

ABSTRAK

ANALISIS RESILIENSI ASPEK OPTIMISME PADA SISWA SMA NEGERI 2 METRO LAMPUNG TAHUN AJARAN 2019/2020

Oleh

FARHAN PUTRA PRATAMA DURELL

Resiliensi menjadi kekuatan dasar manusia dalam membangun karakter positif secara emosional dan psikososial. Salah satu aspek resiliensi adalah aspek *optimisme*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkatan *optimisme* pada siswa SMA Negeri 2 Metro Lampung. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif analitik. Subjek penelitian berjumlah 9 siswa, yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan metode survei melalui skala resiliensi aspek *optimisme* yang diadaptasi dari *Resilience Question Test* dan wawancara. Teknik analisis data adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian terdapat 3 kategori aspek *optimisme* dengan hasil skala kategori tinggi sebesar 27,0%, kategori sedang sebesar 28,3% dan kategori rendah sebesar 44,7%. Siswa yang memiliki *optimisme* tinggi percaya dengan kemampuan sendiri, mampu berfikir positif disetiap masalah, tidak mudah stress, memiliki manajemen diri dan ketika menghadapi kegagalan tidak ragu untuk mengintropeksi diri. Sedangkan siswa yang memiliki *optimisme* sedang umumnya memiliki manajemen waktu, penuh kergauan dengan hasil yang akan diraih dari setiap usaha yang ia lakukan, berfikir positif jika ada yang mendukung. Serta siswa yang memiliki *optimisme* rendah tidak percaya dengan kemampuan, mudah stress, ketika gagal menyalahkan orang lain. Oleh karena itu disarankan guru dapat membantu siswa meningkatkan *optimisme*, mengingat begitu penting peranan *aspek optimisme* dalam proses belajar siswa.

Kata kunci: bimbingan dan konseling, resiliensi

ABSTRACT

RESILIENCE ASPECT ANALYSIS OF OPTIMISM IN STATE SMA 2 METRO LAMPUNG STUDENTS ACADEMIC YEAR 2019/2020

By

FARHAN PUTRA PRATAMA DURELL

Resilience is a basic human strength in building a positive character emotionally and psychosocially. One aspect of resilience is the aspect of optimism. This study aims to determine the level of optimism in students of SMA Negeri 2 Metro Lampung. This research uses qualitative research methods with descriptive analytic research. The research subjects were 9 students, who were selected by purposive sampling technique. Data were collected by survey method through an optimism aspect resilience scale adapted from the Resilience Question Test and interviews. Data analysis techniques are data reduction, data presentation and conclusion drawing. Based on the results of the study, there are 3 categories of aspects of optimism with the results of a high category scale of 27.0%, a medium category of 28.3% and a low category of 44.7%. Students who have high optimism with their own abilities, are able to think positively in every problem, not easily stressed, have self-management and when faced with failure do not hesitate to introspect themselves. Meanwhile, students who have moderate optimism generally have time management, are full of confusion with the results that will be achieved from every effort they make, think positively if someone supports them. And students who have low optimism do not believe in their abilities, are easily stressed, when they fail to blame others. Therefore, it is suggested that teachers can help students increase optimism, given the importance of optimism in the student learning process

Keywords: *guidance and counseling, resilience*