



## Hubungan Optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019/2020 yang Bekerja

### *The Correlation between Optimism and Problem Focused Coping in Management Students of Dharmawangsa University Class of 2019/2020 who Work*

Rizka Khairina<sup>1</sup>, Merri Hafni<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area  
Email Penulis Korespondensi: <sup>1</sup> [Rizkhairina@gmail.com](mailto:Rizkhairina@gmail.com), <sup>2</sup> [hafni.merri1972@gmail.com](mailto:hafni.merri1972@gmail.com)

**Abstrak-** Artikel ini bertujuan untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019/2020 yang bekerja, populasi dalam penelitian merupakan mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019/2020 yang bekerja, kemudian sampel ditentukan dengan purposive sampling yaitu sebanyak 100 orang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kuantitatif korelasional, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping*, dapat dilihat bahwa  $r_{xy} = 0,437$  dengan  $p = 0,000 < 0,05$ , artinya hipotesis yang diajukan diterima semakin positif optimisme maka *problem focused coping* semakin tinggi, dinyatakan diterima bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*.

**Kata Kunci:** Optimisme; Problem focused coping; Mahasiswa

**Abstract-** This article is about the correlation between optimism and problem focused coping in Dharmawangsa University Management Students class of 2019/2020 who work, the population in the study were management students of Dharmawangsa University class of 2019/2020 who worked, then the sample was determined by purposive sampling, namely 100 people. The research method used in this study is to use quantitative methods with a correlational quantitative approach, the results of this study indicate that there is a positive and significant relationship between optimism and problem focused coping, it can be seen that  $r_{xy} = 0.437$  with  $p = 0.000 < 0.05$ , meaning that the proposed hypothesis is accepted the more positive optimism, the higher problem focused coping, it is stated that there is a positive relationship between optimism and problem focused coping.

**Keywords:** Optimism; Problem focused coping; Student.

## I. PENDAHULUAN

Pada era ini banyak mahasiswa di Indonesia yang mengejar pendidikan, pendidikan sebagai kebutuhan yang krusial di masa sekarang untuk meningkatkan sumber daya manusia bagi pembangunan bangsa dan negara (Mardelina & Muhson, 2017). Perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan lanjut yang memegang peranan penting untuk menghasilkan sumber daya manusia yang kompeten pada berbagai bidang keilmuan. Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, mereka dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Dalam menyelesaikan masalah yang ada setiap individu memiliki strateginya sendiri untuk mengatasi masalah yang mereka miliki. Mahasiswa yang mendapat tekanan atau tuntutan dalam perkuliahan dan pekerjaan akan mendapatkan efek secara negatif dengan cara melakukan teknik coping, maka mahasiswa dapat mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya. Perrez and Reixhert (dalam Eunike dkk,

2012). Disisi lain Folkman (dalam Mariana, 2014) menyatakan bahwa strategi coping ialah upaya kognitif dan tindakan guna meminimalisir, mengatasi, atau mentolerir tuntutan yang muncul dari dalam diri individu atau lingkungan sekitarnya sebagai sumber stres. Dengan demikian, coping stres ialah tahapan seseorang guna mencari, mengelola, dan menangani permasalahan supaya stres yang dirasakannya dapat berkurang.

Data yang diperoleh dari BBC *news* Indonesia bahwa sebanyak 87% dari mahasiswa yang mengatakan mereka bekerja untuk menambah keterampilan, sebagian responden mengatakan mereka bekerja paruh waktu, tetapi 14% mengatakan mereka memiliki pekerjaan penuh selama periode perkuliahan, liburan atau keduanya (NEWS, 2015). Banyaknya mahasiswa yang memilih kuliah sambil bekerja dengan berbagai alasan untuk menambah keterampilan ataupun memenuhi kebutuhan dengan waktu bekerja yang juga beragam sehingga sebagian mahasiswa ada yang bekerja paruh waktu



maupun bekerja penuh, dan mengambil waktu kuliah yang tepat agar tidak berbenturan dengan pekerjaan mereka. Kondisi ini banyak terlihat pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa yang memilih kuliah sambil bekerja, pekerjaan yang paling banyak dilakukan adalah pekerjaan paruh waktu sehingga lebih fleksibel, mahasiswa dapat menyesuaikan jadwal pekerjaan dengan jadwal kuliah. Robert & Saar (dalam Syarafina, 2019) menyatakan bahwa fenomena peran ganda pada mahasiswa, yakni kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan. Fenomena ini banyak dijumpai diberbagai negara, baik di negara maju ataupun negara berkembang. Di Indonesia mahasiswa sambil bekerja dapat ditemukan di berbagai fakultas dan jurusan yang tersebar pada universitas negeri maupun universitas swasta. Mahasiswa dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu bekerja dengan kuliah serta harus juga memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena harus membagi peran antara menjadi mahasiswa dan karyawan.

Mahasiswa yang bekerja sering menghadapi berbagai permasalahan yang sifatnya dapat diselesaikan dengan metode *problem focused coping*, permasalahan yang dihadapi mahasiswa yang sudah disebutkan diatas dapat diselesaikan dengan fokus pada akar permasalahannya dan memiliki keyakinan yang positif pada diri bahwa dapat menyelesaikan masalah yang ada. Dengan begitu memusatkan pada akar masalah, mencari solusi dan berfikir yang positif, dapat mengurangi dampak negatif yang didapat dari permasalahan tersebut baik pada perkuliahan maupun pekerjaannya. Pilihan untuk kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah, kuliah sambil bekerja memiliki manfaat dan risiko tersendiri bagi kelangsungan pendidikan mahasiswa dan bekerja juga menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa hal yang dapat menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa adalah menjadi malas dalam mengerjakan tugas ketika sudah lelah bekerja, juga akan lalai dalam menjalani perkuliahan maka mahasiswa harus yakin dan semangat dalam menghadapi masalah yang menemukannya. Semangat ini yang disebut dengan optimisme sejalan dengan teori Lee, Brown, Mitchell, & Schiraldi, 2008 (dalam Musabiq & Meinarno, 2017) Dapat dilihat bahwa sikap optimisme juga mampu mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu tuntutan ataupun tekanan dengan positif. dengan hal seperti ini mahasiswa diharapkan memiliki sikap optimis serta *problem focused coping* agar mampu dalam menjalankan kuliah untuk mencapai tujuan akhir yang akan dicapai. Dengan memiliki *problem focused coping* mahasiswa dapat melakukan strategi penanganan masalah yang di hadapi agar tidak tertekan terhadap masalah yang di hadapi. Sikap optimisme yang tidak dimiliki individu akan membuat individu menjadi kurang bersemangat dalam menjalankan tujuan yang ingin dicapai. Individu yang optimis akan lebih mudah mencapai tujuan yang diinginkan dan tidak akan mudah muncul stresor yang memungkinkan individu tidak dapat mencapai tujuan yang

diinginkan. Tugas utama seorang mahasiswa adalah memenuhi tugas-tugas akademik yang sudah ditetapkan, tugas akademik yang dimaksud adalah tugas mata kuliah memenuhi beban studi yang ditetapkan, dan untuk mendapatkan gelar mahasiswa harus menyelesaikan skripsi sehingga mahasiswa dapat stres apabila tidak dapat menjalani beban studinya dengan baik. Seperti yang diungkapkan oleh Govaerst dan Gregoire (dalam Indria, Juliarni, 2019) mengatakan bahwa tidak semua mahasiswa akan siap dengan tuntutan-tuntutan akademik. Mahasiswa yang tidak siap terhadap tuntutan-tuntutan tersebut akan rentan mengalami stres (Indria, Juliarni, 2019). Mahasiswa yang bekerja juga dituntut harus lebih aktif dan produktif selama menjalani perkuliahan dan bekerja. Dampak dari bekerja mahasiswa menjadi merasa kelelahan karena bekerja, dimana tugas yang diberikan dosen menjadi terbengkalai. Masih banyak mahasiswa yang belum memiliki rasa optimisme dalam mengerjakan tugas akhir sehingga banyak yang tidak siap tepat waktu dalam tugas akhir mereka. Sehingga tidak sedikit mahasiswa yang bekerja terkadang tidak melanjutkan perkuliahannya karena stres dihadapkan dengan tugas akhir dan kerja yang dijalankan sehingga mereka susah untuk membagi waktu dan hilangnya rasa optimis mereka untuk melanjutkan tugas akhir mereka.

Seseorang yang bekerja sambil kuliah melakukan peran ganda yang belum tentu dapat dijalani oleh banyak orang. Karena hal tersebut sangat berisiko, jika individu kesulitan dalam mengatur waktu maka akan merusak kedua perannya tersebut, dan jika mereka tidak memiliki keyakinan yang positif untuk menyelesaikan masalahnya. Berbagai kegiatan yang ada di perkuliahan dan kantor tidak akan berjalan dengan efisien, salah satu faktor yang akan menjadikan individu dapat keluar dari masalahnya yaitu sikap optimis individu yakin bahwa dirinya dapat menyelesaikan masalahnya. Optimisme mendorong individu untuk selalu berfikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya.

Hal tersebut didukung dengan penelitian Suwarsih dan Agustin (2017), menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Gabriella dan Sutarto (2020) Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana. Dengan sikap optimis ini akan menumbuhkan keyakinan pada individu dalam menjalani kehidupannya. Berbeda dengan orang yang penuh rasa pesimis dalam dirinya, individu akan selalu terbayang-bayang akan kegagalan dan ketidakmampuannya. Dengan demikian individu yang memiliki sikap optimis akan membawanya kepada kesuksesan. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja harus tetap optimis karena ini sangat dibutuhkan pada saat mereka menghadapi kesulitan.

Upaya-upaya yang dapat dilakukan individu untuk menghindari stres yaitu menyusun rencana yang baik untuk

kegiatan mendatang, berpikir dan bertindak secara positif supaya dapat menekan stres yang dihadapi. Sebagian mahasiswa Dharmawangsa yang bekerja sering mengalami kendala di management waktu, deadline pekerjaan dan kuliah, dikarenakan tuntutan kuliah maupun tempat ia bekerja dimana mahasiswa dituntut agar berusaha semaksimal mungkin dalam hal prestasi dan tugas yang dibebani oleh pekerjaannya dan kuliah yang ia jalani. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019/2020 yang bekerja.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Universitas Dharmawangsan pada tanggal 20 oktober 2023 sampai dengan tanggal 20 november 2023, Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan quisioner yang berupa skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data yang disebar kepada para responden. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2019). Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tipe penelitian kuantitatif korelasional. (Creswell & Creswell, 2018) mengemukakan bahwa tipe penelitian korelasional merupakan tipe penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dan mengukur tingkat hubungan (asosiasi) antara dua variabel atau lebih dengan menggunakan statistik korelasional.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas manajemen universitas dharmawangsa angkatan 2019/2020 yang berjumlah 210 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 100 mahasiswa laki-laki program studi manajemen angkatan 2019/2020 aktif yang bekerja. teknik pengambilan sampel yang akan digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu cara pengambilan sampel dilakukan dengan cara pengambilan sampel sama dengan populasi berdasarkan variabel yang sudah ditentukan dan tidak acak. (Sugiyono 2013) (dalam Yunitasari, 2020). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologis yang berbentuk skala likert dengan beberapa pilihan. Metode skala digunakan mengingat data yang ingin diukur berupa konstrukt atau konsep psikologi yang dapat diungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam bentuk item-item pernyataan (Azwar, 2000). Metode yang akan

digunakan dalam penelitian ini ada menggunakan skala optimisme dan juga skala *problem focused coping*. Skala merupakan instrumen ukur berupa perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pada variabel optimisme jumlah butir yang valid sebanyak 28 butir yang diformat dalam skala likert dengan 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah  $28 \times 1 + 28 \times 4 : 2 = 70$ . Kemudian pada variabel *problem focused coping* jumlah butir yang valid sebanyak 27 butir yang diformat dengan skala likert dengan 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetik adalah  $27 \times 1 + 27 \times 4 : 2 = 67,5$ . Perhitungan mean empirik rata-rata dari skor partisipan yang diperoleh dari spss hasil perhitungan mean empirik, didapatkan variabel optimisme lebih besar daripada mean hipotetiknya yaitu  $85,25 > 67,5$ . Dengan demikian dapat dikatakan secara umum bahwa partisipan dalam penelitian ini memiliki optimisme yang positif, pada variabel *problem focused coping* memiliki mean empirik sebesar 93,01 menunjukkan bahwa nilai mean empirik dari variabel *problem focused coping* lebih besar daripada mean hipotetiknya yaitu  $93,01 > 70$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara umum partisipan dalam penelitian ini memiliki *problem focused coping* yang tinggi.

Tabel 1. Mean Hipotetik dan Mean Empirik Optimisme dan *Problem Focused Coping*

Variabel	Nilai Mean		SD	Keterangan
	Hipotetik	Empirik		
Optimisme	67,5	85,25	7,498	Sangat Tinggi
Problem Focused Coping	70	93,01	7,696	Sangat Tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan tabel nilai rata-rata diatas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat optimisme yang diterima tergolong tinggi dan tingkat *problem focused coping* juga tergolong tinggi.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi *Product Moment*

Korelasional	Koefisien (r <sub>xy</sub> )	Koef Det (r <sup>2</sup> )	P Signif	BE %	Keterangan
X – Y	0,437	0,391	0.000	39,1 %	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis tabel di atas dengan metode analisis *r Product Moment*, diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara optimisme dengan *problem focused coping* dimana  $r_{xy} = 0,437$  dengan signifikan  $p = 0,000 < 0,050$ . Artinya hipotesis yang diajukan semakin mahasiswa mempunyai optimisme yang positif, maka *problem focused coping* semakin tinggi. Atau sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis diterima.

Dengan koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan variabel bebas X dan variabel terikat Y sebesar  $r^2 = 0,3$ . Ini menunjukkan bahwa optimisme, berkontribusi terhadap *problem focused coping* 39,1%, sementara sisanya dipengaruhi faktor lainnya yang tidak diteliti. Tabel di bawah ini menunjukkan hasil perhitungan analisis *r Product Moment*.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Korelasional	R	F	P (sig)	Keterangan
X – Y	0,437	0,751	0,809	Linier

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas di atas, dapat diketahui apakah variabel bebas dan variabel terikat dapat atau tidak dapat dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel bebas (optimisme) mempunyai hubungan yang linear dengan variabel terikat (*problem focused coping*). Sebagai korelasinya apabila  $p$  beda  $> 0,05$  maka dinyatakan mempunyai derajat hubungan yang linear.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	K-S	P (sig)	Keterangan
Optimisme	85,25	7,498	0,073	0,200	Normal
<i>Problem Focused Coping</i>	93,01	7,696	0,081	0,101	Normal

Berdasarkan tabel hasil analisis di atas, maka diketahui, *problem focused coping* dan optimisme, mengikuti sebaran normal yang berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal. Sebagai kriterianya untuk variabel *problem focused coping* dan optimisme yang menggunakan skala likert. Apabila  $p > 0,05$  sebenarnya dinyatakan normal, sebaliknya dinyatakan apabila  $p < 0,05$ , sebarannya dinyatakan tidak normal.

Berdasarkan perhitungan analisis *r Product Moment* dengan nilai koefisien ( $r_{xy}$ ) = 0,437 dan koefisien ( $r^2$ ) = 0,391 dengan  $p = 0,000 > 0,05$ . Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*. Artinya semakin positif

optimisme maka *problem focused coping* akan semakin tinggi pula. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini adalah bahwa optimisme pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019/2020 terindikasi sangat tinggi dengan nilai rata-rata empirik yang diperoleh yaitu 85,25 sedangkan *problem focused coping* juga terindikasi sangat tinggi dengan nilai rata-rata empirik yang diperoleh yaitu 93,01. Hal ini dibuktikan melalui perhitungan koefisien determinan ( $r^2$ ) = 0,391.

### Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019/2020 yang bekerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping*, dapat dilihat bahwa  $r_{xy} = 0,437$  dengan  $p = 0,000 < 0,05$ , artinya hipotesis yang diajukan semakin positif optimisme maka *problem focused coping* semakin tinggi, dinyatakan diterima bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*.

Para mahasiswa yang *problem focused coping*nya kurang baik akan mempengaruhi banyak hal dalam diri mahasiswa, dapat menghambat berbagai hal untuk fokus terhadap tujuan penyelesaian tugas akhirnya. Untuk itu diperlukan keinginan yang gigih rasa optimis dalam diri mahasiswa agar dapat menyelesaikan setiap masalah dalam mengerjakan tugas akhirnya, dan seiring dengan rasa optimis yang positif dalam diri mahasiswa maka *problem focused coping* juga akan baik, mahasiswa akan fokus terhadap masalah ataupun tekanan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fikry et al., 2023) didapat nilai koefisien korelasi dari optimisme dengan *problem focused coping*  $r = 0,476$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  dimana ( $p < 0,05$ ). sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel optimisme (X) berpengaruh terhadap variabel *problem focused coping* (Y). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Bentuk hubungan antara kedua variabel ini adalah positif. Demikian juga dengan penelitian (Nada Agustina, 2023) Berdasarkan hasil analisis *Product Moment* diperoleh  $r_{xy} = 0,908$  dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ), hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Unissula artinya semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi atau semakin baik pula *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Unissula, sebaliknya semakin rendah optimisme maka semakin rendah pula *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Unissula. Serta penelitian yang dilakukan oleh (Valentsia & Wijono, 2020) terdapat hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan



problem focused coping. Hasil penelitian yang diolah melalui uji korelasi product moment & pearson menunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) = 0.647;  $p < 0.05$  yang berarti ada hubungan positif dan signifikan antara optimisme dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Hal ini berarti semakin tinggi optimisme maka problem focused coping akan semakin meningkat, begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari optimisme yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir tergolong positif. Hal ini didasarkan pada skor mean empirik sebesar 85,25 yang lebih besar daripada skor mean hipotetik sebesar 67,5. Demikian pula dengan hasil problem focused coping mahasiswa tingkat akhir tergolong sangat tinggi, dimana skor mean empirik sebesar 93,01 yang lebih besar daripada skor mean hipotetik sebesar 70.

Dari pembahasan yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang di usulkan benar, bahwa optimisme memiliki hubungan positif yang signifikan dengan problem focused coping pada mahasiswa tingkat akhir. Selain itu optimisme memberikan kontribusi yang efektif sebesar 39,1% dalam mempengaruhi tingkat problem focused coping mahasiswa tingkat akhir. Ada beberapa alasan yang menyebabkan ada hubungan positif signifikan antara optimisme dengan problem focused coping. Pertama, sebagian besar mahasiswa mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam penyelesaian tugas akhir dengan baik, dimana dalam hal ini mahasiswa memiliki optimisme dalam menyelesaikan masalah yang menjadi pemicu stres dengan mencari berbagai informasi dengan menerapkan problem focused coping. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Listiana, 2007) menyatakan bahwa ada hubungan signifikan dan positif antara optimisme dan problem focused coping. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi optimisme pada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir, maka semakin tinggi juga problem focused coping. Kedua sebagian besar mahasiswa memiliki sikap optimis yang membawa kearah kebaikan karena adanya keinginan pada diri mahasiswa untuk menjadi lebih produktif dalam mengerjakan tugas akhir sehingga mereka dapat menerapkan problem focused coping, untuk mencapai keberhasilan dalam penyelesaian tugas akhir. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Azmi (2016) mengatakan bahwa ada hubungan antara optimisme dan problem focused coping, hal tersebut dapat dilihat ketika mahasiswa menghadapi suatu masalah tinggi, maka problem focused coping yang dimunculkan akan cenderung baik.

#### IV. KESIMPULAN

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang positif antara optimisme dengan problem focused coping. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi  $r_{xy} = 0,437$  dan  $P = 0,000 < 0,050$ , yang menunjukkan semakin positif optimisme maka semakin tinggi juga problem focused coping, ataupun sebaliknya. Oleh karena itu,

hipotesis dapat diterima. Variabel optimisme berkontribusi sebesar 39,1% terhadap variabel problem focused coping pada Mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sisanya dari faktor yang tidak diungkap dalam penelitian. Kemudian melihat nilai rata-rata Mahasiswa Manajemen angkatan 2019/2020 yang bekerja memiliki optimisme dengan nilai rata-rata 85,25 dan problem focused coping dengan nilai rata-rata 93,01. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa manajemen angkatan 2019/2020 yang bekerja memiliki problem focused coping yang tinggi dan optimisme yang positif. Hal ini terlihat dari nilai SD problem focused coping sebesar 7,696, nilai mean empirik problem focused coping sebesar 93,01 dan nilai hipotetik sebesar 70. Sedangkan itu nilai SD optimisme sebesar 7,498, nilai mean empirik sebesar 85,25 dan nilai mean hipotetik sebesar 67,5.

#### V. DAFTAR PUSTAKA

- Achroza, F. H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dosen pembimbing mahasiswa dan problem focused coping dengan stress dalam menyusun skripsi.
- Agustin, S. (2017). Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Proyeksi*.
- Bakhtiar, M. I., & Asriani, D. (2015). Effectiveness Strategy of Problem Focused Coping and Emotion Focused Coping in Improving Stress Management Student of Sma Negeri 1 Barru. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 69–82.
- Chezary, L., Pitaloka, T., & Mamahit, H. C. (2021). hlm. 41-49 Problem-Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41–49.
- Dewanti, A. D. P., & Ayriza, Y. (2021). Pengaruh Optimisme terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Acta Psychologia*, 3(2), 119–126.
- Felix, T., Marpaung, W., & El Akmal, M. (2019). Peranan Kecerdasan Emosional Pada Pemilihan Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 39–56. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i1.2377>
- Fikry, N. S. Z., Psikologi, D., Padang, U. N., Prof, J., Air, H., Padang, T., & Barat, S. (2023). Hubungan antara Optimisme dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi dan Aktif Berorganisasi di Universitas Negeri Padang. 7, 21940–21951.
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1986). Appraisal, Coping, Health Status and Psychology symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571–579.
- Indria, Juliarni, H. (2019). Hubungan antara Kesabaran dan Stres akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru.



- Jurnal Psikologi, 13, 21–34.
- Jane, & Ogden. (2004). *Health Psychology* (Third Edit). Open University Press.
- Kencana, S. C., & Muzzamil, F. (2022). Pengaruh Optimisme Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2022(19), 353–361.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Listiana, W. (2007). Hubungan Antara Optimisme Dan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa. *Universitas Sanata Dharma*, 5(1), 90–96.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). MAHASISWA BEKERJA DAN DAMPAKNYA PADA AKTIVITAS BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK. *Jurnal Economia*, 13(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Mariana, R. (2014). Hubungan Antara Optimisme Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam Menghadapi Skripsi (p. 52).
- Musabiq, S., & Meinarno, E. A. (2017). Studi Lintas Budaya Optimisme Pada Mahasiswa Program Studi Kebidanan. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 105. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.105-112>
- Nada Agustina, G. (2023). Peran Mahasiswa Sebagai Agen Perubahan di Masa Pandemi Covid-19. 3(1), 29–34.
- NEWS, B. (2015). Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah meningkat. [bc.com/indonesia/majalah/2015/08/150810\\_majalah\\_pendidikan\\_mahasiswa](http://bc.com/indonesia/majalah/2015/08/150810_majalah_pendidikan_mahasiswa)
- Periantolo jelpa, M.Psi., P. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*.
- Prasetyo, A. R., Kustanti, E. R., & Nurtjahjanti, H. (2014). Gambaran optimisme pahlawan devisa Negara (calon tenaga kerja wanita di BLKLN Jawa Tengah). *Jurnal Universitas Diponegoro*, 261–269.
- Seligman, M. (2008). *Menginstal Optimisme* (S. Tim (ed.)). Momentum.
- Sinaga, M. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Problem Focused Coping pada Caregiver Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Prof. Muh. Ildrem Provinsi Sumatera Utara. Universitas Medan Area.
- Sobur Setiawan, 2019. (2019). Analisis Korelasi dan Regresi Linier Sederhana Dengan SPSS Versi 24. In *Statistik* (Vol. 21, Issue July).
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Trianto, S. (2003). *Manajemen Emosi*. Gramedia.
- Valentsia, G. K. D., & Wijono, S. (2020). Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 15–22. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.74>
- Yunitasari, E., Triningsih, A., & Pradanie, R. (2020). Analysis of Mother Behavior Factor in Following Program of Breastfeeding Support Group in the Region of Asemrowo Health Center, Surabaya. *NurseLine Journal*, 4(2), 94. <https://doi.org/10.19184/nlj.v4i2.11515>