

PERAN *CHARACTER STRENGTH* TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

THE ROLE OF CHARACTER STRENGTH ON ACADEMIC RESILIENCE IN WORKING STUDENTS

Luthfi Noor Aini¹, Davita Varianti², Nia Kusuma Wardhani³

¹Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

²Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

³Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Article Info

Article History

Submitted: 29th July
2024

Final Revised: 23th
August 2024

Accepted: 5th
September 2024

Abstract

Background: Students who study and work face many daily challenges such as time constraints, work and study pressures, and busy schedules that can cause stress and interfere with individual mental health. Resilience is a factor that plays an important role so that individuals can survive in overcoming problems and adapting to stressful situations. **Objective:** This study examines whether there is an influence of character strength on resilience in working students. **Method:** This type of research is quantitative with simple regression analysis that measures the magnitude of the influence between the dependent variable and the independent variable. Total respondents were 149 working students in Yogyakarta Province. **Results:** Character strength variables can be used as predictors of academic resilience variables. The *R square* value of 0.163 indicates that 16.3% of the Character strength variable can predict the level of academic resilience in the subject. **Conclusion:** There is a significant relationship between Character strength and resilience in working students. The relationship between the two variables is positive, which means that if the Character strength in students is positive, the resilience is high, otherwise if the student's Character strength is negative, the resilience is low.

Keywords: Character strength, working students, resilience.

Abstrak

Latar Belakang: Mahasiswa bekerja seringkali mengalami tekanan dan stres yang tinggi namun tetap bertahan dan menyelesaikan studinya dengan sukses. Mahasiswa yang belajar dan bekerja menghadapi banyak tantangan sehari-hari seperti keterbatasan waktu, tekanan kerja dan tugas belajar, Hal ini menimbulkan stres dan mengganggu kesehatan mental individu. Resiliensi merupakan faktor yang memegang peranan penting agar individu dapat bertahan dalam mengatasi masalah dan beradaptasi saat situasi menekan. **Tujuan:** Penelitian ini menguji apakah terdapat pengaruh *character strength* terhadap resiliensi pada mahasiswa bekerja. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan analisis regresi sederhana yang mengukur besarnya pengaruh antara variabel terikat dan variabel bebas. Total responden sebanyak 149 mahasiswa bekerja di Provinsi D.I. Yogyakarta. **Hasil:** Variable *character strength* dapat dijadikan sebagai prediktor terhadap variable resiliensi akademik. Nilai *R square* sebesar 0,163 menunjukkan bahwa sebesar 16,3% variable *character strength* dapat memprediksi tingkat resiliensi akademik pada subjek. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara *character strength* dengan resiliensi pada mahasiswa bekerja. Hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki arah positif yang artinya jika *character strength* pada mahasiswa positif maka resiliensinya tinggi.



This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Copyright © 2023 by Author,
Published by Universitas
Muhammadiyah Gresik

Kata kunci: *Character strength*, mahasiswa bekerja, resiliensi.

email : luthfi@mercubuana-yogya.ac.id
Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta
Jl. Wates Km. 10 Yogyakarta 55753

PENDAHULUAN

Belajar sambil bekerja merupakan situasi yang sering dihadapi oleh pelajar di seluruh dunia. Keadaan ini terjadi karena mahasiswa harus memenuhi kebutuhan hidup selama menyelesaikan studinya. Mahasiswa yang belajar sambil bekerja seringkali mengalami tekanan dan stres yang tinggi namun tetap mampu bertahan dan menyelesaikan studi dengan sukses. Mahasiswa bekerja mempunyai peluang untuk mengembangkan kemampuan *multitasking*, artinya mahasiswa harus mampu melakukan suatu tugas secara bersamaan, yakni bekerja dan belajar. Kemampuan *multitasking* ini menuntut individu untuk dapat membagi fokus perhatian dan waktu yang dimiliki secara proporsional. Hal ini dapat membantu individu belajar fokus pada banyak hal berbeda sekaligus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran kekuatan karakter terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang bekerja. Resiliensi akademik didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa untuk bangkit dan tetap berprestasi meskipun menghadapi tantangan, tekanan, dan kesulitan, terutama dalam konteks tanggung jawab ganda antara pekerjaan dan studi. Kekuatan karakter, yang mencakup kualitas seperti ketekunan, optimisme, serta pengendalian diri, dianggap sebagai faktor penting yang membantu mahasiswa mempertahankan performa akademik mereka di tengah beban pekerjaan.

Dalam kajian literatur, resiliensi dijadikan fondasi dan kekuatan dasar atas semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologis individu (Masten, 2001). Resiliensi bagi individu berguna untuk memberikan gambaran bagaimana kualitas dirinya (Chung, 2008). Individu tidak akan secara tiba-tiba menjadi sosok yang resilien, namun banyak faktor yang saling berinteraksi dalam diri, sehingga akhirnya menjadikan individu tersebut sebagai pribadi yang resilien.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit kembali setelah menghadapi situasi sulit atau kegagalan. Mahasiswa yang belajar dan bekerja menghadapi banyak tantangan sehari-hari seperti keterbatasan waktu, tekanan kerja dan belajar, serta jadwal yang padat sehingga dapat menimbulkan stres dan mengganggu kesehatan mental individu. Namun ketika mahasiswa masih mampu mengatasi kendala tersebut, dirinya akan mencapai tujuan yang diharapkan. Resiliensi yang terjadi mengarah kepada pola-pola adaptasi positif selama terjadinya kesulitan maupun sesudahnya. Resiliensi merupakan faktor yang memegang peranan penting agar individu dapat bertahan dalam mengatasi masalah dan beradaptasi saat situasi menekan. Resiliensi mampu membuat kehidupan individu berubah ke arah yang lebih baik dari sebelumnya. Individu yang resilien juga akan mampu mengatasi kesulitan dan trauma yang dihadapi dalam kehidupan. Resiliensi yang sangat dibutuhkan dalam konteks akademik adalah resiliensi akademik. Resiliensi akademik dianggap sebagai indikator penyesuaian sekolah serta prediktor kuat partisipasi mahasiswa mengikuti perkuliahan dan motivasi belajar (Anghel, 2015).

Menurut Cassidy (2015), resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk meningkatkan keberhasilan dalam pendidikan walaupun dalam situasi sulit. Lebih lanjut Cassidy menjabarkan bahwa terdapat 3 aspek pembentuk resiliensi akademik, yaitu (1) *Perseverance* (ketekunan), yaitu menggambarkan individu yang bekerja keras (terus mencoba dan tidak mudah menyerah), berfokus pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan *feedback*, mampu memecahkan masalah

dengan kreatif dan imajinatif, dan memposisikan kesulitan sebagai kesempatan untuk berkembang; (2) *Reflecting and adaptive help-seeking* (merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan) yaitu individu yang mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya dan dapat mencari bantuan, dukungan dan dorongan oleh individu lain sebagai upaya perilaku adaptif individu; (3) *Negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) merupakan gambaran kecemasan, emosi negatif, optimisme-pesimisme, dan penerimaan yang negatif yang dimiliki oleh individu selama hidup. Dalam hal ini, individu yang resilien mampu menghindari hal-hal terkait respon negatif, merasakan ketenangan (kecemasan yang rendah dan punya perasaan bermakna yang mana individu punya keyakinan akan tujuan dalam hidup dan hal yang dijalaninya).

Chung (2008) mengemukakan bahwa terdapat faktor internal yang dapat diidentifikasi sebagai faktor protektif dari resiliensi yakni trait positif yang disebut sebagai *Character strength* (*character strength*). *Character strength* adalah karakter positif yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan, atau sebuah trait positif yang terefleksi dalam pikiran, perasaan dan juga tingkah laku (Park, Peterson, & Seligman, 2004). *Character strength* dikemukakan oleh Peterson & Seligman (2004) sebagai sifat positif yang menurut direfleksikan dari pemikiran, perasaan dan tingkah laku dimana seseorang dengan *character strength* yang baik memiliki kutamaan-keutamaan seperti kebijaksanaan, keberanian, keadilan, berpengetahuan dan transenden. Peterson & Seligman (2004) menjelaskan bahwa karakter-karakter positif manusia dibagi menjadi 24 *Character Strength* yang berada di bawah naungan enam nilai atau *Virtues* yakni: *Wisdom and Knowledge* (*Creativity, Curiosity, Open-mindedness, Love of learning, Perspective*). *Courage* (*Bravery, Persistence, Integrity, Vitality*). *Humanity* (*Love, Kindness, Social Intelligence*). *Justice* (*Citizenship, Fairness, Leadership*). *Temperance* (*Forgiveness and mercy, Humility /Modesty, Prudence, Self-regulation*). *Transcendence* (*Appreciation of beauty and excellence, Gratitude, Hope, Humor, Spirituality*) (Park et al., 2004).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yang secara khusus bertujuan untuk melihat adanya hubungan keterkaitan pada variabel penelitian. Korelasi adalah penelitian yang bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2011). Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi dan atau yang menjadi akibat, karena adanya pengaruh variabel bebas (Sugiyono, 2009). Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu resiliensi akademik (Y). Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi dan atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2009). Variabel independen dalam penelitian ini adalah *character strength* (X). Variabel *Character strength* terbagi menjadi 11 dimensi, sedangkan pada variabel resiliensi akademik terbagi menjadi 3 faktor.

Sampel atau Populasi

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa karyawan yang mengambil perkuliahan di jalur Strata-1 pada beberapa universitas di provinsi DI Yogyakarta. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 149 subjek berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan karakteristik yang sedang menempuh pendidikan sambil bekerja (mahasiswa karyawan). Teknik *sampling* yang digunakan yakni *convenience sampling*, yaitu metode pengambilan sampel non-probabilitas di mana peneliti memiliki elemen sampel berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses (Elfil & Negida, 2017).

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dirancang menjadi formulir *online* atau *google formulir*. Formulir tersebut selanjutnya disebarluaskan melalui *platform WhatsApp* ke berbagai kelas reguler karyawan pada beberapa universitas. Kriteria partisipan penelitian adalah mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan S1 sekaligus bekerja. Jenis kuesioner yang digunakan adalah skala likert dimana subjek diarahkan untuk memilih satu respon yang paling sesuai dengan kondisinya dengan 4 pilihan jawaban (Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Sesuai dan Sangat Sesuai). Terdapat dua skala yang digunakan yaitu skala *Values in Actions (VIA) Inventory* nilai reliabilitas 0.978 yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Akmal & Nurwianti (2009) dan *Academic Resilience Scale (ARS-30)* dari Cassidy (2015) sebanyak 24 item dengan nilai reliabilitas 0.891 yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Kumalasari, Luthfiyani, & Grasiawaty (2020).

Teknik Analisis Data

Data penelitian ini diolah melalui uji regresi linear sederhana. Teknik analisis regresi ini digunakan untuk menentukan ketepatan prediksi dan ditujukan untuk mengetahui besarnya pengaruh dari variabel bebas yaitu *character strength* terhadap resiliensi akademik. Sebelumnya, data perlu dilakukan uji asumsi terlebih dahulu, yakni uji normalitas dan uji linieritas.

HASIL

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 149 partisipan mahasiswa yang bekerja, terdiri dari 53 laki-laki dan 96 perempuan, dengan rentang usia 15-30 tahun dan berada di program studi yang beragam yakni Fakultas Psikologi (111), FKIP (20), FISIPOL & FEB (6), FT (4) dan FK (8). Data demografi selengkapnya disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 1. Data Demografi Subjek

Semester	Jumlah	Pekerjaan	Jumlah
1-3	13	Karyawan Swasta	59
4-6	66	Freelance	29
7-8	64	ASN	19
>8	6	Pengajar / Privat	35
Total	149	Total	149
Jam Kerja		Pendapatan	
< 10 jam	44	< 1.000.000	36
10 - 20 jam	29	> 2.000.000	65
> 20 jam	76	1.000.000 - 2.000.000	48
Total	149	Total	149

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Kekuatan Karakter

Kategorisasi	Rentang skor	Jumlah responden	Persentase
Rendah	$X < 110$	0	0 %
Sedang	$110 \leq X < 165$	28	18,80%
Tinggi	$165 \leq X$	121	81,20%
Total		149	100%

Dari tabel 2, diketahui subjek penelitian dengan *character strength* yang berada di kategori rendah sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 18,8%, sisanya berada dalam kategori *character strength* yang tinggi sebesar 81,2%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Resiliensi Akademik

Kategorisasi	Rentang skor	Jumlah responden	Persentase
Rendah	$X < 28,5$	0	0 %
Sedang	$28,5 \leq X < 47,5$	4	2,68%
Tinggi	$47,5 \leq X$	145	97,32%
Total		149	100%

Dari tabel di atas, diketahui subjek dengan kategori resiliensi rendah sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 2,68% dan kategori tinggi sebanyak 97,32%.

Berdasarkan tabel Uji Hipotesis menunjukkan nilai F sebesar 28,6 dengan $p < 0,001$ yang berarti bahwa hipotesis diterima dengan taraf signifikansi 1% (sangat signifikan) atau dengan kata lain bahwa variabel *character strength* dapat dijadikan sebagai prediktor terhadap variabel resiliensi akademik. Nilai R square sebesar 0,163 menunjukkan bahwa sebesar 16,3% variabel *character strength* dapat memprediksi tingkat resiliensi akademik pada subjek.

Tabel 4. Regresi Linier

Predictor	Estimate	SE	t	p
Intercept	37.220	3.6873	10.09	< .001
<i>Character strength</i>	0.107	0.0200	5.35	< .001

Berdasarkan tabel 4, diketahui nilai konstanta= 37,220 dan koefisien regresi= 0,107 maka model persamaan regresi yaitu $Y = 0,107X + 37,220$. Rumus persamaan regresi tersebut dapat dijadikan sebagai prediksi dalam menentukan skor variabel resiliensi pada subjek dimana 1 peningkatan skor pada variabel *character strength* meningkatkan sebesar 0,107 tingkat variabel resiliensi akademik.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *character strength* dengan resiliensi pada mahasiswa bekerja. Analisis data menggunakan software *IBM SPSS 25.0*, berdasarkan hasil uji korelasi *Product Moment Pearson* diperoleh level signifikansi (α) 0,082 dan nilai koefisien korelasi $r = 16,3\%$ ($p = 0,001$), yang bermakna bahwa hipotesis diterima atau dengan kata lain variabel *character strength* dapat dijadikan sebagai prediktor terhadap variabel resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekuatan karakter secara signifikan berperan sebagai prediktor positif terhadap resiliensi akademik. Mahasiswa dengan tingkat kekuatan karakter yang lebih tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres, mengatasi tekanan, dan beradaptasi dengan situasi yang menantang, sehingga mampu mempertahankan kinerja akademik yang baik. Nilai R square sebesar 16,3% menunjukkan bahwa kekuatan karakter berkontribusi terhadap 16,3% variasi dalam resiliensi akademik mahasiswa yang bekerja. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pengembangan kekuatan karakter sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan ketahanan dan kesuksesan akademik pada mahasiswa yang menjalani peran ganda.

Resiliensi akademik adalah aspek penting yang diperlukan oleh mahasiswa untuk menghadapi berbagai tantangan dalam proses belajar. Dengan memahami dan menerapkan konsep resiliensi akademik, mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk bertahan dan berprestasi di lingkungan akademik yang kompetitif. Hasil penelitian ini sejalan dengan Stallman dalam Listyandini dan Akmal (2015) yang mengemukakan bahwa terdapat banyak tantangan yang harus dilalui oleh mahasiswa untuk sukses di level perguruan tinggi, tantangan yang muncul berlangsung mulai sejak awal perkuliahan hingga kelulusan. Di tahun awal mahasiswa berkuliah, mereka membutuhkan proses adaptasi yang cukup kompleks yang meliputi sistem pembelajaran, lingkungan baru, bergabung dengan kawan dari berbagai latar belakang suku dan budaya, serta adanya tuntutan untuk bisa berprestasi secara mandiri. Di tahun selanjutnya, mahasiswa dituntut untuk mengatur keseimbangan antara waktu belajar, mengembangkan relasi sosial, sekaligus menentukan dan merencanakan karir. Beberapa komponen dalam *Character strength* ternyata memiliki korelasi positif yang signifikan dengan resiliensi menurut Hsiu-feng Chung dalam Handayani (2010). Reaksi individu terhadap berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup ternyata berbeda-beda. Perbedaan reaksi ini disebabkan oleh latar belakang atau cara pandang yang berbeda di masing-masing individu terhadap permasalahan yang ada. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan yaitu resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan penyesuaian diri terhadap situasi-situasi berat dan menantang dalam hidup seorang individu.

Sedangkan *Character strength* yang positif pada individu akan membentuk kondisi psikologis yang sejahtera, dengan mengetahui karakter manakah yang berhubungan dengan dengan resiliensi. Peterson & Seligman dalam Listiyandini dan Akmal (2015), intervensi terkait pengembangan resiliensi akan lebih terarah dan membantu peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Resiliensi akademik sangat penting bagi mahasiswa: (1) Mengatasi Stres: Mahasiswa sering menghadapi stres akibat tuntutan akademik yang tinggi. Resiliensi membantu mereka untuk mengelola stres ini dengan lebih baik. (2) Meningkatkan Kinerja Akademik: Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik cenderung memiliki kinerja akademik yang lebih baik, meskipun mereka berasal dari latar belakang yang kurang menguntungkan. (3) Adaptasi terhadap Perubahan: Dalam situasi yang tidak menentu, seperti pembelajaran daring selama pandemi, resiliensi akademik memungkinkan mahasiswa untuk beradaptasi dan tetap fokus pada tujuan belajar mereka

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan analisis data yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sekaligus jawaban dari tujuan penelitian yakni : (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara *character strength* dengan resiliensi pada mahasiswa bekerja. Hubungan antara kedua variabel tersebut positif yang artinya jika *Character strength* pada mahasiswa positif maka resiliensinya tinggi, sebaliknya jika *Character strength* mahasiswa negatif maka resiliensinya rendah. Hal ini bermakna bahwa hipotesis diterima. (2) Adapun besar sumbangan efektif (*R square*) dari variabel *Character strength* terhadap resiliensi sebesar 16,3% artinya *Character strength* memiliki pengaruh atau sumbangan sebesar 16,3% terhadap resiliensi sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam variabel penelitian ini. (3) Diketahui bahwa tingkat Resiliensi Akademik pada mahasiswa bekerja di Yogyakarta sebanyak 145 orang berada pada kategori tinggi (97,32%).

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan meneliti peran *Character strength* terhadap faktor-faktor lain yang belum teridentifikasi dalam penelitian ini, melibatkan subjek dengan jumlah lebih besar atau variabel-variabel terkait lain juga merupakan pengembangan riset yang dapat dilakukan

peneliti selanjutnya. Saran bagi mahasiswa bekerja yang dapat dipraktikkan antara lain: (1) Manajemen waktu yang efektif dengan membuat jadwal yang jelas untuk membagi waktu antara pekerjaan dan studi. Mahasiswa dapat membuat daftar prioritas tugas penting dan mengalokasikan waktu khusus untuk belajar setiap hari. (2) Tingkatkan kemampuan adaptasi dengan belajar fleksibel dan siap terbuka terhadap perubahan. Ketika menghadapi tantangan atau kesulitan, tetap fokus pada solusi dan pelajari keterampilan baru yang dapat membantu dalam menghadapi masalah. (3) Kelola beban dengan bijaksana, mahasiswa dapat meminta bantuan jika merasa kewalahan, selain itu mahasiswa dapat mendiskusikan fleksibilitas jam kerja dengan atasan saat mendekati ujian atau deadline akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, S. Z., & Nurwianti, F. (2009). Kekuatan Karakter dan Kebahagiaan pada Suku Minang. *Jurnal Psikologi*, 3(1). <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/399>
- Anghel, R. E. (2015). Psychological and Educational Resilience in High vs Low-Risk Romanian Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 203, 153–157. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.08.274>
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Penerbit: Pustaka Pelajar Yogyakarta.
- Cassidy, S. (2015). Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6(1781), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Chung, H. (2008). *Resiliency and Character strengths among College Students*. University of Arizona.
- Elfil, M., & Negida, A. (2017). Sampling Methods in Clinical Research: An Educational Review. *Emergency (Tehran, Iran)*, 5(1), e52. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28286859>
- Handayani, F. (2010). *Hubungan antara Kekuatan Karakter dengan Resiliensi Residen Narkoba di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Terapi dan Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional LIDO*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kumalasari, D., Luthfiyani, N. A., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia: Pendekatan Eksploratori dan Konfirmatori. *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 84–95. <https://doi.org/10.21009/JPPP.092.06>
- Listyandini, R. A., & Akmal, S. A. (2015). Hubungan antara Kekuatan Karakter dan Resiliensi pada Mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Psikologi*, 1–17. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pancasila.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Strengths of Character and Well-Being: A Closer Look at Hope and Modesty. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 628–634. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.628.50749>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and Virtues: A Handbook and Classification* (Vol. 1). Oxford: Oxford University Press.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Penerbit : Alfabeta Bandung