

ABSTRAK

PENGARUH RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

Lestari Gustini Yusup

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

ps18.lestariyusup@mhs.ubpkarawang.ac.id

Remaja akhir merupakan masa transisi dari masa anak menuju masa dewasa rentang usia 18 – 22 tahun dimana pada masa ini remaja mengalami krisis perkembangan salah satunya menjalin hubungan pacaran dengan lawan jenis. Ketika remaja mengalami permasalahan akibat hubungan pacaran salah satunya putus cinta, membuat remaja akhir cenderung merasakan perasaan dan pemikiran negatif sehingga memengaruhi *subjective well being* yang ada pada diri mereka. Oleh sebab itu, remaja akhir memerlukan kemampuan resiliensi yang baik yaitu kemampuan bangkit dari keterpurukan akibat putus cinta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap *subjective well-being* pada remaja akhir pasca putus cinta di Karawang, dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif asosiatif kausal dengan teknik pengambilan sampel kuota sampling terhadap 100 responden. Instrumen penelitian pada penelitian ini menggunakan skala psikologi, terdiri dari skala resiliensi dan *skala subjective well-being*. Skala resiliensi mengacu pada 7 aspek teori Reivich & Shatte diantaranya regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, efikasi diri, analisis kausal, dan *reaching out*. Skala *subjective well-being* mengacu pada teori Diener, terdiri dari aspek afektif dan aspek kognitif. Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi linier sederhana untuk memprediksi besaran nilai variabel *subjective well-being* (Y) yang dipengaruhi oleh variabel resiliensi (X) dengan hasil $Y = 10.074 + 0.913X$. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara resiliensi terhadap *subjective well-being* pada remaja akhir pasca putus cinta di Karawang, dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.005$. Maka hasil akhir dari penelitian ini adalah H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kata kunci: Remaja Akhir, Putus Cinta, Resiliensi, *Subjective Well-being*

ABSTRACT

THE EFFECT OF RESILIENCE ON SUBJECTIVE WELL-BEING IN LATE ADOLESCENTS AFTER A BREAKUP IN KARAWANG

Lestari Gustini Yusup

Faculty of Psychology Buana Perjuangan Karawang University

ps18.lestariyusup@mhs.ubpkarawang.ac.id

Late adolescence is a transition period from childhood to adulthood, ranging from 18 to 22 years, where at this time adolescents experience a developmental crisis, one of which is a relationship with the opposite sex. When teenagers experience problems due to dating relationships, one of which is a breakup, it makes the late teens tend to feel negative feelings and thoughts that affect their subjective well-being. Therefore, late teens need good resilience skills, namely the ability to rise from adversity due to a breakup. This study aims to determine whether there is an effect of resilience on subjective well-being in late post-breakup adolescents in Karawang, using a causal associative quantitative research method with a quota sampling technique of 100 respondents. The research instrument in this study used a psychological scale, consisting of a resilience scale and a subjective well-being scale. The resilience scale refers to 7 aspects of Reivich & Shatte's theory including emotion regulation, impulse control, optimism, empathy, self-efficacy, causal analysis, and reaching out. The subjective well-being scale refers to Diener's theory, consisting of affective aspects and cognitive aspects. Data analysis was carried out using a simple linear regression test to predict the value of the subjective well-being variable (Y) which was influenced by the resilience variable (X) with the result $Y = 10,074 + 0.913X$. The result of this study is that there is a significant effect between resilience on subjective well-being in late post-breakup adolescents in Karawang, with a significance value of $0.000 < 0.005$. So the final result of this research is H_a is accepted and H_0 is rejected.

Keywords: Late Adolescence, Breakup, Resilience, Subjective Well-being