

# The Influence Between Social Skills and Optimism on the Ability of Problem Focused Coping in Working Students

## [Pengaruh Antara Social Skill Dan Optimisme Dengan Kemampuan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja]

Riyan Sudarsono<sup>1)</sup>, Effy Wardati Maryam \*,<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: effywardati@umsida.ac.id

**Abstract.** *The phenomenon of the increasing number of working students who have difficulty in managing time between academic and work needs, makes them feel stressed in their lives so that it can cause the emergence of problem focused coping in individuals. Some factors that influence PFC include social skills and optimism so that the purpose of the current study is to identify the Influence Between Social Skills and Optimism with Problem Focused Coping in Students of the University of Muhammadiyah Sidoarjo Who Work. This type of research is quantitative regression, namely multiple linear regression. With a sample of 375 from a population of 12,730 students. Sample selection with the technique The sampling technique in this study used accidental sampling where subjects were selected based on coincidence or closeness to researchers who had the appropriate criteria. The measuring instrument in this study used the Social skill scale with a reliability score of 0.891, the optimism scale with a reliability score of 0.919 and the problem focused coping scale with a reliability score of 0.907. Furthermore, data analysis used multiple regression tests. The results of the study can be concluded that there is a positive relationship between optimism and problem focused coping. Of the two variables that most influence problem focused coping is optimism ( $t = 4.256$ ; with a significant value of  $p = 0.005 > .001 < 0.05$ ). The higher the optimism applied, the greater the possibility of problem focused coping in students working. Therefore, it can be concluded that there is a positive relationship between optimism and social skills with problem focused coping. This shows that the hypothesis stating that optimism and social skills with problem focused coping can be accepted.*

**Keywords** - Problem Focused Coping; Social Skill; Optimism ; Student

**Abstrak.** *Fenomena maraknya mahasiswa yang bekerja mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara kebutuhan akademik dan pekerjaan, membuat mereka merasa tertekan dalam hidupnya sehingga dapat menyebabkan munculnya problem focused coping pada diri individu. Beberapa faktor yang mempengaruhi PFC diantaranya social skill dan optimisme sehingga tujuan penelitian saat ini adalah untuk mengidentifikasi Pengaruh Antara Sosial Skill Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Yang Bekerja. Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif regresi yakni regresi linier berganda. Dengan sampel berjumlah 375 dari jumlah populasi 12.730 Mahasiswa. Pemilihan sample dengan teknik Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan accidental sampling yang mana subjek dipilih berdasarkan kebetulan ataupun kedekatan dengan peneliti yang memiliki kriteria yang sesuai. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala Social skill Dengan skor reliabilitas 0,891, skala optimisme dengan skor reliabilitas 0,919 Dan skala problem focused coping skor reliabilitasnya 0,907 Selanjutnya analisa data menggunakan uji regresi berganda. Hasil penelitiannya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara optimism dengan problem focused coping. Dari kedua variabel yang paling mempengaruhi terhadap problem focused coping adalah optimisme ( $t= 4.256$ ; dengan nilai signifikan  $p = 0.005 > .001 < 0.05$ ). semakin tinggi optimisme yang diterapkan maka semakin besar kemungkinan problem focused coping pada mahasiswa bekerja. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif. antara optimisme dan social skill dengan problem focused coping. Hal ini menunjukkan hipotesa yang menyatakan bahwa optimisme dan sosial skill dengan problem focused coping dapat diterima.*

**Kata Kunci** - Problem Focused Coping ; Keterampilan Sosial, Optimisme ; Mahasiswa

## I. PENDAHULUAN

Seseorang yang berstatus mahasiswa memiliki kebanggaan tersendiri karena mereka memiliki kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi. Tanggung jawab terbaik sebagai pelajar/mahasiswa perkuliahan adalah lulus tepat waktu dan mendapatkan gelar sarjananya. Sebagai mahasiswa yang aktif, dalam pembelajaran mereka harus mengikuti

banyak aktivitas kuliah, seperti proses pembelajaran dan menerima tugas individu dan kelompok dari dosen setiap pertemuan perkuliahan. Tidak jarang, mahasiswa mengeluh tentang jadwal yang padat antara perkuliahan dan pekerjaan mereka, yang membuat mereka kesulitan menyelesaikan tugas kuliah. Mahasiswa yang tidak bisa menyelesaikan tugas perkuliahan akan menjadikan beban tersendiri bagi mahasiswa, sehingga beban dan keluh kesah mahasiswa yang tidak bisa menyelesaikan tugasnya yang di tampilkan menjadi suatu gejala yang menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami gejala stress. Menurut Brech stres sebagai gangguan fisik dan mental yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalamnya [1].

Sebagian mahasiswa selain menjalani perkuliahan saja banyak juga mahasiswa yang memilih untuk bekerja sambil kuliah. Dengan adanya tuntutan bekerja dan perkuliahan mahasiswa lebih tertekan karena adanya tanggung jawab lebih yang menyebabkan mahasiswa merasa stres. Menurut Abdulghani dalam [2] yang mengatakan bahwa stres dapat berdampak baik atau buruk stres dapat berdampak positif jika tidak melebihi kapasitas individu, dengan mendorong perkembangan dan kreativitas. Namun, stres juga bisa berdampak negatif, seperti kesulitan berkonsentrasi selama kuliah, penurunan minat pada aktivitas biasa, dan penurunan motivasi, yang dapat mengarah pada perilaku kurang adaptif.

Setiap mahasiswa/pelajar memiliki beragam strategi penyelesaian digunakan untuk mengatasi stres yang dialami dalam proses penyelesaiannya. anantara lain dengan strategi problem focused coping. Menurut Lazarus & Folkman [3] problem focused coping merupakan cara untuk mengatasi masalah seseorang dengan belajar strategi-strategi baru dan terampil. Problem-focused coping sering diterapkan ketika seseorang percaya bahwa mereka dapat mengatasi dan menyelesaikan masalah dengan tindakan langsung, seperti tugas atau pekerjaan. Strategi ini melibatkan definisi masalah, pencarian solusi, dan alternatif, serta bertujuan mengurangi stres melalui pendekatan langsung seperti perencanaan, pengendalian, dan pengurangan persaingan.

Menurut Cohen dan Lazarus [4] Aspek-aspek dalam problem-focused coping meliputi tindakan langsung untuk mengatasi masalah, seperti negosiasi atau konsultasi; pencarian informasi untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru terkait stres; serta mencari bantuan dan dukungan dari keluarga, teman, atau orang lain.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Shrestha [4] menunjukkan mayoritas mahasiswa subjek penelitian menggunakan problem focused coping. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Adam [5], memiliki nilai korelasi sebesar 0.539 dengan nilai probabilitas 0.00 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan.

Berdasarkan hasil survei awal pada mahasiswa yang sedang bekerja dan kuliah di universitas Muhammadiyah Sidoarjo, sebanyak 11 dari 13 mahasiswa menghadapi masalah atau suatu tekanan yang sedang dialami kebanyakan mahasiswa menyikapinya secara berlarut-larut dan kurang memikirkan cara untuk memecahkan masalah tersebut. Di dukung oleh wawancara pada mahasiswa tentang cara menyikapi suatu masalah atau tekanan yang sedang di hadapi mahasiswa tersebut kebanyakan menjawab memikirkan masalahnya terus menerus atau memilih untuk membiarkan masalahnya dari pada memecahkan masalah tersebut mahasiswa lebih membiarkan masalah tersebut yang akan menjadikan suatu bumerang pada dirinya yang mengakibatkan kebanyakan mahasiswa merasakan stres yang mendalam. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kurang menggunakan problem focused coping dalam aspek *Suppression of Competing Activities*, yaitu upaya untuk menghindari hal-hal lain yang mungkin tidak penting atau dapat mengganggu proses coping, atau bahkan mungkin membiarkan hal-hal yang lain berlalu begitu saja supaya Anda dapat fokus pada hal-hal yang menantang.

Pada Penelitian yang dilakukan oleh Tiara [6] menunjukkan ada hubungan antara social skills dan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir mereka. Sumbangan efektif dari variabel social skill sebesar 7,1% terhadap problem focused coping.

Faktor lain yang memengaruhi individu dalam memilih pendekatan penanganan masalah yang terfokus pada masalah adalah keterampilan sosial [7]. Keterampilan sosial juga berperan penting dalam cara mahasiswa menghadapi tantangan hidup. Keterampilan ini mencakup kemampuan mengelola emosi dalam interaksi sosial, membaca situasi, berinteraksi secara positif, dan menggunakan keterampilan tersebut secara konstruktif. Mahasiswa dengan kemampuan sosial yang optimal seringkali menunjukkan kesiapan dan kedewasaan yang lebih tinggi dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan, sehingga mereka mampu mengambil pendekatan positif untuk menyelesaikan masalah. Mereka juga cenderung memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, teman, dan dosen. Namun, kenyataannya, tidak semua mahasiswa memiliki keterampilan sosial yang memadai. Banyak yang merasa cemas saat dihadapkan pada situasi baru, menjadi agresif, kekurangan teman, dan mengalami kesulitan berkomunikasi. Kekurangan keterampilan sosial ini dapat menjadi hambatan, terutama bagi mahasiswa yang harus

menyeimbangkan antara kuliah dan pekerjaan. Beberapa mahasiswa bahkan mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah karena kurangnya keterampilan sosial.

Pada Penelitian Nur kahfi [8] dengan judul “Pengaruh Optimisme terhadap Strategi Coping”. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa optimisme memiliki dampak sebesar 0,504 persen, atau 50,4%. pada penelitian yang dilakukan [3] menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara problem focused coping dan optimisme, yang berarti bahwa mahasiswa yang bekerja part time memiliki masalah fokus yang lebih besar jika mereka lebih optimis. Hasil analisis hipotesis data menunjukkan koefisien korelasi 0.925 dengan  $p = 0.000 < 0.050$  yang menunjukkan hubungan sangat kuat antara keduanya.

Faktor lain yang mempengaruhi penggunaan problem focused coping adalah optimism, menurut Darmawangsa dalam Muslimah & Satwika [9] Individu yang optimis, meskipun sering menghadapi kejadian buruk, cenderung berusaha mencapai kesuksesan dengan mengakui kesalahan dan bertanggung jawab untuk mengubah situasi sulit. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), optimisme adalah keyakinan akan hal-hal baik dan menyenangkan, serta harapan bahwa kejadian di masa depan akan menghasilkan hasil positif. Carver dan Scheier [10] Ketika menghadapi tantangan, individu yang memiliki tingkat optimisme tinggi akan tetap percaya dan bertekad meskipun kemajuan lambat. Perbedaan antara mahasiswa dengan tingkat optimisme tinggi dan rendah akan semakin mencolok seiring dengan meningkatnya kesulitan dalam menghadapi persaingan dunia kerja. Menurut Vinacle [9] Faktor-faktor optimisme terdiri dari dua kategori: etnosentris, yang mencakup karakteristik kelompok seperti genetik, gender, budaya, agama, dan status sosial; serta egosentris, yang melibatkan sifat unik individu seperti minat, harga diri, dan motivasi.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan ini karena ditengah maraknya mahasiswa yang sulit membagi waktu antara bekerja sambil berkuliah yang membuat mereka tertekan sehingga dapat menyebabkan munculnya problem focused coping pada diri individu. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh antara social skill dan optimisme dengan kemampuan problem focused coping pada mahasiswa yang bekerja. Hipotesa dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh positif terhadap social skill dan problem focused coping, terdapat pengaruh positif terhadap optimisme dan problem focused coping dan terdapat pengaruh positif antara social skill dan optimisme dengan problem focused coping.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel X1 adalah keterampilan sosial, variabel X2 adalah optimisme, dan variabel Y adalah problem-focused coping. Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa UMSIDA yang kuliah sambil bekerja. Namun teknik sampling pada penelitian ini menggunakan accidental sampling yang mana subjek dipilih berdasarkan kebetulan ataupun kedekatan dengan peneliti yang memiliki kriteria yang sesuai [11]. Populasi subjek berjumlah 12.730 mahasiswa disemua prodi. Dalam penelitian ini, ukuran sampel ditentukan menggunakan tabel Krejcie dengan margin kesalahan 5%, yang menunjukkan bahwa sampel yang diperoleh memiliki tingkat kepercayaan 95%. Populasi dalam penelitian ini berada di 12.730 dan sampel yang didapat adalah 375 mahasiswa. Jadi dalam penelitian ini diambil sampel sebanyak 375 mahasiswa UMSIDA yang kuliah sambil bekerja.

Teknik pengumpulan data ini menggunakan penyebaran skala yang di sebar menggunakan google form dalam pengumpulan data. Skala yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan skala social skill yang berisi pernyataan berkaitan dengan aspek-aspek social skill mengacu pada teori Caldarella dan Merrel, skala optimisme yang berisi pernyataan yang berkaitan dengan aspek-aspek optimisme dan skala problem focused coping yang berisi pernyataan yang berkaitan dengan aspek-aspek problem focused coping. Alat ukur untuk Variabel Social Skill yang diadopsi dari [9] yang memiliki 28 pernyataan nilai reliabilitas alpha cronbach pada skala social skill memiliki nilai  $\alpha=0,891$ , maka dapat diinterpretasikan bahwa aitem sangat reliable. Variabel Optimisme yang diadopsi dari Adilia [3] yang memiliki 28 pernyataan yang di sajikan menggunakan skala likers terdapat 14 pernyataan yang mendukung dan 14 pertanyaan yang tidak mendukung, nilai reliabilitas alpha cronbach pada skala social skill memiliki nilai  $\alpha=0,919$ , maka dapat diinterpretasikan bahwa aitem sangat reliable, dan Alat ukur untuk Variabel Problem Focused Coping yang diadopsi dari Folkman dan Lazarus [9] yang memiliki 28 pernyataan yang di sajikan menggunakan skala likers terdapat 14 pernyataan yang mendukung and 14 pertanyaan yang tidak mendukung, nilai reliabilitas alpha cronbach pada skala social skill memiliki nilai  $\alpha=0,907$ , maka dapat diinterpretasikan bahwa aitem sangat reliable.

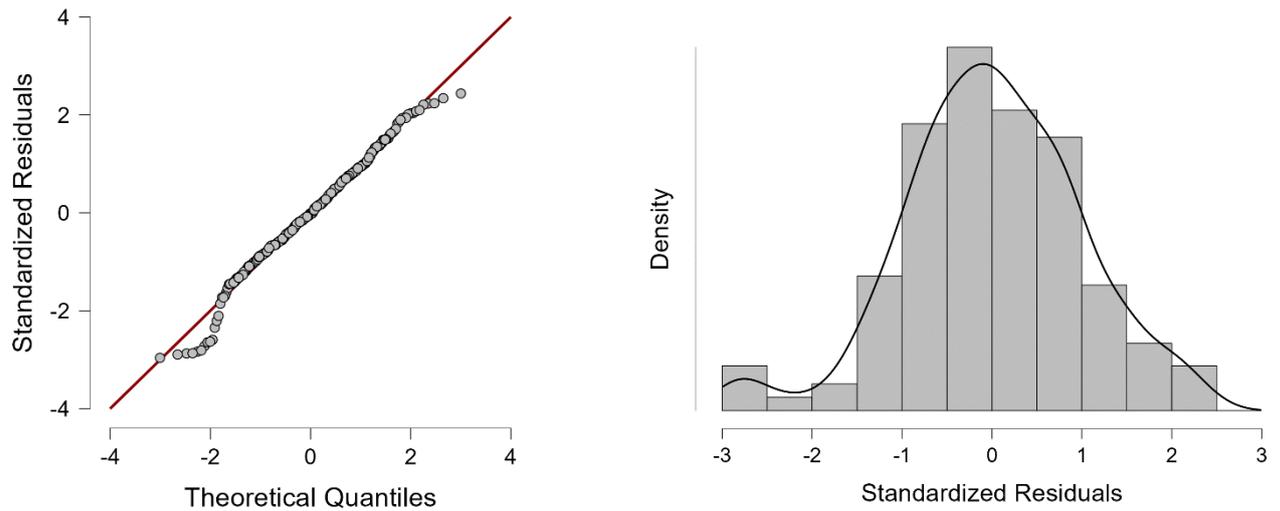
Dalam penelitian ini, Analisis data dilakukan dengan teknik regresi linier berganda untuk mengidentifikasi pengaruh antara dua variabel bebas dan satu variabel terikat, menggunakan program JASP 0.18.3.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

#### A. Uji Normalitas

Uji normalitas menunjukkan bahwa grafik memiliki distribusi normal, ditandai dengan bentuk piramida yang simetris dan pola garis lurus dalam tabel.

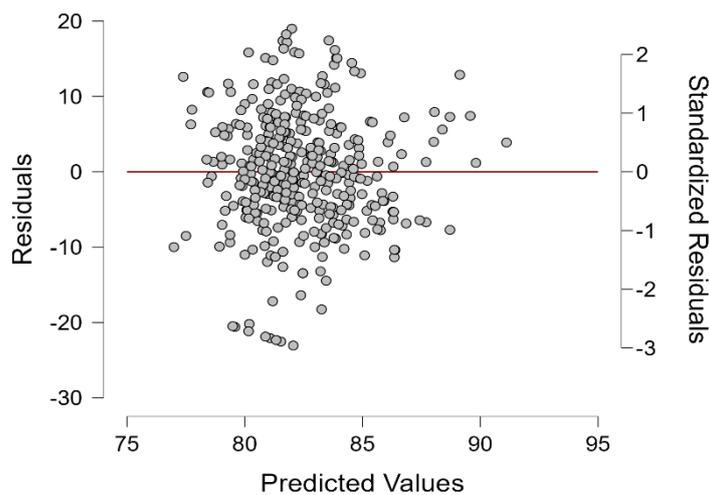
Gambar 1. Uji Normalitas



#### B. Uji Heretoskesdaktisitas

Penyebaran residu standar dapat digunakan menguji homoskedasitas. Data tidak harus menyebar satu sama lain; mereka tidak harus membentuk pola yang dapat ditarik dari kiri bawah ke kanan atas. Pada gambar 2 menunjukkan bahwa heteroskedasitas atau homoskedasitas tidak terjadi karena pola penyebaran data acak.

Gambar 2. Uji Heteroskesdaktisitas



#### C. Uji Regresi

Berdasarkan hasil analisis yang terdapat pada tabel 1. Menunjukkan hipotesis yang menunjukkan bahwa secara bersama-sama social skill dan optimisme dapat mempengaruhi problem focused coping diterima ( $F= 15.135$ ; sig.  $<.001 <0.05$ ).

Tabel 2. ANOVA

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	1845.961	2	922.980	15.135	< .001
	Residual	22685.415	372	60.982		
	Total	24531.376	374			

Adapun besaran *effect size* (besaran efek) variabel social skill dan optimism terhadap problem focused coping Sebesar 7,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain, dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 3. Model summary – PFC

Model Summary - PFC				
Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	8.099
H <sub>1</sub>	0.274	0.075	0.070	7.809

Berdasarkan uji multikolinieritas menunjukkan bahwa ( $VIF = 1.046 < 10$ ) yang berarti tidak terjadi Multikolinieritas. Hasil tersebut bias dilihat pada tabel 3. Dari kedua variabel social skill dan optimisme, yang paling mempengaruhi terhadap problem focused coping adalah optimisme ( $t= 4.256$ ; dengan nilai signifikan  $p = 0.005 > .001 < 0.05$ ). sedangkan social skill berpengaruh terhadap problem focused coping ( $t= 2.518$ ; dengan nilai signifikan  $p < .001 < 0.05$ ). Dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 4. Coefficients

Coefficients						Collinearity Statistics	
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized t	p	Tolerance	VIF
H <sub>0</sub>	(Intercept)	82.392	0.418		197.004	0.956	1.046
H <sub>1</sub>	(Intercept)	58.828	4.384		13.418		
	Optimisme	0.208	0.049	0.217	4.256		
	sosial skill	0.112	0.044	0.128	2.518	0.012	0.956

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui cara social skill dan optimisme berkorelasi dengan problem focused coping. Berdasarkan hasil uji regresi berganda dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan problem focused coping. Dari kedua variabel yang paling mempengaruhi terhadap problem focused coping adalah optimisme ( $t= 4.256$ ; dengan nilai signifikan  $p = 0.005 > .001 < 0.05$ ). semakin tinggi optimisme yang diterapkan maka semakin besar kemungkinan problem focused coping pada mahasiswa bekerja.

Pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, ditemukan bahwa mereka menjalani kedua kegiatan tersebut karena berbagai alasan. Mahasiswa yang bekerja dan kuliah memiliki dua tugas yang harus diselesaikan secara bersamaan antara tugas perkuliahan dan tugas pekerjaan [3]. Musafitri mengatakan bahwa keyakinan akan hasil yang baik dan menjadikan harapan positif, mereka cenderung lebih mampu menghadapi kesulitan selama kuliah dan bekerja [12]. Mahasiswa kuliah yang bekerja memiliki nilai atau keperluan tertentu untuk menjalankan peran mereka sebagai mahasiswa yang bukan hanya kuliah tetapi juga bekerja. Dengan melakukan aktivitas kuliah sambil mempertahankan nilai kuliah, mahasiswa dapat mencapai tujuan akademik tepat waktu[13].

Salah satu cara yang cocok untuk mahasiswa yang bekerja untuk mengurangi tekanan dan stres adalah melakukan *problem focused coping*. Menurut Lazarus dan Folkman, *problem focused coping* hanya mengontrol respon emosi seseorang. *Problem focused coping* ini mengacu pada strategi yang digunakan untuk menyelesaikan masalah seperti mendefinisikan masalah, membuat solusi alternatif dan bertindak lebih pada penyelesaian masalah [14]. Sarafino mengatakan *problem focused coping* sebagai suatu proses dimana seseorang mencoba untuk mengelola jarak yang ada di antara kebutuhan dan kebutuhan dengan menggunakan kemampuan yang mereka miliki untuk menangani situasi yang mengandung stres [15]. Upaya untuk melakukan tindakan konstruktif dalam menghadapi situasi stres yang berbahaya, mengancam, atau menantang individu [16].

Selaras dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Azmi [4] yang menunjukkan bahwa optimisme dan masalah menangani fokus pada siswa yang bekerja part time memiliki hubungan yang positif dan signifikan. Selanjutnya penelitian menurut Raharjo [14] hasil analisis data diperoleh nilai  $r$  sebesar  $-0,498$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,050$ ), yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian menurut Grace [17] hasil analisis data dengan teknik korelasi product moment dari Pearson menunjukkan nilai  $r = 0,831$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000$  ( $p \leq 0,05$ ). Hasil hipotesis menunjukkan terdapat hubungan positif.

Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat, yang berarti semakin tinggi keterampilan sosial mahasiswa, semakin efektif mereka dalam menerapkan strategi *problem focused coping* untuk menghadapi tantangan kuliah sambil bekerja. *Social Skill* merupakan faktor-faktor penting yang berpengaruh untuk pemilihan strategi *coping*, termasuk *problem focused coping*. Memiliki *social skill* yang baik memungkinkan Kolaborasi dengan individu lain dapat memfasilitasi penyelesaian masalah bagi mahasiswa dan mendorong mereka untuk menghadapi tantangan dengan pendekatan yang konstruktif. Selain itu, interaksi sosial memberikan kesempatan untuk mempelajari keterampilan dalam memperlakukan orang lain dan beradaptasi dengan lingkungan sosial, serta menemukan solusi untuk berbagai masalah [6]. Pentingnya *social skill* Keterampilan sosial serbaguna mahasiswa dianggap penting untuk berfungsi sebagai individu dan komunitas sosial, terutama dalam konteks ditempat kerja. Pengembangan keterampilan sosial merupakan bekal penting bagi siswa untuk terus mengembangkan kecakapan pribadi mereka. Keterampilan sosial dapat dikembangkan melalui kegiatan yang melibatkan kerja sama, relasi, tanggung jawab, empati, dan kontrol diri. Kegiatan terstruktur dapat membantu dalam pengembangan keterampilan sosial [18]. Beberapa faktor mempengaruhi perkembangan *social skill* seseorang yang memiliki keterampilan sosial, seperti Kemampuan kognitif dan perilaku; individu tanpa keterbatasan kognitif cenderung tidak mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain; dan jenis kelamin mempengaruhi kematangan sosial [13].

Sejalan dengan penelitian terdahulu, menurut Leny Septiany [19] Dengan nilai  $r = 0,547$ ,  $p < 0,01$ , artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara keterampilan sosial dengan strategi *coping* pada mahasiswa yang bekerja parttime. Selanjutnya penelitian dari [20], hasil menunjukkan, nilai  $t$   $6,93 > 2,000$ , artinya ada hubungan yang signifikan antara Keterampilan Sosial dengan hasil belajar.

Individu yang optimis akan melihat masalah secara positif dan yakin bahwa mereka dapat menyelesaikannya, sehingga mereka dapat mengurangi stres. Seligman mengatakan optimisme adalah cara berpikir dan model penjabaran secara positif tentang masa depan ketika seseorang mempertimbangkan alasan di balik pengalaman [21]. Menurut Scheier dan Carver, optimisme adalah keyakinan bahwa usaha akan menghasilkan hasil baik, mendorong seseorang untuk terus berjuang dan memperbaiki diri. Ciri-ciri individu optimis meliputi ketahanan terhadap kesulitan, kemampuan tersenyum dalam berbagai situasi, pengembangan potensi, pencarian solusi, dan keyakinan pada kemampuan mencapai tujuan hidup

Menurut penelitian Suprapti [22] tentang optimisme, Hasil uji normalitas menunjukkan nilai  $0,528$ , yang lebih besar dari  $0,05$ , menandakan data berdistribusi normal. Hasil perhitungan korelasi sebesar  $0,616$  menunjukkan hubungan kuat dan positif antara optimisme dan resiliensi. Nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  menunjukkan hubungan yang signifikan. Selanjutnya penelitian dari Khriste Dea [1] menunjukkan bahwa, Ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan upaya menangani masalah pada siswa yang mengerjakan tugas akhir, menurut analisis data dengan uji korelasi Product Moment dan Pearson, dengan  $r = 0,647$  dan  $p = 0,05$ .

Penelitian terdahulu menurut Sartikasari [23], Menunjukkan bahwa dengan menggunakan dua skala, yaitu skala optimisme dan *adversity quotient*, analisis data dengan teknik korelasi menghasilkan nilai  $0,902$  dan  $p = 0,01 < 0,010$ . Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan *adversity quotient* pada mahasiswa.

Belajar sambil bekerja membantu mahasiswa menjadi lebih mandiri dan membangun hubungan dengan dunia kerja; ini adalah salah satu keuntungan dari kuliah sambil bekerja [24]. Sangat penting bagi mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja untuk menunjukkan strategi coping mereka. Strategi coping mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi masalah yang muncul dalam kehidupan mereka. Coping didefinisikan sebagai mencoba mengatasi kondisi stres tanpa mempertimbangkan akibatnya. Optimisme dan social skill adalah sikap yang harus dimiliki setiap orang, termasuk mahasiswa, selain untuk membantu mereka menghadapi masalah. Ini karena kedua sikap ini sangat penting ketika seseorang ingin mengembangkan keahlian, yang berarti seseorang akan menganggap dirinya sendiri sebagai pemecah masalah dan memiliki banyak pilihan [25]. Penelitian menurut Wariani [20] menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keterampilan sosial terhadap hasil belajar.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh positif antara optimisme dan social skill dengan problem focused coping pada penelitian ini dapat diterima. Pengaruh positif yang signifikan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterampilan sosial yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menerapkan problem focused coping saat menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya. Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan social skill dengan memulai dari hal-hal kecil, seperti menyapa orang di sekitar, mengucapkan terima kasih kepada pelayan restoran, memulai percakapan dengan orang lain, memberikan pujian dengan tulus, membaca buku tentang keterampilan sosial, menerapkan tata krama yang baik, dan bergabung dengan organisasi atau komunitas. Selain itu mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan optimisme dengan cara berpikir secara positif, mengambil hikmah dari setiap peristiwa, menghentikan kebiasaan menyalahkan diri sendiri, memusatkan perhatian pada masa kini dan masa depan, serta berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki pemikiran positif. Dengan demikian, mahasiswa akan memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya, yang dapat membantu mereka ketika menghadapi masalah, sehingga mendorong mereka untuk menyelesaikan masalah dengan strategi yang positif, yaitu problem focused coping. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah bahwa pada tahap pengumpulan data, informasi yang disampaikan oleh responden melalui kuesioner kadang-kadang tidak sepenuhnya mencerminkan pandangan mereka yang sebenarnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan pemikiran, persepsi, dan pemahaman di antara responden, serta faktor lain seperti kejujuran dalam mengisi kuesioner.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada para partisipan yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- [1] G. Khriste Dea Valentsia, S. Wijono, U. Kristen Satya Wacana, and J. Tengah, "Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir," 2020. [Online]. Available: <https://edukatif.org/index.php/edukatif/index>
- [2] W. Gamayanti, M. Mahardianisa, and I. Syafei, "Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 5, no. 1, pp. 115–130, 2018, doi: 10.15575/psy.v5i1.2282.
- [3] A. K. Kesuma, *Hubungan Antara Optimisme dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi yang Bekerja Part Time*. 2022. [Online]. Available: <https://repository.uma.ac.id/handle/123456789/18096%0Ahttps://repository.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/18096/4/178600032> - Anas Kusyadi Kesuma - Fulltext.pdf
- [4] S. F. Azmi, "Hubungan Antara Optimisme Dengan Kemampuan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Bekerja Part Time," *Antimicrob. Agents Chemother.*, pp. 1–72, 2016, doi: 10.1128/AAC.03728-14.
- [5] C. Alkalah, "Hubungan antara kematangan emosi dengan problem focused coping mahasiswa di Ma'had Putra Sunan Ampel al-'Ali UIN Maliki Malang," vol. 19, no. 5, pp. 1–23, 2016.
- [6] T. Rindahayu, "Hubungan Antara Hope dan Social Skill dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang sedang Menyelesaikan Skripsi," *Psikologi*, no. 8.5.2017, pp. 2003–2005, 2022, [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- [7] R. Tiara, "Hubungan Antara Hope dan Social Skill dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi," no. 8.5.2017, pp. 2003–2005, 2022.
- [8] Aries Nurkahfi and Endang Supraptiningsih, "Pengaruh Optimisme terhadap Strategi Coping," *Bandung Conf. Ser. Psychol. Sci.*, vol. 2, no. 1, pp. 509–514, 2022, doi: 10.29313/bcsps.v2i1.1434.

- [9] O. Nabit Ifania and I. Sugiasih, "Dipresentasikan dalam Seminar Nasional dan Call for Paper "Penguatan Kesehatan Mental di Masa Pandemi," 2021.
- [10] E. D. Aprilia and Y. Khairiyah, "Optimisme Menghadapi Persaingan Dunia Kerja Dan Adversity Quotient Pada Mahasiswa," *Seurune J. Psikol. Unsyiah*, vol. 1, no. 1, pp. 18–33, 2018, doi: 10.24815/s-jpu.v1i1.9922.
- [11] B. Hasmayni and J. S. Lumbanbatu, "Gambaran Lifestylife pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Pengguna Iphone di Universitas Medan Area," *J. TEKESNOS J. Teknol. Kesehat. dan Ilmu Sos.*, vol. 1, no. 1, pp. 9–16, 2019.
- [12] M. R. Al Musafiri and N. M. Umroh, "Hubungan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi," *J. At-Taujih*, vol. 2, no. 2, p. 70, 2022, doi: 10.30739/jbkid.v2i2.1726.
- [13] A. R. Hakim and M. H. Hasmira, "Strategi Kuliah Sambil Bekerja Oleh Mahasiswa (Studi Kasus: Mahasiswa Bekerja di Universitas Negeri Padang)," *Naradidik J. Educ. Pedagog.*, vol. 1, no. 1, pp. 30–37, 2022, doi: 10.24036/nara.v1i1.6.
- [14] S. T. Raharjo and S. A. Prahara, "Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout," *J. Sudut Pandang*, vol. 2, no. 12, pp. 2798–5962, 2022, [Online]. Available: <https://thejournalish.com/ojs/index.php/sudutpandang/article/view/410>
- [15] Hanifah Mega Febyanti and Lia Aulia Fachrial, "Hubungan Problem Focused Coping Dengan Kecemasan Menangani Covid-19 Pada Perawat Rs Rujukan," *J. Kesehat. dan Kedokt.*, vol. 1, no. 2, pp. 9–15, 2022, doi: 10.56127/jukeke.v1i2.113.
- [16] S. A. K. Tri Semaraputri and I. M. Rustika, "Peran Problem Focused Coping Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Akhir Yang Menjadi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana," *J. Psikol. Udayana*, vol. 5, no. 01, p. 35, 2018, doi: 10.24843/jpu.2018.v05.i01.p04.
- [17] B. G. El Roy and C. H. Soetjningsih, "Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi: Apakah Terkait dengan Efikasi Diri Akademik?," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 10, no. 4, p. 644, 2022, doi: 10.30872/psikoborneo.v10i4.8773.
- [18] E. A. Rachman, "Self-adjustment pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM: Bagaimana peranan social skill?," *Sukma J. Penelit. Psikol.*, vol. 4, no. 01, pp. 140–151, 2023.
- [19] P. I. Drs, M. N. Malay, and M. Si, "Coping Pada Mahasiswa Yang Bekerja Part-Time Skripsi Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi ( S . Psi ) Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung Oleh : LENY SEPTIYANY Pembii," 2023.
- [20] T. Wariani, V. H. B. Hayon, and C. Bria, "Hubungan antara keterampilan sosial dengan hasil belajar mata kuliah dasar 1 mahasiswa angkatan tahun 2016/2017 program studi pendidikan kimia FKIP UNWIRA Kupang," *Semin. Nas. Pendidik. Sains II UKSW 2017*, pp. 317–324, 2017.
- [21] A. T. Sari and N. Eva, "Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan : Sebuah Literature Review," no. April, pp. 143–148, 2021.
- [22] R. A. Paryontri, G. R. Affandi, and S. Suprpti, "Peranan School Well-Being pada Flow Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Psikodimensia*, vol. 20, no. 2, pp. 196–206, 2021, doi: 10.24167/psidim.v20i2.3708.
- [23] S. A. ARANI, "Hubungan Antara Optimisme Dengan Adversity Qoutient Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Yang Bekerja," vol. 44, no. 2, pp. 8–10, 2018.
- [24] R. Lubis *et al.*, "Coping Stress Pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 10, no. 01, pp. 18–28, 2023, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53320/42766>
- [25] R. A. Lusi, "Penyesuaian diri mahasiswa yang kuliah sambil bekerja," *Mediapsi*, vol. 7, no. 1, pp. 5–16, 2021, doi: 10.21776/ub.mps.2021.007.01.2.

**Conflict of Interest Statement:**

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

