

Kontribusi Optimisme Pada Kebahagiaan Remaja Selama Pandemi Covid-19 = Optimism Contribution on Adolescent Happiness during the COVID-19 Pandemic

Sukma Ayu, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920558595&lokasi=lokal>

Abstrak

Pandemi COVID-19 yang terjadi saat ini menimbulkan perasaan stres pada remaja. Sehingga dibutuhkan optimisme untuk menangani perasaan stres. Optimisme dapat membantu remaja mengatasi stres sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi Optimisme pada kebahagiaan remaja selama pandemi Covid-19. Partisipan penelitian ini menggunakan 231 subyek berusia 15 sampai 21 tahun yang sedang menempuh pendidikan di tingkat SMP, SMA atau Perguruan Tinggi dan belum menikah. Instrumen pengumpulan data menggunakan Subjective Happiness Scale (HSH) dari Lyubomirsky dan Lepper dan Life Orientation Test-Revised (LOT-R) dari Scheier et al. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan kebahagiaan remaja di masa pandemi COVID-19, ($r = .566$, $t(229) = 3.852$, $p < .05$). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa optimisme memberikan kontribusi pada kebahagiaan pada remaja sebesar 31%.

..... The current COVID-19 pandemic causes feelings of stress in Adolescent. Optimism is needed to cope with feelings of stress. Optimism can help teens cope with stress so that it can increase happiness. This study aims to see how optimism contributes on adolescent happiness during the Covid-19 pandemic. The study used 231 participants aged 15 to 21 years and currently studying at junior high school, senior high school or university and not married. Data collecting instruments used in this study are Subjective Happiness Scale (HSH) from Lyubomirsky and Lepper and the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) from Scheier et al. The data analysis techniques used in this study are simple linear regression analysis. The results of the analysis show that there is a significant positive relationship between optimism and adolescent happiness during the COVID-19 pandemic, ($r = .566$, $t(229) = 3.852$, $p < .05$). The results of this study also show that optimism contributes on happiness in adolescents by 31%.