

## PERAN *CHARACTER STRENGTHS* TERHADAP RESILIENSI REMAJA: IMPLEMENTASI KONSEP PSIKOLOGI POSITIF DALAM DUNIA PENDIDIKAN

Junaidin<sup>\*)1</sup>, Pipit Leni Lara<sup>2</sup>, Al Qorianti<sup>3</sup>, Miftahul Rizkillah<sup>4</sup>, Ayuning Atmasari<sup>5</sup>,  
Yossy Dwi Erliana<sup>6</sup>

Universitas Teknologi Sumbawa<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

e-mail: [junaidin@uts.ac.id](mailto:junaidin@uts.ac.id)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

*Character strengths* merupakan salah satu variabel dalam psikologi positif yang menekankan pada kualitas individu serta pertumbuhan manusia yang ideal untuk memperkuat nilai-nilai dan karakter positif dalam interaksi antar pribadi. Remaja atau siswa sedang berada pada tahap perkembangan mengalami permasalahan psikologis dan sosial seperti cemas, stres, depresi, dan kurang percaya diri menjadikan siswa tidak mampu menjaga keseimbangan dalam menghadapi perubahan kehidupan yang menekan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *character strengths* terhadap Resiliensi siswa SMA Negeri 1 Lape. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik *sampling area*, analisis data dalam penelitian menggunakan uji regresi linear sederhana dengan jumlah sampel sebanyak 112 siswa. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *character strengths* dan skala resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *character strengths* berpengaruh sebesar 52,2% secara positif terhadap Resiliensi siswa SMA Negeri 1 Lape Sumbawa, terutama pada aspek keadilan, transendensi, kemanusiaan, dan kebijaksanaan. Artinya, semakin tinggi *character strengths* yang dimiliki oleh remaja/siswa, maka semakin tinggi Resiliensi yang mereka miliki. Sebaliknya semakin rendah *character strengths* remaja/siswa, maka semakin rendah juga nilai resiliensi pada remaja/siswa SMAN 1 Lape Sumbawa.

**Kata Kunci:** *Character Strengths, Resiliensi, Remaja.*

### ABSTRACT

Character strengths are one of the variables in positive psychology that emphasize individual qualities and ideal human growth to strengthen positive values and character in interpersonal interactions. Adolescents or students are at a stage of development where they experience psychological and social problems such as anxiety, stress, depression, and low self-confidence, making them unable to maintain balance in facing stressful life changes. This study aims to determine the role of character strengths in the resilience of students at SMA Negeri 1 Lape. The method used in this study is quantitative correlational using area sampling techniques, with data analysis employing simple linear regression tests on a sample size of 112 students. Data collection in this study utilized character strengths scales and resilience scales. The results of the study indicate that character strengths has a positive influence of 52.2% on the resilience of students at SMA Negeri 1 Lape Sumbawa, particularly in the aspects of fairness, transcendence, humanity, and wisdom. This means that the higher the character strengths possessed by adolescents/students, the higher their resilience. Conversely, the lower the character strengths of the adolescents/students, the lower their resilience scores at SMAN 1 Lape Sumbawa.

**Keywords:** *Character Strengths, Resilience, Adolescents*

### PENDAHULUAN

Psikologi positif telah menjadi tren dalam bidang psikologi modern yang mengklaim bahwa karakter positif seperti kebahagiaan, harapan, optimisme, kebersyukuran, memaafkan

dan kekuatan karakter dan resiliensi sebagai titik fokus kajiannya pada ciri-ciri kepribadian positif, pengalaman subjektif yang positif, tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup setiap individu. Memahami karakter dari sifat-sifat positif akan memungkinkan pengembangan karakteristik ini dan mendorong perbaikan dalam banyak bidang kajian seperti dalam konteks sosial, klinis/kesehatan, hingga lingkungan pendidikan (Snyder & Lopez, 2015). Memahami dan mengembangkan karakter positif adalah salah satu bidang penelitian psikologi positif yang paling mendasar (Carr, 2011). Salah satu tujuan terpenting dari intervensi psikologi positif adalah untuk mengembangkan dan memelihara kekuatan karakter pada setiap individu, (Ghielen et al., 2018), mulai dari orang dewasa, anak-anak hingga usia sekolah atau remaja (Park et al., 2006).

Studi tentang *characters strengths* sudah banyak dikaji dalam cabang ilmu psikologi positif serta diterapkan dalam dunia pendidikan dengan tujuan utama berfokus pada perilaku dan perkembangan kepribadian siswa, sebagai prinsip utamanya, yaitu penyembuhan terhadap penyakit mental, meningkatkan bakat dan minat siswa, meningkatkan motivasi belajar siswa, dan mengembangkan karakter, serta membantu siswa untuk hidup lebih produktif, ideal sebagai dasar identitas individu (Peterson & Seligman, 2004). Konsep ini memastikan setiap manusia memiliki kehidupan yang lebih baik, kehidupan yang menyenangkan atau kehidupan yang bahagia (*happiness*) dan memiliki kehidupan yang bermakna (*meaningfull life*), emosi yang positif, dan mengembangkan karakter yang positif (Effendi, 2016; (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) Salah satu untuk mewujudkan kondisi mental tersebut individu atau remaja dengan memiliki *character strengths* yang kuat.

Menurut (Peterson & Seligman, 2004) *character strengths* sebagai atribut positif yang dapat diamati dalam dimensi mental, emosional dan perilaku. Lebih lanjut Peterson & Seligman mengklasifikasikannya menjadi 24 *character strengths* yaitu *creativity* (kreativitas), *curiosity* (rasa ingin tahu), *judgment* (penilaian), *love of learning* (cinta belajar), *perspective* (perspektif), *bravery* (keberanian), *perseverance* (ketekunan), *integrity* (integritas), *vitality* (vitalitas), *love* (cinta), *kindness* (kebaikan), *social intelligence* (kecerdasan sosial), *teamwork* (bekerja sama), *Citizenship* (bagian dari kelompok), *leadership* (kepemimpinan), *forgiveness* (memafkan), *humanity* (kemanusiaan), *prudence* (seksama), *self-regulation* (regulasi diri), *appreciation of beauty and excellence* (apresiasi terhadap keindahan), *gratitude* (kebersyukuran), *hope* (harapan), *humor* (humor), and *spirituality* (spiritualitas). Dari 24 klasifikasi *character strengths* tersebut di dikelompokkan menjadi 6 nilai (*virtues*) yaitu *wisdom and knowledge* (Kebijaksanaan dan pengetahuan), *courage* (keberanian), *humanity* (kemanusiaan), *justice* (keadilan), *temperance* (kesederhanaan), *tanscendence* (transendensi). Hal ini seperti yang dijelaskan oleh (Gustems & Calderon, 2014) dalam hasil penelitiannya bahwa *character strengths* berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis siswa, seperti rasa cinta, humor, keadilan, rasa ingin tahu dan kontrol diri kuat. Penelitian serupa juga diketahui melalui penelitian yang dilakukan oleh (Abasimi et al., 2017), tentang *character strengths* dan kepuasan hidup pada 210 siswa usia remaja, hasil menunjukkan bahwa tujuh teratas adalah sikap memaafkan, kontrol diri, kebaikan, kepemimpinan, harapan, cinta, keadilan. Diperkuat juga dari hasil penelitian yang dilakukan (McGrath, 2015) kebaikan dan kejujuran sebagai karakter positif yang kuat dikalangan remaja. *Character strenghts* juga memberikan kontribusi positif terhadap kerentangan psikologis pada remaja (Demirci et al., 2021).

Memahami konsep *character stenghts* dan kondisi psikologis pada remaja sangat penting untuk mendorong perkembangan yang positif pada proses kehidupan mental dalam menghadapi kerentangan psikologis setiap perkembangannya (Brownlee et al., 2013). Masa remaja diketahui sebagai fase perkembangan yang penuh dengan tantangan, remaja dihadapkan berbagai kondisi krisis kehidupan atau *quarter life crisis*, tekanan akademik, tekanan sosial, dan

tekanan secara emosional (Junaidin et al., 2021). Kondisi tersebut yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis atau kesehatan mental seperti stres akademik, kecemasan berlebihan, bingung, panik, kurangnya kontrol diri yang baik, mudah depresi, menurunnya prestasi akademik, rendahnya spiritualitas, kurangnya harapan hidup (Duan, 2016). Remaja dengan berbagai macam kondisi psikologis yang dialami ketika tekanan lingkungan maupun situasi kehidupan lainnya, tentu saja membutuhkan resiliensi sebagai faktor pendukung dalam meningkatkan kesehatan mental yang positif.

Resiliensi merupakan kemampuan internal individu dalam meningkatkan ketahanan diri terhadap situasi kehidupan seseorang. sementara (Ungar, 2011) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan interpersonal individu dalam mengendalikan hidupnya menggunakan daya psikologis, sosial, dan budaya untuk menjaga kesejahteraan psikologis atau mental. Menurut Connor & Davidson, (2003) resiliensi sebagai kualitas dan kemampuan seseorang dalam menghadapi situasi, dan terdapat lima aspek resiliensi yaitu kompetensi personal, kepercayaan diri, adaptasi, kontrol diri, dan spiritualitas. Resiliensi merupakan faktor penting untuk kesehatan mental yang positif (Davydov et al., 2010). Hal tersebut diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sharma, 2019.; Short et al., 2020) bahwa resiliensi menjadi dimensi yang berkontribusi positif terhadap kesehatan mental dan kebahagiaan remaja. Hasil penelitian lain oleh (Yuan, 2021) bahwa remaja dengan resiliensi yang baik mereka mampu mengelola emosi positif dengan matang terutama pada aspek kecerdasan emosional, karakter positif.

Secara substansi permasalahan remaja usia sekolah tidak hanya pada dimensi kognitif atau psikologis saja, tetapi lebih dominan terjadi pada dimensi sosial, pendidikan, dan dimensi lingkungan budaya lainnya. Dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut *character strenghts* dan resiliensi sebagai aspek psikologi positif yang dapat membantu remaja dalam menghadapi tantangan dengan lebih baik. Remaja dengan *character strenghts* dan resiliensi yang kurang baik cenderung memiliki perilaku seperti kurang mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, tidak bertanggung jawab pada tugas dan kewajiban, belajar, memiliki sikap pesimis, dan kurang kemandirian. Beberapa aspek tersebut sesuai dengan hasil penelitian Listiyandini, Sari, dan Akmal (2015) menemukan bahwa adanya hubungan positif antara beberapa dimensi kekuatan karakter dengan resiliensi pada remaja, yaitu dimensi kekuatan karakter ketekunan (*persistence*), kecerdasan sosial (*social intelligence*), spiritualitas (*spirituality*), kepemimpinan (*leadership*), keberanian (*bravery*), dan keterbukaan pikiran (*open mindedness*) memberikan kontribusi positif terhadap resiliensi pada remaja.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan di SMA N 1 Lape Sumbawa diketahui bahwa sebagian besar siswa atau remaja menunjukkan perilaku kurangnya minat terhadap pembelajaran, kurangnya kepedulian sosial antar teman sebaya, kurangnya sikap tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan, kurang berani menghadapi tantangan baru, serta rendahnya harapan hidup untuk masa depan. Beberapa remaja atau siswa lainnya menunjukkan perilaku yang kuat dalam proses pembelajaran di sekolah seperti selalu aktif dalam diskusi kelompok dan bertanya di kelas, suka mencari informasi terkait pelajaran atau tugas (love learning), memiliki semangat yang tinggi, memiliki rasa ingin tahu, memiliki kekuatan interpersonal, memiliki harapan yang baik (optimis), ketekunan, rasa syukur, bahagia dengan lingkungan belajarnya / sekolah, kepuasan terhadap proses belajar, keberanian, dan kreativitas. Selain itu juga, temuan lain dari faktor lain bahwa siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape juga dapat menyelesaikan tugas yang guru berikan tepat waktu, pantang menyerah meskipun belum menemukan jawaban yang benar, dan berani mengemukakan pendapat serta membuat keputusan sendiri di dalam kelas. Siswa yang memiliki harapan cenderung berpikiran positif dan sudah menetapkan tujuan yang berorientasi masa depan, kemampuan untuk memperbaiki

kesalahan, mencari bantuan teman sekelas, berani meminta penjelasan ulang terkait materi dari guru, dan beberapa siswa yang tidak memiliki tua cenderung punya kemampuan dalam mengatasi kondisi hidupnya dengan cara menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya dan guru-guru lainnya.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut penelitian ini bertujuan untuk melihat secara lebih mendalam bagaimana peran *character strengths* terhadap resiliensi pada remaja di SMA N 1 Lape Sumbawa: Implementasi konsep psikologi positif dalam dunia pendidikan. Penelitian ini menggunakan dua variable psikologis yaitu *character strengths* sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel terikat. Namun, masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara *character strengths* dengan resiliensi remaja dalam lingkungan pendidikan. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk menggali sejauh mana peran *character strengths* dalam meningkatkan resiliensi remaja, serta bagaimana konsep psikologi positif dapat diimplementasikan secara efektif di dunia pendidikan.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini terdapat dua Variabel, yaitu *character strengths* sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Lape, Kecamatan Lape, Kab. Sumbawa dengan jumlah populasi 300 remaja atau siswa kelas X, XI, XII. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling area*, yaitu teknik *sampling* yang digunakan untuk menentukan sampel apabila objek yang diteliti sangat luas. Penentuan sampel menggunakan rumus Field, sehingga jumlah subjek yang ditetapkan sebanyak 112 remaja atau siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian menggunakan observasi, wawancara, dan skala psikologi. Skala kekuatan karakter (*Character Strengths*) menggunakan skala yang dikembangkan oleh Peterson dan Seligmen (2004) dengan jumlah item sebanyak 111 pernyataan. Pengukuran resiliensi menggunakan skala CD-RISC yang dikembangkan oleh Cannor & Davidson (2003) dan sudah diadaptasi. Jumlah item dalam skala resiliensi sebanyak 39 pernyataan. Total keseluruhan item adalah sejumlah 150 penelitian ini menggunakan skala Likert dengan kategori pilihan jawaban yang yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kadang-Kadang (KK), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Teknik analisis data menggunakan analisis statistik dengan bantuan software SPSS versi 30.0.0.0 for windows, yaitu analisis regresi untuk mengetahui pengaruh satu variabel bebas dan satu variabel terikat dan memprediksi nilai variabel apabila salah satu variabel mengalami penurunan atau peningkatan dengan standar signifikansi (Sig.) < 0,05.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan analisis data hasil penelitian yang dilakukan pada remaja atau siswa di SMA N 1 Lape Sumbawa diperoleh dari skala *characters srtengths* sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Data *Character Strengths***

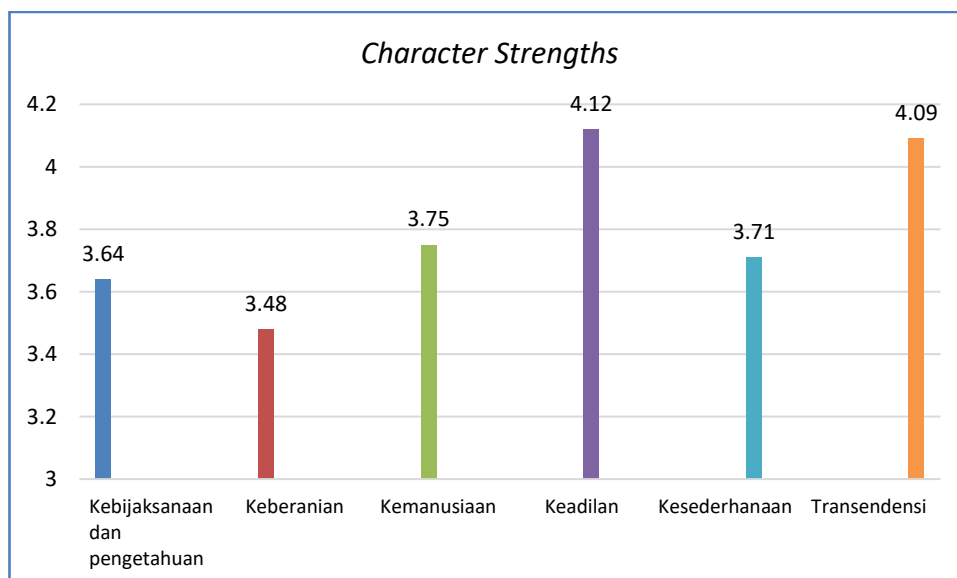
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kekuatan	112	306	555	410.96	49.190
Valid N (listwise)	112				

Berdasarkan tabel di atas, skala *Character Strengths* dengan jumlah subjek 112 siswa, diperoleh nilai minimal sebesar 306, nilai maksimal 555, nilai rata-rata (mean) sebesar 410,96, dan nilai standar deviasi sebesar 49,190.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori *Character Strengths***

No.	Kategori	Rentang nilai	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi kumulatif	Persentase kumulatif (%)
1.	Sangat tinggi	$485 < X$	8	7,14	8	7,14
2.	Tinggi	$436 < X \leq 485$	21	18,75	29	25,89
3.	Sedang	$386 < X \leq 436$	48	42,85	77	68,75
4.	Rendah	$337 < X \leq 386$	29	25,89	106	94,64
5.	Sangat rendah	$X \leq 337$	6	5,35	112	100
Total			122			

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi *Character Strengths*, dari 112 subjek diketahui bahwa sebanyak 8 siswa (7,14%) berada pada kategori *Character Strengths* sangat tinggi, 21 siswa (18,75%) berada pada kategori *Character Strengths* tinggi, 48 siswa (42,85%) berada pada kategori *Character Strengths* sedang, 29 siswa (25,89%) berada pada kategori rendah, dan 6 siswa (5,35%) berada pada kategori sangat rendah. Maka, dapat disimpulkan bahwa frekuensi dari skala *Character Strengths* secara umum berada pada kategori sedang sebanyak 48 subjek (42,85%).



**Gambar 1. Distribusi Aspek-Aspek *Character Strengths***

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa aspek-aspek *character strengths* terdiri dari aspek kebijaksanaan dan pengetahuan berada pada kategori tinggi (3,64), aspek keberanian berada pada kategori tinggi (3,48), aspek kemanusiaan berada pada kategori tinggi (3,75), aspek keadilan berada pada kategori tinggi (4,12), aspek kesederhanaan berada pada kategori



tinggi (3,71), dan aspek transendensi berada pada kategori tinggi (4,09). Maka, dapat disimpulkan bahwa aspek *Character Strengths* yang dominan dimiliki siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape adalah aspek keadilan (4,12), dan aspek transendensi (4,09). Sementara itu, aspek terendah *Character Strengths* yang dimiliki siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape adalah aspek keberanian (3,48). Dari data tersebut juga diketahui bahwa tingkat rerata aspek *Character Strengths*, yaitu kebijaksanaan dan pengetahuan, keberanian kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan, dan transendensi siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape berada pada kategori tinggi (3,79).

**Tabel 3. Distribusi Data Resiliensi**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
resiliensi	112	101	195	140.94	21.106
Valid N (listwise)	112				

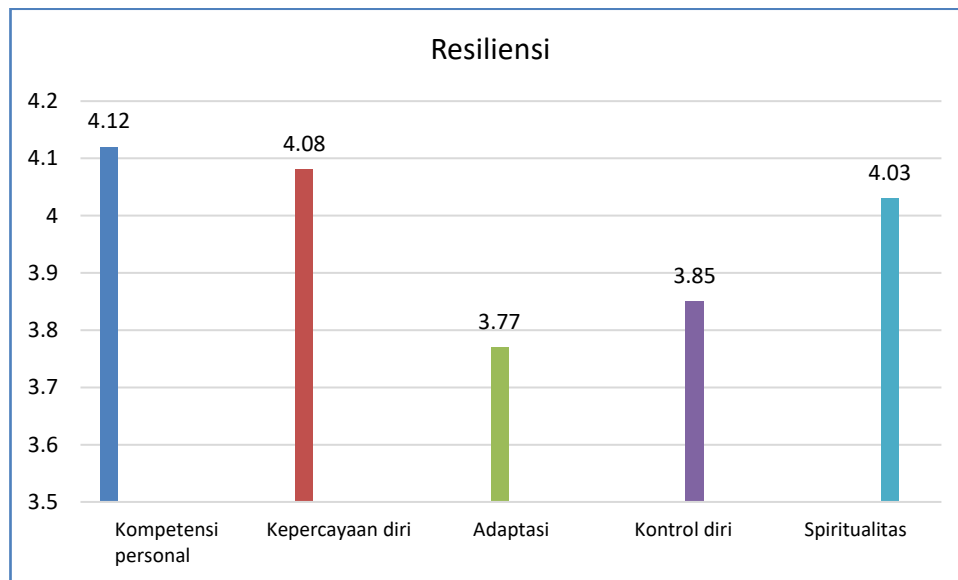
Berdasarkan tabel di atas, skala Resiliensi dengan jumlah subjek 112 siswa, diperoleh nilai minimal sebesar 101, nilai maksimal 195, nilai rata-rata (mean) sebesar 140,94, dan nilai standar deviasi sebesar 21,106.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori Resiliensi**

No.	Kategori	Rentang nilai	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi kumulatif	Persentase kumulatif (%)
1.	Sangat tinggi	$173 < X$	11	9,82	11	9,82
2.	Tinggi	$151 < X \leq 173$	20	17,85	31	27,67
3.	Sedang	$130 < X \leq 151$	41	36,60	72	64,28
4.	Rendah	$109 < X \leq 130$	38	33,92	110	98,21
5.	Sangat rendah	$X \leq 109$	2	1,78	112	100
Total			112			

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, dari 112 subjek diketahui bahwa sebanyak 11 siswa (9,82%) berada pada kategori Resiliensi sangat tinggi, 20 siswa (17,85%) berada pada kategori Resiliensi tinggi, 41 siswa (36,60%) berada pada kategori Resiliensi sedang, 38 siswa (33,92%) berada pada kategori Resiliensi rendah, dan 2 siswa (1,78%) berada pada kategori Resiliensi sangat rendah. Maka, dapat disimpulkan bahwa frekuensi dari skala Resiliensi secara umum berada pada kategori sedang sebanyak 41 subjek (36,60%).

Tabel 6. Rerata aspek Resiliensi



**Gambar 2. Distribusi Aspek-Aspek Resiliensi**

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa aspek-aspek Resiliensi terdiri dari aspek kompetensi personal berada pada kategori tinggi (4,12), aspek kepercayaan diri berada pada kategori tinggi (4,08), aspek adaptasi berada pada kategori tinggi (3,77), aspek kontrol diri berada pada kategori tinggi (3,85), dan aspek spiritualitas berada pada kategori tinggi (4,03). Maka, dapat disimpulkan bahwa aspek Resiliensi yang dominan dimiliki siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape adalah aspek kompetensi personal (4,12), aspek kepercayaan diri (4,08), dan aspek spiritualitas (4,03). Sementara itu, aspek terendah Resiliensi siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape adalah aspek adaptasi (3,77). Dari data tersebut juga diketahui bahwa tingkat rerata aspek Resiliensi, yaitu kompetensi personal, kepercayaan diri, adaptasi, kontrol diri, dan spiritualitas siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape berada pada kategori tinggi (3,97).

### Uji Linearitas Regression

Uji linearitas regression adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh variabel bebas *character strengths* terhadap variabel terikat resiliensi

**Tabel 5. Uji linearitas Anova**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	25826.066	1	25826.066	120.261	<,001 <sup>b</sup>
	Residual	23622.496	110	214.750		
	Total	49448.563	111			

a. Dependent Variable: resiliensi

b. Predictors: (Constant), kekuatan

Berdasarkan output dalam tabel uji linearitas Anova, diketahui nilai signifikansi (Sig.) sebesar <,001 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya bukti yang kuat untuk menerima  $H_a$  yang berarti  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang menunjukkan bahwa “adanya pengaruh *Character Strengths* terhadap Resiliensi siswa.

## Uji Koefisien Determinasi

Tabel 6. Uji koefisien determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.723 <sup>a</sup>	.522	.518	14.654

a. Predictors: (Constant), kekuatan

Berdasarkan tabel uji koefisien determinasi di atas, diketahui bahwa nilai kolerasi/hubungan (R) sebesar 0,723 dan dari output tersebut juga diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,552. Artinya, pengaruh yang diberikan *Character Strengths* terhadap Resiliensi siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lape adalah sebesar 52,2%.

## Uji Hipotesis

Tabel 7. Uji hipotesis

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	13.502		1.154	.251
	kekuatan	.310	.723	10.966	<.001

a. Dependent Variable: resiliensi

Berdasarkan output SPSS dalam tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) <0,001, sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  yang menunjukkan bahwa *Character Strengths* berpengaruh secara signifikan terhadap Resiliensi siswa SMA Negeri 1 Lape. Dari output tersebut juga diperoleh nilai t hitung sebesar 10,966 lebih besar dari 1.983, yang menunjukkan arah hubungan kedua variabel dalam penelitian ini adalah positif. Artinya, semakin tinggi tingkat kekuatan karakter siswa, maka semakin tinggi juga resiliensi yang mereka miliki. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kekuatan karakter siswa, maka semakin rendah juga resiliensi mereka.

## Pembahasan

Setiap individu menghadapi permasalahan yang terasa sulit dan menekan, terutama bagi remaja SMA yang sedang berada pada tahap perkembangan yang belum maksimal. Permasalahan tersebut mencakup masalah psikologis dan sosial, dan dihadapi dengan cara yang berbeda oleh masing-masing individu. Hal ini tidak terlepas dari *character strengths* yang dimiliki setiap individu, dan *character strengths* tersebut dapat mendukung resiliensi seseorang. Berdasarkan hasil penelitian, *character strengths* memiliki pengaruh signifikan (<.001) yang positif terhadap Resiliensi siswa. Artinya, semakin tinggi tingkat kekuatan karakter siswa, maka semakin tinggi juga resiliensi yang mereka miliki. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kekuatan karakter siswa, maka semakin rendah juga resiliensi mereka. Pengaruh *character strengths* terhadap resiliensi siswa SMA Negeri 1 Lape adalah sebesar 52,2%. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian oleh Putri et al (2023) yang menyebutkan bahwa kekuatan karakter berperan positif terhadap resiliensi terutama pada aspek *curiosity*, *social intelligence*, dan *hope*. Selain beberapa aspek tersebut terdapat faktor lain yang mempengaruhi seperti faktor psikologis, kepribadian, dan lingkungan remaja. Penelitian lain dilakukan oleh Alrabai & Alamar (2022) bahwa kekuatan karakter memberikan pengaruh positif terhadap emosi dan



ketahanan mental pada proses belajar siswa di kelas seperti meningkatkan kecerdasan emosional, mengurangi kebosanan, dan meningkatkan motivasi dan kenikmatan dalam pembelajaran.

Interaksi individu sebagai siswa lebih banyak dengan teman sebayanya. Oleh karena itu, faktor lingkungan akan memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap peningkatan *Character Strengths* dan Resiliensi siswa. Selain itu, penelitian ini dalam implikasinya signifikan bagi pendidikan dan orang tua dalam pengembangan potensial siswa melalui peningkatan *Character Strengths* dan Resiliensi siswa. Variabel *Character Strengths* terdiri dari enam aspek, yaitu aspek kebijaksanaan dan pengetahuan, keberanian, kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan, transendensi. Sementara variabel Resiliensi terdiri dari lima aspek, yaitu aspek kompetensi personal, kepercayaan, adaptasi, kontrol diri dan aspek spiritualitas. Kesimpulan bahwa aspek Resiliensi yang dominan dimiliki oleh siswa SMAN 1 Lape adalah aspek kompetensi personal aspek kepercayaan diri, dan aspek spiritualitas. Sementara itu, aspek terendah Resiliensi siswa SMAN 1 Lape adalah aspek adaptasi. Dari beberapa indikator tersebut juga diketahui bahwa tingkat rerata aspek Resiliensi siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena adanya kepercayaan diri, penetapan standar diri yang tinggi, pantang menyerah, dan spiritualitas yang baik. Penelitian yang sejalan dengan ini adalah penelitian Musa (2023) yang menunjukkan bahwa resiliensi berasal dari pengendalian emosi atas ketekunan dalam berdo'a, kemampuan dalam menjadikan kejadian perpisahan orang tua sebagai motivasi untuk bangkit dan mencapai kesuksesan di masa depan, menjadi orang yang lebih peka terhadap sekitar serta bersedia mendengarkan keluhan dan kesedihan orang lain dan memberikan saran, keyakinan terhadap takdir, berpikir positif, dan berusaha mengatasi permasalahan hidup dengan meningkatkan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Penelitian lain didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sari & Munawaroh (2022) bahwa resiliensi juga berhubungan positif dengan mindfulness, seperti regulasi emosi, control diri, optimisme, efikasi diri dan empati.

Penelitian ini menggambarkan bahwa aspek *character strengths* yang dominan dimiliki siswa SMAN 1 Lape adalah aspek keadilan dan aspek transendensi. Sementara itu, aspek terendah *character strengths* yang dimiliki siswa adalah aspek keberanian. Dari hasil tersebut juga diketahui bahwa tingkat rerata aspek *character strengths* siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena, ketekunan para remaja/siswa dalam belajar, kesetiaan dalam pertemanan, dan harapan yang mereka miliki untuk kehidupan masa depan, beberapa aspek tersebut diperkuat hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wagner & Ruch, 2015) bahwa *character strengths* secara substansial memberikan kesejahteraan pada anak-anak dan remaja dalam keberhasilan di sekolah.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, *character strengths* memiliki pengaruh positif ( $<.001$ ) yang signifikan terhadap Resiliensi remaja/siswa SMAN 1 Lape Sumbawa. Artinya, semakin tinggi tingkat *character strengths* remaja/siswa, maka semakin tinggi juga resiliensi yang mereka miliki. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kekuatan karakter siswa, maka semakin rendah juga resiliensi mereka. Pengaruh *character strengths* terhadap Resiliensi siswa SMA Negeri 1 Lape adalah sebesar 52,2%. *character strengths* memberikan pengaruh yang positif terutama pada aspek keadilan, transendensi, dan kemanusiaan pada remaja dalam meningkatkan kompetensi personal, kepercayaan diri, spiritualitas, adaptasi, dan kontrol diri.

## DAFTAR PUSTAKA

Abasimi, E., Gai, X., & Wang, G. (2017). Character strengths, Life satisfaction, High school students; Character strengths, Life satisfaction, High school students. *International*

- Journal of Applied Psychology*, 2017(2), 36–43.  
<https://doi.org/10.5923/j.ijap.20170702.02>
- Alrabai, F., & Alamer, A. (2022). The role of learner character strengths and classroom emotions in L2 resilience. *Frontiers in Psychology*, 13, 956216.
- Brownlee, K., Rawana, J., Franks, J., Harper, J., Bajwa, J., O'Brien, E., & Clarkson, A. (2013). A Systematic Review of Strengths and Resilience Outcome Literature Relevant to Children and Adolescents. In *Child and Adolescent Social Work Journal* (Vol. 30, Issue 5, pp. 435–459). <https://doi.org/10.1007/s10560-013-0301-9>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Carr, A. (2011). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. Abingdon: Routledge.
- Effendi, N. (2016). Konsep Flourishing dalam psikologi positif: subjective well-being atau berbeda?. Seminar Asean. Psychology and humanity psychology forum umm.
- Davydov, D. M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. In *Clinical Psychology Review* (Vol. 30, Issue 5, pp. 479–495). <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.003>
- Demirci, İ., Ekşi, H., Ekşi, F., & Kaya, Ç. (2021). Character strengths and psychological vulnerability: The mediating role of resilience. *Current Psychology*, 40(11), 5626–5636. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00533-1>
- Duan, W. (2016). The benefits of personal strengths in mental health of stressed students: A longitudinal investigation. *Quality of Life Research*, 25(11), 2879–2888. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1320-8>
- Ghielen, S. T. S., van Woerkom, M., & Christina Meyers, M. (2018). Promoting positive outcomes through strengths interventions: A literature review. *Journal of Positive Psychology*, 13(6), 573–585. <https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1365164>
- Gustems, J., & Calderon, C. (2014). Character Strengths and Psychological Wellbeing among Students of Teacher Education. *International Journal of Educational Psychology*, 3(3), 265–286. <https://doi.org/10.4471/ijep.2014.14>
- Junaidin, J., Latif, N. S. A., & Kahar, A. S. J. (2021). Anxiety from receiving news about covid-19: The role of character strength. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 18(1), 24. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v18i1.17627>
- Listiyandini, R. A., Sari, D., & Akmal, Z. (n.d.). *Hubungan Antara Kekuatan Karakter Dan Resiliensi Pada Mahasiswa*.
- McGrath, R. E. (2015). Character strengths in 75 nations: An update. *Journal of Positive Psychology*, 10(1), 41–52. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.888580>
- Musa, I. (2023). Gambaran Resiliensi Usia Dewasa Madya dari Keluarga Broken Home. In *EZRA SCIENCE BULLETIN* / (Vol. 1, Issue 2).
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). Character strengths and virtues: A hand book and classification. American Psychological Association.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603–619.
- Putri, M. A., Mawarpury, M., Dahlia, D., & Iriamanda, I. (2023). Peran Kekuatan Karakter terhadap Resiliensi Wartawan. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 15(1), 32–45.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *The American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Sharma, N. (2019). *The relationship among mental health, resilience and happiness*. <https://doi.org/10.25215/0704.006>
- Short, C. A., Barnes, S., Carson, J. F., & Platt, I. (2020). Happiness as a predictor of resilience in students at a further education college. *Journal of Further and Higher Education*, 44(2), 170–184. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2018.1527021>
- Sari, W. F., & Munawaroh, E. (2022). Pengaruh mindfulness terhadap resiliensi pada siswa remaja SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(2), 198-208.
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>
- Wagner, L., & Ruch, W. (2015). Good character at school: Positive classroom behavior mediates the link between character strengths and school achievement. *Frontiers in Psychology*, 6(MAY). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00610>
- Yuan, Y. (2021). Mindfulness training on the resilience of adolescents under the COVID-19 epidemic: A latent growth curve analysis. *Personality and Individual Differences*, 172. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110560>