

Hardiness, Dukungan Sosial, dan Penyesuaian Diri Guru Tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid-19

Hardiness, Social Support, and Self-Adjustment of Elementary School Teachers during COVID-19 Pandemic

Immatulfathina Purifiedriyaningrum¹, Edilburga Wulan Saptandari²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

Submitted 11 June 2021 Accepted 8 March 2022 Published 23 May 2022

Abstract. Teachers as one of the main actors in education need to have good self-adjustment to be able to respond effectively to uncertainty, change, and novelty. This research aimed to determine the role of hardiness and social support in teacher adjustment in the context of learning during the Covid-19 pandemic at the elementary school level. A total of 198 teachers at the primary school level were involved in this quantitative survey study. This study uses convenience sampling as a sampling technique and uses multiple regression analysis to analyze the data obtained. Three instruments were used in the study, namely: hardiness scale, self-adjustment scale, and social support scale. The results of the analysis prove that simultaneously hardiness and social support play a role in teacher adjustment with an effective contribution of 47.8% ($F=89.21; p < .01$). These outcomes may be used as a foundation for policymakers in education to enhance the ability of teacher to adapt to the changes that continue to occur.

Keywords: hardiness; online learning; self-adjustment; social support; teacher

Abstrak. Guru sebagai salah satu aktor utama dalam pendidikan perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik agar mampu merespon ketidakpastian, perubahan, dan kebaruan secara efektif. Riset ini bertujuan untuk mengetahui peran *hardiness* dan dukungan sosial pada penyesuaian diri guru dalam konteks pembelajaran di masa pandemi Covid-19 di tingkat sekolah dasar. Sebanyak 198 guru di tingkat sekolah dasar terlibat dalam studi survei kuantitatif ini. Penelitian ini menggunakan *convenience sampling* sebagai teknik sampling dan menggunakan analisis regresi berganda untuk menganalisis data yang diperoleh. Tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *hardiness*, skala penyesuaian diri, dan skala dukungan sosial. Hasil analisis membuktikan bahwa secara simultan *hardiness* dan dukungan sosial berperan pada penyesuaian diri guru dengan sumbangan efektif sebesar 47,8% ($F=89,21; p < 0,01$). Hasil tersebut dapat menjadi salah satu dasar bagi pengambil kebijakan di dunia pendidikan guna meningkatkan kemampuan guru dalam menyesuaikan diri menghadapi perubahan yang terus terjadi.

Kata kunci: dukungan sosial; guru; hardiness; pembelajaran daring; penyesuaian diri

Pandemi Covid-19 yang menyebar secara luas di berbagai negara, tidak terkecuali Indonesia sejak Maret 2020 menyebabkan timbulnya masalah di berbagai sektor. Sektor pendidikan yang juga terdampak membuat pemerintah memberlakukan kebijakan pembelajaran jarak jauh untuk mengendalikan penyebaran virus. Hal ini menyebabkan terjadinya perubahan metode pembelajaran yaitu pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang

sebelumnya adalah pembelajaran tatap muka. Perubahan metode pembelajaran tersebut ternyata menimbulkan banyak masalah, tidak hanya pada siswa melainkan juga pada guru (Rasmitadila *et al.*, 2020). Masalah tersebut antara lain minimnya keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki guru dalam menggunakan media pembelajaran jarak jauh, rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran jarak jauh, evaluasi pembelajaran yang sulit dilakukan, masalah jaringan dan akses internet, serta masalah pada rendahnya motivasi dan dukungan yang diberikan orang sekitar (Rasmitadila *et al.*, 2020).

Hasil serupa ditemukan pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 70 guru di beberapa wilayah Indonesia pada bulan Juli 2020. Berdasar studi pendahuluan tersebut ditemukan bahwa terdapat beberapa hal yang membuat guru kesulitan dalam mengajar di masa pandemi. Kesulitan tersebut antara lain kesulitan dalam memberikan materi pelajaran, kesulitan dalam penggunaan perangkat pembelajaran, kesulitan pada akses jaringan internet, pemberlakuan kebijakan dan peraturan yang tidak jelas, kesulitan dalam menerapkan protokol kesehatan bagi sekolah yang mulai menerapkan pembelajaran secara luring, dan kesulitan yang berkaitan dengan hubungan interpersonal seperti pada rekan kerja, atasan, siswa, maupun wali siswa.

Banyaknya kesulitan yang ditemui guru mengharuskan guru sebagai perancang pembelajaran untuk mampu menyesuaikan diri menghadapi perubahan yang ada. Hurlock (2008) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk dapat menyesuaikan diri terhadap orang lain sehingga individu tersebut mampu bereaksi secara efektif terhadap situasi, hubungan, dan kenyataan sosial. Sebetulnya, penyesuaian diri guru bukan hanya dibutuhkan karena adanya perubahan metode pembelajaran di masa pandemi, namun juga perubahan yang lebih besar di masa mendatang. Burner (2018) menyebutkan perubahan di dunia pendidikan terus terjadi karena semakin meningkatnya arus globalisasi, adanya kemajuan teknologi, serta adanya penelitian mengenai pendekatan dalam pengajaran dan pembelajaran yang terus berkembang. Jika guru mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi maka pembelajaran tidak dapat terlaksana dengan baik dan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai (Rasmitadila *et al.*, 2020). Selain itu jika guru tidak dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan dan perubahan yang terjadi maka guru dapat merasa stres dan mengalami masalah dengan kesehatan mental (Tanner, 2018).

Soeparwoto *et al.* (2004) menyebutkan dua kelompok faktor yang memengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor internal yang meliputi motif, konsep diri, persepsi, sikap, inteligensi, dan kepribadian; dan faktor eksternal yang meliputi keluarga, kelompok sebaya, budaya, serta hukum dan norma yang berlaku. Sejalan dengan penjelasan tersebut Schneiders (1964) menyebutkan beberapa faktor yang dapat memengaruhi penyesuaian diri yaitu (1) kondisi dan determinan fisik seperti kondisi kesehatan, (2) perkembangan dan kematangan seperti kematangan sosial emosi, (3) determinan psikologis seperti kepribadian, (4) kondisi lingkungan seperti dukungan sosial, dan (5) determinan budaya seperti perkembangan teknologi. Di antara kelima faktor tersebut, faktor determinan

psikologis yang berupa kepribadian menjadi sangat penting bagi penyesuaian diri karena menurut Sheridan dan Radmacher (1992) banyak orang mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik karena memiliki karakter kepribadian tertentu. Beberapa riset menyebutkan bahwa kepribadian yang dapat membuat individu dapat menyesuaikan diri dan menghadapi situasi penuh tekanan tersebut adalah *hardiness* (Maddi & Kobasa, 1984; Santrock, 2006; Passer & Smith, 2008; Sarafino & Smith, 2011). Bahkan Maddi (2006) menjelaskan bahwa berdasar dua studi yang berkaitan, ditemukan *hardiness* lebih berpengaruh pada coping terhadap stres dibandingkan optimisme dan religiositas. Coping terhadap stres tersebut merupakan salah satu hal yang sangat dibutuhkan dan berpengaruh pada penyesuaian diri (Muarifah & Barida, 2018).

Hardiness merupakan konstelasi dari karakteristik kepribadian yang dapat membuat individu berhasil mengatasi stres dan tetap sehat yang mencakup adanya *commitment*, *control*, dan *challenge* (Maddi & Kobasa, 1984). Beberapa penelitian terdahulu menemukan bahwa *hardiness* berkorelasi signifikan dengan penyesuaian diri (Fitroh, 2011; Bartone *et al.*, 2013; Payandeh *et al.*, 2013). Fitroh (2011) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* tinggi dapat lebih mudah menyesuaikan diri ketika dihadapkan dengan kondisi baru yang belum pernah mereka temui sebelumnya. Hal ini disebabkan individu dengan *hardiness* yang tinggi tidak akan mudah menyerah ketika dihadapkan dengan kondisi-kondisi yang mengancam dirinya karena memiliki komitmen untuk terlibat pada aktivitas dalam kehidupan, kepercayaan bahwa aktivitas dalam pengalaman hidup dapat dikontrol, serta melihat perubahan-perubahan yang terjadi dalam hidup sebagai kesempatan untuk tumbuh dan mengembangkan kemampuan dalam diri.

Hasil studi awal yang peneliti lakukan juga menunjukkan bahwa 81% guru merasa memiliki dan menyadari kemampuan untuk mengontrol, berkomitmen dan menerima tantangan dalam menyikapi berbagai perubahan yang terjadi karena pandemi Covid-19. Sikap tersebut kemungkinan besar merupakan manifestasi dari *hardiness* yang mereka miliki, sehingga dapat dikatakan bahwa *hardiness* merupakan salah satu hal yang dimiliki para guru terutama dalam menghadapi perubahan metode belajar mengajar di saat pandemi Covid-19.

Selain *hardiness*, Schneiders (1964) juga menyebutkan faktor lain yang dapat memengaruhi penyesuaian diri seseorang yaitu keadaan lingkungan. Keadaan lingkungan tersebut merupakan kondisi sekitar individu yang dapat menjadi tempat untuk mendapatkan kasih sayang, perlindungan, atau pemenuhan kebutuhan (Schneiders, 1964). Penjelasan tersebut serupa dengan teori dukungan sosial yang berarti kepedulian, kenyamanan, penghargaan, atau bantuan yang diberikan oleh individu atau kelompok terhadap seseorang (Uchino, 2004).

Sarafino dan Smith (2011) menambahkan bahwa sebenarnya dukungan sosial mengarah pada perbuatan yang dikerjakan orang lain atau bisa dikatakan individu tersebut memperoleh dukungan dari orang lain. Lebih lanjut dijelaskan bahwa individu yang menerima dukungan sosial menandakan bahwa indra individu tersebut merasakan

atau mempersepsi kenyamanan, perhatian, dan bantuan yang diberikan orang lain kepadanya.

Beberapa temuan riset menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan penyesuaian diri (Biya & Suarya, 2016; Isnawati & Suhariadi, 2013; Ekanita & Putri, 2019). Hal ini bermakna semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh individu maka penyesuaian dirinya dalam menghadapi perubahan dan situasi baru juga semakin tinggi. Temuan tersebut serupa dengan hasil studi awal yang dilakukan peneliti bahwa dukungan yang guru peroleh dari orang-orang sekitarnya dapat membantu mereka dalam menghadapi kesulitan dan menyesuaikan diri selama masa pandemi.

Pada studi awal, terdapat pula beberapa guru yang menyampaikan bahwa rendahnya dukungan dari wali siswa dan kepala sekolah dapat membuat mereka merasa tertekan dan semakin sulit melaksanakan pembelajaran jarak jauh. Bahkan beberapa guru menyampaikan bahwa mereka cenderung merasa kesulitan beradaptasi dengan perubahan yang dialami karena tidak mendapat dukungan dari orang sekitar meskipun para guru sudah berusaha untuk mengembangkan diri, berkomitmen tetap menjalani aktivitas pembelajaran, tidak menghindar, dan berusaha mengontrol respon mereka terhadap kesulitan yang ditemui. Pernyataan yang mencerminkan hal tersebut antara lain disampaikan oleh seorang guru sekolah dasar negeri berinisial AF bahwa ia merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dalam pembelajaran di masa pandemi karena tidak mendapat dukungan dari orang sekitar seperti termuat dalam petikan berikut ini.

“Saya sudah berusaha melaksanakan KBM sesuai kondisi siswa. Kami juga berusaha untuk selalu menaati kebijakan yang dikeluarkan pemerintah setempat. Pekerjaan makin ribet dan bikin stress, tapi masih aja dikatain guru enak tidak kerja tapi gajian. Ga ada dukungan kaya gini yang bikin makin sulit buat melaksanakan pembelajaran di masa pandemi”.

Pernyataan serupa juga disampaikan oleh guru Y yang mengungkapkan rendahnya dukungan dari kepala sekolah membuatnya tertekan dan kesulitan untuk menyesuaikan diri dalam pembelajaran di masa pandemi seperti tertulis dalam petikan di bawah ini.

“Saya belajar dari teman atau google cara-caranya gimana membuat video yang menyenangkan biar tetep ada interaksi meskipun virtual, tapi yang membuat guru-guru susah menyesuaikan di masa pandemi ini adalah harus membuat berbagai macam laporan untuk ‘sajen’ kepala sekolah, padahal daripada serba prosedural administratif mending cari cara gimana pengajaran saya bener-bener bahagia dan bermakna buat anak-anak. Bukannya memberi solusi, kepala sekolah justru semakin buat sulit karna banyak tuntutan. Kerja dibawah tekanan dan ancaman itu sangat tidak menyenangkan karena kepala sekolah sudah bilang kalo gak mau ikut aturan sini ya jangan kerja di sini, silahkan kerja di tempat lain.”

Hal ini mendorong peneliti untuk mencari tahu kontribusi dukungan sosial pada penyesuaian diri pada guru di tingkat sekolah dasar. Bagi masyarakat Indonesia yang memiliki budaya kolektivisme, dukungan sosial merupakan hal penting yang sangat

diperlukan, terutama dalam menghadapi masalah (Biya & Suarya, 2016). Terlebih di masa pandemi, sebagian besar aktivitas harus dilakukan dari rumah sehingga dukungan dari orang-orang terdekat menjadi lebih dirasakan dan dibutuhkan. Hal ini selaras dengan temuan Santoso (2020) yang mengatakan bahwa dukungan sosial di saat pandemi Covid-19 sangat penting dan banyak berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* merupakan faktor internal yang dapat memengaruhi penyesuaian diri pada guru dan dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang juga memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri guru. Penyesuaian diri guru merupakan suatu kemampuan penting dalam menghadapi perubahan. Bukan hanya perubahan di masa pandemi Covid-19 yang nampaknya menjadi momentum akselerasi digitalisasi pendidikan, melainkan perubahan dalam dunia pendidikan yang akan terus berlangsung di masa mendatang. Dengan demikian riset ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber kajian yang berguna untuk menghadapi perubahan-perubahan di masa depan dan mungkin dapat berpengaruh terhadap pengambilan kebijakan di dunia pendidikan Indonesia. Riset ini bertujuan untuk mengetahui peran *hardiness* dan dukungan sosial pada penyesuaian diri guru dalam konteks pembelajaran di masa pandemi Covid-19 di tingkat sekolah dasar. Belum dijumpai riset sebelumnya mengenai penyesuaian diri pada guru ditinjau dari *hardiness* dan dukungan sosial yang dilakukan secara simultan. Selain itu, penelitian dengan ketiga variabel tersebut juga belum pernah dilaksanakan pada guru di tingkat sekolah dasar.

Metode

Partisipan

Partisipan ($n=198$) dalam studi ini adalah guru sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah yang melaksanakan pembelajaran pada masa pandemi, baik secara daring, luring, maupun keduanya di seluruh wilayah Indonesia. Partisipan diperoleh dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Sebagian besar guru yang mengikuti penelitian ini 76% berjenis kelamin perempuan ($n=150$) dan sebagian besar berasal dari sekolah swasta yakni sebanyak 68% ($n=134$). Penjelasan lebih rinci mengenai karakteristik guru dapat dilihat pada tabel data demografi berikut.

Tabel 1.

Gambaran Demografi Partisipan (n =198)

Variabel Demografi		<i>n</i>	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	48	24%
	Perempuan	150	76%
Status Sekolah	Negeri	64	32%
	Swasta	134	68%
SES	Menengah atas	64	32%
	Menengah bawah	134	68%
Metode KBM	Daring	77	39%
	Luring	10	5%
	Daring +	111	56%
	Luring		
Usia	20-30 tahun	115	58%
	31-40 tahun	46	23%
	41-50 tahun	27	14%
	51-60 tahun	10	5%
Domisili	Kota	92	46%
	Kabupaten	106	54%
	Jawa	162	82%
	Luar Jawa	36	18%
Status Pernikahan	Sudah Menikah	130	66%
	Belum Menikah	68	34%
Memiliki anak/tidak	Tidak Memiliki Anak	88	44%
	Memiliki Anak	110	56%
Lama Bekerja	1-10 tahun	143	72%
	11-20 tahun	38	19%
	21-30 tahun	14	7%
	31-40 tahun	3	2%
Pendidikan Terakhir	SMA	11	6%
	D3	1	1%
	S1	176	89%
	S2	10	5%

Alat Ukur

Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam studi ini yang berupa skala Likert dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Skala pertama adalah skala *hardiness* milik Cahyani (2019) yang disusun berdasarkan teori *hardiness* Maddi dan Kobasa (1984). Skala ini terdiri dari tiga aspek dan 15 butir yaitu komitmen (5 butir), kendali (7 butir), dan tantangan (3 butir). Komitmen mengukur tingkah laku yang ditunjukkan guru dalam bertahan menghadapi situasi yang mengancam, contoh butirnya adalah “Saat menghadapi tekanan, saya mudah merasa putus asa”. Kendali mengukur keyakinan guru bahwa ia memiliki pengaruh terhadap situasi yang dihadapi (contoh butir: “Saya yakin bahwa setiap masalah dapat dicari jalan keluarnya”). Sedangkan tantangan mengukur persepsi guru dalam memandang perubahan sebagai suatu kesempatan untuk belajar, seperti “Perubahan yang terjadi dalam hidup merupakan sebuah hambatan”. Dalam penelitian Cahyani (2019), nilai koefisien reliabilitas skala *hardiness* tersebut adalah $\alpha = 0,86$. Sedangkan dalam penelitian ini nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah $\alpha = 0,82$ dan nilai *total item correlation* yang diperoleh berkisar antara 0,162-0,648.

Skala kedua adalah skala penyesuaian diri yang peneliti modifikasi dari Ermawati (2017). Modifikasi dilakukan dengan menambahkan konteks pandemi pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini disusun berdasarkan teori penyesuaian diri Schneiders (1964) dengan empat aspek dan 15 butir pernyataan. Contoh pernyataan dalam skala penyesuaian diri adalah “Meskipun sulit, saya menerima kondisi yang saya hadapi saat ini” dan “Saya memilih sesegera mungkin untuk menyelesaikan masalah pembelajaran di masa pandemi yang sedang saya hadapi”. Saat uji coba, nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh pada skala ini adalah $\alpha = 0,92$. Namun, ketika pengambilan data, nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh menjadi $\alpha = 0,88$. Nilai *total item correlation* yang diperoleh berkisar antara 0,292-0,840. Sedangkan validitas isi yang dilakukan dengan menggunakan penilaian panel ahli pada skala penyesuaian diri mendapatkan nilai Aiken’s *V* yang berkisar dari 0,81 hingga 0,96.

Skala ketiga adalah skala dukungan sosial yang disusun peneliti berdasar teori dukungan sosial Sarafino dan Smith (2011). Skala ini terdiri dari empat aspek dan 26 butir yaitu dukungan emosional (5 butir), dukungan informatif (7 butir), dukungan penghargaan (8 butir), dan dukungan instrumental (6 butir). Dukungan sosial yang diukur meliputi dukungan dari wali siswa, rekan kerja, orang terdekat, dan atasan/pimpinan kerja. Hal ini sesuai dengan temuan Rasmitadila *et al.* (2020) bahwa dukungan yang dibutuhkan guru saat masa pandemi bersumber dari keempat pihak tersebut. Contoh butir pada skala dukungan sosial adalah “Saya mendapat semangat dari rekan kerja untuk mengatasi kesulitan di masa pandemi” dan “Wali murid peduli dengan kesulitan yang saya alami saat melaksanakan pembelajaran di masa pandemi”. Nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh cukup baik yaitu $\alpha = 0,96$ pada saat uji coba dan $\alpha = 0,95$ pada saat pengambilan data penelitian. Nilai *total item correlation* yang diperoleh berkisar antara 0,545-0,856. Sedangkan validitas isi yang

dilakukan dengan menggunakan penilaian panel ahli pada skala dukungan sosial mendapatkan nilai Aiken's *V* yang berkisar dari 0,75-0,96.

Prosedur

Penelitian ini merupakan survei kuantitatif yang melibatkan tiga variabel yaitu *hardiness* dan dukungan sosial sebagai variabel prediktor, serta penyesuaian diri sebagai variabel kriterium. Pengambilan sampel dalam studi ini dilakukan dengan teknik *convenience sampling*. *Convenience sampling* merupakan metode pengambilan sampel bersumber pada kemudahan periset, yaitu yang ditemui peneliti secara kebetulan, dinilai sesuai, dan bersedia menjadi sumber informasi serta sesuai dengan kriteria yang ditetapkan oleh periset (Siregar, 2017). Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan skala secara daring. Namun, sebelumnya dilakukan penilaian panel ahli oleh 8 mahasiswa magister psikologi profesi UGM yang sudah lulus mata kuliah konstruksi alat ukur pada skala penyesuaian diri dan skala dukungan sosial. Peneliti juga melakukan uji coba alat ukur pada 66 responden untuk mengetahui validitas serta reliabilitas instrumen penelitian. Peneliti telah mendapat persetujuan etik dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada sebelum melakukan pengambilan data pada penelitian ini.

Analisis

Analisis regresi berganda digunakan sebagai teknik analisis dengan bantuan program SPSS. Sebelum analisis tersebut dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi.

Hasil

Deskripsi Data Penelitian

Pengambilan data dalam studi ini dilaksanakan selama dua minggu dengan jumlah responden sebanyak 198. Peneliti melakukan analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran mengenai keadaan yang diprediksikan terjadi (hipotetik) dan keadaan yang diperoleh dari data penelitian (empirik). Tabel 2 merupakan penyajian data deskriptif dalam penelitian ini.

Tabel 2.
Data Deskriptif

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Min	Maks	M	SD	Min	Maks	M	SD
<i>Hardiness</i>	15	60	37,5	7,5	32	60	48,45	5,58
Penyesuaian Diri	22	88	55	11	30	60	50,82	5,48
Dukungan sosial	26	104	65	13	64	104	86,16	10,50

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa skor *mean* empirik pada variabel *hardiness* dan dukungan sosial yaitu sebesar 48,45 dan 86,16 lebih besar dibanding skor *mean* hipotetik yaitu sebesar 37,5 dan 65. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek pada riset ini memiliki tingkat *hardiness* dan dukungan sosial yang relatif tinggi. Namun, pada variabel penyesuaian diri diketahui skor *mean* empirik yang diperoleh 50,82 lebih rendah daripada skor *mean* hipotetik yang diperoleh yaitu sebesar 55. Hal ini menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini memiliki penyesuaian diri yang relatif rendah. Untuk mengetahui skor ketiga variabel dalam penelitian ini secara lebih detail maka disajikan tabel kategorisasi skor (Tabel 3).

Tabel 3.
Kategorisasi Skor

Kategori	Hardiness		Penyesuaian Diri		Dukungan Sosial	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Rendah	-	-	9	4,5%	-	-
Sedang	50	25,3%	189	95,5%	42	21,2%
Tinggi	148	74,7%	-	-	156	78,8%

Uji Asumsi

Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang mencakup uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Pada uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov terhadap nilai residual skala diperoleh nilai $p = 0,200$ yang berarti data terdistribusi normal karena tidak terdapat perbedaan antara distribusi empirik dan teoretik. Selanjutnya dilakukan uji linearitas yang mendapatkan hasil sesuai dengan tertera di Tabel 4.

Tabel 4.

Hasil Uji Linearitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Penyesuaian diri* <i>hardiness</i>	<i>F</i> deviation from linearity 1,379; $p = 0,127$	Linear
	<i>F</i> linearity 69,722; $p < 0,001$	Linear
Penyesuaian diri*dukungan sosial	<i>F</i> deviation from linearity 1,194; $p = 0,227$	Linear
	<i>F</i> linearity 110,551; $p < 0,001$	Linear

Uji asumsi selanjutnya adalah uji multikolinearitas. Berdasarkan uji multikolinearitas didapatkan nilai *tolerance* sebesar 0,924 dan VIF 1,082 sehingga dapat dikatakan tidak terjadi multikolinearitas pada kedua variabel independen dalam penelitian ini. Nilai *tolerance* yang dapat diterima adalah $> 0,01$ dan nilai VIF < 10 .

Uji asumsi yang terakhir adalah uji heteroskedastisitas. Berdasarkan uji heteroskedastisitas yang dilakukan diperoleh nilai $p = 0,321$ pada variabel *hardiness* dan $p = 0,125$ pada variabel dukungan sosial sehingga diketahui tidak terjadi heteroskedastisitas pada kedua variabel tersebut.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam riset ini menggunakan analisis regresi berganda dengan hasil tercantum di Tabel 5.

Tabel 5.

Hasil Uji Hipotesis

Variabel	<i>R Square</i>	<i>F</i>	Standar Estimasi Kesalahan	<i>t</i>	β	<i>p</i>
Dukungan Sosial	0,352			9,141	0,492	0,000
<i>Hardiness</i> & Dukungan Sosial	0,478	89,21	3,984			0,000
<i>Hardiness</i>				6,844	0,368	0,000

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial mampu menjelaskan 47% variasi dari penyesuaian diri ($R^2 = 0,478$; $F(2,19) = 89,21$; $p < 0,01$). Pada model pertama dapat diketahui bahwa 35,2% variasi penyesuaian diri dapat dijelaskan

oleh variasi dukungan sosial. Dengan penambahan *hardiness* sebagai prediktor, variasi yang dapat dijelaskan naik sebesar 12,6% dengan standar eror 3,9. Dari data yang diperoleh, diketahui bahwa nilai F sebesar 89,21 dengan $p < 0,01$ sehingga dapat dikatakan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat digunakan sebagai prediktor penyesuaian diri.

Selanjutnya peneliti melakukan perhitungan guna mencari tahu sumbangan efektif dari tiap-tiap variabel independen terhadap variabel dependen dan diperoleh hasil bahwa secara parsial sumbangan efektif dari *hardiness* adalah sebesar 18,54% dan dukungan sosial sebesar 29,22% terhadap penyesuaian diri guru. Hal ini bermakna masing-masing variabel prediktor dalam penelitian ini memiliki peran terhadap variabel kriterium. Secara terpisah, dukungan sosial memiliki sumbangan yang lebih besar terhadap penyesuaian diri sebesar 29,22%, sedangkan *hardiness* berperan terhadap penyesuaian diri guru sebesar 18,54%.

Selanjutnya peneliti mengeksplorasi korelasi masing-masing sumber dalam dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Hasil yang didapatkan diurutkan berdasarkan nilai tertinggi adalah dukungan sosial dari orang terdekat dengan $\beta = 0,560$; $p < 0,001$, dukungan sosial rekan kerja dengan $\beta = 0,532$; $p < 0,001$, dukungan sosial atasan kerja dengan $\beta = 0,516$; $p < 0,001$, dan dukungan sosial dari wali siswa dengan $\beta = 0,497$; $p < 0,001$.

Peneliti juga melakukan analisis untuk mengetahui perbedaan skor pada masing-masing variabel penelitian dengan membandingkan data demografi responden. Hasil analisis tersebut dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.

Tabel Analisis Variabel Demografi

Variabel Demografi	<i>Hardiness</i>	Penyesuaian Diri	Dukungan Sosial	Metode pengukuran
Jenis Kelamin	$p = 0,326$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,160$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,335$ Tidak ada perbedaan	<i>Independent t-test</i>
Status Sekolah	$p = 0,330$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,854$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,212$ Tidak ada perbedaan	<i>Independent t-test</i>
Status Pernikahan	$p = 0,424$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,369$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,021$ Ada perbedaan	<i>Independent t-test</i>
Memiliki Anak/tidak	$p = 0,540$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,766$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,474$ Tidak ada perbedaan	<i>Independent t-test</i>
Status Sosial Ekonomi	$p = 0,122$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,768$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,397$ Tidak ada perbedaan	<i>Independent t-test</i>
Usia	$p = 0,371$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,957$ Tidak ada perbedaan	$p = 0,135$ Tidak ada perbedaan	ANOVA

Variabel Demografi	<i>Hardiness</i>	Penyesuaian Diri	Dukungan Sosial	Metode pengukuran
Pendidikan terakhir	$p < 0,001$	$p = 0,231$	$p = 0,774$	ANOVA
	Ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	
Lama Bekerja	$p = 0,168$	$p = 0,320$	$p = 0,337$	ANOVA
	Tidak ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	
Metode KBM	$p = 0,379$	$p = 0,901$	$p = 0,397$	ANOVA
	Tidak ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	
Daerah	$p = 0,091$	$p = 0,019$	$p = 0,498$	<i>Independent t-test</i>
	Ada perbedaan	Ada perbedaan	Tidak ada perbedaan	

Dari hasil tersebut diketahui bahwa terdapat beberapa perbedaan rerata skor pada variabel berdasarkan data demografi responden penelitian. Perbedaan pertama terdapat pada dukungan sosial yang ditinjau dari status pernikahan. Dukungan sosial pada responden yang belum menikah lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang sudah menikah ($t = -2,32$; $p < 0,05$).

Perbedaan kedua terdapat pada variabel *hardiness* yang ditinjau dari pendidikan terakhir subjek penelitian. Semakin tinggi tingkat pendidikan terakhir responden penelitian, maka skor *hardiness*nya juga semakin tinggi ($F = 6,94$; $p < 0,001$).

Perbedaan ketiga terdapat pada variabel *hardiness* dan penyesuaian diri ditinjau dari daerah domisili responden penelitian. Responden yang tinggal di daerah kota ditemukan memiliki tingkat *hardiness* yang lebih tinggi daripada responden yang tinggal di daerah kabupaten ($t = 1,69$; $p < 0,05$). Begitu pula pada variabel penyesuaian diri, dimana subjek yang tinggal di kota memiliki tingkat penyesuaian diri yang lebih tinggi daripada subjek yang tinggal di kabupaten ($t = 2,37$; $p < 0,05$).

Diskusi

Riset ini bertujuan untuk mengetahui peran *hardiness* dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri guru di tingkat sekolah dasar. Berdasarkan analisis regresi berganda diketahui bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil analisis menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama dapat memengaruhi penyesuaian diri dengan sumbangan efektif sebesar 47,8%. Temuan penelitian ini sesuai dengan teori Schneiders (1964) yang menjelaskan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi faktor internal yang dapat berupa *hardiness* dan faktor eksternal berupa dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *hardiness* individu dan semakin tinggi dukungan yang ia peroleh dari lingkungan sekitar maka semakin baik pula penyesuaian dirinya saat menghadapi perubahan atau situasi penuh ancaman.

Berdasarkan temuan penelitian ini diketahui bahwa faktor internal berupa kepribadian *hardiness* dapat memengaruhi penyesuaian diri individu. Hal ini sesuai dengan temuan riset sebelumnya yang dilakukan oleh Fitroh (2011), Bartone *et al.* (2013), serta Payandeh *et al.* (2013), meskipun karakteristik subjek yang digunakan antar penelitian tersebut berbeda. *Hardiness* yang merupakan kombinasi dari 3C yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge* dapat membuat individu lebih mudah menyesuaikan diri ketika dihadapkan dengan kondisi baru yang belum pernah mereka temui sebelumnya (Maddi & Kobasa, 1984). Hal ini disebabkan mereka yang memiliki *hardiness* yang tinggi tidak akan mudah melarikan diri dari kondisi-kondisi yang mengancam dirinya karena memiliki komitmen untuk terlibat pada aktivitas dalam kehidupan, memiliki kepercayaan bahwa aktivitas dalam pengalaman hidup dapat dikontrol, dan melihat perubahan-perubahan yang ada dalam hidup sebagai peluang untuk tumbuh dan mengembangkan kemampuan pribadi (Fitroh, 2011).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa selain faktor internal berupa *hardiness*, terdapat pula pengaruh faktor eksternal berupa dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Hal ini selaras dengan beberapa riset sebelumnya yang menemukan bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri (Biya & Suarya, 2016; Isnawati & Suhariadi, 2013; Ekanita & Putri, 2019). Bahkan Murray *et al.* (2012) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang kuat dalam menentukan penyesuaian diri. Menurut Cohen dan Wills (1985) dukungan sosial yang diterima seseorang dapat berpengaruh pada penyesuaian dirinya karena tersedianya dukungan dari orang sekitar dapat memberikan pengalaman positif, membantu seseorang untuk menghindari pengalaman-pengalaman buruk, membantu individu dalam memproses atau menilai peristiwa hidup yang penuh tekanan, dan membantu individu untuk merespon peristiwa-peristiwa yang menimbulkan stres.

Dukungan sosial merupakan faktor yang lebih besar dalam memprediksi penyesuaian diri dibandingkan dengan *hardiness*. Secara parsial sumbangan efektif dukungan sosial pada penyesuaian diri adalah 29,2%, sedangkan sumbangan efektif *hardiness* adalah 18,5%. Hal tersebut menunjukkan bahwa *hardiness* yang dimiliki guru tidak cukup untuk membuat guru mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan pembelajaran di masa pandemi. Namun, dibutuhkan pula dukungan yang bersumber dari orang terdekat guru, wali siswa, rekan kerja, dan pimpinan guru agar guru memiliki penyesuaian diri yang semakin baik. Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa jika pendidikan hanya dimaknai sebagai proses transfer pengetahuan maka dapat mengakibatkan guru hanya berfokus untuk mengontrol perilakunya dalam pembelajaran seperti menyediakan media pembelajaran yang menarik dan menganggap perubahan pembelajaran di masa pandemi sebagai kesempatan untuk mengembangkan kemampuan guru dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh. Sementara itu ditemukan bahwa membangun ekosistem pendidikan yang penuh dengan dukungan satu sama lain merupakan hal yang lebih penting dalam menghadapi perubahan di dunia pendidikan.

Dukungan sosial yang ditemukan memiliki pengaruh pada penyesuaian diri dalam penelitian ini sesuai dengan teori konstruktivisme sosial yang menjelaskan bahwa interaksi dengan orang di lingkungan sekitar merupakan kunci dari perkembangan manusia (Vygotsky dalam Schunk, 2012). Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa interaksi antar pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan seperti guru, siswa, dan wali siswa memainkan peranan penting agar manusia dapat berkembang seiring dengan perubahan yang terus terjadi dalam dunia pendidikan. Hal ini menjadi menarik untuk diperhatikan karena dalam pelaksanaannya, paradigma pendidikan yang masih dimaknai sebatas proses transfer pengetahuan (Wijaya *et al.*, 2016) merupakan cara pandang yang kurang tepat. Nurani (2021) menjelaskan bahwa pendidikan saat ini seharusnya mampu menyiapkan peserta didik sesuai dengan era revolusi industri 4.0 dan *society* 5.0 dengan mengasah kreativitas, kemampuan berpikir kritis, komunikasi, dan kolaborasi. Tujuan tersebut akan lebih mudah dicapai dengan menyediakan interaksi sosial yang baik antar pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan karena menurut Vygotsky interaksi sosial yang tersedia dapat mentransformasi pengalaman belajar, menstimulasi perkembangan, dan bahkan mendorong pertumbuhan kognitif manusia (Schunk, 2012).

Berdasarkan analisis yang dilakukan diketahui bahwa dukungan sosial pada guru yang paling berpengaruh pada penyesuaian diri adalah dukungan yang didapatkan dari orang terdekat yang meliputi keluarga inti seperti orang tua atau saudara, pasangan, dan teman yang tidak berprofesi sebagai guru. Temuan ini dapat melengkapi temuan riset Rasmitadila *et al.* (2020) bahwa jika dibandingkan antara empat sumber dukungan sosial yaitu orang terdekat, rekan kerja, pimpinan kerja, dan wali siswa, dukungan dari orang terdekat merupakan dukungan sosial yang paling berpengaruh pada penyesuaian diri.

Temuan lain dalam penelitian ini yang juga menarik untuk diperhatikan adalah terdapat sisa sumbangan efektif 52,2% pada penyesuaian diri yang dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa *hardiness* yang dimiliki guru dan dukungan sosial yang ia dapatkan saja tidak cukup untuk mencapai penyesuaian diri yang baik. Guru memerlukan variabel lain yang juga dapat memberikan sumbangan untuk peningkatan tingkat penyesuaian diri seperti religiositas, spiritualitas, optimisme (Salsman *et al.*, 2005), *self esteem* dan resiliensi (Liu *et al.*, 2014).

Peneliti juga melakukan analisis lanjutan untuk mengetahui perbedaan tingkat *hardiness*, dukungan sosial, dan penyesuaian diri guru yang ditinjau dari beberapa aspek demografi seperti jenis kelamin, status sekolah, lama mengajar, metode kegiatan belajar mengajar, usia, status sosial ekonomi, status pernikahan, sudah memiliki anak atau belum memiliki anak, daerah yang dibagi menjadi kota dan kabupaten, serta tingkat pendidikan terakhir. Hasilnya tidak ditemukan perbedaan *hardiness*, dukungan sosial, dan penyesuaian diri berdasarkan beberapa faktor demografi tersebut. Faktor demografi yang ditemukan berkorelasi dengan ketiga variabel dalam penelitian ini adalah status perkawinan, tingkat pendidikan terakhir, dan daerah domisili.

Terdapat perbedaan dukungan sosial berdasarkan status perkawinan, *hardiness* berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, serta perbedaan *hardiness* dan penyesuaian diri berdasarkan daerah domisili. Guru yang tinggal di kota ditemukan memiliki penyesuaian diri dan *hardiness* yang lebih tinggi dibanding guru yang tinggal di kabupaten. Temuan ini bisa jadi dipengaruhi adanya kesenjangan antara kota dan kabupaten. Buruknya fasilitas, rendahnya pendapatan, dan minimnya akses transportasi di daerah pedesaan atau kabupaten menyebabkan rendahnya minat guru untuk mengajar di daerah pedesaan (Vito *et al.*, 2016). Sebaliknya, daerah perkotaan yang memiliki aksesibilitas infrastruktur yang lebih baik menyebabkan pendidikan di kota jauh lebih maju. Hal ini bisa dilihat dari fasilitas pendidikan di kota yang lebih baik, minat guru yang lebih tinggi untuk mengajar di daerah kota sehingga pengajar yang lebih berkompeten juga lebih banyak ditemui di kota (Vito *et al.*, 2016).

Perbedaan kondisi tersebut menyebabkan masyarakat yang tinggal di kota jauh lebih mudah mengakses pendidikan dengan kualitas yang baik dan memiliki minat yang lebih tinggi untuk melanjutkan pendidikan tinggi. Sesuai dengan temuan penelitian ini bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka semakin tinggi pula *hardiness* yang dimiliki sehingga memengaruhi penyesuaian dirinya yang juga semakin baik. Tokarskaya (2018); Hedayati dan Khaeez (2015) menjelaskan bahwa pendidikan yang lebih tinggi pada seseorang dapat memengaruhi level *hardiness*-nya karena individu dengan pendidikan yang lebih tinggi mampu berkomitmen pada mimpi dan tujuan hidup mereka, serta mampu merubah tugas berat yang mereka hadapi menjadi lebih menarik bagi diri mereka sendiri sehingga mereka lebih bersemangat untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit.

Tersedianya kualitas pendidikan yang lebih baik di kota dibandingkan daerah kabupaten juga dapat memengaruhi pola pikir dan perilaku (Fitri *et al.*, 2016). Keterbukaan dalam berpikir yang cenderung lebih rendah dan kentalnya budaya patriarki pada masyarakat desa dibanding individu yang tinggal di kota dapat menyebabkan adanya peningkatan beban pekerjaan domestik pada perempuan. Akibatnya muncul konflik peran ganda atau rendahnya *work family balance*. Sementara itu ditemukan bahwa *work family balance* sangat erat kaitannya dengan dukungan sosial (Afiatin *et al.*, 2015; Anbazhagan & Gurumoorthy, 2015; French *et al.*, 2018). Hal inilah yang bisa memengaruhi munculnya temuan dalam riset ini bahwa dukungan sosial partisipan yang sudah menikah lebih rendah dibanding partisipan yang belum menikah.

Pada masa pandemi sebagian besar aktivitas di luar rumah diliburkan sehingga anak-anak mengikuti pembelajaran secara daring dan para pekerja juga harus bekerja dari rumah secara daring, tidak terkecuali guru. Hal ini dapat memengaruhi bertambahnya beban yang dirasakan guru yang sudah menikah karena harus bekerja di rumah sekaligus mendampingi anak, mengurus pekerjaan rumah, dan melayani kebutuhan pasangan. Pada guru yang belum menikah, hal tersebut mungkin tidak dialami. Bertambahnya beban dan interaksi antar anggota keluarga yang lebih tinggi di masa pandemi mungkin dapat

memengaruhi lebih rendahnya dukungan sosial yang dirasakan guru yang sudah menikah dibandingkan guru yang belum menikah. Salah satu isu yang mendasari munculnya pemikiran tersebut adalah terjadinya peningkatan masalah kekerasan dalam rumah tangga sejak pandemi Covid-19 yang dilaporkan pada Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Muna *et al.*, 2020).

Temuan ini menarik untuk dikaji lebih dalam oleh penelitian selanjutnya karena berbeda dengan temuan riset-riset terdahulu yang menemukan bahwa dukungan sosial pada seseorang yang sudah menikah lebih besar daripada seseorang yang belum menikah (Adamczyk, 2016; Purba *et al.*, 2007; Soulsby & Bennet, 2015). Purba *et al.* (2007) menemukan bahwa ketidakhadiran pasangan pada individu yang berstatus *single* menyebabkan berkurangnya dukungan yang didapatkan ketika menghadapi masalah, sedangkan bagi individu yang sudah menikah, dukungan yang diperoleh dari pasangan menjadi sangat berarti ketika menghadapi masalah karena pasangan merupakan pribadi yang memberikan dukungan paling banyak. Dukungan tersebut juga menyebabkan tingkat *burnout* pada guru yang sudah menikah lebih rendah dibanding guru yang belum menikah (Purba *et al.*, 2007).

Kesimpulan

Hipotesis dalam penelitian ini diterima, artinya *hardiness* dan dukungan sosial terbukti berpengaruh pada penyesuaian diri guru tingkat sekolah dasar dalam pembelajaran di masa pandemi. Berdasarkan uji statistik diketahui bahwa sumbangan efektif dukungan sosial lebih besar pada penyesuaian diri guru dibandingkan *hardiness*. Secara simultan, *hardiness* dan dukungan sosial memberikan pengaruh yang cukup besar pada penyesuaian diri yaitu sebesar 47,8%. Berdasarkan analisis tambahan diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat dukungan sosial pada guru berdasarkan status pernikahan, terdapat perbedaan tingkat *hardiness* berdasarkan pendidikan terakhir, serta terdapat perbedaan tingkat *hardiness* dan penyesuaian diri ditinjau dari daerah domisili responden.

Saran

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* dan dukungan sosial partisipan sebagian besar berada pada kategori tinggi, sedangkan penyesuaian diri sebagian besar masih berada pada kategori sedang. Oleh karena itu disarankan kepada para guru untuk meningkatkan faktor lain yang dibutuhkan dalam penyesuaian diri selain *hardiness* dan dukungan sosial. Faktor tersebut dapat berupa religiositas, spiritualitas, optimisme, *self-esteem*, resiliensi, dan lain sebagainya.

Studi ini juga menemukan bahwa terdapat perbedaan tingkat *hardiness* dan penyesuaian diri antara guru di kota dan kabupaten sehingga diharapkan pemerintah dapat terus melakukan peningkatan pemerataan pendidikan di Indonesia. Upaya untuk meminimalisasi kesenjangan tersebut dapat dilakukan dengan menyediakan pelatihan,

seminar, komunitas, atau *workshop* bagi guru di daerah kabupaten sehingga kemampuan guru dalam mengajar seiring perubahan yang terus terjadi bisa semakin meningkat serta meningkatkan ekosistem penuh dukungan dalam pendidikan.

Pada peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat mengeksplorasi variabel-variabel lain yang dapat memengaruhi penyesuaian diri seperti optimisme, religiositas, spiritualitas, *self-esteem* dan resiliensi pada guru, baik di tingkat sekolah dasar maupun tingkatan lainnya. Temuan baru dalam penelitian ini berupa dukungan sosial yang lebih tinggi pada partisipan yang sudah menikah dibandingkan dengan partisipan yang belum menikah juga menarik untuk dikaji lebih lanjut.

Ucapan Terima kasih

Penelitian ini merupakan hasil akhir dari proses penyusunan tesis. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada responden penelitian yang telah bersedia terlibat dalam proses pengumpulan data. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pembimbing, penguji, dan seluruh pihak yang memberikan bantuan dan dukungan dalam penelitian ini.

Kontribusi Penulis

IP dan ESW merancang studi. IP mengumpulkan dan menganalisis data yang diperoleh. ESW membaca, memberikan masukan, dan menyetujui versi final naskah.

Konflik Kepentingan

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian, penulisan, dan/atau publikasi manuskrip ini.

Pendanaan

Dana dalam penelitian ini berasal dari pendanaan pribadi penulis.

Orcid ID

Immatulfathina Purifiedriyaningrum [0000-0001-7301-3636](https://orcid.org/0000-0001-7301-3636)

Edilburga Wulan Saptandari [0000-0001-9371-2995](https://orcid.org/0000-0001-9371-2995)

Kepustakaan

- Adamczyk, K. (2016). An investigation of loneliness and perceived social support among single and partnered young adults. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 35(4), 674–689. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9337-7>
- Afiatin, T., Adiyanti, M. G., Himam, F., & Handayani, A. (2015). Factors impacting work family balance of working mothers. *Indonesian Psychological Journal*, 30(4), 178-190. <https://doi.org/10.24123/aipj.v30i4.550>
- Anbazhagan, A., & Gurumoorthy, S. (2015). Social support and role conflict-What is the link. *Journal of Management*, 7(1), 193-198.

- Bartone, P., Kelly, D., & Matthews, M. D. (2013). Psychological hardiness predicts adaptability in military leaders: A prospective study. *International Journal of Selection and Assessment*, 21(2), 200-210. <https://doi.org/10.1111/ijsa.12029>
- Biya, C. I. M. J., & Suarya, L. M. K. S. (2016). Hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun pejabat struktural di pemerintahan Provinsi Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 354-362. <https://doi.org/10.24843/JPU.2016.v03.i02.p17>
- Burner, T. (2018). Why is educational change so difficult and how can we make it more effective?. *Forskning & Forandring*, 1(1), 122-134. <https://doi.org/10.23865/fof.v1.1081>
- Cahyani, R. A. (2019). *Peran hardiness dan keparahan autisme terhadap stres pengasuhan ibu dengan moderator dukungan sosial* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-57. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santriwati kelas VII MTs Pondok Pesantren Modern Islam Sukoharjo. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149-154. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5>
- Ermawati, A. Y. (2017). *Pengaruh religiusitas, dukungan sosial, dan penyesuaian diri terhadap kesejahteraan subjektif lansia yang tinggal di panti wreda* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada.
- Fitri, I., Syofyan, E., & Aimon, H. (2016). Analisis faktor-faktor yang memengaruhi produktivitas tenaga kerja dan pertumbuhan ekonomi di Sumatera Barat. *Jurnal Kajian Ekonomi*, 4(7), 1-14.
- Fitroh, S. F. (2011). *Hubungan antara kematangan emosi dan hardiness dengan penyesuaian diri menantu perempuan yang tinggal di rumah ibu mertua* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada.
- French, K. A., Dumani, S., Allen, T. D., & Shockley, K. M. (2018). A meta-analysis of work family conflict and social support. *Psychological Bulletin*, 144(3), 284-314. <https://doi.org/10.1037/bul0000120>
- Hedayati, M., & Khaez, P. (2015). The relationship between psychological hardiness and achievement motivation. *International Journal of Research in Social Sciences*, 5(3), 1-9.
- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Isnawati, D., & Suhariadi, F. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri masa persiapan pensiun pada karyawan PT Pupuk Kaltim. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(1), 1-6.
- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., & Li, T. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 66, 92-97. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.023>
- Maddi, S. R., & Kobasa, S. C. (1984). *The hardy executive: Health under stress*. Dow Jones-Irwin.

- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Muarifah, A., & Barida, M. (2018). Correlational model of coping strategy, social interaction, and self-adjustment. *Psikopedagogia*, 7(2), 58-66.
- Muna, A. N., Rauf, D. T. B., & Krisnantari, I. (2020, Agustus 6). Angka KDRT di Indonesia meningkat sejak pandemi COVID-19: penyebab dan cara mengatasinya. *The Conversation*. <https://theconversation.com/angka-kdrt-di-indonesia-meningkat-sejak-pandemi-covid-19-penyebab-dan-cara-mengatasinya-144001>
- Murray, C., Lombardi, A., Bender, F., & Gerdes, H. (2012). Social support: Main and moderating effects on the relation between financial stress and adjustment among college students with disabilities. *Social Psychology of Education*, 16, 277-295. <https://doi.org/10.1007/s11218-012-9204-4>
- Nurani, D. (2021). Menyiapkan pendidik profesional di era society 5.0. *Direktorat Pendidikan Sekolah Dasar Kemdikbud*. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/menyiapkan-pendidik-profesional-di-era-society-50#>
- Passer, M. W., & Smith, R. E. (2008). *Psychology the science of mind and behavior*. McGraw-Hill.
- Payandeh, F., Etemadi, A., & Karami, A. (2013). The impact of hardiness training on adjustment of adolescents. *Journal Counseling Research and Development*, 12(45), 115-130.
- Purba, J., Yulianto, A., & Widyanti, E. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77-87.
- Rasmitadila, Aliyyah, R. R., Rachmadtullah, R., Samsudin, A., Syaodih, E., Nurtanto, M., & Tambunan, A. R. S. (2020). The perceptions of primary school teachers of online learning during COVID-19 pandemic period: A case study in Indonesia. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 7(2), 90-109. <http://dx.doi.org/10.29333/ejecs/388>
- Salsman, J. M., Brown, T. L., Brechting, E. H., & Carlson, C. R. (2005). The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 31(4), 522-535. <https://doi.org/10.1177/0146167204271563>
- Santoso, M. D. Y. (2020). Dukungan sosial dalam situasi pandemi COVID-19. *Press Jurnal Litbang Sukowati*, 5(1), 11-26.
- Santrock, J. W. (2006). *Human adjustment*. McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (Edisi kedua). John Wiley.
- Schneiders, A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (Edisi keenam). Pustaka Pelajar.
- Sheridan, C. L., & Radmacher, S. A. (1992). *Health psychology: Challenging the biomedical model*. John Wiley and Sons Inc.

- Siregar, S. (2017). *Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Soeparwoto, S., Hariyadi, S., Hendriyani, R., & Litfiah, L. (2004) *Psikologi perkembangan*. Unnes Press.
- Soulsby, L. K., & Bennet, K. M. (2015). Marriage and psychological wellbeing: The role of social support. *Psychology*, 6(11), 1349-1359. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.611132>
- Tanner, S. (2018). *The relationship between attachment, self-regulation, and resilience in undergraduate students' college adjustment* (Disertasi tidak dipublikasikan). Walden University. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/4947>
- Tokarskaya, L. (2018). Comparative study of hardiness referring to adolescents with musculoskeletal disorders and adolescents with normal development. *KnE Life Sciences*, 4(8), 856-867. <https://doi.org/10.18502/cls.v4i8.3343>
- Uchino, B. N. (2004). *Social support and physical health: understanding the health consequences of relationships*. Yale University Press.
- Vito, B., Krisnani, H., & Resnawaty, R. (2016). Kesenjangan pendidikan desa dan kota. *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2(2), 147-300. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13533>
- Wijaya, E. Y., Sudjimat, D. A., & Nyoto, A. (2016). Transformasi pendidikan abad 21 sebagai tuntutan pengembangan sumber daya manusia di era global. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Matematika*, 1, 263-278.