

## Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Optimisme pada Siswa SMK

Nessa Viyolanda Wardian<sup>1\*</sup>, Faridah Ainur Rohmah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

\*nessaviyola@gmail.com

### ABSTRACT

*This study aims to examine the relationship between self-esteem and parental social support with optimism of vocational students. This research is quantitative research. The study population was 216 students of SMK Negeri 1 Wonosobo with samples using cluster random sampling technique. Data collection methods using optimism scale, self-esteem scale, and parental social support scale. Data analysis using multiple regression analysis techniques with the help of the IBM SPSS Statistics 22 program. The results of the analysis of the major hypothesis r value of 0.597, and a p value of 0.000 ( $p < 0.01$ ) which means there is a very significant relationship, the first minor hypothesis obtained an r value of 0.395 with a p value of 0.000 ( $p < 0.01$ ) which means there is a very significant positive relationship. The second minor hypothesis obtained an r value of 0.256 with a p value of 0.000 ( $p < 0.01$ ) which means there is a very significant positive relationship. The effective contribution of self-esteem and parental social support is 35.624% to optimism. The conclusion of this study is that there is a very significant relationship between self-esteem and parental social support with optimism in students of SMK Negeri 1 Wonosobo. There is a very significant positive relationship between self-esteem and optimism. There is a very significant positive relationship between parental social support and optimism.*

**Keywords:** *parental social support, self-esteem, optimism.*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme siswa SMK. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa SMK Negeri 1 Wonosobo berjumlah 216 siswa dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala optimisme, skala harga diri, dan skala dukungan sosial orang tua. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan bantuan program IBM SPSS Statistics 22. Hasil analisis hipotesis mayor nilai r sebesar 0,597, dan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya ada hubungan yang sangat signifikan, hipotesis minor pertama diperoleh nilai r sebesar 0,395 dengan nilai p 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan. Hipotesis minor kedua diperoleh nilai r sebesar 0,256 dengan nilai p 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan. Sumbangan efektif harga diri dan dukungan sosial orang tua sebesar 35,624% terhadap optimisme. Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan yang sangat signifikan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme pada siswa SMK Negeri 1 Wonosobo. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara harga diri dengan optimisme. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan optimisme.

**Kata kunci :** dukungan sosial orang tua, harga diri, optimisme.

## Pendahuluan

Pada umumnya individu yang sedang bersekolah di jenjang pendidikan menengah atas atau kejuruan merupakan individu yang masuk pada tahap usia remaja. Remaja merupakan generasi penerus suatu bangsa, remaja merupakan harapan dan aset penting yang dapat membawa perubahan dan perbaikan pada suatu bangsa, oleh karena itu remaja harus memiliki daya juang, sikap optimis, kecerdasan intelektual yang tinggi, serta kemampuan berpikir kritis agar dapat melakukan gerakan perubahan ke arah yang lebih positif melalui berbagi ilmu pengetahuan yang dimilikinya (Sidabalok et al., 2019). Berdasarkan survei indeks optimisme generasi muda 2023 dari *Good News Form Indonesia (GNFI)* menunjukkan bahwa terjadi pertumbuhan nilai rata-rata optimisme, indeks tingkat optimisme pada anak muda pada tahun 2023 menunjukkan peningkatan sebesar 7,7 dari skala 10, optimisme generasi muda sangat tinggi dalam bidang pendidikan dan kebudayaan (Muhidin, 2023) meskipun begitu dalam dunia pendidikan seorang remaja banyak dihadapkan oleh berbagai masalah atau hambatan (Muslimah & Satwika, 2019) fenomena tersebut juga dapat ditemui di SMK Negeri 1 Wonosobo.

SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) adalah sekolah formal pada jenjang pendidikan menengah dengan program kejuruan. Pada program pendidikan SMK, pelajaran praktek lebih mendapatkan bobot yang lebih besar dibandingkan pelajaran secara teoritis, sedangkan pendidikan SMA lebih memfokuskan pada teoritis dibandingkan pembelajaran praktek (Indriyanti et al., 2013). Tujuan dari lulusan SMK adalah bekerja sesuai dengan keahlian atau bidang kejurusannya, oleh karena itu siswa SMK harus memiliki wawasan yang mendalam tentang dunia kerja (Nugraha et al., 2021) meskipun SMK merupakan sekolah yang berorientasi pada dunia kerja, lulusan dari SMK dapat meneruskan pendidikan ke perguruan tinggi yang sesuai dengan kejurusannya maupun jurusan lainnya (Indriyanti et al., 2013).

SMK Negeri 1 Wonosobo merupakan salah satu SMK yang berada di provinsi Jawa Tengah dan termasuk dari 10 SMK terbaik di Indonesia, data di laman LTMPT menyatakan bahwa SMK Negeri 1 Wonosobo berada di rangking 440 (Wirachmi, 2023), meskipun termasuk dalam daftar SMK terbaik di Indonesia, fakta di lapangan menunjukkan bahwa terdapat beberapa permasalahan yang dirasakan oleh siswa SMK Negeri 1 Wonosobo. Berdasarkan hasil wawancara tanggal 11 Juni 2023 pada lima siswa kelas XI jurusan pemasaran, manajemen perkantoran dan layanan bisnis, desan komunikasi virtual, dan akuntansi keuangan lembaga di SMK Negeri 1 Wonosobo, diketahui bahwa terdapat beberapa hambatan akademik maupun non-akademik yang dialami oleh siswa. Pada masalah akademik siswa merasa memiliki beban dan tuntutan belajar yang lebih berat dibandingkan dengan siswa SMA dikarenakan siswa SMK dituntut untuk mengikuti berbagai praktikum sebagai persiapan untuk memasuki dunia pekerjaan dan kesulitan dalam mengikuti pembelajaran karena kurang paham dengan materi yang dipelajari. Pada non-akademik permasalahan yang dihadapi oleh siswa berkaitan dengan adanya tuntutan dan harapan orang tua agar siswa dapat terjun langsung dalam dunia pekerjaan.

Menurut salah satu siswa yang diwawancarai, saat merasa kesulitan siswa tidak ingin terlalu lama berlarut dalam kondisi tersebut. Sedangkan empat siswa lainnya mengatakan bahwa saat merasa kesulitan butuh waktu yang cukup lama bagi siswa untuk bangkit dari masalah yang dialaminya. Pada optimisme hal ini merujuk pada aspek *permanence* yang mengungkapkan bahwa individu yang optimis memandang peristiwa buruk sebagai hal yang sementara, sedangkan individu pesimis memandang peristiwa buruk sebagai sesuatu yang akan terus berlanjut (Seligman, 2008). Siswa juga menganggap bahwa keberhasilannya dalam mengatasi masalah disebabkan oleh kemampuan dirinya sendiri sedangkan empat siswa lainnya menganggap bahwa kesulitan yang siswa rasakan disebabkan kurangnya kemampuan diri siswa dalam menghadapi masalah. Pada optimisme hal ini merujuk pada aspek *personalization* yang mengungkapkan bahwa individu pesimis memandang kegagalan disebabkan oleh dalam dirinya atau faktor internal (Seligman,

2008) hal ini menunjukkan bahwa siswa merasa kurang optimis dalam menghadapi berbagai permasalahan yang dihadapinya.

Optimisme dapat diartikan sebagai suatu cara berpikir positif dan realistis tentang suatu hambatan atau masalah (Sidabalok et al., 2019). Optimisme juga dapat diartikan sebagai gaya penjelasan individu terhadap penyebab suatu kejadian dalam hidupnya (Jesudas et al., 2014). Sikap optimis membentuk individu untuk selalu berpikir positif terhadap suatu peristiwa yang dihadapinya, sikap optimis pada individu akan membuat individu merasa yakin bahwa keadaan buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara serta disebabkan oleh lingkungan luar dirinya (Melathi & Asni, 2022).

Menurut Seligman (2008). Optimisme dapat membuat individu menjadi lebih sukses dan berprestasi baik itu di lingkungan sekolah atau perguruan tinggi dan di tempat kerja. Selain itu optimisme dapat mempengaruhi kesehatan individu, mempengaruhi tingkat rasa percaya diri dan keberanian individu untuk menghadapi segala tantangan di dalam kehidupan. Optimisme dianggap sebagai kontributor untuk menjalani kehidupan yang baik, mengatasi tugas akademik, sosial dan karir (Wahyuni & Fauziah, 2022).

Menurut Seligman (2008) ada beberapa faktor yang mempengaruhi optimisme individu yaitu kepercayaan diri, akumulasi pengalaman, harga diri, dan dukungan sosial. Harga diri termasuk dalam faktor internal yang dapat mempengaruhi optimisme individu (Seligman, 2008). Penilaian secara positif yang dilakukan seseorang terhadap dirinya sendiri disebut juga sebagai harga diri (Sidabalok et al., 2019). Menurut Refnadi (2018) penilaian yang dilakukan dapat berupa penilaian secara baik maupun buruk yang kemudian akan menghasilkan perasaan berharga dalam menjalani kehidupan. Harga diri memberikan pengaruh yang penting bagi siswa dalam menghadapi permasalahan pendidikan, harga diri akan membuat siswa merasa berharga, mampu mencintai diri sendiri, serta memiliki keinginan untuk selalu berkembang menjadi individu yang lebih baik (Refnadi, 2018).

Individu dengan harga diri yang positif akan memandang kegagalan sebagai tantangan yang harus dihadapi dengan tenang sehingga menimbulkan kesan positif terhadap dirinya (Lestari & Fajar, 2020). Adanya hubungan antara harga diri dan optimisme telah dibuktikan oleh beberapa penelitian terdahulu di antaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Musthofawi (2019) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara optimisme dan harga diri. Selain itu penelitian oleh Sidabalok et al., (2019) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dan optimisme, dengan sumbangan variabel harga diri sebesar 42,5% terhadap optimisme siswa.

Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang dapat berpengaruh terhadap optimisme (Seligman, 2008). Dukungan sosial dipandang sebagai ketersediaan bantuan dari orang-orang terhadap suatu peristiwa atau kejadian buruk yang dapat meningkatkan perasaan positif serta harga diri (Sari & Mariana, 2020). Individu yang memperoleh dukungan sosial yang cukup dari lingkungan terdekatnya termasuk orang tua, keluarga, dan teman cenderung memiliki keyakinan bahwa individu tersebut bisa mendapatkan bantuan atau empati bila diperlukan (Traz et al., 2021).

Dalam berbagai literatur, pengaruh dukungan sosial telah dibuktikan efektif dalam menghadapi dan mengatasi berbagai pengalaman negatif yang mungkin dihadapi seseorang (Traz et al., 2021). Penelitian oleh Pratiwi et al., (2019) membuktikan bahwa dukungan sosial mempunyai peran sebesar 40,8% terhadap optimisme. Hasil penelitian tersebut juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Thamrin (2021) menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang positif antara dukungan sosial dan optimisme.

Penelitian ini sangat penting untuk dikaji karena optimisme banyak memberikan pengaruh positif terhadap kehidupan individu. Menurut penelitian Indrayana dan Kumaidi (2021) optimisme memiliki pengaruh sebesar 26,28% terhadap kesiapan kerja siswa. Hal ini menjelaskan bahwa optimisme mempunyai pengaruh yang penting dalam membangun kesiapan siswa untuk

menghadapi dunia pekerjaan. Individu yang optimis akan memiliki harapan positif dan percaya diri tentang masa depan (Lestari & Fajar, 2020). Menurut beberapa penelitian, tingkat optimisme yang rendah menyebabkan pemikiran untuk putus sekolah atau bahkan dikeluarkan dari sekolah, selain itu siswa yang kurang optimis cenderung akan mengabaikan masalah karena fokus pada pandangan dan perasaan negatif (Wahyuni & Fauziah, 2022). Optimisme menjadi faktor kuat yang akan membantu generasi milenial menghadapi masalahnya, tingkat optimisme memberikan pengaruh pada kemampuan *coping stress* yang dilakukan, generasi milenial yang optimis akan lebih mudah melakukan *coping* ketika menghadapi suatu kondisi yang menimbulkan stres (Putrikita et al., 2021).

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini dilakukan untuk memperkaya berbagai kajian sebelumnya dalam melihat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua terhadap optimisme pada siswa SMK. Hasil dari penelitian ini harapannya dapat memberikan informasi sudut pandang ilmu Psikologi kepada siswa, pihak sekolah, dan orang tua sehingga ketiga elemen tersebut dapat bersinergi dalam rangka mewujudkan kehidupan sosial remaja dengan optimal.

## Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode kuantitatif. Pengumpulan data menggunakan tiga skala yaitu skala optimisme dengan 15 aitem, skala harga diri dengan 15 aitem, dan skala dukungan sosial orang tua dengan 16 aitem. Populasi penelitian adalah siswa SMK Negeri 1 Wonosobo dengan subjek penelitian berjumlah 216 siswa yang terdiri dari kelas XI PM.1, PM.2, MPLB.3, AKL.1, AKL.2, dan I DKV.2. Penentuan subjek penelitian menggunakan teknik *cluster random sampling*. Proses analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan bantuan program IBM SPSS Statistics 22. Penelitian ini sudah mendapatkan izin penelitian yang diberikan oleh Pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan pada 23 Oktober 2023 dengan nomor surat F.4/1774/D.66/X/2023.

## Hasil

Pada penelitian ini uji deskriptif data dilakukan untuk mengetahui jumlah nilai minimal, nilai maksimal, rata-rata, dan standar deviation pada subjek. Informasi lebih detail mengenai data uji deskriptif dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Statistik Deskriptif

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
Optimisme	15	60	37,5	7,5	26	58	40,73	5,467
Harga Diri	15	60	37,5	7,5	26	50	38,36	5,851
Dukungan Sosial Orang Tua	16	64	40	8	17	58	41,94	6,373

Selanjutnya, pada Tabel 1 dapat diketahui pada skor hipotetik untuk optimisme nilai minimal yang akan didapatkan subjek yaitu sebesar 15 dan nilai maksimal yaitu 60, untuk harga diri nilai minimal yang akan didapatkan subjek yaitu sebesar 15 dan nilai maksimal yaitu 60, sedangkan untuk dukungan sosial orang tua nilai minimal yang akan didapatkan subjek yaitu sebesar 16 dan nilai maksimal yaitu 64. Pada skor empirik diketahui bahwa 216 subjek penelitian memperoleh nilai minimal optimisme 26, nilai minimal harga diri sebesar 26, dan 17 untuk dukungan sosial orang tua. Kemudian didapatkan nilai maksimal 58 untuk optimisme, 50 untuk harga diri, dan 58 untuk dukungan sosial orang tua. Selanjutnya nilai *mean* optimisme sebesar 40,73, nilai *mean* harga diri sebesar 38,36, dan nilai *mean* dukungan sosial orang tua sebesar 41,94. Terakhir merupakan nilai SD (*standart deviation*) untuk optimisme sebesar 5,467, harga diri sebesar 5,851, dan dukungan

sosial orang tua sebesar 6,373. Adapun hasil perhitungan kategorisasi skala optimisme, harga diri, dan dukungan sosial orang tua adalah sebagai berikut.

**Tabel 2. Kategorisasi Optimisme**

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentasi	kategorisasi
Optimisme	$45 \leq x$	39	18,1%	Tinggi
	$30 \leq x < 45$	164	75,9%	Sedang
	$x < 30$	13	6,0%	Rendah
<b>Total</b>		<b>216</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hasil kategorisasi optimisme diketahui bahwa terdapat 39 siswa (18,1%) memiliki optimisme dalam kategori tinggi. Selanjutnya, sebanyak 164 siswa (75,9%) memiliki optimisme dalam kategori sedang, dan 13 siswa (6,0%) yang termasuk dalam kategori rendah

**Tabel 3. Kategorisasi Harga Diri**

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentasi	kategorisasi
Harga Diri	$45 \leq x$	54	25,0%	Tinggi
	$30 \leq x < 45$	149	69,0%	Sedang
	$x < 30$	13	6,0%	Rendah
<b>Total</b>		<b>216</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan data pada Tabel 3, dapat diketahui bahwa terdapat 54 siswa (25,0%) mempunyai harga diri dalam kategori tinggi. Selanjutnya, sebanyak 149 siswa (69,0%) mempunyai harga diri dalam kategori sedang, dan 13 siswa (6,0%) dalam kategori rendah.

**Tabel 4. Kategorisasi Dukungan Sosial Orang Tua**

Variabel	Interval	Frekuensi	Presentasi	kategorisasi
Dukungan sosial orang tua	$48 \leq x$	38	17,6%	Tinggi
	$32 \leq x < 48$	158	73,1%	Sedang
	$x < 32$	20	9,3%	Rendah
<b>Total</b>		<b>216</b>	<b>100%</b>	

Selanjutnya, berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa terdapat 38 siswa (17,6%) mempunyai dukungan sosial dari orang tua pada kategori tinggi. Selanjutnya, sebanyak 158 siswa (73,1%) yang masuk kategori sedang, dan 20 siswa (9,3%) yang termasuk pada kategori rendah.

Uji asumsi digunakan sebelum menguji hipotesis penelitian, uji asumsi dilakukan agar kesimpulan yang diambil berdasarkan hasil analisis sah dan dapat diandalkan. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, dan uji multikolinieritas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran skor subjek pada setiap variabel. Uji linieritas bertujuan untuk melihat terdapat garis linier (lurus) yang menghubungkan data kedua variabel yang akan dikorelasikan. Uji multikolinieritas dilakukan untuk menunjukkan kuat atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dalam model regresi. Hubungan antar variabel bebas dikatakan baik jika tidak terjadi multikolinieritas. Adapun hasil dari uji normalitas, uji linieritas, dan uji multikolinieritas adalah sebagai berikut.

**Tabel 5. Uji Normalitas**

Nilai	Indeks K-SZ	Sig.	Keterangan
<i>unstandardized residual</i>	0,057	0,083	Normal

Teknik yang digunakan adalah teknik *one sample kolmogorov-smirnov test* (K-S Z). Pada penelitian ini menggunakan mode analisis regresi sehingga nilai normalitas dilihat bukan berdasarkan dari masing-masing variabel namun dari nilai *unstandardized residual*. Berdasarkan hasil analisis pada tabel 5 diperoleh indeks normalitas atau K-SZ sebesar 0,057 dan taraf signifikansi (p) sebesar 0,083 ( $p > 0,05$ ). Oleh karena itu disimpulkan bahwa model regresi pada penelitian ini memiliki nilai residual yang berdistribusi normal, artinya sampel yang diambil dapat mewakili populasi.

Tabel 6. Uji linieritas

Variabel	Deviation from linearity	Linearity	Keterangan
Harga diri dengan optimisme	0,001	0,000	Linier tetapi kurang ideal
Dukungan sosial orang tua dengan optimisme	0,009	0,000	Linier tetapi kurang ideal

Berdasarkan data dari tabel 6, diketahui bahwa hasil analisis uji linieritas antara variabel harga diri dengan optimisme menunjukkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,001 ( $< 0,05$ ) dan nilai signifikan *linearity* sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Artinya hubungan antara harga diri dengan optimisme linier tetapi kurang ideal karena nilai *deviation from linearity* kurang dari 0,05. Pada variabel dukungan sosial orang tua dengan optimisme hasil analisis menunjukkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,009 ( $< 0,05$ ) dan nilai signifikan *linearity* sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Artinya hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan optimisme linier tetapi kurang ideal karena nilai *deviation from linearity* kurang dari 0,05.

Tabel 7. Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Harga diri	0,690	1,449	Tidak terjadi multikolinieritas
Dukungan sosial orang tua	0,690	1,449	Tidak terjadi multikolinieritas

Berdasarkan hasil uji analisis multikolinieritas pada tabel 7 diketahui bahwa antara harga diri dan dukungan sosial orang tua menunjukkan nilai *tolerance* masing-masing sebesar 0,690 ( $> 0,1$ ) dengan nilai VIF variabel harga diri dan dukungan sosial orang tua masing-masing sebesar 1,449 ( $< 10$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas antara variabel harga diri dengan variabel dukungan sosial orang tua.

Setelah terpenuhi semua syarat pada uji asumsi maka selanjutnya dapat dilakukan uji hipotesis. Hipotesis yang digunakan pada penelitian ini yaitu hipotesis mayor dan minor. Hipotesis mayor pada penelitian ini digunakan untuk menguji hubungan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua secara bersama-sama terhadap optimisme. Adapun hasil uji hipotesis mayor adalah sebagai berikut.

Tabel 8. Uji Hipotesis Mayor

Model	R	R square	sig. F change	Keterangan
1	0,597	0,365	0,000	Sangat signifikan

Hasil analisis regresi berganda pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien R sebesar 0,597, nilai *R square* sebesar 0,365 dan nilai *sig. F change* sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua

dengan optimisme, dengan kata lain hipotesis mayor yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.

**Tabel 9. Uji Hipotesis Minor**

Variabel	R	Sig (p)	Keterangan
Harga diri dengan optimisme	0,395	0,000	Positif sangat signifikan
Dukungan sosial orang tua dengan optimisme	0,256	0,000	Positif sangat signifikan

Pada penelitian ini terdapat dua hipotesis minor, pertama hipotesis minor terkait hubungan antara harga diri dengan optimisme. Hasil analisis menunjukkan nilai  $r$  sebesar 0,395 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara harga diri dengan optimisme. Sumbangan efektif dari variabel harga diri terhadap optimisme sebesar 23,157%. Hipotesis minor kedua pada penelitian ini terkait hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan optimisme. Hasil analisis menunjukkan nilai  $r$  sebesar 0,256 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan optimisme. Sumbangan efektif dukungan sosial orang tua sebesar 12,467% terhadap optimisme.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme. Hasil dari penelitian mengungkapkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme siswa SMK, dengan kata lain hipotesis mayor yang diajukan pada penelitian ini diterima, artinya harga diri dan dukungan sosial orang tua memberikan pengaruh terhadap tingkat optimisme yang dimiliki siswa.

Pada penelitian ini kedua variabel bebas yang digunakan yaitu harga diri dan dukungan sosial orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 35,624% terhadap optimisme, artinya terdapat sumbangan efektif sebesar 64,376% pada variabel lain diluar penelitian ini. Menurut Sidabalok et al., (2019) konsep diri, regulasi diri, kesiapan belajar, kepribadian *hardiness*, dan penerimaan diri adalah faktor lain yang dapat berpengaruh pada optimisme individu. Faktor lain yang juga dapat berpengaruh terhadap optimisme adalah kepercayaan diri dan akumulasi pengalaman (Seligman, 2008). Hasil kategorisasi optimisme menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat optimisme pada kategori sedang sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian yaitu siswa SMK masih cenderung cukup yakin dalam menghadapi setiap peristiwa yang baik maupun buruk dalam hidupnya.

Menurut hasil analisis penelitian, kedua hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima. Hipotesis minor pertama terkait korelasi harga diri dengan optimisme menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara harga diri dengan optimisme pada siswa SMK. Artinya semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin tinggi juga optimisme yang dimiliki siswa sebaliknya, semakin rendah harga diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah juga optimisme yang dimiliki oleh siswa. Hal ini membuktikan bahwa diterimanya hipotesis minor yang diajukan oleh peneliti, sehingga membuktikan bahwa harga diri termasuk dalam salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap optimisme.

Harga diri memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan optimisme. Individu yang memiliki tingkat harga diri yang baik akan mampu menghargai kemampuan yang ada pada dirinya, sehingga saat individu mengalami kesulitan, individu akan percaya dengan kemampuan yang ada pada dirinya kesulitan tersebut akan terselesaikan dengan cepat. Hal tersebut merujuk pada aspek perasaan terhadap diri menurut Minchinton (1993) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *permanence*. Individu yang mempunyai harga diri yang tinggi yakin bahwa pilihan dan keputusannya dalam melakukan sesuatu berperan sangat penting, maka saat

individu mengalami suatu keberhasilan individu percaya bahwa hal tersebut terjadi akibat pilihan dan keputusannya sendiri. Hal tersebut merujuk pada aspek perasaan terhadap diri menurut Minchinton (1993) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *personalization*.

Individu dengan tingkat harga diri yang baik akan mampu untuk menilai dirinya sendiri dengan baik pula atau dengan kata lain individu lebih mementingkan penilaiannya sendiri dibandingkan dengan penilaian dari orang lain, maka saat dihadapkan dengan suatu kesulitan individu juga akan bisa memandang dan menjelaskan secara lebih rinci dan spesifik penyebab dari kesulitan tersebut. Hal tersebut merujuk pada aspek hubungan individu dengan orang lain menurut Minchinton (1993) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *pervasiveness*.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri et al., (2022) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara harga diri dengan optimisme sebesar 0,620 dengan taraf signifikan 0,001 ( $p < 0,05$ ). Penelitian lain oleh Ma'rufi dan Khotimah (2022) yang menunjukkan terdapat korelasi yang positif antara *self esteem* (harga diri) dan optimisme. Penelitian Sidabalok et al., (2019) menjelaskan bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara *self esteem* atau harga diri dengan optimisme sebesar 0,625 dan taraf signifikan 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan sumbangan yang diberikan *self esteem* sebesar 42,5% terhadap optimisme.

Berdasarkan hasil kategorisasi harga diri menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat harga diri dalam kategori sedang. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian yaitu siswa SMK masih cenderung cukup yakin terhadap keterampilan dan keahlian dirinya.

Hipotesis minor kedua pada penelitian ini terkait korelasi dukungan sosial dari orang tua dengan optimisme menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan optimisme pada siswa SMK. Artinya semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin tinggi juga optimisme yang dimiliki siswa sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orang tua yang dimiliki siswa maka semakin rendah juga optimisme yang dimiliki oleh siswa. Hal ini membuktikan bahwa diterimanya hipotesis minor yang diajukan oleh peneliti, sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua termasuk dalam salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap optimisme.

Individu yang mendapatkan perhatian, kepedulian dan penghargaan positif dari orang-orang terdekat khususnya orang tua juga akan ikut mempengaruhi pandangan individu terhadap kemampuan dalam dirinya sendiri, hal ini merujuk pada aspek dukungan emosional menurut Sarafino dan Smith (2011) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *personalization*. Siswa yang mendapatkan dukungan berupa materi maupun fasilitas yang lengkap akan menganggap bahwa kesulitan yang dialaminya dapat teratasi dengan mudah dan cepat, hal ini merujuk pada aspek dukungan nyata atau instrumental menurut Sarafino dan Smith (2011) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *permanence*.

Individu yang mendapatkan informasi, saran maupun arahan dari orang-orang terdekat khususnya orang tua akan mampu memandang kesulitan yang dialaminya secara lebih spesifik, hal ini merujuk pada aspek dukungan informasi menurut Sarafino dan Smith (2011) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *pervasiveness*. Saat orang tua bersedia memberikan waktu untuk membantu individu mengatasi suatu kesulitan yang dihadapinya, maka individu akan yakin bahwa kesulitan tersebut akan dapat terselesaikan dengan cepat, hal ini merujuk pada aspek dukungan persahabatan menurut Sarafino dan Smith (2011) yang berkaitan dengan aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu *permanence*.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al., (2019) yang menunjukkan terdapat peran dukungan sosial terhadap optimisme sebesar 40,8%. Penelitian lain

oleh Amelia et al., (2023) yang menjelaskan bahwa terdapat korelasi signifikan secara positif antara *social support* (dukungan sosial) dan optimisme dengan taraf signifikansi 0,000. Individu dapat memperoleh dukungan sosial dari orang tua, keluarga, teman, dan lain sebagainya.

Berdasarkan hasil kategorisasi dukungan sosial orang tua menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat dukungan sosial orang tua pada kategori sedang. Hal ini membuktikan bahwa subjek penelitian yaitu siswa SMK masih cenderung cukup mendapatkan dukungan sosial dari orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 23,157% terhadap optimisme, sedangkan dukungan sosial orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 12,467% terhadap optimisme sehingga dapat disimpulkan bahwa harga diri memberikan sumbangan efektif lebih besar terhadap optimisme dibandingkan dengan dukungan sosial orang tua. Hal tersebut menunjukkan bahwa harga diri lebih efektif untuk meningkatkan optimisme pada siswa dikarenakan harga diri memberikan sumbangan efektif yang lebih besar.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian tentang harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara harga diri dan dukungan sosial orang tua dengan optimisme pada siswa SMK. Artinya semakin tinggi harga diri dan dukungan sosial orang tua maka semakin tinggi pula optimisme yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah harga diri dan dukungan orang tua maka semakin rendah pula optimisme yang dimiliki siswa.

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya bisa mengembangkan variabel lain yang belum dijelaskan pada penelitian ini dan untuk menambah hasil penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi optimisme seperti kepribadian *hardiness*, konsep diri, penerimaan diri, regulasi diri, dan kesiapan belajar, kepercayaan diri dan akumulasi pengalaman. Selain itu saat pengambilan data untuk mendapatkan data yang lebih baik sebaiknya dilakukan secara langsung dilapangan. Disarankan untuk siswa agar tetap mempertahankan optimisme melalui harga diri dengan cara meningkatkan keyakinan terhadap keterampilan dan keahlian yang ada pada diri, bertanggung jawab atas kehidupannya, bijaksana dalam memandang hubungan dengan orang lain. Selain itu untuk mempertahankan optimisme siswa dapat meningkatkan komunikasi dengan orang tua dengan cara bertukar pikiran maupun melakukan aktivitas bersama.

Bagi Orang Tua, disarankan untuk membantu mempertahankan dukungan sosial yang diberikan pada siswa, sehingga siswa tetap memiliki optimisme yang baik dengan cara memberikan kenyamanan, kepedulian atau perhatian, menyediakan fasilitas belajar anak yang lengkap dan nyaman, meningkatkan komunikasi dengan siswa dengan harapan orang tua mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh siswa dan dapat menyelesaikannya bersama dan memberikan waktu untuk melakukan aktivitas bersama. Bagi Kepala Sekolah, disarankan untuk dapat mempertahankan harga diri siswa sehingga siswa tetap memiliki optimisme yang baik dengan membuat dan mengembangkan berbagai program ekstrakurikuler yang dapat meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Selain itu sekolah juga dapat melibatkan dukungan dari orang tua dalam program bimbingan bersama siswa sehingga siswa tetap memiliki optimisme yang baik.

## Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan dana hibah penelitian payung yang memungkinkan penulis untuk melakukan penelitian ini.

### Daftar Pustaka (APA 7<sup>th</sup> Edition)

- Amelia, R., Sholeh, M., & Fithri, R. (2023). Hubungan social support dan self compassion dengan optimism pada mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi covid-19. *Indonesian Psychological Research*, 5(1). <https://doi.org/10.29080/ipr.v5i1.759>
- Indrayana, F. M., & Kumaidi, K. (2021). Dukungan sosial, optimisme, harapan dan kesiapan kerja siswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(2), 93-100. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v10i22021p93-100>
- Indriyanti, N., Siswandari, & Ivada, E. (2013). Faktor-faktor yang memengaruhi minat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi pada siswa kelas XII akuntansi SMK negeri 6 surakarta tahun 2013. *Jupe UNS*, 1(2), 1-9.
- Jesudas, H., Kamble, S. V., & Duggi, D. B. (2014). Optimism, home environment and depression of urban and rural school children. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 5(6).
- Lestari, R., & Fajar, M. (2020). Gratitude, self-esteem and optimism in people with physical disabilities. *Prizren Social Science Journal*, 4(2), 14-21.
- Ma'rufi, P. H., & Khotimah, K. (2022). Hubungan antara self esteem dan positive religious coping dengan optimisme pada santri. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 19(1), 386. <https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v19i1.14032>
- Melathi, A. P., & Asni, A. (2022). Optimisme siswa kelas X di SMAN 59 jakarta tahun ajaran 2021/2022. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(3), 64-70. <http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v8i3.7737>
- Minchinton, G. (1993). *Maximum self-esteem: the handbook for reclaiming your sense of self-esteem*. Arnford House.
- Muhidin, Y. (2023). Membongkar harapan dan tantangan: sorotan dan survei optimisme generasi muda 2023. *Goodnewsfromindonesia.id* <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2023/11/19/membongkar-harapan-dan-tantangan-sorotan-dan-survei-optimisme-generasi-muda-2023>
- Muslimah, I., & Satwika, Y. W. (2019). Hubungan antara optimisme dengan adversity quotient pada siswa kelas XI SMA negeri 2 pare. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 1-7.
- Musthofawi, A. (2019). Hubungan antara optimisme dan self-esteem pada mahasiswa program diploma III kebidanan. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 5(1), 1-13.
- Nugraha, W. S. P., Dimala, C. P., & Hakim, A. R. (2021). Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap optimisme menghadapi dunia kerja siswa kelas XII SMK iptek sanggabuana pangkalan karawang. *Psikologi Prima*, 4(1), 1-11. <https://doi.org/10.34012/psychoprime.v4i1.1909>
- Pratiwi, F. J., Mardhiyah, S. A., & Juniarly, A. (2019). Peran dukungan sosial terhadap optimisme pada cancer survivor di rumah sakit islam khadijah Palembang. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 270-279. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.7012>
- Putrikita, K. A., Asih, D. R., & Budiyan, K. (2021). Optimisme dan coping stress pada generasi milenial. *mempersiapkan generasi digital yang berwatak sociopreneur: kreatif, inisiatif, dan peduli di era society 5.0*.
- Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16. <https://doi.org/10.29210/120182133>
- Safitri, N., Farida, I. A., Eva, N., & Puspitasari, D. N. (2022). Hubungan antara harga diri dan optimisme dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Flourishing Journal*, 2(4), 267-276. <https://doi.org/10.17977/um070v2i42022p267-276>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: biopsychosocial interactions 7th edition*. John Wiley & Sons.

- 
- Sari, N., & Mariana, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada perantau minang survivor kerusuhan wamena. *Psyche 165 Journal*, 13(2), 183–189. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.79>
- Sari, R. P., & Thamrin, W. P. (2021). Hubungan dukungan sosial dan optimisme pada atlet bulu tangkis. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 146-155.
- Seligman E. P. (2008). *Menginstal optimisme*. PT Karya Kita.
- Sidabalok, R. N., Marpaung, W., & Manurung, Y. S. (2019). Optimisme dan self esteem pada pelajar sekolah menengah atas. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 3(1), 48. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v3i1.1319>
- Tras, Z., Sünbül, M. G., & Baltacı, U. B. (2021). Investigation of the relationships between optimism, perceived social support, and hope. *ie: inquiry in education*, 13(1), 11.
- Wahyuni, E., & Fauziah, F. N. (2022). Web-based acceptance and commitment therapy for optimism. in *international seminar on innovative and creative guidance and counseling service (ICGCS 2021)* (pp. 80-87). Atlantis Press.
- Wirachmi, A. (2023). 10 SMK terbaik di indonesia, rekomendasi PPDB 2023. [edukasi.sindonews.com](https://edukasi.sindonews.com) <https://edukasi.sindonews.com/read/1042527/212/10-smk-terbaik-di-indonesia-rekomendasi-ppdb-2023-1678356202>