

## **PENGELOLA JURNAL**

**Editor-in-Chief:**

R. Rachmy Diana (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

**Managing Editor:**

Sabiqotul Husna (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

**Editorial Board Members:**

Erika Setyanti Kusumaputri (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Ruseno Arjangga (Universitas Sultan Agung Semarang)

Ali Mashuri (Universitas Brawijaya Malang)

Nuristighfari Masri Khaerani (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Sara Palila (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Very Julianto (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Denisa Apriliawati (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Muslim Hidayat (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Aditya Dedy Nugraha (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Candra Indraswari (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Fitriana Widyastuti (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Ratna Mustika Handayani (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Syaiful Fakhri (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

**Assistant Editor:**

Eka Saputra Restu Aji (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

**Peer Reviewers:**

Bambang Sumintono (Institute of Educational Leadership,  
Faculty of Education, Universiti Malaya, Malaysia)

Al Makin (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia)

Subandi Subandi (Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada Yogyakarta, Indonesia)

Fuad Nashori (Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, Indonesia)

Ajeng Juwita Puspitasari (Indiana University, United States of America)

Cut Nurul Kemala (Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Indonesia)

Muhammad Johan Nasrul Huda (Western Sydney University, Sidney, Australia)

Ridwan Aji Budi Prasetyo (University of Nottingham, United Kingdom)

Baidi Bukhori (UIN Walisongo, Semarang Indonesia)

**Diterbitkan oleh:**

Prodi Psikologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

**Alamat Redaksi:**

Prodi Psikologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta

Telp (0274) 51957; Fax. (0274) 519571

Email: [jpsi@uin-suka.ac.id](mailto:jpsi@uin-suka.ac.id)

**JURNAL  
PSIKOLOGI INTEGRATIF**

---

**DAFTAR ISI**

PENGANTAR REDAKSI: EDITOR IN CHIEF (iii-v)

TRAUMA DAN KELEKATAN PADA INDIVIDU DEWASA YANG  
MENYAKSIKAN KDRT: KEPERIBADIAN SEBAGAI MODERATOR (1-15)

**Andini Damayanti, Margaretha Margaretha**

ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE DAN DELIBERATE SELF-HARM  
PADA REMAJA DI INDONESIA (16-28)

**Anindya Dewi Paramita, Andi Tenri Faradiba, Khintan Sucitasari Mustofa**

KONTRIBUSI STRESS KERJA DAN HARDINESS PADA BURNOUT  
PEKERJA (29-40)

**Pugud Aujian Arum Marisa, Lufiana Harnany Utami**

INTENSI KELUAR KERJA DITINJAU DARI THEORY OF PLANNED  
BEHAVIOR (41-61)

**Skolastika Meta Wedika Titiani, Rostiana**

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DITINJAU DARI REGULASI EMOSI  
PADA IBU YANG MENDAMPINGI ANAK SEKOLAH DARI RUMAH (62-  
75)

**Ruseno Arjanggi, Maya Arizqina Fauziah**

SEKOLAH MENYENANGKAN: KONSEP SEKOLAH YANG  
MEMPROMOSIKAN WELL-BEING BERDASARKAN SUARA ANAK-  
ANAK, ORANGTUA DAN GURU DI INDONESIA: GROUNDED ANALISIS  
(76-94)

**Novi Poespita Candra, Muhammad Nur Rizal**

KARAKTER DISIPLIN SISWA DITINJAU DARI PERSEPSI KETAHANAN  
KELUARGA DAN KUALITAS KEHIDUPAN SEKOLAH (95-114)

**Siti Salma Salsabila, Raden Rachmy Diana**

BERPIKIR POSITIF DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG  
MENYELESAIKAN SKRIPSI (115-131)

**Zidni Immawan Muslimin**

## PENGANTAR REDAKSI

### TRAUMA, *BURN OUT* HINGGA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SAAT PANDEMI

*Assalamu'alaikum warohmatullahi wabarokatuh*

Pada edisi April 2021 volume 9 no 1 ini kami sajikan beberapa artikel hasil riset yang terbagi dalam tiga klaster kajian, yaitu Psikologi Klinis, Psikologi Industri dan Organisasi, serta Psikologi Pendidikan. Ada benang merah antar artikel yang dimuat dalam edisi ini, yaitu pengalaman masa lalu dan kemampuan mengelola diri berpengaruh terhadap hadirnya kesejahteraan psikologis dalam diri individu.

Artikel pertama ditulis Damayanti dan Margaretha. Dua peneliti dari Universitas Airlangga Surabaya ini menemukan fakta bahwa menyaksikan peristiwa kekerasan dalam rumah tangga dapat menjadi suatu pengalaman yang traumatis bagi anak dan akan mempengaruhi kelekatan mereka terhadap orangtua. Dalam jangka panjang, pengalaman traumatis ini mempengaruhi kelekatan saat mereka tumbuh dewasa, khususnya pada kelekatan terhadap pasangan. Hasil penelitian ini dapat menjadi pelajaran bagi orangtua dan juga yang bersiap-siap jadi orangtua untuk benar-benar menjaga dan mampu mengelola kehidupan keluarga sebaik-baiknya. Dalam keseharian, mereka harus benar-benar menjaga agar konflik suami-istri dapat dikelola sebaik-baiknya sehingga tidak menjadi peristiwa yang menghasilkan trauma bagi anak-anak mereka.

Hasil penelitian juga menemukan bahwa variabel kepribadian diposisikan sebagai moderator dan menunjukkan hasil bahwa pengaruh yang ditimbulkan dipengaruhi oleh trait kepribadian yang berbeda pada setiap jenis kelekatan. Kelekatan aman yang ada dalam diri individu dipengaruhi sifat kepribadian ekstraversi (*extraversion*) dan kehati-hatian (*conscientiousness*). Kelekatan cemas dipengaruhi oleh sifat kepribadian kebaikan hati (*agreeableness*). Kelekatan menghindari dipengaruhi sifat kepribadian kehati-hatian (*conscientiousness*) dan sifat kepribadian keterbukaan terhadap pengalaman (*openness to experience*). Hasil penelitian menunjukkan apa yang telah secara melekat dalam diri kita memberikan pengaruh terhadap respons individu terhadap berbagai pengalaman traumatis.

Artikel kedua merupakan hasil penelitian Paramita, Faradiba dan Mustofa. Tiga peneliti dari Universitas Pancasila Jakarta mengambil fokus kajian yang hampir serupa, yakni tentang pengalaman tidak menyenangkan di masa lalu (*adverse childhood experience*) dan pengaruhnya terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*deliberate-self harm*) pada remaja. Hasil dari penelitian secara signifikan menunjukkan adanya korelasi *adverse childhood experience* dan *deliberate-self harm* pada remaja. Semakin tinggi *adverse childhood experience* semakin tinggi pula kecenderungan melakukan *deliberate-self harm* pada remaja.

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian pertama di atas, bahwa pengalaman yang tidak menyenangkan di masa lalu memiliki dampak jangka panjang. Hasil penelitian ini, selain memberi pesan tentang pentingnya kemampuan mengelola diri dan mengelola kehidupan bersama, juga memberi tantangan agar perilaku yang buruk, dalam hal ini perilaku menyakiti

diri sendiri (*deliberate-self harm*) dan kelekatan kepada pasangan yang bermasalah, dapat diminimalisasi, diobati, dan diperbaiki. Tantangannya tentu saja adalah perlakuan apa yang tepat untuk menangani masalah mereka.

Selanjutnya pada artikel ketiga melaporkan tema kajian Psikologi Industri dan Organisasi, yakni tentang *burn out* pada pekerja yang ditulis oleh Aujian Marisa dan Utami. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa dua variabel bebas, yakni stres kerja dan *hardiness*, terbukti memiliki korelasi yang signifikan dengan *burn out* pada pekerja. Semakin tinggi stres kerja semakin tinggi pula *burn-out* dan semakin tinggi *hardiness*, semakin rendah *burn out* pada pekerja. Tulisan ini secara implisit memberi pesan bahwa kemampuan mengelola diri, dalam hal ini adalah mengelola stres, akan berpengaruh terhadap kemampuan karyawan menikmati pekerjaannya.

Adapun artikel keempat yang dilaporkan Titiani dan Rostiana dari Universitas Tarumanegara Jakarta, mengungkap tentang intensi keluar kerja di masa pandemik covid-19 ditinjau dari *theory of planned behavior*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensi kerja dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku, norma subjektif dan kontrol perilaku. Faktor yang paling dominan dalam mempengaruhi intensi keluar kerja adalah norma subjektif. Tulisan ini juga memberi pesan implisit bahwa peraturan hidup yang diyakini secara subjektif oleh individu akan berpengaruh terhadap kerasan tidaknya terhadap pekerjaan yang mereka tekuni.

Empat artikel terakhir dari edisi kali ini menyajikan hasil riset di ranah psikologi pendidikan, baik keluarga maupun sekolah. Dilaporkan oleh Fauziyah dan Arjangga dari Universitas Islam Sultan Agung Semarang menyoroti peran regulasi emosi pada ibu yang mendampingi anak belajar di rumah pada masa pandemic covid-19. Riset ini menunjukkan bahwa kemampuan ibu dalam meregulasi emosinya secara signifikan berpengaruh terhadap rasa sejahtera yang dimilikinya. Tentunya temuan ini semakin menguatkan pentingnya pengelolaan emosi agar dalam keadaan yang serba tidak pasti seperti saat ini kesejahteraan psikologis perlu terus diupayakan dan diasah. Pesan penting dari tulisan ini adalah kemampuan mengelola emosi agar mampu menghadapi situasi yang berubah tanpa pola yang jelas.

Artikel keenam disusun oleh Candra dan Rizal dari Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Hasil penelitian ini menyajikan hasil riset dengan *grounded analysis* tentang sekolah menyenangkan sebagai model sekolah yang diharapkan mampu menciptakan kebahagiaan peserta didik dan berfungsi optimal dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan yang supportif akan memberi pengaruh terhadap kesuksesan tujuan pembelajaran pelajar.

Semakin kuat landasan empiris yang menunjukkan bahwa sekolah dan rumah adalah tempat utama bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi diri mereka, termasuk di dalamnya dalam hal pendidikan karakter. Hal ini sebagaimana dilaporkan oleh Salsabila dan Diana dalam artikel berjudul Karakter Disiplin ditinjau dari Ketahanan Keluarga dan *Quality of School Life* (QSL). Kedua variabel secara signifikan berpengaruh terhadap terbentuknya karakter disiplin.

Artikel terakhir sebagai penegasan bagi para mahasiswa ditunjukkan oleh hasil riset dari Muslimin tentang pengaruh berpikir positif dalam membentuk resiliensi saat mengerjakan skripsi. Rekomendasi hasil penelitian ini ditujukan pada mahasiswa untuk senantiasa

meningkatkan kemampuan berpikir positif ketika dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan dan tantangan, sebagaimana saat pengerjaan skripsi sehingga agar dapat melewati setiap situasi yang penuh tantangan dan tekanan secara adaptif, tanpa menimbulkan efek negatif, baik secara fisik maupun psikologis.

Hal yang sangat penting adalah penelitian ini semoga memberi tantangan kepada para pembaca untuk menindaklanjutinya, baik dengan penelitian lanjutan maupun penerapan dalam praktik hidup sehari-hari maupun praktik psikologi.

Redaksi mengucapkan terima kasih pada para penulis yang telah berkontribusi mengirimkan artikel berkualitas dan menambah khazanah publikasi penelitian yang bermanfaat bagi para pembaca.

Salam Sehat dan Produktif,

*Wassalamu 'alaikum warohmatullahi wabarokatuh*

Yogyakarta, 30 April 2021

Editor in Chief JPI



Dr. R Rachmy Diana., M.A., Psikolog