

## Subjective Well-Being Siswa Ditinjau dari *Virtue Temperance* dan *Coping Stress*

Yuti Munica<sup>1)</sup>, Eem Munawaroh<sup>2</sup>

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Semarang

\*) Alamat korespondensi: Jl. Candinegara-Pandansari, Purwokerto, Banyumas, 53163, Indonesia;  
yutimunicha@gmail.com

### Article History:

Received: 04/01/2022;  
Revised: 26/01/2022;  
Accepted: 09/02/2022;  
Published: 22/02/2022.

### How to cite:

Munica, Y., & Munawaroh, E. (2022). Subjective Well-Being Siswa Ditinjau dari *Virtue Temperance* dan *Coping Stress*. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), pp. 357-365. DOI: 10.26539/terapeutik.53873



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © Year, Author(s).

**Abstract:** This study aims to: (1) determine the description of the level of temperance in vocational students, (2) determine the level of coping stress, (3) to describe the effect of virtue temperance and coping stress on vocational students in Purwokerto. The approach in this study uses a quantitative approach to the type of correlation. The data collection technique in this study used a psychological scale with instruments Subjective Well-Being that adapted from the Flourishing Scale (FS), Positive and Negative Experience Scale (SPANE) with a total of 14 statement items, ascalescale temperance of 17 items, and a stress coping of 12. items. The population in this study were students of SMK Negeri 1 Purwokerto, students of SMK Negeri 2 Purwokerto, and students of SMK Negeri 3 Purwokerto with a total sample of 289 determined by cluster sampling technique. The data analysis technique used (1) quantitative descriptive analysis describing the level of virtue temperance, coping stress and subjective well-being, (2) hypothesis testing with multiple regression analysis to determine the effect of virtue temperance and coping stress on' subjective well-being students. The results showed that there was a significant effect between virtue temperance and coping stress on' subjective well-being students.

**Keywords:** Subjective Well-Being, Temperance, Coping Stres

**Abstrak:** Penelitian ini berujuan untuk: (1) mengetahui gambaran tingkat *temperance* pada siswa SMK, (2) mengetahui tingkat *coping stress*, (3) mengetahui gambaran pengaruh *virtue temperance* dan *coping stress* pada siswa SMK di Purwokerto. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan instrument *Subjective Well-Being* yang mengadaptasi dari *Flourishing Scale* (FS), *Scale Positif* and *Negative Experience* (SPANE) dengan jumlah butir pernyataan 14 item, skala *temperance* sebanyak 17 item, dan *coping stress* sebanyak 12 item. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 1 Purwokerto, siswa SMK Negeri 2 Purwokerto, dan siswa SMK Negeri 3 Purwokerto dengan jumlah sampel sebanyak 289 yang ditentukan dengan teknik *cluster sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif menggambarkan tingkat *virtue temperance*, *coping stress* dan *subjective well-being*. Pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear ganda untuk mengetahui pengaruh *virtue temperance* dan *coping stress* terhadap *subjective well-being* siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *virtue temperance* dan *coping stress* terhadap *subjective well-being* siswa. Implikasi penelitian ini terhadap Bimbingan dan Konseling yaitu menjadi rujukan dalam mengembangkan kelimuan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya yang berkaitan dengan *subjective well-being* serta sebagai rujukan dalam Menyusun layanan bimbingan dan konseling guna meningkatkan *subjective well-being* maupun karakter positif siswa.

**Kata Kunci:** *Subjective Well-Being*, *Temperance*, *Coping Stress*

## Pendahuluan

Dalam kehidupan pasti mengalami berbagai peristiwa, baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Dalam menyikapi peristiwa tersebut, individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menyikapinya, Sebagian individu dapat mengendalikan peristiwa yang tidak menyenangkan namun disisi lain ada juga individu yang tidak dapat mengendalikannya. Seseorang individu akan merasa tidak bahagia dan tidak puas ketika tidak dapat mengendalikan kejadian yang tidak menyenangkan. Peristiwa ini dapat dipelajari dalam

*subjective well-being*. Selaras dengan Diener dalam Pratiwi (2016) mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat *subjective well-being* tinggi menunjukkan kualitas hidup yang mengagumkan. Myers dan Diener (1995) menjelaskan bahwa dengan tingkat *subjective well-being* tinggi menunjukkan seseorang dapat menghadapi peristiwa kehidupan dengan baik dan memiliki cara untuk meregulasi emosi.

*Subjective Well-Being* (selanjutnya disingkat SWB) yang diterjemahkan kesejahteraan subjektif biasa disebut juga istilah kebahagiaan. Diener, Oishi dan Lucas (2003) mengungkapkan bahwa SWB terdiri dari analisis ilmiah tentang bagaimana orang mengevaluasi hidup mereka baik saat ini maupun untuk periode yang lebih lama seperti tahun lalu. Evaluasi yang merupakan reaksi emosional individu terhadap peristiwa, suasana hati dan penilaian sebagai bentuk kepuasan hidup. Sehingga, sangat penting para remaja khususnya di Indonesia mempunyai *subjective well-being* yang tinggi karena akan cenderung mempunyai emosi yang selalu positif hingga pada akhirnya segala permasalahan hidup dan tugas perkembangan dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan demikian, perlu memiliki *subjective well-being* yang tinggi, diperkuat oleh hasil penelitian Abele (dalam Kusuma, 2019) *subjective well-being* yang tinggi memiliki pengaruh yang baik pada sisi kognitif, bahwa mereka yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi memicu kreatifitas, imajinasi dan memiliki gaya berpikir yang fleksibel dan konteks kognitif yang lebih luas. Fungsi akademis yang terganggu karena menurunnya *well-being* merupakan hasil yang tidak menguntungkan dan dapat berlangsung lama hingga usia dewasa. Dengan demikian, sukses dalam akademik menjadi salah satu kunci sukses di masa depan baik secara materi seperti penghasilan dan status sosial.

Dewasa ini, dampak dari pembelajaran jarak jauh (PJJ) pada siswa SMK dapat menimbulkan hal buruk bagi kehidupannya. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan Pendidikan pada jenjang Pendidikan menengah yang mengutamakan pengembangan kemampuan siswa untuk melaksanakan jenis pekerjaan tertentu. Dalam proses belajarnya, siswa SMK lebih banyak melakukan praktik baik di sekolah maupun pelaksanaan Praktek kerja industri (Prakerin/PKL). Tetapi pada masa pandemi ini pembelajaran dilaksanakan secara daring sehingga timbul banyak permasalahan diantara siswa merasa jenuh, motivasi belajar menurun sehingga menunda mengerjakan tugas, tidak ada motivasi untuk berprestasi, banyaknya waktu luang digunakan untuk hal yang tidak bermanfaat seperti main game online, bermain gadget hingga lupa waktu, bermain bersama teman, jalan-jalan dan kegiatan lain yang membuatnya lupa akan tugas sebagai siswa.

Pembatasan sosial juga membuatnya merasa bosan karena harus berdiam diri di rumah dan tidak bisa berinteraksi dengan teman-temannya. Namun hal ini malah memicu angka pernikahan dini meningkat, seperti di Madiun menurut penuturan Ketua Pengadilan Agama Zainal Arifin "Kasus pernikahan dini selama delapan bulan terakhir yakni Januari hingga Agustus 2020 tercatat mencapai 120 pengajuan dispensasi nikah. Hal ini dipengaruhi karena beberapa faktor salah satunya karena hamil diluar nikah" dikutip dari Liputan6.com. Masa SMK merupakan masa menuju dewasa awal, salah satunya mempersiapkan kehidupan berumah tangga. Jika tugas perkembangan lain belum dicapai secara optimal akan mengganggu pada proses tugas perkembangan yang lain di masa selanjutnya.

Kenakalan remaja pun terjadi di tengah kewaspadaan masyarakat di tengah pandemi covid 19. Sangat disayangkan sikap pelajar yang tidak paham waspada terhadap penyakit, harusnya belajar dari rumah malah nongkrong dan melakukan aksi tawuran. Banyaknya berita yang menyangkan kasus tawuran antar siswa dikarenakan hal sederhana seperti kalah dalam bertanding futsal atau sepakbola, beda pendapat atau bahkan karena asmara. Termuat dalam berita bahwa sepanjang tahun 2021, tercatat terdapat 45 kasus tawuran antar pelajar di Bogor dan 146 siswa yang terlibat aksi tawuran ditangkap (Republika.co.id).

Peristiwa di atas menunjukkan siswa lebih menunjukkan emosi negatif daripada emosi yang positif. Kelonggaran waktu karena belajar dari rumah digunakan untuk hal-hal yang tidak produktif bahkan dapat menyakiti fisik dan psikologis mereka. Sesungguhnya siswa merasa khawatir akan masa depannya. Terhambatnya proses pembelajaran dan praktik menjadi tidak bisa memenuhi tuntutan pendidikan dengan optimal. Kegiatan Prakerin yang dilaksanakan selama 3 bulan hanya berjalan 50% karena aturan pemerintah sehingga pihak sekolah

melakukan penarikan dini kepada siswa yang sedang melaksanakan praktik baik di industri maupun instansi. Terbatasnya ilmu yang bisa baik secara teori maupun praktik yang seharusnya bisa membekali keterampilan mereka menghadapi dunia kerja menimbulkan kekhawatiran untuk bersaing dalam dunia kerja. Bagi siswa yang tergolong menengah ke atas bisa untuk melanjutkan ke perguruan tinggi, tetapi siswa lain yang memiliki orientasi untuk bekerja setelah lulus merasa bingung dan putus asa. Pandemi ini mengakibatkan berkurangnya peluang kesempatan kerja di banyak perusahaan. Seperti yang terjadi banyak karyawan yang di rumahkan, pengurangan jam kerja maupun pengurangan produksi di beberapa industry, dilarang mengadakan *job fair* untuk menghindari kerumunan.

Termuat dalam lipi.go.id menyebutkan bahwa “data Kementerian dan Ketenagakerjaan per 20 April 2020 mencatat sebanyak 2.084.593 pekerja dari 116.370 perusahaan dirumahkan dan terkena Pemutusan Hubungan Kerja”. Humas LIPI menyebutkan bahwa hasil survey online dilihat dari sisi pekerja yaitu sebanyak 15,6% pekerja mengalami PHK DAN 40% pekerja mengalami penurunan pendapatan, diantaranya sebanyak 7% pendapatan butuh turun sampai 50%”. PHK menjadi solusi yang pahit dimasa pandemic ini. Termuat dalam finance.detik.com “dampak dari pandemic *covid19* perusahaan baja dalam negeri yang terus mengalami penurunan produksi sehingga 100 ribu karyawan terancam PHK”.

Berdasarkan keterangan dari guru Bimbingan Konseling di salah satu SMK di Purwokerto siswa menunjukkan indikasi masalah sehingga guru BK melakukan *home visit* untuk mengetahui kondisi siswa, bahkan ada beberapa siswa kelas X yang memutuskan untuk mengundurkan diri dari sekolah karena tidak bisa belajar dengan baik dan memilih untuk bekerja dengan ijazah lulusan Sekolah Menengah Pertama.

Beberapa hal diatas mengindikasikan bahwa siswa memiliki *subjective well-being* yang rendah. Termuat dalam jurnal yang berjudul “*Happiness: The Science of Subjective Well Being*” yang ditulis oleh Diener, Lucas & Oishi (2018) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan *subjective* secara umum diklasifikasikan menjadi dua yaitu faktor internal (genetika, kepribadian, tempramen, perspektif dan ketahanan) dan faktor eksternal (sumber daya materi yang memadai, sumber daya sosial yang memadai dan masyarakat yang diinginkan). Selain itu, termuat dalam Faqih (2019) ada faktor lain yang mempengaruhi SWB yaitu : *coping stress* (Tyas dan Savira, 2017), *tend and be friend* (Taylor dalam Faqih, 2019), *social support* (Diener, dalam Faqih, 2019), dan *virtue transedence* (Hwang H.L., Tu C. T., dan Chan, H. S. dalam Faqih, 2019).

Dalam penelitian ini fokus pada kesejahteraan siswa ditinjau dari faktor-faktor internal yang berhubungan dengan dirinya sendiri dan hubungannya dengan lingkungan sekitarnya. Hal tersebut didukung oleh pernyataan menurut Park, Peterson dan Seligman dalam Al-Asyuri (2019) yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif mempunyai hubungan positif dengan *strength of character* atau kekuatan karakter. Individu dengan kekuatan karakter yang tinggi maka akan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Diperkuat oleh penelitian dari Husna (2014) menjelaskan bahwa ada hubungan positif antara kekuatan karakter dengan *subjective well-being* pada penduduk dewasa muda asli Yogyakarta.

Kekuatan karakter yang menjadi penunjang SWB yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah *virtue temperance*. *Virtue Temperance* merupakan aspek *character strenghts* yang paling berpengaruh terhadap SWB. *Virtue temperance (forgiveness, humility, pruedence, selfregulation)* dan *copping stress*. *Virtue temperance* merupakan kebajikan kesederhanaan yang menganjurkan individu selalu waspada untuk mempertimbangkan berbagai kemungkinan sehingga harus berpikir sebelum bertindak, sehingga meminimalisir dan terhindar dari akibat buruk karena tindakan yang ceroboh.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* adalah *coping stress*. *Coping stress* merupakan upaya yang dilakukan secara sadar untuk menghadapi tuntutan internal dan eksternal dampak dari interaksi individu dan lingkungan yang dinilai sebagai keadaan berat melebihi kemampuan yang dimiliki (Lazaruz dan Folkman dalam Faqih, 2019). Penelitian yang dilakukan Tyas dan Savira (2017) untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* dengan responden mahasiswa luar Jawa dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *subjective well-being* dengan *coping stress*.

Dengan demikian, *virtue temperance* dan *coping stress* menjadi faktor yang berpengaruh dalam *subjective well-being*. Siswa yang memiliki kekuatan karakter yaitu *virtue temperance* dan *coping stress* yang tinggi menimbulkan *subjective well-being* yang tinggi juga pada siswa. Dengan demikian, siswa lebih menunjukkan emosi yang positif, memicu kreatifitas, pemikiran yang luas dan dapat menghadapi peristiwa-peristiwa dalam hidup dengan baik. Dengan mengetahui kebervariasian *subjective well-being* pada siswa sehingga dapat menjadi pedoman dalam menganalisis masalah-masalah yang dihadapi siswa dan membantunya supaya memiliki kualitas hidup baik.

Dari uraian diatas menarik dilakukan penelitian dengan responden siswa SMK untuk mengetahui tingkat *subjective well-being*. Mengetahui kebahagiaan dan kepuasan hidupnya dengan cara mengevaluasi terhadap peristiwa-peristiwa yang telah terjadi sehingga sebagai generasi muda penerus bangsa memiliki keterampilan dan dapat menata rencana masa depannya. Dapat dirumuskan tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *virtue temperance* terhadap *subjective well-being* siswa, untuk menganalisis pengaruh *coping stress* terhadap *subjective well-being* siswa, dan untuk menganalisis pengaruh *virtue temperance* dan *coping stress* terhadap *subjective well-being* siswa SMK di Purwokerto.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif bersifat deskriptif korelasional karena data-data penelitian dianalisis dengan metode statistik yang menggunakan bantuan SPSS, untuk menggambarkan dan menyelidiki sejauh mana variabel independent memberikan pengaruh kepada variabel dependent berdasarkan koefisien korelasi.

Terdapat 3 variabel dalam penelitian ini yaitu: *virtue temperance*, *coping stress* dan *subjective well-being*. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 1 Purwokerto, SMK Negeri 2 Purwokerto, SMK Negeri 3 Purwokerto. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas, missal penduduk dari suatu daerah, kabupaten atau provinsi (Sugiyono, 2017).

Penentuan jumlah sampel yang dilakukan menggunakan tabel *Isaac and Michael* dengan tingkat kesalahan 5%. Sehingga, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 289 dari 1661 siswa. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologis. Skala *subjective well-being* yang merupakan adaptasi dari skala *Flourishing scale* (FS) dan *Scala Positive and Negative Experience* (SPANE) yang mengukur dimensi kognitif (evaluasi kepuasan hidup secara menyeluruh, domain tertentu) dan dimensi afektif (afek positif, afek negatif). Skala *temperance* yang mengukur dimensi *forgiveness*, *humility*, *prudence*, dan *self-regulation*). Skala *coping stress* yang mengukur *problem focused coping*, *emotional focused coping* dan *social support*). Ketiga skala ini menggunakan jenis respon yaitu skala *Likert*.

Pengujian validitas instrument membandingkan  $r^{\text{hitung}}$  dengan  $r^{\text{tabel}}$ . Nilai  $r^{\text{hitung}}$  dengan taraf signifikansi 5% yaitu 0,361. Pada skala *subjective well-being* terdapat 20 item pernyataan dan pengujian validitas kepada 60 responden menghasilkan 14 item dinyatakan valid dengan nilai koefisien validitas antara 0,385-0,625. Pengujian skala *temperance* 17 item dinyatakan valid dari 20 item pernyataan. Nilai koefisien validitas antara 0,376-0,738. Pengujian skala *coping stress* terdapat 12 item valid dari 15 item pernyataan dengan nilai koefisien validitas 0,373-0,675.

Penghitungan reliabilitas menggunakan formula alpha ( $\alpha$ ). Skala *subjective well-being* memiliki reliabilitas sebesar 0,704 dan reliabilitas pada skala *temperance* sebesar 0,734 serta skala *coping stress* dengan nilai reliabilitas sebesar 0,711. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi ganda. Teknik regresi ganda dapat dilakukan setelah memenuhi syarat uji asumsi klasik statistik yaitu uji normalitas, uji linearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinearitas.

## Hasil dan Diskusi

Hasil penelitian diperoleh dari pengisian kuesioner yang dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan analisis regresi linear berganda menggunakan bantuan program SPSS 23.

### Hasil

Berdasarkan analisis deskriptif kuantitatif, maka diperoleh hasil yang dapat menggambarkan tingkat *subjective well-being*, *virtue temperance* dan *coping stress*. Selanjutnya dijabarkan pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Hasil analisis tingkat *subjective well-being*, *virtue temperance* dan *coping stress* pada siswa SMK di Purwokerto

Variabel	Mean (M)	Standar Deviasi (SD)	Keterangan
<i>Subjective Well-Being</i>	41,44	5,920	sedang
<i>Temperance</i>	50,49	5,320	sedang
<i>Coping Stress</i>	40,18	4,285	tinggi

Berdasarkan tabel 1 diketahui jumlah responden (N) sebanyak 289 siswa yang memberikan hasil diantaranya adalah variabel *subjective well-being* berada pada tingkat sedang (M = 41,44; SD = 5,920), kemudian variabel *temperance* berada pada tingkat sedang (M = 50,49; SD = 5,320), kemudian variabel *coping stress* berada pada tingkat tinggi (M = 40,18; SD = 4,285). Adapun penjelasan lebih rinci pada masing-masing variabel akan dijelaskan pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. hasil analisis deskriptif indikator *subjective well-being*, *virtue temperance* dan *coping stress*

Indikator Kategori	N	M	SD
<b><i>Subjective Well-Being</i></b>			
Kepuasan hidup menyeluruh sedang	289	9,31	1,590
Kepuasan hidup domain sedang	289	12,51	1,878
Afek positif sedang	289	11,43	2,223
Afek negatif sedang	289	8,20	1,906
<b><i>Virtue Temperance</i></b>			
<i>Forgiveness</i> sedang	289	9,40	1,483
<i>Humility</i> sedang	289	12,79	1,586
<i>Prudence</i> sedang	289	15,71	2,111
<i>Self-regulation</i> tinggi	289	13,00	2,404
<b><i>Coping Stress</i></b>			
<i>Problem focused coping</i> sedang	289	13,09	1,610
<i>Emotion focused coping</i> tinggi	289	14,02	1,609
<i>Support social</i> tinggi	289	12,46	2,445

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pada variabel *subjective well-being* keempat dimensi berada pada kategori sedang. Selanjutnya pada variabel *temperance* ketiga dimensi berada pada tingkat sedang dan satu dimensi berada pada tingkat tinggi. Pada variabel *coping stress* satu dimensi berada pada tingkat sedang dan 2 dimensi berada pada tingkat tinggi.

Pengujian hipotesis menggunakan Teknik regresi linear berganda. Analisis regresi berganda dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel independen dengan variabel dependen. Selain itu analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kedua variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen.

Sebelum pengujian analisis regresi berganda, terdapat beberapa syarat yang harus dipenuhi yaitu data berdistribusi normal, data linear, tidak terjadi heteroskedastisitas dan tidak terjadi multikolinearitas. Hasil pengujian di atas ditampilkan pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Uji Normalitas Data

Variabel	K-S	P	Keterangan
<i>Temperance</i>	0,078	> 0,05	Normal
<i>Coping stress</i>	0,099	> 0,05	Normal

Uji asumsi yang pertama yaitu uji normalitas data. Dilihat dari indeks *kolmogrov-simironov* melalui program SPSS versi 23. Hasil signifikansi pada pengolahan menghasilkan dimana  $p > 0,05$  yaitu sebesar 0,078 untuk nilai *temperance* dan 0,099 untuk nilai *coping stress*. Sehingga dapat dinyatakan bahwa data penelitian tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
<i>Temperance</i>	0,993	> 0,05	linear
<i>Coping stress</i>	0,821	> 0,05	linear

Uji asumsi berikutnya yaitu linearitas data, yang dapat dilihat melalui *Deviation of Linearity* melalui Program SPSS Statistik versi 23. Hasil signifikansi *Deviation of Linearity* yaitu 0,481 untuk variabel *temperance* dan 0,694 untuk variabel *coping stress*. Hasil signifikansi tersebut > 0,05 maka hal tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel *temperance* dan *coping stress* terhadap *subjective well-being* siswa.

Tabel 5. Uji multikoleneritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
<i>Temperance</i>	0,853	1,173	tidak terjadi multikoleneritas
<i>Coping stress</i>	0,853	1,173	tidak terjadi multikoleneritas

Selain itu peneliti juga melakukan uji multikolinearitas dengan ketentuan nilai *tolerance* lebih dari 0,1 dan VIF kurang dari 10 maka tidak terjadi multikolinearitas. Nilai *tolerance* yaitu 0,853 untuk variabel *temperance* dan *coping stress*. Lalu untuk nilai VIF kedua variabel yaitu 1,173.

Tabel 6. Uji heteroskedastisitas

Variabel	signifikansi	Keterangan
<i>Temperance</i>	0,959	tidak terjadi heteroskedastisitas
<i>Coping stress</i>	0,454	tidak terjadi heteroskedastisitas

Selanjutnya untuk uji yang terakhir yaitu uji heteroskedastisitas dengan ketentuan nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka tidak terjadi heteroskedastisitas. Hasil uji heteroskedastisitas untuk variabel *temperance* sebesar 0,959 dan variabel *coping stres* yaitu 0,454. Data penelitian tersebut telah memenuhi syarat untuk dilakukan uji regresi ganda. Hasil pengujian regresi linear berganda ditampilkan pada tabel 7 berikut:

Tabel 7. Hasil pengujian regresi linear berganda

No	Prediktor	a	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	F (3,89)
1	<i>Temperance</i>		.475	9.173			
2	<i>Coping stress</i>		.211	4.079			
3	<i>Temperance &amp; Coping stress</i>	3,049			.589	.347	75,944

Dari tabel dapat diamati analisis uji t guna mengetahui secara parsial *virtue temperance* berpengaruh pada *subjective well-being* siswa ( $\beta = .475$ ; signifikansi  $<0,05$ ) sehingga hipotesis peneliti yang berbunyi "ada pengaruh yang signifikan antara *virtue temperance* terhadap *subjective well-being* siswa SMK di Purwokerto" diterima.

Analisis dari nilai t hitung variabel *coping stress* berpengaruh pada *subjective well-being* siswa ( $\beta = 0,211$ ; signifikansi  $<0,05$ ) dengan demikian mendukung hipotesis peneliti yang berbunyi "ada pengaruh yang signifikan *coping stress* terhadap *subjective well-being* Siswa SMK di Purwokerto" diterima. Sehingga dapat diartikan *coping stress* berpengaruh signifikan terhadap *subjective well-being*.

Hasil analisis regresi uji F variabel *temperance* dan *coping stress* berpengaruh secara bersama-sama terhadap *subjective well-being* ( $R=0,589$ ,  $F(3,89) = 75,94$ ;  $p<0,01$ ). Hasil uji F menunjukkan bahwa hipotesis peneliti yang berbunyi "Ada pengaruh yang signifikan *virtue temperance* dan *coping stress* terhadap *Subjective Well-Being* Siswa SMK di Purwokerto secara bersama-sama" diterima.

Analisis determinasi menunjukkan sumbangan pengaruh *temperance* dan *coping stress* secara bersama-sama berpengaruh terhadap *subjective well-being* sebesar 34,7% ( $R^2 = 0,347$ ).

## Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui tingkat *subjective well-being* pada siswa SMK di Purwokerto berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa merasa puas dan bahagia dalam hidupnya. hal ini menunjukkan bahwa seseorang dapat menghadapi peristiwa dalam hidup dengan baik tercermin dari respon menghadapi sebuah peristiwa dan kemampuan dalam mengelola emosi. Selaras dengan penelitian Nawangsari, dkk (2020) mengemukakan bahwa tingkat kesejahteraan yang rendah berdampak pada psikologis siswa, muncul perilaku negatif dan berkaitan dengan hasil prestasi akademik.

Kemudian penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat *temperance* sedang. *Temperance* merupakan karakter positif yang perlu dikembangkan. Karakter ini tercermin dari sikap mampu mengendalikan diri, mengontrol emosi, motivasi, rendah hati, dan bijaksana dalam mengambil keputusan atau memilih suatu tindakan. Karakter *temperance* memiliki empat dimensi yaitu forgiveness yang berarti memaafkan tanpa rasa dendam (Devi, 2018). *Humility* yaitu sikap rendah hati. Di masa kini, harus beradaptasi dengan peraturan dan kebiasaan baru. Sikap rendah hati ini dapat diartikan dengan sikap percaya segala yang terjadi adalah kehendak Tuhan, manusia hanya bisa berusaha dengan menjaga diri dan berdoa. Sumatri dalam Aryani (2019) berpendapat bahwa manfaat memiliki karakter rendah hati adalah disenangi Tuhan dan manusia lain, bahagia, tenang dan dijanjikan masuk surga. Dengan demikian dapat diartikan bahwa *humility* adalah sikap taat atau patuh atau mau mendengar terhadap apa yang disampaikan oleh orang lain.

Selanjutnya *prudence* yaitu bijaksana. Bijaksana untuk mempersiapkan masa depan. Individu yang bijaksana tidak akan mengorbankan tujuan jangka panjangnya dengan harapan mendapatkan kebahagiaan yang lebih besar (Peterson & Seligman dalam Aryani, 2019). *Self-*

*regulation* ialah upaya untuk meregulasi diri supaya terhindar dari hal yang tidak diinginkan. Tercermin dalam kemampuan mengendalikan pikiran dan perbuatan.

Variabel *coping stress* berada pada tingkat tinggi artinya responden memiliki strategi yang tepat khususnya dalam memecahkan masalah dengan berfokus pada masalah serta emosinya. Kemudian dari sisi eksternal memiliki tingkat *support social* sedang. *coping stress* perlu dimiliki siswa karena dalam hidup pasti menghadapi masalah dan kemampuan ini perlu dimiliki dan dikembangkan agar tidak terpaku pada masalah sehingga dapat mengembangkan diri secara optimal. Penelitian Devi (2018) terhadap mahasiswa luar Jawa yang mengalami hambatan dalam berkomunikasi harus mereka hadapi dan dicarai solusinya agar tetap berjalan efektif dan lancar melalui komunikasi yang baik. Tanpa terkecuali terjadi pada siswa

Masih adanya wabah pandemi yang masih harus diupayakan bersama terkait memutus mata rantai penyebaran virus mengakibatkan terbatasnya peluangnya pekerjaan. Hal ini memicu keresahan di kalangan siswa SMK. Dengan demikian, bantuan non materi yang diberikan oleh bapak ibu guru khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK) Dengan mengetahuinya tingkat *subjective well-being* siswa sehingga guru BK dapat merencanakan layanan baik dalam format individu, kelompok maupun klasikal guna mengembangkan tingkat *subjective well-being*.

## Ucapan Terima Kasih

---

Terima kasih kepada bapak ibu dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang yang telah membimbing selama proses pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih peneliti sampaikan kepada pihak sekolah tempat penelitian yaitu SMK Negeri 1 Purwokerto, SMK Negeri 2 Purwokerto, dan SMK Negeri 3 Purwokerto yang telah memberi izin dan membantu pelaksanaan penelitian. Terima kasih juga peneliti sampaikan kepada teman-teman yang turut membantu dalam memberikan dukungan baik secara materiil maupun non materiil.

## Daftar Rujukan

---

- Al-Asykuri, M. Widad Maulana. 2019. Pengaruh Humanity dan Trancedence Terhadap Subjectives Well-Being Karyawan. Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Aryani, Sumita. 2019. Pengaruh Temperance dan Humanity terhadap Subjectives Well-Being Karyawan. Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Devi, J. 2018. *Forgiveness, Self-esteem, and subjectives well-being among female across age*, 23-(1), 48-57. <https://doi.org/10.9790/0837-2301074857>
- Diener, ED., Oishi S., & Lucas, R.E. 2003. Personality, Culture, and *subjectives well-being*: emotional and cognitive evalyations of life. Doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056
- Diener, Ed., Lucas. R.e. & Oishi, S. 2018. Advances and Open Questions in the science of subjective well-being. *Collabra Psychology*, 4(1). 1-49.
- Fakhrudin, Muhammad. 2021. "Sepanjang 2021, 45 Kasus Tawuran Pelajar Warnai Kota Bogor". <https://www.republika.co.id/berita/r4bmg1327/sepanjang-2021-45-kasus-tawuran-pelajar-warnai-kota-bogor>. Diakses 2 Februari 2022 pukul 18.00.
- Faqih, Nurul. 2019. Pengaruh *Virtue Trancedence* dan *Coping Stress* terhadap Kesejahteraan Subjektif Remaja Santri di Indramayu. Skripsi. Fakultas Psikologi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Husna, Sabiqotul dan Satih Saidiyah. 2014. Kekuatan karakter dan Kesejahteraan Subjektif Penduduk Dewasa Muda Asli Yogyakarta. *Psikologika* Vol. 19, No. 1. Yogyakarta: UNY.
- Lazarus, Richard S & Folkman. 1984. *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer Publishing Company, Inc.
- Lipi.go.id. 2020. Survei Dampak Darurat Virus Corona terhadap Tenaga Kerja Indonesia. Retrieved from Lipi.go.id.

- Liputan6.com. 2020. Miris, Kasus Remaja 'Hamil Dulu' Melonjak Selama Pandemi Covid-19 di Madiun.
- Nawang Sari, Nurainy Fardana, M. Ahkam A, Dewi Retno Suminar. 2020. Kesejahteraan di Sekolah bagi Siswa SMA: Konsep dan Faktor yang Berpengaruh. *Jurnal Psikologi Talenta*. Vol. 5, No. 2. Makassar: UNAIR
- Pratiwi, Tities Sri Dewi. 2016. Hubungan antara Self esteem dengan subjective well-being pada siswa SMK. Surakarta: UMS.
- Sugiyono. 2017. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Tyas, Widya Candraning & Siti Ina Savira. 2017. Hubungan Antara *Copping Stress* dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Luar Jawa. *Jurnal Psikologi Pendidikan* Vol. 4 No. 2. Surabaya: UNESA.
- Wati, Linda. 2015. Hubungan antara Coping Stress dengan Subjective Well-Being Pada Penduduk Desa Balerante, Klaten. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

---

**Competing interests:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---