

Perbedaan Optimisme Pada Siswa SMA NU 2 Gresik Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Idayatul Khasanah ^{1*}, Muhimmatul Hasanah ², Setyani Alfinuha ³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

Alamat: Jl. Sumatera No.101, Randuagung, Kec. Gresik, Kabupaten Gresik, Jawa Timur 61121, Indonesia. Telepon: (031) 3951414

Korespondensi penulis: Idayatul29@email.com

Abstract. Idayatul Khasanah (190701009). *Differences in Optimism in Students of SMA NU 2 Gresik Reviewed by Gender. This study aims to determine the Differences in Optimism in Students of SMA NU 2 Gresik Reviewed from Gender. This study uses a quantitative approach, with a comparative method. Respondents in this study were students of SMA NU 2 Gresik. The sampling technique with nonprobability sampling using accidental sampling technique. A total of 110 respondents. The scale validity test uses content validity. Reliability test uses Alpha Cornbach. This study uses an optimism scale with a reliability of 0,885. Data analysis uses a different test, namely the independent sample t-test. The results of the hypothesis test show that the hypothesis of this study (H_a) is rejected because the Sig. (2-tailed) value is $0.076 > 0.05$. So, there is no significant difference in optimism in gender. The unproven hypothesis in this study can be caused by various factors that influence students' overall optimism. These factors include socio-economic conditions, the culture that applies in the student's environment, the area of residence (village or city), and social interaction patterns that are formed in schools and families.*

Keywords: Optimism, gender, difference

Abstrak. Idayatul Khasanah (190701009). Perbedaan Optimisme Pada Siswa SMA NU 2 Gresik Ditinjau Dari Jenis Kelamin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Optimisme Pada Siswa SMA NU 2 Gresik Ditinjau Dari Jenis Kelamin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode komperatif. Responden dalam penelitian ini adalah Siswa SMA NU 2 Gresik. Teknik pengambilan sampel dengan nonprobability sampling menggunakan teknik *accidental sampling*. Sebanyak 110 responden. Uji validitas skala menggunakan validitas isi. Uji Reliabilitas menggunakan *Alpha Cornbach*. Penelitian ini menggunakan skala optimisme dengan reliabilitas 0,885. Analisis data menggunakan uji beda yaitu *independent sample t-test*. Hasil uji hipotesis penelitian ini (H_a) ditolak karena nilai Sig. (2-tailed) $0,076 > 0,05$. Maka, tidak ada perbedaan yang signifikan optimisme pada jenis kelamin. Tidak terbuktinya hipotesis dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang memengaruhi optimisme siswa secara keseluruhan. Faktor-faktor tersebut meliputi kondisi sosial ekonomi, budaya yang berlaku di lingkungan siswa, wilayah tempat tinggal (desa atau kota), serta pola interaksi sosial yang terbentuk di sekolah maupun keluarga.

Kata kunci: Optimisme, Jenis Kelamin, perbedaan

1. LATAR BELAKANG

Optimisme merupakan aspek penting dalam psikologi positif yang dapat memengaruhi kesejahteraan individu, termasuk remaja. Remaja yang optimis cenderung lebih mampu menghadapi tantangan, memiliki motivasi belajar yang tinggi, serta menunjukkan ketahanan terhadap tekanan akademik dan sosial. Seligman (1998) mendefinisikan optimisme sebagai cara pandang individu terhadap masa depan yang positif, dengan keyakinan bahwa hambatan yang muncul bersifat sementara, tidak menyeluruh, dan bukan karena kekurangan pribadi.

Masa remaja, khususnya di tingkat sekolah menengah atas (SMA), adalah periode penting dalam perkembangan psikologis. Siswa di usia ini mulai mengalami transisi

identitas, tekanan akademik, dan pencarian jati diri. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya kemungkinan perbedaan tingkat optimisme berdasarkan jenis kelamin, namun hasilnya masih menunjukkan inkonsistensi. Dalam beberapa temuan, perempuan lebih menonjol dalam aspek optimisme sosial, sedangkan laki-laki lebih fokus pada aspek pencapaian individu (Sharot, 2011; Snyder, 2000).

Penelitian ini mencoba mengeksplorasi perbedaan optimisme berdasarkan jenis kelamin dalam konteks lokal, yaitu di SMA NU 2 Gresik. Sekolah ini memiliki karakteristik siswa yang beragam latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya. Keberagaman ini menjadi potensi untuk mengkaji pengaruh jenis kelamin terhadap optimisme siswa dalam suasana pendidikan yang heterogen. Studi ini juga berupaya memperkaya kajian optimisme dalam konteks pendidikan Indonesia, yang masih minim literatur tentang hal ini.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat optimisme antara siswa laki-laki dan perempuan di SMA NU 2 Gresik.

2. KAJIAN TEORITIS

Optimisme merupakan cara pandang individu terhadap masa depan dengan keyakinan bahwa segala sesuatu akan berjalan baik. Seligman (1998) menjelaskan bahwa optimisme ditentukan oleh *explanatory style* atau gaya penjelasan seseorang terhadap kejadian yang dialami, yang terdiri atas tiga aspek utama, yaitu *permanence* (kekekalan), *pervasiveness* (keseluruhan), dan *personalization* (personalisasi). Individu yang optimis cenderung memandang kegagalan sebagai sesuatu yang bersifat sementara, tidak menyebar ke seluruh aspek kehidupan, dan bukan karena kesalahan pribadi.

Menurut Goleman (2007), optimisme merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang membantu individu untuk tetap memiliki harapan positif meskipun mengalami kegagalan. Scheier dan Carver (1985) juga menyatakan bahwa individu yang optimis memiliki *coping mechanism* yang lebih baik dalam menghadapi tekanan dibandingkan individu pesimis.

Penelitian sebelumnya oleh Lai dan Ma (2019) menemukan bahwa terdapat perbedaan optimisme antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki lebih optimis dalam konteks penyelesaian masalah, sedangkan perempuan menunjukkan optimisme dalam konteks sosial dan emosional. Namun, hasil studi yang lain menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antara jenis kelamin. Dengan demikian, masih terdapat gap dalam literatur yang perlu diteliti lebih lanjut.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode komparatif. Populasi penelitian adalah siswa SMA NU 2 Gresik sebanyak 414 orang, dan sampel penelitian berjumlah 110 siswa yang dipilih dengan teknik *nonprobability sampling*, yaitu *accidental sampling*.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, dan variabel terikatnya adalah optimisme. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala optimisme berdasarkan teori Seligman (1998), yang terdiri dari 28 item dan memiliki reliabilitas sebesar 0,885 (*Alpha Cronbach*). Validitas skala diperoleh melalui validitas isi dan uji coba dengan siswa.

Analisis data menggunakan uji beda *Independent Sample T-Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat optimisme antara siswa laki-laki dan perempuan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA NU 2 Gresik yang beralamat di Jl. Akim Kayat VII No. 49, Kabupaten Gresik, Jawa Timur. Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2024. Responden dalam penelitian ini adalah 110 siswa yang terdiri dari 38 siswa laki-laki dan 72 siswa perempuan, yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat optimisme antara siswa laki-laki dan siswa perempuan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala optimisme yang disusun berdasarkan teori Martin Seligman (1998), yang terdiri dari 28 item dengan reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,885. Teknik analisis data yang digunakan adalah Independent Sample T-Test.

Hasil Analisis Data

Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk siswa laki-laki adalah 0,131 dan untuk siswa perempuan sebesar 0,200. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk analisis parametrik.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas varians menggunakan *Levene's Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,76. Nilai ini lebih besar dari 0,05, yang berarti bahwa data memiliki varians yang homogen. Maka, asumsi homogenitas terpenuhi sehingga uji *Independent Sample T-Test* dapat dilakukan.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan *Independent Sample T-Test* menghasilkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,076. Nilai ini lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara optimisme siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMA NU 2 Gresik. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nol (H_0) diterima.

Pembahasan

Perbandingan Tingkat Optimisme Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil analisis menunjukkan bahwa siswa laki-laki memiliki rata-rata skor optimisme sebesar 85,03, sedangkan siswa perempuan memiliki rata-rata skor 84,03. Meskipun terdapat perbedaan angka, namun perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa optimisme bukanlah karakteristik psikologis yang ditentukan oleh jenis kelamin.

Hubungan dengan Teori dan Penelitian Sebelumnya

Temuan ini konsisten dengan teori Scheier dan Carver (1985) yang menyatakan bahwa optimisme lebih banyak dipengaruhi oleh faktor kognitif dan lingkungan dibandingkan dengan faktor biologis seperti jenis kelamin. Seligman (1998) juga menegaskan bahwa optimisme adalah gaya berpikir yang dapat dipelajari melalui pengalaman dan pembiasaan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Istiana (2018) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam perilaku prososial antara siswa laki-laki dan perempuan, yang juga berkaitan dengan aspek optimisme. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian Lai dan Ma (2019) yang menemukan bahwa perempuan cenderung memiliki optimisme sosial yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Implikasi Hasil Penelitian

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkaya kajian psikologi pendidikan dengan memperlihatkan bahwa tingkat optimisme remaja tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan optimisme pada siswa dapat dilakukan secara merata, tanpa membedakan pendekatan berdasarkan gender.

Secara praktis, sekolah dapat mengembangkan program bimbingan dan konseling yang menanamkan pola pikir optimis pada seluruh siswa, baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini penting untuk membentuk siswa yang tangguh, percaya diri, dan memiliki harapan yang kuat dalam menghadapi masa depan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat optimisme antara siswa laki-laki dan perempuan di SMA NU 2 Gresik. Mayoritas siswa dari kedua jenis kelamin berada dalam kategori optimisme sedang.

Saran bagi siswa, diharapkan mereka mampu memahami pentingnya sikap optimis dalam menghadapi tantangan. Bagi sekolah, disarankan untuk menyediakan program pengembangan diri dan layanan bimbingan untuk meningkatkan optimisme siswa. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambah variabel lain dan memperluas populasi agar hasil lebih *generalizable*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Muhammadiyah Gresik atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak SMA NU 2 Gresik, khususnya kepala sekolah, guru, serta para siswa yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan waktu serta data yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

Tulisan ini merupakan bagian dari tugas akhir program studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Oleh karena itu, penulis juga menyampaikan apresiasi kepada dosen pembimbing, Muhimmatul Hasanah, S.Psi., M.A. dan Setyani Alfinuha, M.Psi., Psikolog atas bimbingan, saran, dan arahan selama penyusunan artikel ini.

DAFTAR REFERENSI

- Abdullahi, I. A., & Kumar, P. (2016). Gender differences in prosocial behaviour. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 171–175.
- Adhandayani, & Ediaty. (2015). Pengalaman proses coming out transgender pada keluarga dan lingkungan. *Jurnal Empati*, 4(4), 277–281. <http://media.neliti.com>
- Amin, M. S. (2018). Perbedaan struktur otak dan perilaku belajar antara pria dan wanita; eksplanasi dalam sudut pandang neuron sains dan filsafat. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 1(1), 38–43.

- Annafi, M., & Liftia. (2012). Optimisme untuk sembuh penyalahgunaan Napza (studi deskriptif di Pusat Rehabilitasi Rumah Damai Semarang). *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(1), 1–6.
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1–31. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- Feinman, S., & Gill, G. W. (1978). Sex differences in physical attractiveness preferences. *The Journal of Social Psychology*, 105(1), 43–52.
- Ghufron, M. N., & Rini, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Goleman, D. (2004). *Kecerdasan emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ* (T. Hermaya, Trans.). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Istiana, I. (2018). Perbedaan perilaku prososial remaja ditinjau dari jenis kelamin di Kelurahan Tanjung Rejo Medan Sunggal. *Jurnal Diversita*, 4(1), 58–67.
- Kerley, D. C. (2006). *Optimism*. Retrieved from <http://www.dr.kerley.com/file/newsletter/052.pdf>
- Kusumaningrum, E., & Dewi, N. K. (2017). Perbedaan perilaku prososial dan self-awareness terhadap nilai budaya lokal Jawa ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMA Kyai Ageng Basyariyah Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 17–30.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., ... Hu, S. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network Open*, 3(3), 1–12. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Washington, DC: APA.
- Ningrum, Y. (2011). *Upaya meningkatkan kemampuan membaca permulaan anak melalui media pancing pintar kelompok B TK Pertiwi 02 Gantiwarno Matesih Karanganyar* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nurtjahjanti, H., & Rahayu, I. Z. (n.d.). Hubungan kepribadian hardiness dengan optimisme pada calon tenaga kerja Indonesia (CTKI) wanita di BLKLN Disnakertrans Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi*, 2(10), 126–132. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.126-132>

- Sandu, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian* (Edisi kesatu). Literasi Media.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja* (Edisi Keenam). Jakarta: Erlangga.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimism and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257–1264.
- Schleimer, R. P., et al. (n.d.). The role of adhesion molecules and cytokines in eosinophils recruitment. In Gleich & Kay (Eds.), *Eosinophils in allergy and inflammation*.
- Seligman, M. E. (1995). *The optimistic child*. Boston-New York: Houghton Mifflin Company.
- Seligman, M. E. (1998). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.
- Seligman, M. E. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Vintage Books.
- Seligman, M. E. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Momentum.
- Sharot, T. (2011). The optimism bias. *Current Biology*, 21(23), R941–R945. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2011.10.030>
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. San Diego, CA: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., et al. (2005). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570–585.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardin, S. (2016). Pengaruh perbedaan jenis kelamin dan pengetahuan tentang konsep dasar ekologi terhadap kepedulian lingkungan. *EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama dan Keagamaan*, 14(1), 117–132.
- Wardhaugh, R. (2006). *An introduction to sociolinguistics* (5th ed.). UK: Blackwell Publishing.