



## HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *STRESS-RELATED GROWTH* PADA SANTRI PONDOK PESANTREN

Fidza 'Azimatul 'Aqilah  
Subandi

Fakultas Psikologi  
Universitas Gadjah Mada

### INTISARI

Psikologi positif memandang bahwa setiap kejadian yang memberikan tekanan sebesar apapun tidak selalu berdampak negatif. Pengalaman negatif yang berdampak pada pertumbuhan positif disebut *stress-related growth*. *Stress-related growth* difokuskan pada masalah-masalah yang muncul dalam kehidupan sehari-hari, termasuk masalah yang terjadi pada santri pondok pesantren. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *stress-related growth* pada santri pondok pesantren.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 356 santri dari empat pondok pesantren di Yogyakarta. Metode pengumpulan data menggunakan skala optimisme dan skala *stress-related growth*. Hasil korelasi dengan menggunakan metode analisis korelasi *product moment* dari Pearson menyebutkan bahwa ada hubungan positif antara optimisme dengan *stress-related growth* dengan  $r = 0,739$  dan  $p < 0,01$ .

Kata Kunci: *Stress-Related Growth*, optimisme, santri, pondok pesantren



*THE RELATIONSHIP BETWEEN OPTIMISM AND STRESS-RELATED GROWTH  
AMONG SANTRI PONDOK PESANTREN*

Fidza 'Azimatul 'Aqilah  
Subandi

*Faculty of Psychology  
Gadjah Mada University*

**ABSTRACT**

*Positive psychology views that every moment which gave pressure would not always give negative impact. The negative experience which affects to positive growth was called stress-related growth (SRG). Stress-related growth was focused on problems that occur in daily life, including problem that occurs on Islamic Boarding Schools Student. The aim of this study is to examine relationship between optimism and stress-related growth among Islamic Boarding School student which usually called santri.*

*The subject of this study was 356 santri from four Islamic Boarding schools or Pondok Pesantren in Yogyakarta. The Instruments of data collection in this study were optimism scale and stress-related growth scale. The result of correlation using a metode of product moment correlation analyze from Pearson showed that optimism was positively correlated with stress-related growth ( $r = 0,739, p < 0,01$ )*

*Keywords: stress-related growth, optimism, santri, pondok pesantren*