *Permanence*

Gaya penjelasan peristiwa ini menggambarkan bagaimana individu melihat peristiwa berdasarkan waktu, yaitu bersifat sementara (*temporary*) dan menetap (*permanence*). Orang-orang yang mudah menyerah (*pesimis*) percaya bahwa penyebab kejadian-kejadian buruk yang menimpa mereka bersifat permanen selalu hadir mempengaruhi hidup mereka. Orang-orang yang melawan ketidakberdayaan (*optimis*) percaya bahwa penyebab kejadian buruk itu bersifat sementara.

Menurut Seligman (2006), gaya optimis terhadap peristiwa baik berlawanan dengan gaya pesimis terhadap peristiwa buruk. Orang-orang yang percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab yang permanen lebih optimis daripada mereka yang percaya bahwa penyebabnya temporer. Orang-orang yang optimis menerangkan peristiwa dengan mengaitkannya dengan penyebab permanen, contohnya watak dan kemampuan. Orang-orang meyakini bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen, ketika berhasil mereka berusaha lebih keras lagi pada kesempatan berikutnya.

Orang yang menganggap peristiwa baik disebabkan oleh alasan temporer mungkin menyerah bahkan ketika berhasil, karena mereka percaya itu hanya suatu kebetulan. Orang yang paling bisa memanfaatkan keberhasilan dan terus bergerak maju begitu segala sesuatu mulai berjalan dengan baik adalah orang yang optimis (Seligman, 2006).

b. *Pervasive (Universal- Spesific)*

Permanen adalah masalah waktu, *pervasive* adalah masalah ruang. Individu yang pesimis, menyerah di segala area ketika kegagalan menimpa satu area. Individu yang optimis mungkin memang tidak berdaya pada satu bagian kehidupan, tapi ia melangkah dengan mantap pada bagian lain (Seligman, 2006).

c. *Personalization*

Personalisasi adalah gaya penjelasan bagaimana seseorang memandang kegagalan dan kesuksesan yang terjadi apakah karena faktor internal atau eksternal. Orang yang optimis yakin bahwa kesalahan itu dari faktor eksternal, dan kesuksesan berasal dari faktor internal. Sedangkan orang yang pesimis memandang masalah-masalah yang menekan bersumber dan dalam dirinya (internal) dan mengang gap keberhasilan sebagai akibat dari situasi diluar dirinya (eksternal).

Dari beberapa penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari optimisme yaitu *permanence*, *pervasive* dan *personalization*. Individu mempunyai sikap hidup kearah kematangan dalam jangka waktu yang lama. Individu berpandangan secara umum terhadap suatu kejadian sehingga individu mampu menjelaskan penyebabnya baik dari dalam maupun dari luar.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme**

Seligman (2006) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme:

a. Dukungan Sosial.

Adanya dukungan yang cukup dapat membuat individu lebih optimis karena merasa yakin bahwa bantuan akan selalu tersedia bila dibutuhkan.

b. Kepercayaan diri.

Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi dengan apa yang ada pada dirinya, serta yakin dengan kemampuannya akan mempunyai optimis yang tinggi.

c. Harga diri.

Individu dengan harga diri tinggi selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan mencari aset-aset personal yang dapat mengimbangi kegagalan, sehingga selalu berusaha lebih keras dan lebih baik pada usaha-usaha berikutnya.

d. Akumulasi Pengalaman.

Pengalaman-pengalaman individu dalam menghadapi masalah atau tantangan terutama pengalaman sukses yang dapat menumbuhkan sikap optimis ketika menghadapi tantangan berikutnya.

Menurut McGinnis (1995) terdapat 2 faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang, yaitu:

a. Merasa dirinya pesimis.

Kebanyakan seseorang merasa ingin untuk selalu berpikir positif, namun hal tersebut terhambat akibat perasaan pesimistik yang dimiliki oleh seseorang. Perasaan memiliki sifat pesimistik tersebut yang akhirnya

mendorong seseorang merancang rencana untuk membuat dirinya lebih berpikir optimis. Keberhasilan berpikir positif tersebut yang akhirnya memunculkan optimisme pada diri seseorang.

b. Pengalaman berinteraksi dengan lingkungan.

Kemampuan mengagumi dan mengapresiasi terhadap berbagai hal yang dimiliki oleh orang lain merupakan daya yang kuat untuk mendorong seseorang untuk lebih memiliki harapan positif terhadap dirinya, sehingga dapat membantu mereka memperoleh optimisme.

Vinacle (dalam Prasetyo, Kustanti, & Nurtjahjanti, 2014) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi pola pikir pesimis-optimis, yaitu:

- a. Faktor etnosentris, yaitu sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas dari kelompok atau jenis lain. Faktor etnosentris ini berupa keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan.
- b. Faktor egosentris, yaitu sifat-sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain. Faktor egosentris ini berupa aspek-aspek kepribadian yang memiliki keunikan sendiri dan berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai faktor yang mempengaruhi optimisme dapat disimpulkan bahwa seseorang yang optimis dipengaruhi beberapa faktor, meliputi: faktor internal berupa rasa percaya diri yang tinggi, harga diri yang tinggi, dan memiliki perasaan bahwa dirinya kurang optimis.

Faktor eksternal berupa pengalaman berinteraksi dengan lingkungan dan dukungan sosial dari orang-orang terdekat.

### **C. Kerangka Berfikir**

Perubahan yang terjadi karena adanya Covid-19 ini merubah sistem bekerja dari interaksi langsung menjadi sistem daring sehingga secara tidak langsung memaksa pekerja untuk cepat melakukan adaptasi terhadap sistem baru. Peran ganda yang dijalankan oleh ibu menjadikan konflik tersendiri baginya. Sehingga dapat berdampak pada fisik dan psikis ibu yang bekerja. Konsekuensi yang dapat muncul dari adanya konflik peran ganda yang dijalani para ibu bekerja yaitu penurunan baik fisik maupun psikis (Riskasari, 2016).

Berbagai hal ini menjadi penyebab banyak ibu mengalami permasalahan kesehatan mental seperti peningkatan kecemasan dan stres yang berefek pada perilaku tidak produktif. Tidak hanya itu, banyak ibu yang terpaksa untuk beradaptasi dengan rutinitas baru yang didominasi oleh ketakutan akan penyebaran dan penularan virus. Maka sebab itu, kemampuan resiliensi sebagai bentuk ketahanan diri untuk bertahan dimasa pandemi Covid-19 saat ini perlu untuk ditingkatkan. Ibu yang resilien menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih dari cukup ketika menghadapi kesulitan. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan. Resiliensi sebagai kapasitas untuk secara efektif menghadapi stres internal berupa kelemahan-kelemahan mereka maupun stres eksternal (Hitiyahubessy, 2015).



Ibu yang resilien membutuhkan dukungan sosial dari lingkungan yang didasari oleh kepercayaan. Pembagian struktur peran dan peraturan sangat penting bagi ibu yang tinggal di rumah selama bekerja akan resiliensi berjalan dengan baik. Ibu yang bekerja selama pandemi Covid-19 memiliki dorongan untuk mandiri. Pelayanan kesehatan, pendidikan, keamanan dan kesejahteraan sangat dibutuhkan bagi ibu yang bekerja dari rumah.

Ibu yang bekerja di rumah memiliki kekuatan dari dirinya sendiri. Kebutuhan akan kasih sayang, empati dan kepercayaan diri sangat diperlukan bagi ibu resilien. Mereka di dorong untuk bertanggung jawab terhadap tugasnya sebagai ibu dan pekerja. Kebanggaan pada diri sendiri akan muncul ketika tugas sebagai ibu dan pekerja terselesaikan dengan optimal.

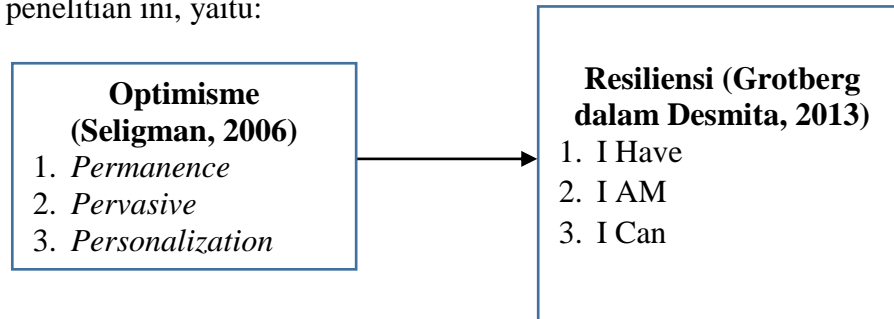
Keterampilan sosial juga diperlukan oleh ibu resilien. Komunikasi adalah kunci untuk pemecahan masalah. Pengelolaan perasaan dan mengukur temperamen diri sendiri maupun orang lain yang baik dapat mencegah konflik di lingkungan sekitar. Menjalin hubungan-hubungan dan saling percaya kepada orang lain juga diperlukan untuk pengurangan stres selama bekerja dari rumah.

Optimisme merupakan salah satu hal yang dibutuhkan oleh ibu yang bekerja dari rumah. Keoptimisan adalah harapan individu untuk berjalan menuju kebaikan (Lopez & Snyder, dalam Ghufroon & Rini 2010). Seseorang akan cenderung menjalankan apa yang diyakini dan dibutuhkan untuk memenuhi harapannya akan masa depan. Keoptimisan diperlukan ketika kegagalan datang. Mereka akan memandang kegagalan sebagai suatu hal yang bersifat sementara.

Melangkah maju adalah hal yang diperlukan dan kesuksesan berasal dari faktor internal sedangkan kegagalan berasal dari faktor eksternal.

Penelitian yang dilakukan oleh Arlinda Darmayana (2018) yang berjudul hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak retardasi mental, hasil penelitian ini menunjukkan Ada hubungan positif antara terdapat hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak retardasi mental. Dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,270 dengan taraf signifikansi  $p = 0,035$  ( $p < 0,05$ ). Artinya semakin tinggi optimisme orang tua maka resliensi orang tua tinggi . Sebaliknya, semakin rendah optimisme orangtua, maka resliensi orang tua akan rendah pula.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan kerangka berpikir pada penelitian ini, yaitu:



**Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian**

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan penjelasan-penjelasan dan fenomena diatas, hipotesis penelitian ini, antara lain:

H<sub>0</sub>: Tidak ada hubungan antara optimisme dengan resiliensi ibu yang bekerja di masa pandemi Covid-19

H<sub>1</sub>: Ada hubungan antara optimisme dengan resiliensi ibu yang bekerja di masa pandemi Covid-19

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017) penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Sementara itu menurut Azwar (2007), penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil.

Penelitian kuantitatif pada umumnya dilakukan pada populasi atau sampel tertentu yang representatif. Proses penelitian bersifat deduktif, di mana untuk menjawab rumusan masalah digunakan konsep atau teori sehingga dapat dirumuskan hipotesis. Hipotesis tersebut selanjutnya diuji melalui pengumpulan data lapangan. Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan statistik deskriptif atau inferensial sehingga dapat disimpulkan hipotesis yang dirumuskan terbukti atau tidak. Penelitian kuantitatif pada umumnya dilakukan pada sampel yang random, sehingga kesimpulan hasil

penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi dimana sampel tersebut diambil. Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengukur hubungan antara strategi koping dengan resiliensi ibu yang bekerja dimasa pandemi covid-19 kota Samarinda .

## **B. Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel merupakan bagian dari langkah penelitian yang dilakukan peneliti dengan cara menentukan variabel-variabel yang ada dalam penelitiannya. Selanjutnya dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat yaitu:

1. Variabel Bebas : Optimisme
2. Variabel Terikat : Resiliensi

## **C. Definisi Konseptual**

### **1. Resiliensi**

Resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatasi dan beradaptasi dalam menghadapi masalah, tekanan, dan kesulitan dalam hidup.

### **2. Optimisme**

Optimisme adalah sudut pandang seseorang secara menyeluruh yang mencakup berfikir positif dan melihat hal yang baik dari permasalahan yang dihadapi. Optimisme dapat membuat individu mengetahui apa yang diinginkan dan munumbuhkan rasa percaya diri.

## **D. Definisi Operasional**

### **1. Resiliensi**

Resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh ibu yang bekerja untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari kesulitan dan belajar dari pengalaman di masa pandemi yang tidak menyenangkan. Aspek resiliensi terdiri dari aspek *I Have, I Am* dan *I Can*.

### **2. Optimisme**

Optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh yang dimiliki ibu yang bekerja, untuk melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri di masa pandemi. Aspek optimisme yaitu *permanent, pervasiv* dan *personalization*.

## **E. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja di masa pandemi.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017). Bila populasi besar, dan penelitian tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu maka penelitian dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi

itu, (Sugiyono, 2017). Karena jumlahnya yang sangat besar dan memungkinkan peneliti tidak dapat mengambil semua yang ada pada populasi, maka dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan rumus Lameshow (1997), hal ini dikarenakan jumlah populasi yang tidak diketahui atau tidak terhingga. Berikut rumus Lameshow, yaitu:

$$n = \frac{z^2_{1-\alpha/2} \cdot P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan :

$n$  = jumlah sampel

$z$  = skor  $z$  pada kepercayaan 95% = 1,96

$p$  = maksimal estimasi = 0,5

$d$  = alpha (0,10) atau sampling error = 10%

Melalui rumus di atas, maka jumlah sampel yang diambil adalah

$$n = \frac{z^2_{1-\alpha/2} P(1-P)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5(1-0,5)}{0,1^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \cdot 0,25}{0,01} = 96,04 = 97$$

Sehingga jika berdasarkan rumus tersebut maka sampel yang didapatkan adalah  $96,04 = 100$  orang sehingga pada penelitian ini setidaknya penulis harus mengambil data dari sampel sekurang-kurangnya sejumlah 100 orang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya bisa lebih representatif atau terwakili (Sugiyono, 2017).

Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Ibu yang berusia 20-40 tahun. Individu yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun, mereka memiliki peran dan tanggung jawab yang tentu saja semakin besar. Individu tidak harus bergantung secara ekonomis, sosiologis maupun fisiologis pada orang tuanya (Dariyo, 2003). Menurut Havighurst (1961) tugas perkembangan wanita dewasa seperti mulai bekerja, memilih pasangan hidup, belajar hidup dengan suami atau istri, mengasuh anak, mengelola urusan rumah tangga, menerima atau mengambil tanggung jawab, dan menemukan kelompok sosial yang menyenangkan.
- b. Ibu yang bekerja di masa pandemi. Bagi ibu yang bekerja pada sektor formal akan menjadi tantangan yang berat untuk dijalaninya karena harus dilakukan pada waktu yang bersamaan dengan melakukan pekerjaan lain dirumah seperti mencuci baju hingga membersihkan rumah (Dewi, 2020).

#### **F. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu alat pengukuran atau instrumen. Penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017).

Penelitian ini menggunakan dua macam skala, yaitu skala resiliensi dan skala optimisme. Kedua skala ini menggunakan modifikasi skala likert dengan empat alternatif jawaban. Pernyataan empat pilihan jawaban dibuat demikian agar



subjek berpendapat tidak bersifat netral atau tidak berpendapat. Skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang berisi hal positif dan mendukung mengenai aspek penelitian, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan sikap yang berisi hal negatif dan bersifat tidak mendukung mengenai aspek penelitian.

Skala pengukuran tersebut diuraikan sebagai berikut:

**Tabel 2. Skala Pengukuran Likert**

<b>Jawaban</b>	<b>Skor <i>Favorable</i></b>	<b>Skor <i>Unfavorable</i></b>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Semakin tinggi skor yang diperoleh subyek terhadap angket tersebut maka semakin tinggi persepsi subjek terhadap variabel tersebut. Sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh subyek maka semakin rendah pula persepsi subjek terhadap variabel tersebut. Adapun skala dalam penelitian ini akan diuraikan sebagai berikut:

### **1. Skala Resiliensi**

Alat ukur resiliensi ini di modifikasi oleh peneliti dari penelitian Mahesti Pertiwi (2011) berdasarkan aspek-aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Grotberg (2003) yakni *external support (I Have)*, *inner strengths (I Am)* dan *interpersonal and problem-solving skills (I Can)*.

Adapun sebaran aitem resiliensi dapat dilihat pada table di bawah ini:

**Tabel 3. *Blueprint* Skala Resiliensi**

No	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	I Have	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	31, 32, 33, 34, 35, 36	15
2.	I Am	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44	20
3.	I Can	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	45, 46, 47, 48, 49, 50	15
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>20</b>	<b>50</b>

## 2. Skala Optimisme

Alat ukur optimisme ini di modifikasi oleh peneliti dari penelitian Widuri Listiana (2009) berdasarkan aspek-aspek optimisme yang dikemukakan oleh Seligman (2005) yakni *permanent*, *pervasiveness* dan *personalization*. Pada *blueprint* skala berikut jumlah aitem per indikator tidak sama, dikarenakan peneliti memodifikasi dari aitem yang valid dan reliabel.

Adapun sebaran aitem optimisme dapat dilihat pada table di bawah ini:

**Tabel 4. *Blueprint* Skala Optimisme**

No.	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Permanent	1, 4, 13, 16, 24, 26, 27	7, 10, 18, 21, 28, 30, 32	14
2.	Pervasiveness	2, 5, 14, 17, 25	8, 11, 19, 22, 29, 31	11
3.	Personalization	3, 6, 15	9, 12, 20, 23	7
<b>Total</b>		<b>15</b>	<b>17</b>	<b>32</b>

## **G. Validitas dan Reliabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Validitas adalah tingkat ketetapan/keakuratan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi pengukurannya (Azwar, 2007). Alat ukur dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya dan memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut.

Uji validitas isi dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor aitem dan skor total aitem dari masing-masing skala. Uji validitas menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS. Suatu aitem dikatakan valid jika memenuhi kriteria nilai signifikansi  $\geq 3$  (Azwar, 2007).

### **2. Uji Reliabilitas**

Reliabilitas mengandung arti sejauh mana hasil suatu pengukuran tetap konsisten, dapat dipercaya atau dapat diandalkan apabila dilakukan pengukuran terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Azwar, 2007). Reliabilitas alat ukur penelitian ini akan diuji menggunakan teknik uji reliabilitas yang dikembangkan oleh Cronbach yang disebut dengan teknik *Alpha Cronbach's*. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dipercaya juga. Apabila data yang memang benar sesuai dengan kenyataan, maka berapa kalipun diambil tetap akan sama. Ada dua alasan peneliti menggunakan uji *Alpha Cronbach's*, pertama karena tehnik ini merupakan

teknik pengujian keandalan kuesioner yang paling sering digunakan, kedua dengan melakukan uji *Alpha Cronbach's* maka akan terdeteksi indikator-indikator yang tidak konsisten.

Menurut Azwar (2007) hasil pengukuran dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai alpha Cronbach minimal sebesar 0.700.

**Tabel 5. Tingkat Keandalan *Cronbach'sAlpha***

Nilai <i>Cronbach'sAlpha</i>	Tingkat Keandalan
0.000-0.200	Kurang Andal
>0.200-0.400	Agak Andal
>0.400-0.600	Cukup Andal
>0.600-0.800	Andal
>0.800-1000	Sangat Andal

## H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Skala Resiliensi

Skala harapan terdiri dari 50 aitem yang terbagi atas tiga aspek. Hasil analisis butir didapatkan dari  $r$  hitung  $> 0.300$  Berdasarkan hasil uji validitas butir menunjukkan bahwa dari 50 butir terdapat 3 butir yang gugur sehingga 47 butir dinyatakan valid.

**Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Resliensi**

Aspek	Aitem				Jumlah	
	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
<i>I Have</i>	1,2,3,4,5,6,7,8,9	-	31,32,33,34,35	36	14	1
<i>I Am</i>	10,11,12,13,14,15, 16,17,18,19,20,21	-	38,40,41,42,43,44	37,39	18	2
<i>I Can</i>	22,23,24,25,26,27, 28,29,30	-	45,46,47,48,49,50	-	15	-
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>17</b>	<b>3</b>	<b>47</b>	<b>3</b>

Sumber Lampiran 3 Hal 77-78

**Tabel 7. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Resiliensi**

Aspek	Jumlah Butir			<i>R</i> terendah - tertinggi	<i>Sig</i> terendah - tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
<i>I Have</i>	15	1	14	0.304 – 0.529	0.002 – 0.000
<i>I Am</i>	20	2	18	0.300 – 0.580	0.002 – 0.000
<i>I Can</i>	15	-	15	0.312 – 0.528	0.002 – 0.000

Sumber Lampiran 4 Hal 81-91

**Tabel 8. Alpha Cronbach's Resiliensi**

Variabel	Skor Alpha
Resiliensi	0.759

Sumber Lampiran 5 Hal 98

Berdasarkan tabel 8, diketahui bahwa skala resiliensi menghasilkan nilai  $\alpha > 0.700$ , dengan nilai  $\alpha = 0.759$ . Hal ini menunjukkan bahwa skala resiliensi dalam penelitian ini dinyatakan andal.

## 2. Skala Optimisme

Skala optimisme terdiri dari 32 aitem yang terbagi atas tiga aspek. Hasil analisis butir didapatkan dari  $r$  hitung  $> 0.300$  Berdasarkan hasil uji validitas butir menunjukkan bahwa dari 32 butir terdapat 1 butir yang gugur sehingga 31 butir dinyatakan valid.

**Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Optimisme**

Aspek	Aitem				Jumlah	
	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
<i>Permanence</i>	1,4,13,16,24,26,27	-	7,10,18,21,28,30,32	-	14	-
<i>Pervasive</i>	2,5,14,17,25	-	8,11,19,22,29,31	-	11	-
<i>Personalization</i>	3,6,15	-	9,12,20	23	6	1
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>31</b>	<b>1</b>

Sumber Lampiran 3 Hal 79-80

**Tabel 10. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Optimisme**

Aspek	Jumlah Butir			R terendah- tertinggi	Sig terendah- tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
<i>Permanence</i>	14	-	14	0.317 – 0.650	0.001 – 0.000
<i>Pervasive</i>	11	-	11	0.324 – 0.685	0.001 – 0.000
<i>Personalization</i>	7	1	6	0.307 – 0.761	0.002 – 0.000

Sumber Lampiran 4 Hal 92-97

**Tabel 11. Alpha Cronbach's Optimisme**

Variabel	Skor Alpha
<b>Optimisme</b>	0.843

Sumber Lampiran 5 Hal 98

Berdasarkan tabel 11, diketahui bahwa skala optimisme menghasilkan nilai  $\alpha > 0.700$ , dengan nilai  $\alpha$  0.843. Hal ini menunjukkan bahwa skala harapan dalam penelitian ini dinyatakan andal.

## I. Teknik Analisa Data

Teknik analisa data pada metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih, bila datanya berbentuk ordinal atau rangking. (Sugiyono, 2017) Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

### 1. Uji Normalitas

Uji Normalitas adalah alat uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dalam sebuah model regresi, nilai residu dari regresi mempunyai distribusi yang normal. Jika distribusi dari nilai-nilai residual tersebut

tidak dapat dianggap berdistribusi normal, maka dikatakan ada masalah terhadap asumsi normalitas (Santoso, 2015).

## 2. Uji Linieritas

Uji linearitas merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linear tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Uji statistik dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 23 for Windows.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Karakteristik Responden

Subjek dalam penelitian ini adalah perempuan berjumlah 100 orang. Penelitian ini dilakukan menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan karakteristik subjek sebagai berikut:

- a. Perempuan berusia 20-40 tahun.
- b. Perempuan yang sudah menikah dan memiliki anak.
- c. Perempuan yang bekerja selama masa pandemi.

Adapun kriteria lain yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah jenis pekerjaan, lama bekerja dan selama pandemi melakukan pekerjaan di kantor atau di rumah. Distribusi subjek berdasarkan jenis pekerjaan adalah sebagai berikut:

**Tabel 12. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Pekerjaan**

No.	Pekerjaan	Jumlah	Persentase
1	Pegawai Negeri	36	36%
2	Karyawan Swasta	24	24%
3	Wiraswasta	18	18%
4	Lain-lain	22	22%
<b>Jumlah</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 12 tersebut dapat diketahui bahwa karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis pekerjaan yaitu, Pekerjaan pegawai negeri berjumlah 36 orang (36 persen), karyawan swasta berjumlah 24 orang (24 persen), wiraswasta berjumlah 18 orang (18 persen), dan pekerjaan lain berjumlah 22



orang (22 persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian ini didominasi oleh pegawai negeri yaitu sebesar 36 persen.

**Tabel 13. Karakteristik Subjek Berdasarkan Lama Bekerja**

No.	Lama Bekerja	Jumlah	Persentase
1	1 – 5 tahun	22	22%
2	6 – 10 tahun	33	33%
3	11 – 15 tahun	29	29%
4	15 – 20 tahun	16	16%
<b>Jumlah</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 13 tersebut dapat diketahui bahwa karakteristik subjek penelitian berdasarkan lama bekerja yaitu, 1-5 tahun berjumlah 22 orang (22 persen), 6-10 tahun berjumlah 33 orang (33 persen), 11-15 tahun berjumlah 29 orang (29 persen) dan 16-20 tahun berjumlah 16 orang (16 persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian ini didominasi oleh ibu yang bekerja selama 6-10 tahun yaitu sebanyak 33 orang (33 persen).

**Tabel 14. Karakteristik Subjek Berdasarkan Tempat Bekerja**

No.	Tempat Bekerja	Jumlah	Persentase
1	Dari Tempat Kerja	69	69%
2	Dari Rumah	31	31%
<b>Jumlah</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 14 tersebut dapat diketahui bahwa karakteristik subjek penelitian berdasarkan tempat bekerja yaitu, ibu yang bekerja dari tempat kerja berjumlah 69 orang (69 persen), dan ibu yang bekerja dari rumah berjumlah 31 orang (31 persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian ini didominasi oleh ibu yang bekerja dari tempat kerja yaitu sebanyak 69 orang (69 persen).

## 2. Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data digunakan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada ibu yang bekerja di masa pandemi. Mean empirik dan mean hipotetik diperoleh dari respon sampel penelitian melalui dua skala penelitian yaitu skala resiliensi dan optimisme.

Kategori berdasarkan perbandingan mean hipotetik dan mean empirik dapat langsung dilakukan dengan melihat deskriptif data penelitian. Menurut Azwar (2016) nilai mean hipotetis dapat dianggap sebagai mean populasi yang diartikan sebagai kategori sedang atau menengah kondisi kelompok subjek pada variabel yang diteliti. Setiap skor mean empirik yang lebih tinggi secara signifikan dari mean hipotetik dapat dianggap sebagai indikator tingginya keadaan kelompok subjek pada variabel yang diteliti. Sebaliknya setiap skor mean empirik yang lebih rendah dari mean hipotetik dapat dikatakan sebagai indikator rendahnya kelompok subjek pada variabel yang diteliti. Berikut mean empirik dan mean hipotesis penelitian ini:

**Tabel 15. Mean Empirik dan Mean Hipotetik**

<b>Variabel</b>	<b>Mean Empirik</b>	<b>SD Empirik</b>	<b>Mean Hipotetik</b>	<b>SD Hipotetik</b>	<b>Status</b>
Resiliensi	145.67	8.084	117.5	23.5	Tinggi
Optimisme	90.07	8.674	77.5	15.5	Tinggi

Sumber: Lampiran 6 Hal. 98

Melalui tabel 15 diketahui gambaran sebaran data pada subjek penelitian secara umum pada ibu yang bekerja selama masa pandemi. Berdasarkan hasil pengukuran melalui skala resiliensi yang telah diisi diperoleh mean empirik sebesar 145.67 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 117.5 dan termasuk kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat

resiliensi yang tinggi. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala resiliensi tersebut sebagai berikut:

**Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Resiliensi**

<b>Interval Kecenderungan</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>F</b>	<b>Persentase</b>
$\geq M+1.5SD$	$\geq 153$	Sangat Tinggi	21	21%
$M+0.5SD < X < M+1.5SD$	129 - 153	Tinggi	79	79%
$M-0.5SD < X < M+0.5SD$	106 - 128	Sedang	0	0%
$M-1.5SD < X < M-0.5SD$	82 - 105	Rendah	0	0%
$X \leq M-1.5SD$	$\leq 82$	Sangat Rendah	0	0%

Sumber: Lampiran 7 Hal. 99

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 16, maka dapat dilihat bahwa ibu yang bekerja selama masa pandemi memiliki rentang nilai skala resiliensi yang berada pada kategori sangat tinggi dengan rentang nilai  $\geq 153$  dan frekuensi sebanyak 21 orang atau sekitar 21 persen. Kemudian pada kategori tinggi dengan rentang nilai 129-153 dan frekuensi sebanyak 79 orang atau sekitar 79 persen. Hal ini menunjukkan ibu yang bekerja selama masa pandemi memiliki resiliensi yang tinggi.

Pada skala optimisme yang telah diisi diperoleh mean empirik sebesar 90.07 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 77.5 dan termasuk kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat optimisme yang tinggi. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala optimisme tersebut sebagai berikut:

**Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Optimisme**

<b>Interval Kecenderungan</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>F</b>	<b>Persentase</b>
$\geq M+1.5SD$	$\geq 101$	Sangat Tinggi	8	8%
$M+0.5SD < X < M+1.5SD$	85 - 101	Tinggi	63	63%
$M-0.5SD < X < M+0.5SD$	70 - 84	Sedang	29	29%
$M-1.5SD < X < M-0.5SD$	54 - 69	Rendah	0	0%
$X \leq M-1.5SD$	$\leq 54$	Sangat Rendah	0	0%

sumber: lampiran 7 hal. 99

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 17, maka dapat dilihat bahwa ibu yang bekerja selama masa pandemi memiliki rentang nilai skala optimisme yang berada pada kategori sangat tinggi dengan rentang nilai  $\geq 101$  dan frekuensi sebanyak 8 orang atau sekitar 8 persen. Selanjutnya pada kategori tinggi dengan rentang 85-101 dan frekuensi sebanyak 63 orang atau sekitar 63 persen . Kemudian pada kategori sedang dengan rentang 70-84 dan frekuensi 29 atau sekitar 29 persen. Hal ini menunjukkan ibu yang bekerja selama masa pandemi memiliki optimisme yang tinggi.

### 3. Hasil Uji Asumsi

Sebelum dilakukan perhitungan dengan metode analisis korelasi, perlu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat dalam penggunaan analisis korelasi.

#### a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas untuk melihat penyimpangan frekuensi observasi yang diteliti dari frekuensi teoritik. Uji Normalitas data antara lain dapat dilakukan dengan membandingkan probabilitas nilai Kolmogorov-Smirnov dengan sebesar 0.05 (5%). Kaidah yang digunakan adalah jika  $p > 0.05$  maka sebarannya normal, sebaliknya jika  $p < 0.05$  maka sebarannya tidak normal (Hadi, 2006).

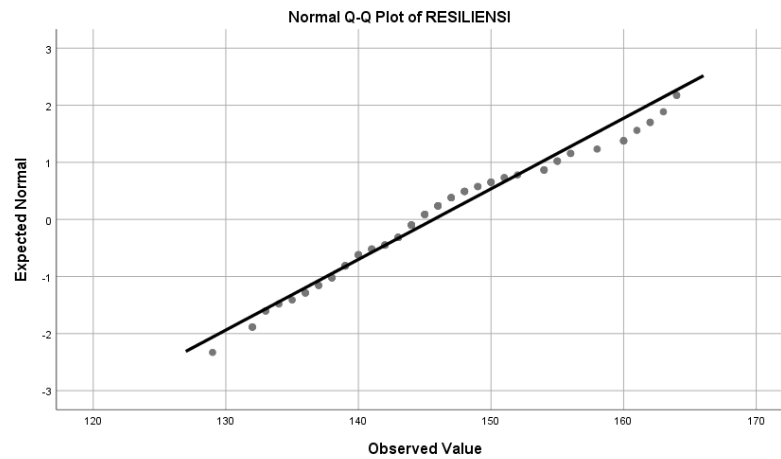
**Tabel 18. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogrov-Smirnov Z	P	Keterangan
Resiliensi	0.114	0.003	Tidak Normal
Optimisme	0.107	0.006	Tidak Normal

Sumber: Lampiran 8 hal 100

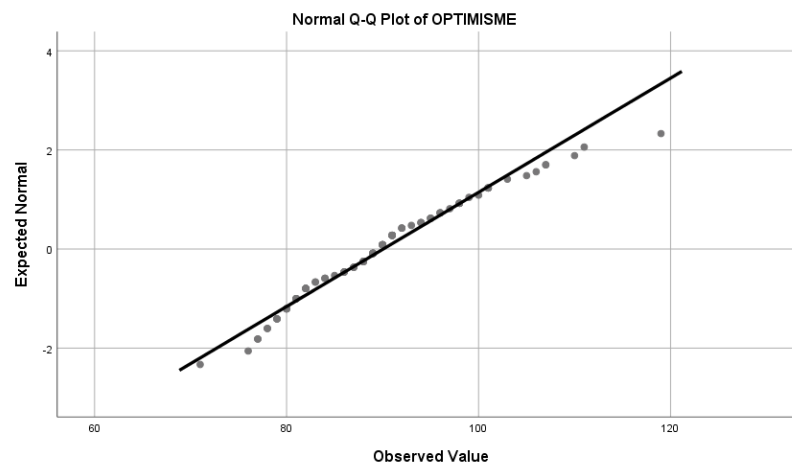
## 1) Q-Q Plot

### a) Resiliensi



**Gambar 2. Q-Q Plot Resiliensi**

### b) Optimisme



**Gambar 3. Q-Q Plot Optimisme**

Berdasarkan tabel 18 dapat ditafsirkan sebagai berikut:

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel resiliensi menghasilkan nilai  $Z = 0.114$  dan  $p = 0.003$  ( $p < 0.05$ ). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir resiliensi adalah tidak normal.

- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel optimisme menghasilkan nilai  $Z = 0.107$  dan  $p = 0.006$  ( $p < 0.05$ ). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir optimisme adalah tidak normal.

Berdasarkan tabel 18 maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel optimisme dengan resiliensi memiliki sebaran data yang tidak normal, dengan demikian analisis data secara parametrik tidak dapat dilakukan karena tidak memenuhi syarat atas asumsi normalitas sebaran data penelitian.

#### **b. Hasil Uji Linearitas**

Uji asumsi linearitas dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linearitas dapat pula untuk mengetahui taraf penyimpangan dari linearitas hubungan tersebut. Adapun kaidah yang digunakan dalam uji linearitas adalah bila nilai linearity F hitung  $<$  F tabel maka hubungan dinyatakan linear, atau bila nilai *deviant from linierity*  $p > 0.05$  maka hubungan dinyatakan linear.

**Tabel 19. Hasil Uji Linearitas Hubungan**

<b>Variabel</b>	<b>F Hitung</b>	<b>F Tabel</b>	<b>P</b>	<b>Keterangan</b>
Resiliensi (X) Optimisme (Y)	1.831	3.947	0.019	Tidak Linier

Sumber: Lampiran 9 hal 96

Berdasarkan tabel 19 di atas didapatkan hasil bahwa:

Hasil uji asumsi linearitas antara variabel optimisme dengan resiliensi menunjukkan nilai *deviant from linierity*  $p$  sebesar 0.019 ( $p < 0.05$ ) dan F hitung sebesar 1.831 lebih kecil dari F tabel sebesar 3.947. Hal ini menunjukkan hubungan antara variabel optimisme dengan resiliensi dinyatakan tidak linier.

#### 4. Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pemaparan dalam bab sebelumnya hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan optimisme dengan resiliensi pada ibu yang bekerja selama masa pandemi. Teknik analisis yang digunakan adalah uji statistik non parametrik. Hal tersebut dikarenakan data yang telah diuji asumsi data berdistribusi secara tidak normal namun terdapat linieritas. Uji analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji kendall's tau b untuk melihat hubungan antara optimisme dengan resiliensi.

Kaidah dalam uji Kendall's tau b adalah  $H_0$  diterima apabila nilai sig < 0.05 dan  $H_0$  ditolak apabila nilai Sig > 0.05. Kemudian untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan (koefisien korelasi) antar variabel dalam analisis korelasi menurut Sarwono (2015) dapat dikategorikan sebagai berikut:

- a. 0.00 – 0.25 : Hubungan Sangat Lemah
- b. 0.26 – 0.50 : Hubungan Cukup
- c. 0.51 – 0.75 : Hubungan Kuat
- d. 0.76 – 0.99 : Hubungan Sangat Kuat
- e. 1.00 : Hubungan Sempurna

**Tabel 20. Interpretasi Uji Kendall's tau b**

Variabel	R	Sig	Keterangan
Optimisme-Resiliensi	0.146	0.038	Ada hubungan

Sumber: Lampiran 10 hal 101

Berdasarkan tabel 20 di atas maka dapat diketahui bahwa nilai signifikan antara optimisme dengan resiliensi yaitu, 0.038, dengan koefisien korelasi sebesar 0.146 yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme

dengan resiliensi yang mana semakin tinggi optimism maka akan semakin tinggi resiliensi dan semakin rendah optimism maka semakin rendah pula resiliensi.

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan uji asumsi normalitas didapatkan distribusi data tidak normal sehingga penelitian ini menggunakan uji hipotesis non parametrik Kendall's tau-B. Data yang didapatkan dari uji Kendall's tau-B yaitu nilai  $p = 0.038 < 0.05$ , menandakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel optimisme dengan resiliensi pada ibu yang bekerja di masa pandemi covid-19, namun dalam hal ini keeratan hubungan sangat lemah. Hal ini dikarenakan semakin tinggi nilai optimisme maka semakin tinggi resiliensi, hal ini menandakan bahwa optimisme memiliki pengaruh yang baik dalam resiliensi dimasa pandemi covid-19. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu, ada hubungan signifikan antara optimisme dengan resiliensi ibu yang bekerja di masa pandemi covid 19.

Hal ini sejalan dengan penelitian Arlinda Darmayana (2018) yang menyatakan bahwa sebaran data ada hubungan antara optimisme dengan resiliensi. Namun pada penelitian ini keeratan yang didapatkan sangat lemah. Kumpfer (1999) menyatakan bahwa optimisme membuat seseorang menjadi resilien. Hal ini sependapat dengan Vaillant (2007) bahwa optimisme adalah sumber daya internal yang penting bagi resiliensi.

Optimisme memainkan peran dalam kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tekanan. Penelitian lain yang menggunakan subjek mahasiswa



berusia 17-19 tahun juga menghasilkan kesimpulan bahwa optimism meningkat maka resiliensi juga meningkat (Dawson & Pooley, 2013). Optimisme mencerminkan sikap positif seseorang terhadap kondisi yang tidak menguntungkan. Optimisme sebagai fitur penting dari resiliensi serta terdapat korelasi antara optimisme dan resiliensi (Sabouripour & Roslan, 2015). Sesuai dengan hasil wawancara dengan subjek NB bahwa subjek merasa dukungan yang ia dapat dari keluarga dan rekan kerja membuat ia bisa mengatasi masa-masa sulit yang terjadi selama masa pandemi. Menurutnya masa pandemi ini akan berakhir bila semua orang dapat mematuhi protokol kesehatan. Subjek yakin ia dan keluarga dapat saling menjaga diri untuk terhindar dari virus covid-19.

Sependapat dengan subjek RS bahwa kerja sama dalam menerapkan protokol kesehatan di lingkungan pekerjaan akan dapat mengurangi penyebaran virus. Dengan kerja sama tersebut menghasilkan rasa aman saat bekerja sehingga pekerjaan yang dilakukan akan optimal. Subjek juga menerapkan aturan-aturan baru selama pandemi kepada anak-anaknya, seperti mengurangi melakukan aktivitas diluar rumah (bermain dengan tetangga). Walau tidak mudah subjek yakin dapat melewati masa-masa ini dengan bantuan moril dari keluarga dan rekan-rekan kerja.

Kemudian menurut subjek NF sebagai perempuan yang bekerja dan mengurus rumah tangga ia mulai terbiasa dengan situasi pandemi. Pada awalnya ia merasa khawatir bagaimana pendidikan anak-anak yang harus dilakukan secara daring, suami yang bekerja di luar rumah dan kesehatan orang tua subjek. Dalam hal ini subjek mendapat bantuan dari saudara yang dapat membimbing anak-

anaknya sekolah daring. Subjek merasa sangat terbantu dan ketika bekerja ia dapat fokus terhadap pekerjaannya di kantor.

Uji deskriptif yang dilakukan pada penelitian ini menghasilkan mean empirik pada resiliensi (145.67) lebih tinggi dari mean hipotetik (117.5) dan termasuk kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada tingkat resiliensi tinggi. Menurut Grotberg (Desmita, 2013) resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh manusia untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari kesulitan dalam hidup dan belajar dari pengalaman dari kondisi yang tidak menyenangkan yang pernah dialaminya. Berdasarkan teori tersebut membuktikan bahwa subjek memiliki tingkat resiliensi yang tinggi meskipun harus bekerja di masa pandemi.

Hal ini didukung oleh hasil wawancara dengan salah satu ibu yang bekerja berinisial MR pada tanggal 28 Mei 2021 melalui media telepon. MR menyatakan bahwa ia merasa mendapatkan dukungan dari keluarga untuk terus bekerja di masa pandemi dengan syarat harus memperhatikan kesehatan diri ketika beraktivitas di luar rumah. Suami MR juga turut membantu mengurus kebutuhan anak ketika subjek tengah disibukkan dengan pekerjaan.

Pada optimisme diketahui mean empirik (90.07) lebih tinggi dari mean hipotetik (77.5) dan termasuk kategori tinggi. Menurut Seligman (2006) optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Berdasarkan teori tersebut membuktikan bahwa subjek memiliki tingkat optimisme yang tinggi karena mampu melihat hal yang baik, berfikir positif dan memberikan makna bagi diri sendiri dalam situasi pandemi.

Hal ini didukung oleh hasil wawancara dengan salah satu ibu yang bekerja berinisial DC pada tanggal 28 Mei 2021 melalui media telepon. DC menyatakan bahwa ia tetap semangat bekerja di masa pandemi walau padanya protokol kesehatan (memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan sabun). DC juga yakin bahwa ia dapat melewati masa pandemi dengan baik.

Berdasarkan uji normalitas didapatkan bahwa variabel optimisme menghasilkan nilai  $Z = 0.107$  dan  $p = 0.006$  ( $p < 0.05$ ), kemudian pada variabel resiliensi memiliki nilai  $Z = 0.114$  dan  $p = 0.003$  ( $p < 0.05$ ). Maka sebaran data kedua variabel memiliki sebaran data tidak berdistribusi normal karena nilai  $p < 0.05$ . Berdasarkan uji asumsi normalitas didapatkan distribusi data tidak normal sehingga penelitian ini menggunakan uji hipotesis non parametrik Kendall's tau-B.

Kemudian pada uji linearitas antara variabel optimisme dengan resiliensi menunjukkan nilai  $p$  sebesar  $0.019$  ( $p < 0.05$ ) dan  $F$  hitung sebesar  $1.831$  lebih kecil dari  $F$  tabel sebesar  $3.947$ . Hal ini menunjukkan hubungan antara variabel optimisme dengan resiliensi dinyatakan tidak linier. Sesuai dengan ketentuan tersebut maka hasil dari uji korelasi yang dilakukan menunjukkan bahwa variabel optimisme dan resiliensi memiliki hubungan yang sangat lemah dan signifikan dengan arah hubungan positif atau searah, dimana nilai resiliensi individu akan tinggi apabila optimisme juga tinggi dan begitu pula sebaliknya.

Ketika dihadapkan dengan tantangan, orangtua yang optimis mampu menunjukkan resiliensi, meskipun kemajuan mungkin lambat dan sulit (Snyder, Feldman, Shorey, dan Rand, 2002). Oleh sebab itu, optimisme dan resiliensi dapat

membantu ibu yang bekerja di masa pandemi menghadapi situasi yang sulit dan mempunyai harapan positif untuk masa depan. Ini berarti bahwa dalam situasi stres atau tekanan pun optimisme dapat melengkapi resiliensi (Carver dan Connor-Smith, 2010).

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada ibu yang bekerja di masa pandemi covid-19. Kelemahan penelitian ini adalah sebaran data tidak berdistribusi dengan normal dikarenakan hasil uji asumsi normalitas tidak memenuhi syarat untuk melakukan uji hipotesis secara empirik. Data yang tidak normal karena adanya perbedaan antara distribusi empirik data dengan distribusi normal ideal. Pada penelitian ini terdapat skor ekstrem, baik ekstrem tinggi maupun ekstrem rendah.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa terdapat hubungan dengan arah yang positif antara optimisme dengan resiliensi ibu yang bekerja di masa pandemi covid-19.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi ibu yang bekerja, dapat menemukan cara-cara dalam mengatasi situasi sulit dimasa pandemi covid-19, mengendalikan emosi, menyadari dan menghentikan pikiran-pikiran negatif tentang pandemi covid 19, mencari informasi dan klarifikasi yang jelas mengenai berita-berita tentang covid 19 yang dapat memicu stres, tetap produktif dengan menyeimbangkan pekerjaan dan urusan rumah tangga, seperti mengatur waktu antara bekerja dan mengurus rumah tangga, dapat mengikuti seminar *online*, melakukan kegiatan sosial bersama ibu bekerja, melakukan hobi atau kegiatan yang disenangi, olahraga, melakukan relaksasi dan meditasi.
2. Bagi keluarga, diharapkan untuk bersedia menjadi tempat berdiskusi, memberikan bantuan yang diperlukan subjek, dan memberikan dukungan moral agar subjek dapat bertahan dimasa pandemi covid-19.

3. Bagi lingkungan pekerjaan, memberikan motivasi untuk tetap bekerja dan tidak memberikan beban kerja yang berlebihan. Membuat program kesejahteraan untuk pegawai, seperti memberikan asuransi kesehatan, tunjangan, dan cuti (cuti setengah hari, izin sakit, melahirkan, haid, dan sebagainya).
4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan dapat menspesifikasikan kriteria pada sampel penelitian dan menambahkan variabel lain. Memperbanyak sampel, dan memperbaiki skala sesuai kaidah psikologi. Mengkaji lebih lanjut bagaimana optimisme berkontribusi terhadap resiliensi pada individu apabila tertarik untuk meneliti variabel tersebut pada subjek lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarini, D. A. S. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Janda Cerai Mati. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Azra, M.V. & Nurwianti, F. (2014). Hubungan Antara Parentification dan Resiliensi pada Remaja dengan Status Ekonomi Sosial (SES) Rendah. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- 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, 1–9. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.585813>
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and Coping. *Annual Review Psychology*, 61, 679-704. DOI: 10.1146/annurev.psych.093008.100352
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Diterjemahkan: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Radjagrafindo Persada.
- Choirunnisa, Kamila & Umar Yusuf S. (2019). Hubungan Antara Optimisme Dan Resiliensi Dada Ibu Yang Memiliki Anak Penderita Leukemia di Rumah Cinta Kanker Bandung. *Jurna Prosiding Psikolog*. 5 (2), 2460-6448
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A Newresilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Journal Of Depression Andanxiety*, 18, 76-82.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Darmayana, Arlinda. (2018). Hubungan Antara Optimisme Dengan Resiliensi Pada Orangtua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental. *Skripsi*. Pekanbaru: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Dawson, M., & Pooley, J. A. (2013). Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies*, 1(2), 38–49. <https://doi.org/10.11114/jets.v1i2.137>.
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, A. K., & Rahayu, A. (2020). Optimisme Dan Keberfungsian Keluarga Hubungannya Dengan Subjective Well-Being Pekerja Perempuan yang

Work From Home di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4 (3), 1-8.

Dewi, S.S. (2017). Hubungan Konflik Peran Ganda Dengan Ketakutan Untuk sukses pada Ibu yang Bekerja Di PT. Bumi Sari Prima Pematang Siantar. *Jurnal Psikologi Konseling*, 10, 1,75-87. <https://doi.org/10.24114/konseling.v10i1.9634>

Dewi, W. A. F. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (1), 55–61. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.89>

Ditrya, S. B. (2012). *Hubungan antara Resiliensi dan Coping pada Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Skripsi. Depok: Universitas Indonesia.

Edalati, A. dan Redzuan. M (2010). A Quantity Study of Marital Satisfation, Romantic Jealously and Female's Aggression (Phychological and Physical). *Journal The Social Sciences*, 5 (2), 82-88.

Fadila dan Laksmiwati (2014) Umma Dan Hermien Laksmiwati. (2014). Perbedaan Resiliensi Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi FIP Unesa*, 3 (2), 1-6.

Ghufron, M. N & Rini, R. S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.

Hadi, S. (2006). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hendriani, W. (2018). Positive Meaning: The Typical Coping of Resilient Person Towards Changing Conditions Become Individual With Disability. *IJDS: Indonesian Journal of Disability Studies*, 5 (2), 157-165. <https://doi.org/10.21776/ub.ijds.2018.005.02.2>

—————. (2018). *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Hitiyahubessy, Arthur Ardiansa. (2015). *Resiliensi Perempuan Korban Konflik Ambon*. Tesis. Semarang: Program Magister Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Soegijapranata.

Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.



- Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling & Development*, 75(5), 346-356. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1997.tb02350.x>
- Komnas Perempuan. (2020, 17 Juni). Dinamika Perubahan Rumah Tangga Selama Masa Covid-19. Diunduh pada 29 Desember 2021, dari [https://komnasperempuan.go.id/uploadedFiles/webOld/file/pdf\\_file/2020/Hasil%20Survei%20Covid%2019-KP-2020\\_17.06.pdf](https://komnasperempuan.go.id/uploadedFiles/webOld/file/pdf_file/2020/Hasil%20Survei%20Covid%2019-KP-2020_17.06.pdf)
- Kumpfer, K. K. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience. The Resilience Framework. Dalam Glaz & Johnson, Resilience and Development: Positive Life Adaptations. New York: *Kluwer Academic/Plenum Publishers*, hal. 179-224
- Kusumastuti, A. N. (2020). Dampak Konflik Peran Ganda di Masa Pandemi Covid-19 pada Ibu yang Bekerja. *Jurnal Psikologi*.
- Listiana, W. (2009). Hubungan antara Optimisme dan Problem Focused Coping pada Mahasiswa. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Mashudi, F. (2012). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Ircisod.
- Masten, A.S. (2007). Resilience In Developing Sysytems: Progress And Promise As The Fourth Wave Rises. *Development And Psychopathology*, 19, 921-930.
- McGinnis, A.L. (1995). *Kekuatan Optimisme*. Jakarta: Mitra Utama.
- 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.
- Pertiwi, M. (2011). Dimensi Religiusitas dan Resiliensi Pada Residen Narkoba di BNN Lido. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Prasetyo, A. R., Kustanti, E. R., & Nurtjahjanti, H. (2014). Gambaran Optimisme Pahlawan Devisa Negara (Calon Tenaga Kerja Wanita di BLKLN Jawa Tengah). 2, (14), 261-269.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Riskasari, W. (2016). Konflik Peranganda Wanita Karir. *Jurnal Psikologi Islam*. 8 (2), 74-81.

- Sabouripour, F., & Roslan, S. B. (2015). Resilience, optimism and social support among international students. *Asian Social Science*, 11(15), 159–170. <https://doi.org/10.5539/ass.v11n15p159>.
- Sarafino, E. P. (2006). *Healthpsychology: Biopsychosocial interactions 5th*. New York: Johnwiley & Sons, Inc.
- Sari, N. K. (2020). Analisis Dampak COVID-19 Terhadap Kinerja Perusahaan Pada CV Inti Abadi Jaya Tahun 2020. *Doctoral Dissertation*. Jakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia.
- Seamon, C. M. (2003). Self-Esteem, Sex Differences, and Self-Disclosure: A Study The Closeness of Relationship. *The Osprey Journal Of Ideas And Inquiry All*. (2001-2008), 99.
- Seligman, M. 2006. *Menginstal Optimisme*. Bandung: CV. Multi Trust Creative Service.
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantages*. San Fransisco: Berret-Koehler Publisher Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Snyder, C. R., Feldman, D. B., Shorey, H. S., & Rand, K. L. (2002). Hopeful Choices: A School Counselor's Guide To Hope Theory. *Professional School Counseling*, 5(5), 298–308
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between Resilience, Optimism and Psychological Well Being in Students of Medicine. *Social and Behavioral Sciences*, Vol. 30, 1541-1544. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.299>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: R&D. Alfabeta.
- Susilo, A. Dkk. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7 (1).
- Taylor, S. (2015). *Health Psychology* (9th ed). New York: McGraw-Hill Education.
- Ubaedy. AN, 2007. *Optimis Kunci Meraih Sukses*. Jakarta: PT. Perspektif Media Komunikatif.
- Wahyudi, A. (2020). Analisis Model Rasch Pada Pengembangan Skala Resiliensi. *Jurnal Fokus Konseling*, 6 (2), 68-74.

Sigit, Wahyudi. (2020). *Resiliensi Karyawan Pabrik Ditengah Pandemi Coronavirus Diseases (Covid-19) Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Status Karyawan*. Skripsi. Surakarta: Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wardhani, N. A. K. (2012). Self Disclosure dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri di Usia Awal Perkawinan. *Calyptra*, 1 (1), 1-9.

# LAMPIRAN

Lampiran 1  
 Blueprint Instrument Penelitian  
**A. *Blueprint Skala Resiliensi***

No.	Aspek-aspek Resiliensi	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	I Have	1. Saya mempunyai seseorang yang bisa dipercaya untuk melindungi keluarga	31. Saya tidak memiliki orang yang dapat saya percaya untuk membantu saya melindungi keluarga	15
		2. Saya mentaati protokol kesehatan yang berlaku	32. Saya bebas melakukan apapun tanpa menghiraukan protokol kesehatan saat bekerja	
		3. Saya menyadari adanya kebijakan baru selama masa pandemi	33. Saya tidak bisa mandiri selama masa pandemi menurut teman-teman saya	
		4. Saya mendapat dukungan dari keluarga untuk bekerja selama pandemi	34. Saya berpikir tidak penting memiliki panutan yang baik dimasa pandemi	
		5. Saya memiliki panutan yang baik di masa pandemi	35. Saya kesulitan mendapatkan akses berbagai pelayanan (kesehatan, pendidikan, sosial dan keamanan) selama masa pandemi dari tempat saya bekerja	
		6. Saya akan berbicara dengan orang yang saya jadikan panutan untuk membantu dalam menghadapi kesulitan	36. Saya ingin memiliki keluarga dan rekan kerja yang dapat menolong saya menghadapi kesulitan	

		7. Saya mendapatkan akses ke berbagai layanan (pelayanan kesehatan, pendidikan, sosial dan keamanan) yang saya butuhkan dari tempat saya bekerja		
		8. Saya memiliki rekan kerja yang baik		
		9. Saya memiliki hubungan yang baik dengan keluarga		
2	I Am	10. Saya seperti orang-orang pada umumnya yang dapat mencintai dan menyukai	37. Saya merasa berbeda dengan ibu yang lain	20
		11. Saya adalah ibu yang tenang selama masa pandemi	38. Saya mudah marah ketika mendengar berita tentang pandemi	
		12. Saya mampu menghadapi masa pandemi dengan terus bekerja	39. Saya bukan orang yang dapat menghadapi masa pandemi	
		13. Saya merencanakan masa depan pekerjaan saya	40. Saya tidak perlu memikirkan rekan kerja saya	
		14. Saya menghargai diri saya	41. Saya tidak peduli terhadap orang lain saat ini karena hanya membuang-buang waktu saja	
		15. Saya berusaha menindungi keluarga dari bahaya di masa pandemi	42. Saya berfikir bahwa lari dari tanggung jawab adalah hal yang biasa untuk dilakukan	

		16. Saya dapat memahami kondisi keluarga saya selama pandemi	43. Saya khawatir dapat melewati masa pandemi dengan tetap bekerja	
		17. Saya senang memberikan bantuan kepada orang lain selama pandemi	44. Saya merasa kesulitan melakukan pekerjaan kantor dan urusan rumah tangga di masa pandemi	
		18. Saya bertanggung jawab atas perilaku saya		
		19. Saya bersedia menerima konsekuensi atas apa yang saya perbuat		
		20. Saya percaya dapat melewati masa pandemi		
		21. Saya yakin bisa melakukan pekerjaan dengan baik sesuai kebijakan yang baru di masa pandemi		
3	I Can	22. Saya dapat menemukan cara mengatasi masa-masa sulit baik yang saya alami sebagai pekerja maupun seorang ibu di masa pandemi	45. Saya kesulitan menemukan cara yang tepat sebagai ibu saat menghadapi masalah	15
		23. Saya bisa mengerjakan pekerjaan saya selama masa pandemi	46. Saya meninggalkan pekerjaan yang belum diselesaikan	
		24. Saya mampu menyampaikan pikiran dan perasaan saya saat berkomunikasi dengan keluarga	47. Saya sedih dan stres sebagai ibu yang bekerja menghadapi masa pandemi	

		25. Saya mampu menyelesaikan masalah pekerjaan maupun rumah tangga karena masa pandemi	48. Saya sulit berkomunikasi dengan keluarga mengenai masalah saya saat pandemi	
		26. Saya dapat mencari jalan keluar saat menghadapi persoalan	49. Saya sulit untuk meminta pertolongan keluarga selama masa pandemi	
		27. Saya mampu mendapatkan bantuan ketika membutuhkannya	50. Saya tidak peduli bagaimana orang lain saat pandemi	
		28. Saya berhati-hati saat melakukan aktivitas diluar rumah selama masa pandemi untuk menjaga keluarga saya		
		29. Saya dapat mengontrol perasaan saya saat ada informasi tentang pandemi		
		30. Saya dapat mendiskusikan masalah yang saya hadapi di masa pandemi dengan orang lain		



### B. *Blueprint* Skala Optimisme

No.	Aspek-aspek Strategi Koping	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Permanent	1. Saya dapat beradaptasi dengan protokol kesehatan yang berlaku selama masa pandemi	7. Saya bukanlah ibu yang bisa diandalkan di masa pandemi	14
		4. Saya selalu dapat mengerjakan pekerjaan kantor dan urusan rumah tangga selama masa pandemi	10. Saya merasa pekerjaan yang saya lakukan selalu gagal	
		13. Saya yakin pandemi tidak mengganggu masa depan saya	18. Saya mudah putus asa ketika dhadapkan dengan banyak pekerjaan & urusan rumah tangga selama masa pandemi	
		16. Saya bekerja tanpa dikuasai perasaan cemas selama pandemi	21. Saya tidak yakin dengan diri saya sebagai ibu yang bekerja dalam menghadapi masa pandemi	
		24. Saya akan berusaha pada kesempatan yang lain ketika saya gagal	28. Saya merasa pandemi merusak masa depan saya	
		26. Saya banyak belajar sebagai ibu untuk berusaha lebih baik di masa pandemi yang sulit	30. Saya selalu merasa tertekan ketika menghadapi masalah yang berkaitan dengan pandemi	

		27. Saya berusaha melakukan yang terbaik sebagai ibu untuk melindungi diri dan keluarga di lama masa pandemi	32. Saya tidak yakin dengan pekerjaan yang saya lakukan selama pandemi	
2	Pervasiveness	2. Saya tetap semangat bekerja saat masa pandemi	8. Saya merasa tidak dapat bekerja dengan baik selama pandemi	11
		5. Saya rasa dunia tidak akan hancur karena pandemi	11. Saya tidak yakin dapat meraih apa yang saya harapkan selama pandemi	
		14. Keberhasilan yang saya alami, membuat saya yakin dengan kemampuan diri saya sendiri	19. saya tidak bisa menjalankan aktivitas seperti biasanya ketika mengalami permasalahan yang berat	
		17. Saya mengharapkan hal-hal yang baik terjadi pada saya saat pandemi	22. Saya tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik	
		25. Saya merasa hidup saya baik-baik saja selama pandemi	29. Saya merasa tidak mampu menyelesaikan pekerjaan yang diberikan pada saya dengan baik	
			31. Saya tidak yakin dapat menyelesaikan kesulitan-kesulitan yang terjadi pada saya sebagai ibu yang bekerja selama pandemi	

3	Pesonalization	3. Saya bekerja karena keinginan dan kemampuan yang saya miliki	9. Saya merasa segala sesuatu yang saya lakukan hanya sia-sia dan tidak membawa arti di hidup saya	7
		6. Saya yakin ketidakberhasilan dalam pekerjaan bukan kesalahan saya sepenuhnya	12. Saya sering gagal dalam meraih apa yang saya harapkan walaupun sudah berusaha	
		15. Saya berfikir banyak faktor eksternal yang berpengaruh pada kegagalan yang saya alami	20. Saya selalu mendapatkan hasil yang buruk dalam pekerjaan	
			23. Saya merasa hasil pencapaian saya lebih banyak berasal dari orang lain seperti orang tua atau teman	

Lampiran 2  
Instrumen Penelitian

**1. SKALA RESILIENSI**

**IDENTITAS PARTISIPAN**

Nama\* :  
 Usia\* :  
 Jenis Pekerjaan\* :  
 Lama Bekerja\* :  
 Selama Pandemi Bekerja Dari\* :  
 Status Pernikahan\* :  
 Lama Pernikahan\* :  
 Jumlah Anak\* :  
 Dalam Pengasuhan dibantu Oleh \* :  
 Email :

**PETUNJUK PENGISIAN SKALA**

1. Bacalah sejumlah pernyataan dengan teliti.
2. Anda diminta untuk memberikan penilaian terhadap diri Anda sendiri.
3. Jawaban yang diberikan tidak mengandung nilai jawaban benar-salah melainkan menunjukkan kesesuaian penilaian diri Anda terhadap isi setiap pernyataan.
4. Mohon diberi tanda checklist (√) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling menggambarkan keadaan diri Anda.
  - **Sangat Sesuai (SS)**
  - **Sesuai (S)**
  - **Tidak Sesuai (TS)**
  - **Sangat Tidak Sesuai (STS)**
5. Setiap pertanyaan hanya membutuhkan satu jawaban saja
6. Dimohon dalam memberikan penilaian tidak ada pernyataan yang terlewatkan.
7. Hasil penelitian ini hanya untuk kepentingan akademis saja. Identitas Anda akan dirahasiakan dan hanya diketahui oleh peneliti.

**SKALA A. RESILIENSI**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya mempunyai seseorang yang bisa dipercaya untuk melindungi keluarga				
2	Saya mentaati protokol kesehatan yang berlaku				
3	Saya menyadari adanya kebijakan baru selama masa pandemi				
4	Saya mendapat dukungan dari keluarga untuk bekerja selama pandemi				
5	Saya memiliki panutan yang baik di masa pandemi				
6	Saya akan berbicara dengan orang yang saya jadikan panutan untuk membantu dalam menghadapi kesulitan				
7	Saya mendapatkan akses ke berbagai layanan (pelayanan kesehatan, pendidikan, sosial dan keamanan) yang saya butuhkan dari tempat saya bekerja				
8	Saya memiliki rekan kerja yang baik				
9	Saya memiliki hubungan yang baik dengan keluarga				
10	Saya seperti orang-orang pada umumnya yang dapat mencintai dan menyukai				
11	Saya adalah ibu yang tenang menghadapi masa pandemi				
12	Saya mampu menghadapi masa pandemi dengan terus bekerja				
13	Saya merencanakan masa depan pekerjaan saya				
14	Saya menghargai diri saya				
15	Saya berusaha menindungi keluarga dari bahaya di masa pandemi				
16	Saya dapat memahami kondisi keluarga saya selama pandemi				
17	Saya senang memberikan bantuan kepada orang lain selama pandemi				
18	Saya bertanggung jawab atas perilaku saya				

19	Saya bersedia menerima konsekuensi atas apa yang saya perbuat				
20	Saya percaya dapat melewati masa pandemi				
21	Saya yakin bisa melakukan pekerjaan dengan baik sesuai kebijakan yang baru di masa pandemi				
22	Saya dapat menemukan cara mengatasi masa-masa sulit baik yang saya alami sebagai pekerja maupun seorang ibu di masa pandemi				
23	Saya bisa mengerjakan pekerjaan saya selama masa pandemi				
24	Saya mampu menyampaikan pikiran dan perasaan saya saat berkomunikasi dengan keluarga				
25	Saya mampu menyelesaikan masalah pekerjaan maupun rumah tangga karena masa pandemi				
26	Saya dapat mencari jalan keluar saat menghadapi persoalan				
27	Saya mampu mendapatkan bantuan ketika membutuhkannya				
28	Saya berhati-hati saat melakukan aktivitas diluar rumah selama masa pandemi untuk menjaga keluarga saya				
29	Saya dapat mengontrol perasaan saya saat ada informasi tentang pandemi				
30	Saya dapat mendiskusikan masalah yang saya hadapi di masa pandemi dengan orang lain				
31	Saya tidak memiliki orang yang dapat saya percaya untuk membantu saya melindungi keluarga				
32	Saya bebas melakukan apapun tanpa menghiraukan protokol kesehatan saat bekerja				
33	Saya tidak bisa mandiri selama masa pandemi menurut teman-teman saya				

34	Saya berpikir tidak penting memiliki panutan yang baik dimasa pandemi				
35	Saya kesulitan mendapatkan akses berbagai pelayanan (kesehatan, pendidikan, sosial dan keamanan) selama masa pandemi dari tempat saya bekerja				
36	Saya ingin memiliki keluarga dan rekan kerja yang baik				
37	Saya merasa berbeda dengan ibu yang lain				
38	Saya mudah marah ketika mendengar berita tentang pandemi				
39	Saya bukan orang yang dapat menghadapi masa pandemi				
40	Saya tidak perlu memikirkan rekan kerja saya				
41	Saya tidak peduli terhadap orang lain saat ini karena hanya membuang-buang waktu saja				
42	Saya berfikir bahwa lari dari tanggung jawab adalah hal yang biasa untuk dilakukan				
43	Saya khawatir dapat melewati masa pandemi dengan tetap bekerja				
44	Saya merasa kesulitan melakukan pekerjaan kantor dan urusan rumah tangga di masa pandemi				
45	Saya kesulitan menemukan cara yang tepat sebagai ibu saat menghadapi masalah				
46	Saya meninggalkan pekerjaan yang belum diselesaikan				
47	Saya sedih dan stres sebagai ibu yang bekerja menghadapi masa pandemi				
48	Saya sulit berkomunikasi dengan keluarga mengenai masalah saya saat pandemi				

49	Saya sulit untuk meminta pertolongan keluarga selama masa pandemi				
50	Saya tidak peduli bagaimana orang lain saat pandemi				



## 2. SKALA OPTIMISME

### IDENTITAS PARTISIPAN

Nama\* :  
 Usia\* :  
 Jenis Pekerjaan\* :  
 Lama Bekerja\* :  
 Selama Pandemi Bekerja Dari\* :  
 Status Pernikahan\* :  
 Lama Pernikahan\* :  
 Jumlah Anak\* :  
 Dalam Pengasuhan dibantu Oleh \* :  
 Email :

### PETUNJUK PENGISIAN SKALA

8. Bacalah sejumlah pernyataan dengan teliti.
9. Anda diminta untuk memberikan penilaian terhadap diri Anda sendiri.
10. Jawaban yang diberikan tidak mengandung nilai jawaban benar-salah melainkan menunjukkan kesesuaian penilaian diri Anda terhadap isi setiap pernyataan.
11. Mohon diberi tanda checklist (√) pada kolom jawaban yang Anda anggap paling menggambarkan keadaan diri Anda.
  - **Sangat Sesuai (SS)**
  - **Sesuai (S)**
  - **Tidak Sesuai (TS)**
  - **Sangat Tidak Sesuai (STS)**
12. Setiap pertanyaan hanya membutuhkan satu jawaban saja
13. Dimohon dalam memberikan penilaian tidak ada pernyataan yang terlewatkan.
14. Hasil penelitian ini hanya untuk kepentingan akademis saja. Identitas Anda akan dirahasiakan dan hanya diketahui oleh peneliti.

**SKALA B. OPTIMISME**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat beradaptasi dengan protokol kesehatan yang berlaku selama masa pandemi				
2	Saya tetap semangat bekerja saat masa pandemi				
3	Saya bekerja karena keinginan dan kemampuan yang saya miliki				
4	Saya selalu dapat mengerjakan pekerjaan kantor dan urusan rumah tangga selama masa pandemi				
5	Saya rasa dunia tidak akan hancur karena pandemi				
6	Saya yakin ketidakberhasilan dalam pekerjaan bukan kesalahan saya sepenuhnya				
7	Saya bukanlah orang yang bisa diandalkan di masa pandemi				
8	Saya merasa dapat bekerja dengan baik selama pandemi				
9	Saya merasa segala sesuatu yang saya lakukan hanya sia-sia dan tidak membawa arti di hidup saya				
10	Saya merasa pekerjaan yang saya lakukan selalu gagal				
11	Saya tidak yakin dapat meraih apa yang saya harapkan selama pandemi				
12	Saya sering gagal dalam meraih apa yang saya harapkan walaupun sudah berusaha				
13	Saya yakin pandemi tidak mengganggu masa depan saya				
14	Keberhasilan yang saya alami, membuat saya yakin dengan kemampuan diri saya sendiri				

15	Saya berfikir banyak faktor eksternal yang berpengaruh pada kegagalan yang saya alami				
16	Saya bekerja tanpa dikuasai perasaan cemas selama pandemi				
17	Saya mengharapkan hal-hal yang baik terjadi pada saya saat pandemi				
18	Saya mudah putus asa ketika dihadapkan dengan banyak pekerjaan & urusan rumah tangga selama masa pandemi				
19	Saya tidak bisa menjalankan aktivitas seperti biasanya ketika mengalami permasalahan yang berat				
20	Saya selalu mendapatkan hasil yang buruk dalam pekerjaan				
21	Saya tidak yakin dengan diri saya sebagai ibu yang bekerja dalam menghadapi masa pandemi				
22	Saya tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik				
23	Saya merasa hasil pencapaian saya lebih banyak berasal dari orang lain seperti orang tua atau teman				
24	Saya akan berusaha pada kesempatan yang lain ketika saya gagal				
25	Saya merasa hidup saya baik-baik saja selama pandemi				
26	Saya banyak belajar sebagai ibu untuk berusaha lebih baik di masa pandemi yang sulit				
27	Saya berusaha melakukan yang terbaik sebagai ibu untuk melindungi diri dan keluarga di lama masa pandemi				
28	Saya merasa pandemi merusak masa depan saya				

29	Saya merasa tidak mampu menyelesaikan pekerjaan yang diberikan pada saya dengan baik				
30	Saya selalu merasa tertekan ketika menghadapi masalah yang berkaitan dengan pandemi				
31	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan kesulitan-kesulitan yang terjadi pada saya selama pandemi				
32	Saya tidak yakin dengan pekerjaan yang saya lakukan selama pandemi				



# Resiliensi (Penelitian)

	IHAVE					IAM										ICAN										IHAVE					IAM					ICAN					TOTAL	TOTAL	TOTAL																																																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40				41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97
1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100









	Sig. (2-tailed)	.005	.501	1.000	.941	.000		.000	1.000	.055	.011	.153	.675	.010	.110	.241	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 07	Pearson Correlation	.111	.251	.096	.275	.229	.448**	1	.314**	.010	.086	.171	-.195	.187	.276**	-.056	.513**
	Sig. (2-tailed)	.273	.012	.344	.006	.022	.000		.001	.923	.394	.090	.051	.062	.005	.578	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 08	Pearson Correlation	.073	.057	.205	.026	.158	.000	.314**	1	.162	-.005	.000	.008	.073	.322**	.023	.349**
	Sig. (2-tailed)	.469	.574	.041	.800	.116	1.000	.001		.107	.959	1.000	.939	.471	.001	.822	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 09	Pearson Correlation	.812**	.115	.303	.074	.125	.193	.010	.162	1	.037	-.023	.037	.019	-.027	-.050	.437**
	Sig. (2-tailed)	.000	.256	.002	.462	.214	.055	.923	.107		.717	.821	.714	.851	.792	.623	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 31	Pearson Correlation	.139	-.054	-.144	.016	.218	.252	.086	-.005	.037	1	.200	.224	.101	.254	-.006	.417**
	Sig. (2-tailed)	.169	.596	.154	.871	.029	.011	.394	.959	.717		.046	.025	.316	.011	.950	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 32	Pearson Correlation	.048	.045	.054	.000	.000	.144	.171	.000	-.023	.200	1	.081	.083	.187	-.118	.335**
	Sig. (2-tailed)	.632	.654	.594	1.000	1.000	.153	.090	1.000	.821	.046		.424	.411	.063	.241	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 33	Pearson Correlation	.035	-.011	.040	.063	.038	.042	-.195	.008	.037	.224	.081	1	.182	.216	-.010	.308**
	Sig. (2-tailed)	.731	.917	.690	.531	.711	.675	.051	.939	.714	.025	.424		.070	.031	.918	.002
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM 34	Pearson Correlation	.155	.092	.010	.211	.108	.257**	.187	.073	.019	.101	.083	.182	1	.231	.062	.434**
	Sig. (2-tailed)	.124	.360	.918	.035	.285	.010	.062	.471	.851	.316	.411	.070		.021	.539	.000











AITE M42	Pearson	.181	.052	-.161	.103	.045	.102	.207*	.057	.204*	.162	.140	.264**	.076	.078	-.181	.270**	.292**	1	.385**	.202*	.475**
	Correlation																					
	Sig. (2-tailed)	.071	.608	.110	.309	.656	.311	.038	.571	.042	.108	.164	.008	.454	.439	.071	.007	.003		.000	.044	.000
N		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITE M43	Pearson	.026	.250*	-.101	-.044	-.004	-.042	.078	-.088	.000	.087	-.067	-.013	.103	.167	.104	.353**	.033	.385**	1	.482**	.385**
	Correlation																					
	Sig. (2-tailed)	.800	.012	.318	.665	.965	.682	.438	.386	1.000	.389	.509	.895	.306	.096	.303	.000	.741	.000		.000	.000
N		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITE M44	Pearson	-	.090	.099	.080	-.071	-.115	.069	-.172	-.007	.111	-.057	.007	.118	.003	.169	.305**	-.052	.202*	.482**	1	.307**
	Correlation	.149																				
	Sig. (2-tailed)	.140	.375	.328	.426	.485	.256	.492	.088	.944	.269	.573	.948	.244	.974	.092	.002	.610	.044	.000		.002
N		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
ASP EK2	Pearson	.425*	.322**	.355**	.508**	.443**	.407**	.477**	.328**	.377**	.553**	.413**	.580**	.162	.363**	.069	.300**	.443**	.475**	.385**	.307**	1
	Correlation																					
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.108	.000	.495	.002	.000	.000	.000	.002	
N		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).





	Sig. (2-tailed)	.173	.902	.944	.495		.000	.000	.000	.000	.694	.804	.588	.026	.347	.666	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM27	Pearson Correlation	.041	-.018	.033	-.132	.472**	1	.501**	.439**	.438**	-.004	.031	.073	.068	-.061	-.024	.473**	
	Sig. (2-tailed)	.684	.862	.744	.190	.000		.000	.000	.000	.966	.758	.469	.503	.546	.812	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM28	Pearson Correlation	-.013	-.079	-.079	-.109	.477**	.501**	1	.389**	.357**	.101	.153	-.075	.206*	-.053	-.029	.452**	
	Sig. (2-tailed)	.898	.434	.433	.282	.000	.000		.000	.000	.319	.127	.456	.039	.604	.774	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM29	Pearson Correlation	.209*	.171	-.022	.041	.407**	.439**	.389**	1	.587**	.028	.012	-.036	-.044	-.039	.086	.528**	
	Sig. (2-tailed)	.037	.089	.825	.688	.000	.000	.000		.000	.783	.903	.724	.667	.703	.393	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM30	Pearson Correlation	.012	.044	.120	.050	.374**	.438**	.357**	.587**	1	.160	.042	-.060	.081	-.093	.047	.515**	
	Sig. (2-tailed)	.909	.661	.236	.625	.000	.000	.000	.000		.111	.675	.552	.422	.356	.639	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM45	Pearson Correlation	.178	.126	.025	.104	-.040	-.004	.101	.028	.160	1	.504**	.083	.126	.244*	.225*	.446**	
	Sig. (2-tailed)	.077	.211	.804	.303	.694	.966	.319	.783	.111		.000	.409	.213	.014	.025	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM46	Pearson Correlation	.090	.166	.029	.159	.025	.031	.153	.012	.042	.504**	1	.189	.169	.353**	.001	.467**	

	Sig. (2-tailed)	.374	.099	.778	.115	.804	.758	.127	.903	.675	.000		.059	.093	.000	.988	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM47	Pearson Correlation	-.087	.222*	.157	.095	-.055	.073	-.075	-.036	-.060	.083	.189	1	.182	.155	.314**	.359**
	Sig. (2-tailed)	.389	.027	.118	.349	.588	.469	.456	.724	.552	.409	.059		.069	.123	.001	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM48	Pearson Correlation	-.204*	-.143	-.077	-.067	.223*	.068	.206*	-.044	.081	.126	.169	.182	1	.269**	.083	.332**
	Sig. (2-tailed)	.042	.155	.445	.507	.026	.503	.039	.667	.422	.213	.093	.069		.007	.409	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM49	Pearson Correlation	.076	.115	.054	-.023	.095	-.061	-.053	-.039	-.093	.244*	.353**	.155	.269**	1	.132	.364**
	Sig. (2-tailed)	.453	.256	.594	.819	.347	.546	.604	.703	.356	.014	.000	.123	.007		.191	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM50	Pearson Correlation	.016	.211*	.005	.188	.044	-.024	-.029	.086	.047	.225*	.001	.314**	.083	.132	1	.346**
	Sig. (2-tailed)	.878	.035	.963	.060	.666	.812	.774	.393	.639	.025	.988	.001	.409	.191		.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
ASPEK3	Pearson Correlation	.312**	.431**	.342**	.341**	.506**	.473**	.452**	.528**	.515**	.446**	.467**	.359**	.332**	.364**	.346**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



AITEM2 7	Pearson Correlation	.147	.194	.275**	.201*	.360**	.642**	1	.275**	.354**	-.062	.073	.179	.107	.488**	.650**
	Sig. (2-tailed)	.146	.053	.006	.045	.000	.000		.006	.000	.543	.471	.074	.290	.000	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM0 7	Pearson Correlation	.103	.066	.090	.268**	.245*	.355**	.275**	1	.341**	.015	.008	.028	-.012	.123	.464**
	Sig. (2-tailed)	.306	.512	.375	.007	.014	.000	.006		.001	.885	.937	.783	.902	.221	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM1 0	Pearson Correlation	-.054	.268**	.214*	.126	.229*	.399**	.354**	.341**	1	.128	.183	.097	-.021	.228*	.533**
	Sig. (2-tailed)	.592	.007	.032	.213	.022	.000	.000	.001		.203	.068	.336	.833	.023	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM1 8	Pearson Correlation	.132	.090	.077	.062	.033	.084	-.062	.015	.128	1	.255*	.133	.190	.140	.317**
	Sig. (2-tailed)	.191	.376	.446	.543	.742	.407	.543	.885	.203		.010	.187	.058	.166	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM2 1	Pearson Correlation	.000	.056	.290**	-.053	.168	.077	.073	.008	.183	.255*	1	.223*	.328**	.205*	.383**
	Sig. (2-tailed)	.998	.582	.003	.602	.094	.446	.471	.937	.068	.010		.026	.001	.041	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM2 8	Pearson Correlation	.112	.149	.267**	-.049	.206*	.185	.179	.028	.097	.133	.223*	1	.272**	.250*	.430**
	Sig. (2-tailed)	.268	.139	.007	.631	.040	.065	.074	.783	.336	.187	.026		.006	.012	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM3 0	Pearson Correlation	.128	.094	.117	.025	.054	.142	.107	-.012	-.021	.190	.328**	.272**	1	.210*	.351**
	Sig. (2-tailed)	.204	.351	.248	.804	.595	.159	.290	.902	.833	.058	.001	.006		.036	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM3 2	Pearson Correlation	.085	.121	.324**	.110	.236*	.334**	.488**	.123	.228*	.140	.205*	.250*	.210*	1	.587**
	Sig. (2-tailed)	.399	.229	.001	.274	.018	.001	.000	.221	.023	.166	.041	.012	.036		.000



AITEM1 7	Pearson Correlation	.199 <sup>*</sup>	.219 <sup>*</sup>	.117	1	.000	.000	.126	.052	.193	-	.049	.347 <sup>**</sup>
											.025		
	Sig. (2-tailed)	.047	.029	.246		1.000	1.000	.211	.609	.054	.803	.625	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM2 5	Pearson Correlation	.206 <sup>*</sup>	.240 <sup>*</sup>	.109	.000	1	.239 <sup>*</sup>	.144	.102	.100	-	.026	.379 <sup>**</sup>
											.198 <sup>*</sup>		
	Sig. (2-tailed)	.040	.016	.282	1.000		.017	.152	.311	.320	.048	.798	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM0 8	Pearson Correlation	.253 <sup>*</sup>	.086	.133	.000	.239 <sup>*</sup>	1	.186	.066	.157	-	.086	.377 <sup>**</sup>
											.107		
	Sig. (2-tailed)	.011	.393	.188	1.000	.017		.064	.515	.120	.291	.395	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM1 1	Pearson Correlation	.412 <sup>*</sup>	.251 <sup>*</sup>	.053	.126	.144	.186	1	.314 <sup>**</sup>	.420 <sup>**</sup>	.171	.006	.633 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.000	.012	.604	.211	.152	.064		.001	.000	.089	.949	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM1 9	Pearson Correlation	.268 <sup>*</sup>	-.107	.230 <sup>*</sup>	.052	.102	.066	.314 <sup>**</sup>	1	.229 <sup>*</sup>	.085	.212 <sup>*</sup>	.513 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.007	.289	.021	.609	.311	.515	.001		.022	.401	.035	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM2 2	Pearson Correlation	.240 <sup>*</sup>	.094	.120	.193	.100	.157	.420 <sup>**</sup>	.229 <sup>*</sup>	1	.013	.070	.530 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.016	.351	.234	.054	.320	.120	.000	.022		.900	.490	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM2	Pearson Correlation	.091	.059	.075	-.025	-.198 <sup>*</sup>	-.107	.171	.085	.013	1	.247 <sup>*</sup>	.324 <sup>**</sup>

9	Sig. (2-tailed)	.366	.562	.457	.803	.048	.291	.089	.401	.900		.013	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM3 1	Pearson Correlation	.195	-.128	-	.049	.026	.086	.006	.212*	.070	.247*	1	.360**
	Sig. (2-tailed)	.052	.204	.263	.625	.798	.395	.949	.035	.490	.013		.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
ASPEK 2	Pearson Correlation	.685*	.447**	.409*	.347**	.379**	.377**	.633**	.513**	.530**	.324*	.360**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### c. Aspek Personalization

		Correlations							
		AITEM03	AITEM06	AITEM09	AITEM12	AITEM15	AITEM20	AITEM23	ASPEK3
AITEM03	Pearson Correlation	1	.215*	.201*	.177	-.203*	.113	.019	.427**
	Sig. (2-tailed)		.032	.045	.078	.043	.261	.849	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM06	Pearson Correlation	.215*	1	.325**	-.127	.165	.237*	.382**	.520**
	Sig. (2-tailed)	.032		.001	.207	.100	.018	.000	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM09	Pearson Correlation	.201*	.325**	1	.080	.152	.434**	.131	.761**
	Sig. (2-tailed)	.045	.001		.427	.130	.000	.195	.000



	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM12	Pearson Correlation	.177	-.127	.080	1	-.004	-.117	-.137	.307**
	Sig. (2-tailed)	.078	.207	.427		.965	.246	.176	.002
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM15	Pearson Correlation	-.203*	.165	.152	-.004	1	.259**	.108	.332**
	Sig. (2-tailed)	.043	.100	.130	.965		.009	.286	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM20	Pearson Correlation	.113	.237*	.434**	-.117	.259**	1	.239*	.635**
	Sig. (2-tailed)	.261	.018	.000	.246	.009		.017	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
AITEM23	Pearson Correlation	.019	.382**	.131	-.137	.108	.239*	1	.247*
	Sig. (2-tailed)	.849	.000	.195	.176	.286	.017		.013
	N	100	100	100	100	100	100	100	100
ASPEK3	Pearson Correlation	.427**	.520**	.761**	.307**	.332**	.635**	.247*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.002	.001	.000	.013	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 5  
Hasil Uji Reliabilitas

1. Resiliensi

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.759	47

2. Optimisme

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.843	31

Lampiran 6  
Hasil Uji Statistik Deskriptif

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
RESILIENSI	100	129	164	145.67	8.084
OPTIMISME	100	71	119	90.07	8.674
Valid N (listwise)	100				

Lampiran 7  
Hasil Kategorisasi Skor

1. Resiliensi

		<b>RESILIENSI</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SANGAT TINGGI	21	21.0	21.0	21.0
	TINGGI	79	79.0	79.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

2. Optimisme

		<b>OPTIMISME</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SANGAT TINGGI	8	8.0	8.0	8.0
	TINGGI	63	63.0	63.0	71.0
	SEDANG	29	29.0	29.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

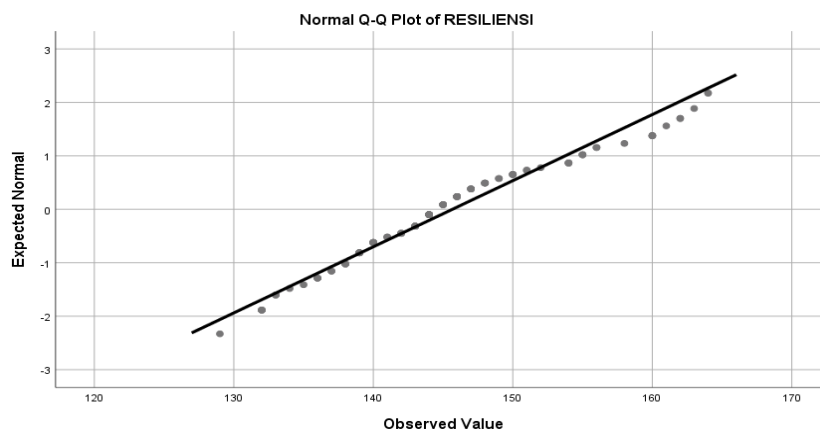
## Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas

### Tests of Normality

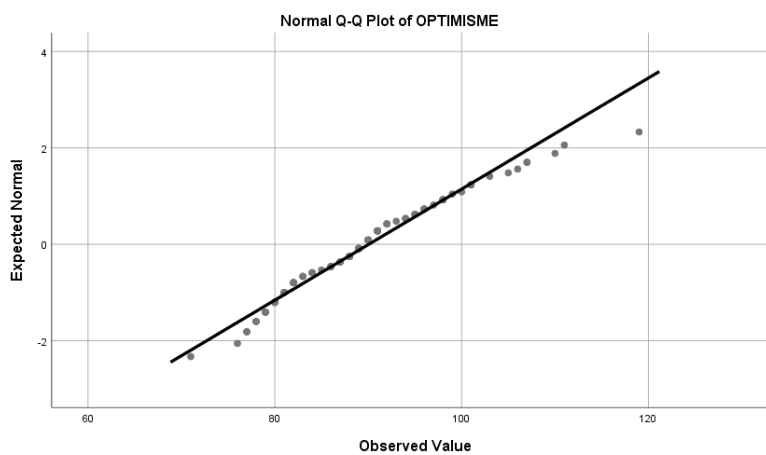
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
RESILIENSI	.114	100	.003	.966	100	.011
OPTIMISME	.107	100	.006	.973	100	.037

a. Lilliefors Significance Correction

#### 1. Q-Q Plot Resiliensi



#### 2. Q-Q Plot Optimisme



Lampiran 9  
Hasil Uji Linieritas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
RESILIENSI *	Between	(Combined)	3173.283	33	96.160	1.925	.012
OPTIMISME	Groups	Linearity	246.608	1	246.608	4.937	.030
		Deviation from Linearity	2926.674	32	91.459	1.831	.019
Within Groups			3296.827	66	49.952		
Total			6470.110	99			

Lampiran 10  
Hasil Uji Kendall's Tau B

**Correlations**

			RESILIENSI	OPTIMISME
Kendall's tau_b	RESILIENSI	Correlation Coefficient	1.000	.146*
		Sig. (2-tailed)	.	.038
		N	100	100
	OPTIMISME	Correlation Coefficient	.146*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.038	.
		N	100	100

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).