

Hubungan Antara Optimisme Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa prodi *Psychology* Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Oleh:

Yulia Endang Agustini

NIM. 182030100036

Dra. Dwi Nastiti, M.Si

Prodi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Maret 2023

Latar Belakang

- Mahasiswa bagian dari institusi perguruan tinggi dengan tuntutan mampu mengaplikasikan ilmu dalam bentuk penelitian (c. Soesilo, 2017)
- Menurut Scheier dan Carver optimisme adalah keyakinan bahwa tindakan seseorang akan menghasilkan hasil yang positif, yang memotivasi seseorang untuk terus bekerja menuju tujuan mereka dan mengejar hasil yang lebih baik. Menurut Ryan dan Deci optimisme membantu orang mewujudkan tujuan mereka untuk kesejahteraan dan kebahagiaan dalam hidup.
- Menurut Ryff & Keyes *Psychological well-being* membantu seseorang mampu dalam menyadari potensi diri, memiliki kualitas hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan cara mempertanggungjawabkan dirinya terhadap hidupnya
- mahasiswa mengalami kecemasan dan emosi negatif sebagai akibat dari tekanan untuk menyelesaikan kuliah tepat waktu, hambatan untuk menulis skripsi, persiapan kesempatan kerja setelah lulus, tuntutan dari orang tua dan universitas yang terlalu tinggi, dan faktor lainnya. Hambatan, harapan, dan tuntutan mengakibatkan mahasiswa yang mengerjakan skripsi rentan mengalami stres. Kondisi mahasiswa yang rentan stres, mengalami kekhawatiran berlebih, dan merasakan emosi negatif yang dominan apabila dibiarkan dapat mengganggu *psychological well-being* mahasiswa.

Latar Belakang

- Berdasarkan dari beberapa wawancara, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kehilangan motivasi dan semangatnya untuk mengerjakan skripsi. Kurangnya sosialisasi dengan sekitar membuat kurang akrab dengan teman sekelas sehingga kesusahan dalam mencari literasi ataupun sumber informasi. Serta kurang bisa mengatur waktu untuk urusan pekerjaan dan perkuliahan. Subjek berfikir lebih baik mundur untuk mengerjakan skripsi.
- Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh A. T Sari (2021) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja yang memiliki *psychological well-being* sangat rendah yaitu 27 orang (7.34%), mahasiswa pekerja yang memiliki

psychological well-being rendah berjumlah 92 orang (25%), mahasiswa pekerja yang memiliki *psychological well-being* sedang berjumlah 144 orang (29.14%), sedangkan mahasiswa pekerja yang memiliki *psychological well-being* tinggi sebanyak 77 orang (20,92%), dan sebanyak 28 (7,61%) mahasiswa pekerja yang memiliki *psychological well-being* sangat tinggi.

- Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *psychological well-being* pada mahasiswa *psychology* yang sedang menyusun skripsi di universitas muhammadiyah sidoarjo

Metode Penelitian

Jenis penelitian

Kuantitatif Korelasional

Populasi dan Sampel

*Populasi 165 mahasiswa
Sampel 165 mahasiswa*

Teknik Sampling

*nonprobability sampling
(sampling jenuh)*

Teknik Pengumpulan Data

- 1. Skala Optimisme (L.G. Nasution, 2020)*
- 2. Skala psychological well-being (N. Rohma, 2017)*

Validitas dan Reliabilitas

- 1. Skala Optimisme memiliki reliabilitas 0,755 dengan 26 aitem*
- 2. Skala Psychological well-being memiliki reliabilitas 0,866 dengan 30 aitem*

Teknik Analisa Data

*Uji Korelasional
Rank Spearman*

Hasil

Uji normalitas

Descriptive Statistics		
	OPTIMIS ME	PWB
Valid	165	165
Missing	1	1
Mean	62.158	70.697
Std. Deviation	10.337	14.974
Shapiro-Wilk	0.970	0.950
P-value of Shapiro-Wilk	0.001	< .001

Uji linieritas

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PWB Optimisme	* Between Groups	(Combined)	27121.930	40	678.048	8.712	.000
		Linearity	19752.535	1	19752.535	253.791	.000
		Deviation from Linearity	7369.395	39	188.959	2.428	.000
	Within Groups		9650.918	124	77.830		
Total			36772.848	164			

Uji Hipotesis

Correlation Table									
				Spearman		Kendall			
				rho	p	tau B		p	
OPTIMIS ME			PWB	0.716***	< .001	0.529***		< .001	

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Karakteristik

Kategorisasi	Skor Subjek			
	Optimisme		Psychological Well-being	
	Σ Mahasiswa	%	Σ Mahasiswa	%
Sangat Tinggi	11	6,66	13	7,87
Tinggi	41	24,84	38	23,03
Sedang	58	35,15	46	27,87
Rendah	50	30,30	68	41,21
Sangat Rendah	5	3,03	0	0
Jumlah	165	100,00	165	100,00

kesimpulan

Berdasarkan analisa penelitian diatas, maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang bersifat positif antara optimisme dengan *psychological well-being* pada mahasiswa *psychology* yang sedang menyusun skripsi di universitas muhammadiyah sidoarjo. Dengan hasil Spearman rho sebesar 0.716 dengan nilai signifikansi $<.001 = <0.05$ dimana, hipotesis pada penelitian ini bisa diterima. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis diterima yang artinya bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang memiliki optimisme tinggi ketika mengerjakan skripsi, maka *Psychological Well-being* akan bertambah tinggi sehingga membuat mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menjadi semakin bersemangat dalam mengerjakannya. Hal ini terlihat dari hasil persentase Optimisme dengan *Psychological Well being*. Hasil menunjukkan *Psychological Well-being* sebanyak 68 mahasiswa (41,21%) berada di kategori rendah dan tingkat optimisme yang tergolong sedang sebanyak 58 mahasiswa (25,15%).

