

ABSTRAK

PENGARUH OPTIMISME TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH LANJUTAN TINGKAT ATAS (SLTA) KELAS XII

Fathia Rachma Aurelia Zahra Natadisastra¹⁾, Surpiyanto²⁾, Maria Jane Tienoviani Simanjuntak³⁾

¹⁾ *Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya*

²⁾ *Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya*

³⁾ *Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya*

Siswa-siswi mengalami berbagai hambatan akademis dalam tahun terakhirnya di SLTA yang dapat memunculkan berbagai dampak negatif seperti stres akademik. Stres yang muncul akibat hambatan dan tantangan akademis di kelas XII ini dapat memperburuk kesejahteraan psikologis siswa dan berujung pada tertundanya kelulusan dari SLTA, dan optimisme merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik individu. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap stres akademik pada siswa kelas XII SLTA. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dan analisis regresi untuk melihat seberapa besar pengaruh optimisme terhadap stres akademik. Pengambilan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner online yang berisi alat ukur optimisme (LOT-R) dan alat ukur stres akademik (SLSI-R). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh optimisme terhadap stres akademik pada siswa kelas XII SLTA tidak signifikan. Hasil uji regresi variabel optimisme terhadap stres akademik yang diperoleh adalah $R^2 = 0,003$ atau 0,3%, yang menunjukkan bahwa optimisme merupakan faktor yang tidak terlalu mempengaruhi tingkat stres akademik yang dialami oleh siswa kelas XII SLTA.

Kata Kunci: optimisme, stres akademik, siswa kelas XII, SLTA

Pustaka : 36

Tahun Publikasi : 2005-2022