

HUBUNGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANG TUA TERHADAP RESILIENSI SISWA PADA NEW NORMAL PANDEMI COVID-19

Devina Amalia

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Indonesia
devinaamalia321@gmail.com

Riska Ahmad

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Indonesia
riskaahmad321@gmail.com

Correspondence author: Devina Amalia, devinaamalia321@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan psychological well-being dan dukungan sosial orangtua terhadap resiliensi siswa pada new normal pandemi Covid-19 dengan: (1) menganalisis gambaran psychological well-being siswa, (2) menganalisis gambaran dukungan sosial orangtua, (3) menganalisis resiliensi, (4) menganalisis seberapa besar hubungan psychological well-being dan dukungan sosial orangtua terhadap resiliensi siswa pada new normal pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan ialah kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Populasi penelitian ialah seluruh siswa kelas X, XI dan XII di SMA Pembangunan laboratorium UNP. Sampel penelitian berjumlah 248 orang. Instrumen yang digunakan ialah daftar isian dengan skala model Likert. Data dianalisis dengan statistik deskriptif, regresi sederhana, dan regresi ganda. Temuan penelitian menunjukkan bahwa: (1) rata-rata, psychological well-being siswa berada pada kategori tinggi, (2) dukungan sosial orangtua pada kategori tinggi, (3) resiliensi remaja dikategorikan tinggi, (4) terdapat hubungan positif dan signifikan antara psychological well-being dengan resiliensi siswa, (5) terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan resiliensi, dan (6) terdapat hubungan positif dan signifikan antara psychological well-being dan dukungan sosial orangtua dengan resiliensi siswa. Implikasi dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai analisis kebutuhan dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Kata Kunci: Psychological well-being, Dukungan Sosial Orangtua, Resiliensi, Indonesia.

Abstract

This study aims to find out how big the relationship between psychological well-being and parental social support is on student resilience in the new normal of the Covid-19 pandemic by: (1) analyzing a picture of students' psychological well-being, (2) analyzing a picture of parental social support, (3) analyze resilience, (4) analyze how much the correlation between psychological well-being and parental social support has on student resilience in the new normal of the Covid-19 pandemic. The research method used is quantitative with a descriptive correlational type. The research population was all students of grades X, XI and XII at the UNP Laboratory Development High School. The research sample was 248 people. The instrument used is a checklist with a Likert model scale. Data were analyzed with descriptive statistics, simple regression and multiple regression. The research findings show that: (1) on average, students' psychological well-being is in the high category, (2) parental social support is in the high category, (3) adolescent resilience is categorized as high, (4) there is a positive and significant relationship between psychological well-being and student resilience, (5) there is a positive and significant relationship between parental social support and resilience, and (6) there is a positive and significant relationship between psychological well-being and parental social support and student resilience. The implications of this research can be used as a needs analysis in guidance and counseling services.

Keywords: Psychological well-being, Parental Social Support, Resilience, Indonesia.

PENDAHULUAN

Dewasa ini penularan Covid-19 semakin meningkat. Hasil Penelitian di Indonesia data per tanggal 13 April 2020 terungkap sebanyak 4.557 kasus positif Covid-19 dan juga 380 orang sembuh serta 399 orang lainnya dinyatakan meninggal sebagai akibat dari Covid-19 (Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, 2020).¹ Kondisi penularan Covid-19 ini juga terjadi di Provinsi Sumatera Barat. Hasil Penelitian tanggal 05 April 2020 pasien positif Covid-19 sebanyak 17 dengan 1 orang meninggal dunia. Upaya untuk meminimalisir penularan virus ini maka dibatasi untuk tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain dan tetap berada di rumah untuk mencegahnya terjangkit virus Covid-19.²

Pro dan kontra dengan diberlakukannya new normal di bidang pendidikan dikalangan siswa kemungkinan disebabkan oleh tingkat resiliensi mereka, sebab dalam kondisi saat ini resiliensi sangat dibutuhkan oleh kalangan siswa, bagi siswa yang memiliki resiliensi yang tinggi maka siswa akan dapat bangkit dan mampu bertahan walaupun dihadapkan dengan situasi yang sulit karena pandemi Covid-19 begitu juga sebaliknya siswa yang memiliki resiliensi yang rendah akan sulit bertahan dan bangkit dengan adanya pandemi Covid 19 ini.³

Berdasarkan observasi awal guna memperoleh informasi, ditemukan bahwa siswa memiliki keluhan terhadap situasi pandemi Covid-19 pada saat ini. Siswa mudah mengeluh dan mengeluarkan kata-kata putus asa, siswa juga merasa cemas dan khawatir dengan isu yang beredar tentang pandemi Covid-19 ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Amelia & Chairilisyah, disimpulkan, siswa yang tidak resilien akan mudah terpuruk dan putus asa apabila ditimpa permasalahan. Kondisi demikian akan berimbas pada siswa, apakah siswa memiliki rasa percaya diri dalam mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi, dapat bertanggungjawab pada tugasnya atau tidak.⁴

¹ Idah Wahidah dkk., "Pandemik COVID-19: Analisis Perencanaan Pemerintah Dan Masyarakat Dalam Berbagai Upaya Pencegahan," *Jurnal Manajemen Dan Organisasi* 11, no. 3 (2020), <https://doi.org/10.29244/jmo.v11i3.31695>.

² Zulfahmi Yasir Yunan, Mukhlis Muhammad Maududi, dan Gilang Kumari Putra, "Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Mengatasi Stress Pada Ibu-Ibu PKK 09 Kelurahan Pekojan Saat Pandemi Covid-19," *Jurnal SOLMA* 10, no. 1s (2021), <https://doi.org/10.22236/solma.v10i1s.6742>.

³ Syska Purnama Sari, Januar Eko Aryansah, dan Kurnia Sari, "Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 Dan Implikasinya Terhadap Proses Pembelajaran," *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 9, no. 1 (2020), <https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.38674>.

⁴ Sherty Amelia, Enikarmila Asni, dan Daviq Chairilisyah, "Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau," *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Kedokteran* 1, no. 2 (2014).

Berbagai persoalan psikologis muncul akibat pandemi Covid-19, siswa harus mampu bertahan dengan memiliki kemampuan resiliensi yang baik.⁵ Setiap siswa akan menghadapi masalah dengan caranya masing-masing. Kemampuan untuk menghadapi masalah tersebut disebut dengan resiliensi. Menurut Reivich & Shatte, resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan.⁶ Kemampuan resiliensi sebagai benteng ketahanan diri untuk bertahan di tengah kondisi pandemi Covid-19 global saat ini perlu untuk ditingkatkan. Siswa yang memiliki ketahanan diri akan memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dan beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan serta situasi kritis yang muncul dalam kehidupan.⁷ Individu yang resilien, memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi, tingkah laku dan atensi dalam menghadapi kesulitan serta masalah yang dihadapi.⁸

Pandemi Covid-19 maupun kondisi-kondisi yang diakibatkannya mengganggu kesejahteraan psikologis manusia. Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan evaluasi individu terhadap kejadian atau situasi yang dialaminya. Kesejahteraan manusia tidak hanya berkaitan dengan aspek kesenangan saja namun lebih kompleks berkaitan dengan keberfungsian individu secara utuh. *Psychological well-being* sebagai dorongan untuk mengeksplorasi potensi yang dalam diri individu.⁹

Faktor lain selain *psychological well-being* yang berperan dalam resiliensi adalah dukungan sosial orangtua. Dukungan sosial dari orangtua sangat penting selama masa pandemi Covid-19 ini. Peranan orangtua dalam mendukung kegiatan belajar siswa di rumah menjadi bagian yang sangat penting untuk keberhasilan belajar siswa selama Covid-19. Dorongan belajar kepada anak bisa diartikan sebagai usaha aktif orangtua, baik itu secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung dilakukan dengan mengajarkan proses belajar kepada anak untuk menunjang keberhasilannya. Secara tidak langsung, orangtua dapat menumbuhkan motivasi belajar anak dengan memberikan bimbingan pada anak. Jadi orangtua tidak hanya menyuruh anak untuk belajar, tetapi juga berperan membimbing anak pada saat anak belajar.

⁵ Syaiful Indra, Dian Ayuningtiyas, dan Rizky Andana Pohan, "Emotion Focused Coping Dalam Mereduksi Kecemasan Pada Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Wahana Konseling* 3, no. 2 (2020), <https://doi.org/10.31851/juang.v3i2.4870>.

⁶ Karen Reivich dan Andrew Shatté, *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles* (Oregon: Broadway Books, 2002).

⁷ Alhaitamy Alhaitamy dan Netrawati Netrawati, "The Contribution of Optimism to Resilience of the Ex-Prostitutes in Undergoing Rehabilitation at the Andam Dewi Sukarami, Solok," *Jurnal Neo Konseling* 3, no. 2 (2021), <https://doi.org/10.24036/00424kons2021>.

⁸ Annisa Fitri dan Firman Firman, "The Relationship of Self-Concept and Resilience of Prosperous Private Students in SMP Negeri 4 Lembah Gumanti Kabupaten Solok Regency," *Jurnal Neo Konseling* 2, no. 3 (2020), <https://doi.org/10.24036/00303kons2020>.

⁹ Akmil Rahmi, Marjohan Marjohan, dan Daharnis Daharnis, "Guidance and Counseling Services in Improving the Psychological Well-Being Young Prisoners," 2018, <https://doi.org/10.29210/20181110>.

Berdasarkan uraian tersebut, maka diperlukan pengkajian secara mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi siswa. Sehingga guru BK dapat mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk dapat meningkatkan resiliensi siswa. Untuk itu peneliti akan menganalisis tentang hubungan *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua dengan resiliensi siswa pada new normal pandemi Covid-19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi atau fenomena untuk mendapatkan informasi secara lebih mendalam, luas dan detail dengan menggunakan tahap-tahap penelitian dengan pendekatan kuantitatif.¹⁰ Penelitian ini diklasifikasikan pada penelitian deskriptif dikarenakan penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua terhadap resiliensi. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari *psychological well-being* (X1) dan dukungan sosial orangtua (X2) yang merupakan variabel independen serta resiliensi (Y) sebagai variabel dependen.

Partisipan

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa SMA Pembangunan laboratorium UNP. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 654 siswa.

Sampel

Penarikan sampel penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Teknik ini digunakan untuk pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak dan berstrata secara proporsional karena anggota populasinya heterogen (tidak sejenis). Proses penarikan sampel diawali dengan mengidentifikasi populasi berdasarkan kelompok kelas, kemudian ditetapkan besarnya ukuran sampel dengan menggunakan rumus Slovin.¹¹ Maka didapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebesar 248 orang.

¹⁰ A. M. Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenada Media, 2016).

¹¹ Yusuf.

Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen disesuaikan dengan karakteristik data dan subjek penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan sebagai alat bantu untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah skala. Adapun skala yang digunakan adalah skala model Likert. Skala Likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap atau tingkah laku, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden.¹² Adapun skala Likert dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur psychological well-being, dukungan sosial orangtua dan resiliensi. Dalam proses penyusunan instrumen atau alat ukur pada variabel, maka terdapat lima alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Prosedur Pengembangan Instrumen Penelitian

Tahap pertama dalam penelitian ini adalah melakukan uji coba instrumen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui item mana saja yang layak digunakan dalam penelitian, yaitu item yang telah memenuhi kriteria psikometrik dengan nilai validitas dan reliabilitas yang baik.¹³ Uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruk dan validitas empiris. Uji validitas instrumen dilakukan dengan validasi ahli dalam bidang yang akan diteliti, sedangkan validitas empiris menggunakan teknik statistik yaitu analisis korelasi product-moment. Pengambilan keputusan dilakukan dengan cara membandingkan r hitung dengan r tabel pada $n=48$ dan $\alpha=0.05$ yaitu r-Hitung 0.284 jika $r_{tabel} \geq r_{Hitung}$ 0.284 maka item instrumen penelitian dinyatakan valid dan jika $r_{tabel} < r_{Hitung}$ 0.284 maka item penelitian itu dinyatakan tidak valid. Hasil uji coba analisis untuk mengetahui tingkat validitasnya.

Prosedur Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari tiga jenis, yakni data tentang psychological well-being, dukungan sosial orangtua, dan resiliensi. Pembagian instrumen penelitian dilakukan pada tanggal 11-12 Oktober 2022.

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen* (Bandung: Alfabeta, 2013).

¹³ Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*.

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan berupa uji deskriptif, uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji linearitas, dan uji hipotesis dengan koefisien korelasi Pearson's product moment. Proses penghitungan dilakukan dengan bantuan program software statistik.

Pertama, uji deskriptif dilakukan dengan tujuan untuk mendeskripsikan responden penelitian berdasarkan data sampel, tetapi tanpa melakukan analisis dan menyimpulkan yang berlaku secara umum. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sebaran data dari kedua variabel penelitian, apakah berdistribusi normal atau tidak.¹⁴ Ketiga, uji linearitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel X dan variabel Y bersifat linear atau tidak secara signifikan, dan hal tersebut merupakan syarat untuk melakukan analisis korelasi. Terakhir, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan korelasi koefisien Pearson's product moment yang bertujuan untuk menentukan taraf signifikansi hubungan antara variabel X dan variabel Y.

HASIL

Hasil analisis yang diuraikan menunjukkan bahwa variabel *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua mempunyai hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Pada bagian ini dijelaskan pembahasan untuk masing-masing variabel.

1) *Psychological well-being*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase *psychological well-being* (X1)

Berdasarkan Kategori (n = 248)

Interval Skor	Kategori	Frekuensi
≥ 122	Sangat Tinggi (ST)	32
99-121	Tinggi (T)	148
76-98	Sedang (S)	61
52-75	Rendah (R)	7
≤ 51	Sangat Rendah (SR)	0
Jumlah	248	100

Berdasarkan hasil penelitian dapat dipahami bahwa *psychological well-being* secara umum berada pada kategori tinggi sebanyak dengan frekuensi 148 siswa atau 60%. Selanjutnya, terdapat siswa dengan *psychological well-being* sangat tinggi sebanyak 32 siswa atau 12% dan pada kategori sedang sebanyak 61 siswa atau 25% serta pada kategori rendah sebanyak 7 siswa atau 3% serta tidak ada siswa yang memiliki *psychological well-being* pada kategori sangat rendah.

2) Dukungan Sosial Orangtua

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Sosial Orangtua (X2)
Berdasarkan Kategori (n = 248)

Interval Skor	Kategori	Frekuensi
≥158	Sangat Tinggi (ST)	19
128-157	Tinggi (T)	98
98-127	Sedang (S)	89
67-97	Rendah (R)	42
≤ 66	Sangat Rendah (SR)	0
Jumlah	248	100

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa dukungan sosial orangtua secara umum berada pada kategori tinggi dengan frekuensi 98 siswa atau 40%. Pada kategori sangat tinggi sebanyak 19 siswa atau 7% dan pada kategori sedang sebanyak 89 siswa atau 36%, dan pada kategori rendah sebanyak 42 siswa atau 17%, dan tidak ada siswa yang memiliki tingkat dukungan sosial orangtua sangat rendah. Hal ini dimaknai bahwa siswa sudah memiliki persepsi positif terhadap dukungan sosial yang diterima dari orangtua.

3) Resiliensi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Resiliensi (Y) Berdasarkan Kategori (n=248)

Interval Skor	Kategori	Frekuensi
≥132	Sangat Tinggi (ST)	17
107-131	Tinggi (T)	97
82-106	Sedang (S)	76
56-81	Rendah (R)	57
≤ 55	Sangat Rendah (SR)	1
Jumlah	248	100

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa resiliensi siswa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP di new normal pandemi Covid-19 berada dalam kategori tinggi. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa 7% siswa memiliki resiliensi sangat tinggi, 39% siswa memiliki resiliensi tinggi, 31% memiliki resiliensi sedang, dan 23% memiliki resiliensi rendah

Hasil analisis yang diuraikan menunjukkan bahwa variabel *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua mempunyai hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Pada bagian ini dijelaskan pembahasan untuk masing-masing variabel.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Parsial

Hipotesis	Prediksi	β	t	sig
H1	<i>Psychological well-being</i> → Resiliensi	0,288	8,914	0,000
H2	Dukungan Sosial Orangtua → Resiliensi	0,018	6,014	0,000

Hipotesis peneliti diuji menggunakan analisis regresi. Hasilnya adalah disajikan pada Tabel 4. Seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4, *Psychological well-being* secara positif memprediksi resiliensi siswa ($\beta = 0,288$, $t = 8,914$ $p < 0,0000$). Oleh karena itu H1 diterima. Dukungan sosial orangtua secara positif memprediksi resiliensi ($\beta = 0,018$ $t = 6,014$, $p < 0,000$). Oleh karena itu H2 diterima.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Simultan

Hipotesis	Prediksi	Fhitung	Sig.	Hipotesis
H3	<i>Psychological well-being</i> dan Dukungan sosial orang tua terhadap Resiliensi	142,55	0.000	H3

Tabel 5 menjelaskan bahwa variasi nilai variabel bebas (X1 dan X2) dapat menjelaskan variabel terikat (Y) dengan melihat besarnya nilai Fhitung yang diperoleh sebesar dengan signifikansi yang lebih kecil dari 0.05. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua terhadap resiliensi. Hal ini berarti *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua dapat digunakan untuk memprediksi resiliensi. Disimpulkan bahwa koefisien regresi ganda yang diperoleh dalam penelitian ini signifikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diketahui bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima (H1 diterima dan H0 ditolak) yang berarti terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua secara bersama-sama dengan resiliensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki *psychological well-being* yang tinggi meskipun masih ada siswa lain yang berada pada kategori sedang. Umumnya siswa mampu berinteraksi dengan orang lain yang ada dilingkungannya. Dapat dilihat bahwa siswa bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Siswa dapat memiliki target dan keinginan yang ingin dicapai pada semester depan dan suka menyusun rencana untuk kedepannya

Adanya dukungan sosial orangtua memiliki manfaat dalam membentuk kecerdasan hubungan antara mereka dan anak. Orangtua memainkan peran penting dalam memotivasi pendidikan anak mereka. Mereka menyediakan fasilitas yang diperlukan dan lingkungan pendidikan dengan menghasilkan kinerja dengan baik. Besarnya dukungan sosial orangtua yang dibutuhkan memperlihatkan tingginya kebutuhan mereka akan sense of belonging. Kebutuhan itu

menurut Glasser merupakan kebutuhan psikologis untuk dicintai, termasuk kebutuhan menjalin hubungan, menjalin relasi sosial, memberi dan menerima kasih sayang.

Selanjutnya resiliensi merupakan hal penting dan dibutuhkan oleh individu karena dalam kehidupannya individu tidak mampu untuk lepas dari situasi dan kondisi sulit yang dapat menyebabkan individu mengalami stres dan tidak bisa dihindari. Resiliensi yang dimiliki individu dapat mempengaruhi keberhasilan dalam beradaptasi pada situasi sulit dan resiko lainnya dan tantangan tersebut sangat membantu remaja dalam memecahkan masalah dan mencegah masalah.¹⁵ 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 dalam situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan.¹⁶

Siswa yang resilien akan cenderung mampu menguasai situasi stress dengan cara beradaptasi dan mengatasi permasalahan yang muncul dalam sekolahnya. Resiliensi ini kemudian dapat dilihat sebagai kemampuan mengelola emosi negatif menjadi emosi positif secara strategis. Kemampuan pengelolaan emosi secara adaptif ini memungkinkan siswa untuk menjaga tingkat *psychological well-being* berada di keadaan yang baik, yang dapat mendukung siswa untuk lebih produktif dalam melakukan tugas.¹⁷ Begitu juga dengan dukungan sosial merupakan hal yang sangat diperlukan untuk meningkatkan resiliensi siswa, terutama dalam masa new normal seperti saat ini. Dukungan dari orang-orang terdekat, seperti orangtua, dan anggota keluarga lainnya menjadi sumber motivasi bagi individu. Dukungan yang diberikan orangtua kepada siswa menimbulkan rasa dihargai, dibutuhkan, merasa tenang secara emosional serta menjadi satu tim yang kompak. Dukungan orangtua merupakan dukungan sosial yang diterima oleh siswa karena orangtua merupakan orang yang paling berperan saat siswa dalam menghadapi masalah.¹⁸

Berdasarkan temuan di atas, dapat diketahui bahwa *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP pada masa new normal Covid-19. *Psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua dapat membantu individu menghasilkan pikiran positif sehingga dapat mengatasi kecemasan, stres dan memiliki ketahanan diri dari berbagai masalah yang dihadapinya.

¹⁵ Neviyarni dan Netrawati, "Resilience of Teenagers of Orphanage in Adjustment and Facing The Reality of Life," *Jurnal Neo Konseling* 1, no. 3 (2019), <https://doi.org/10.24036/00237kons2019>.

¹⁶ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar* (Jakarta: Prenada Media Group, 2018).

¹⁷ Rima Aksan Cahdriyana dan Rino Richardo, "Apakah Konsep PROSPER dapat Membangun Kesejahteraan Siswa (Student Wellbeing) di Era Pandemi Covid-19," *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* 9, no. 1 (2021), <https://doi.org/10.21831/jppfa.v9i1.38230>.

¹⁸ A. Safitri, "Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi," *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 2018.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil dan pembahasan, dapat diketahui bahwa *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi siswa SMA Pembangunan Laboratorium UNP pada masa new normal Covid-19. *psychological well-being* dan dukungan sosial orangtua dapat membantu individu menghasilkan pikiran positif sehingga dapat mengatasi kecemasan, stres dan memiliki ketahanan diri dari berbagai masalah yang dihadapinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhaitamy, A., & Netrawati, N. (2021). The Contribution of Optimism to Resilience of the Ex-Prostitutes in Undergoing Rehabilitation at the Andam Dewi Sukarami, Solok. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 81–87.
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilsyah, D. (2014). Gambaran ketangguhan diri (resiliensi) pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran universitas riau. Riau University.
- Cahdriyana, R. A., & Richardo, R. (2021). Apakah konsep PROSPER dapat membangun kesejahteraan siswa (student wellbeing) di era pandemi Covid-19?. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi*, 9(1).
- Fitri, A., & Firman, F. (2020). The Relationship Of Self-Concept And Resilience Of Prosperous Private Students In SMP Negeri 4 Lembah Gumanti Kabupaten Solok Regency. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3).
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Indra, S., Ayuningtyas, D., & Pohan, R. A. (2020). Emotion Focused Coping Dalam Mereduksi Kecemasan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(2), 1–9.
- Liputan6.Com. (2020 April 05). Data Pantauan Covid-19 Provinsi Sumatera Barat). Akses 25 Januari 2022.
- Neviyarni & Netrawati. (2019). Resilience of Teenagers of Orphanage in Adjustment and Facing The Reality of Life. *Journal Neo Konseling*. Vol 1, No 3, 2657-0564.
- Rahmi, A., Marjohan, M., & Daharnis, D. (2018). Guidance and Counseling Services in Improving the Psychological well-being Young Prisoners. *International Conferences on Educational, Social Sciences and Technology*, 757–761.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Safitri, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*.
- Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid 19 dan implikasinya terhadap proses pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 17-22.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Alfabeta.
- Wahidah, I., Septiadi, M. An., Rafqie, M. C. A., Hartono, N. F. S., & Athallah, R. (2020). Pandemi Covid-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan. *Jurnal Manajemen dan Organisasi*, 11(3), 179–188.

Devina Amalia, Riska Ahmad: Hubungan Psychological Well-Being dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Resiliensi Siswa pada New Normal Pandemi Covid-19

Yunan, Z. Y., Maududi, M. M., & Putra, G. K. (2021). Pelatihan Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Mengatasi Stress pada Ibu-Ibu PKK 09 Kelurahan Pekojan Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Solma*, 10(1), 46–54.

Yusuf, A. M. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*. Prenada Media.