

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan menurut Hernawati dan Amin (2017) merupakan salah satu proses untuk menambah ilmu pengetahuan dengan pendidikan setiap individu dapat meningkatkan kreatifitas serta mengembangkan bakat. Pendidikan sangat penting dalam kelangsungan hidup agar dapat terciptanya manusia yang cerdas sehingga dapat bersaing di era globalisasi. Pendidikan yang sedang ditempuh oleh setiap individu terasa lebih mudah jika dalam proses menempuh pendidikan dilakukan secara optimal menggunakan seluruh kemampuan yang dimiliki, seperti halnya mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan strata satu (S1) dalam bidang ilmu tertentu. Mahasiswa dapat dengan mudah menyelesaikan pendidikan strata satu (S1) jika berusaha menggunakan kemampuan yang dimiliki selama melangsungkan pendidikan di perguruan tinggi.

Seluruh perguruan tinggi di Indonesia menjadikan skripsi sebagai persyaratan kelulusan pendidikan strata satu (S1). Salah satu perguruan tinggi yang menjadikan skripsi sebagai persyaratan kelulusan adalah Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Hal tersebut membuat kebanyakan mahasiswa memandang skripsi sebagai hal yang menakutkan. Menurut Widigda dan Setyaningrum (2018) cara pandang mahasiswa tersebut secara tidak langsung menumbuhkan kekhawatiran pada dirinya sendiri sehingga saat memulai penulisan skripsi menjadi rumit, padahal seharusnya sebagai mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir sudah menjadi hal yang biasa dalam melakukan tugas kuliah akhir yang dimaksud sebagai skripsi.

Di Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2014) penyusunan skripsi telah diatur dalam Peraturan Menteri Nomor 49 tahun 2014 pasal 17 yang menyebutkan bahwa jangka waktu belajar untuk program strata satu (S1) hendaknya diberikan waktu selama lima (5) tahun.

Skripsi merupakan mata kuliah yang memiliki bobot 6 SKS sebagai tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam meraih gelar sarjana (S1) dalam suatu jenjang pendidikan perguruan tinggi, dengan mata kuliah skripsi ini diharapkan mahasiswa mampu melakukan penelitian berdasarkan ilmu yang didapatnya dan membuat laporan dalam bentuk karya ilmiah, serta dalam pelaksanaannya akan dibimbing oleh pembimbing skripsi.

Skripsi dibuat dalam bentuk laporan penelitian yang dilakukan mahasiswa berdasarkan fenomena atau permasalahan yang berkaitan dengan bidang ilmu tertentu yang diperkuat oleh teori-teori yang sesuai dengan disiplin ilmu. Skripsi yang telah dibuat merupakan bentuk kemampuan mahasiswa dalam bidang akademis. Menurut Ningrum (2011) Proses dalam pembuatan skripsi berlangsung secara individual. Hal ini berbeda seperti mata kuliah lain yang umumnya dilakukan secara berkelompok. Skripsi merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa tingkat akhir agar dapat memperoleh gelar sarjana sehingga mahasiswa dituntut dapat menyesuaikan diri dalam proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi.

Skripsi bukan merupakan formalitas untuk kelulusan melainkan proses pembuatan karya tulis ilmiah yang menuntut pertanggungjawaban. Skripsi adalah bagian perjalanan mahasiswa. Menurut Widigda dan Setyaningrum (2018) mahasiswa yang menganggap skripsi merupakan suatu hal yang berat dijalankan akan membuat mahasiswa tersebut cenderung merasa stres, rendah diri, tidak termotivasi hingga akhirnya depresi, keadaan tersebut muncul karena mahasiswa tidak mau mengalami kegagalan dalam menyusun skripsi. Sebagian mahasiswa juga menganggap kemampuan menulisnya sangat rendah, sehingga pada akhirnya pikiran negatif menjadi hal yang akan dialami mahasiswa tingkat akhir.

Dikatakan oleh Nirmala dan Attamimi (2017) berdasarkan jumlah kelulusan tahun 2017 menurut Dikti di seluruh Indonesia sebanyak 1.046.141 khususnya di provinsi Jawa Barat sebanyak 133.029 jumlah kelulusan di Universitas. Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Muhammad Nasir mengaku prihatin dengan minimnya jumlah angkatan

kerja di Indonesia yang lulus dari perguruan tinggi saat ini, jumlah angkatan kerja Indonesia yang merupakan lulusan sarjana dan diploma hanya berkisar 11 persen. Menurut prediksi, jumlah itu hanya akan naik menjadi 13 persen hingga tahun 2030 (dalam Kompas.com, 2019), terkait kasus tersebut sangat dibutuhkan dorongan atau dukungan dari lingkungan sekitar sehingga dapat membuat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi menjadi termotivasi dan hal tersebut mempengaruhi cara pandang mahasiswa bahwa skripsi merupakan hal yang mudah diselesaikan.

Data hasil penelitian yang dilakukan Rismen (2015) bahwa mahasiswa yang kesulitan dalam penyelesaian skripsi mengalami kesulitan menuangkan ide ke dalam penulisan ilmiah sebesar 66,67%, hal ini menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan nalar dan menulis. Kesulitan dalam membuat latar belakang masalah yakni sebesar 51,28%, hal ini juga disebabkan karena rendahnya kemampuan mahasiswa dalam mengkomunikasikan dan menalar, sehingga mahasiswa mengalami kesulitan menuangkan ide-ide kedalam bentuk tulisan. Kesulitan mencari literatur yakni sebesar 41,03%, disebabkan oleh kekurangan literatur yang tersedia di perpustakaan sehingga mengganggu penyelesaian skripsi mahasiswa. Kesulitan membagi waktu kuliah dengan penulisan skripsi sebesar 33,33%. Hal ini akibat masih ada mahasiswa yang masih fokus dalam menyelesaikan perkuliahan. Kesulitan dalam menentukan instrumen dan mencari judul penelitian sebesar 30,77%. Ini menandakan lemahnya pengetahuan mahasiswa dalam penentuan instrumen. Kesulitan mahasiswa dalam menguraikan hasil penelitian dalam pembahasan penelitian sebesar 64,10%.

Di sisi lain upaya untuk menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan skripsi adalah bersikap optimis yakni memandang sesuatu dengan positif bahwa skripsi merupakan hal yang mudah diselesaikan. Menurut Gamayanti et al. (2018), sikap optimis berpengaruh besar pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, hal tersebut akan mempermudah mahasiswa dalam pengerjaan skripsi, dan membuang pikiran negatif bahwa skripsi adalah hal

yang sangat menakutkan dan melelahkan. Lain halnya dengan mahasiswa yang kurang optimis dalam menyusun skripsi, ketika menghadapi kesulitan atau kendala, sebagian mahasiswa bereaksi dengan cara menghindar dan mengabaikan, sehingga kesulitan atau kendala tersebut tidak dapat terselesaikan dan ada pula mahasiswa yang bereaksi dengan cara tetap berusaha menghadapi kesulitan atau kendala tersebut. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dihadapkan pada resiko yang berasal dari sebagai tuntutan dan harapan lingkungan.

Dikatakan oleh Seligman (2006) bahwa optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Mahasiswa yang memiliki sikap optimis akan melihat skripsi adalah mata kuliah yang mampu diselesaikan dengan tepat waktu, tanpa harus berpikir sulitnya mencari sumber buku, teori dan lelahnya revisi. Akan tetapi pada kenyataannya mahasiswa seringkali dihantui pikiran-pikiran negatif mengenai skripsi. Kebanyakan mahasiswa hanya menimbun pikiran-pikiran negatif tersebut tanpa berusaha untuk mencari jalan keluar. Kurangnya optimisme membuat mahasiswa merasa ragu akan kemampuan yang dimiliki sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

Skripsi yang diselesaikan akan menjadi ringan jika mahasiswa senantiasa memupuk sikap optimis dalam diri sehingga hal tersebut akan menghindari mahasiswa mengalami stress hingga frustrasi. Menurut Ramadhani (2014) optimisme terjadi di dalam diri mahasiswa karena faktor dukungan sosial. Adanya optimisme dalam diri disertai dukungan sosial yang kuat dari lingkungan membuat mahasiswa menjadi lebih efektif dalam mengatasi kekhawatiran saat sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial merupakan faktor yang kuat dalam proses penyusunan skripsi.

Dukungan sosial yang didapat dari orang terdekat atau teman sebaya terasa merasa diperhatikan dan merasa tidak berjuang sendirian. Mahasiswa menjadi lebih termotivasi dan yakin akan mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang terbaik pada skripsinya. Tetapi dukungan sosial

jarang didapatkan dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial yang minim dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Hal-hal seperti ini yang membuat mahasiswa menjadi putus asa dan malas dalam menyusun skripsi.

Dikatakan oleh Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial adalah bentuk penerimaan dari individu atau sekelompok individu sehingga menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Pada saat penyusunan skripsi dukungan sosial sangat penting bagi setiap mahasiswa, karena dengan dukungan sosial mahasiswa merasa termotivasi menjadi lebih giat dalam menyelesaikan skripsi. Dukungan sosial juga sangat berpengaruh bagi psikologis mahasiswa, karena mahasiswa merasa bahwa banyak yang memberikan perhatian sebagai tanda disayangi agar menjadi individu yang lebih baik. Maka, dengan adanya dukungan sosial mahasiswa akan berusaha secara maksimal dalam melakukan penyusunan skripsi.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sangat rentan pada permasalahan yang mengakibatkan stress hingga perilaku *maladaptif*. Dengan demikian dukungan sosial menjadi sangat penting bagi kelangsungan proses penyusunan skripsi bagi setiap mahasiswa. Adanya dukungan sosial dapat mengurangi kekhawatiran mahasiswa saat menyusun skripsi, dukungan dari teman-teman, keluarga dan orang terdekat lainnya berpengaruh besar dalam psikologis mahasiswa. Setiap mahasiswa memiliki cara yang berbeda untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Dukungan sosial memegang peranan yang tidak kalah penting dalam penyusunan skripsi.

Hasil wawancara penulis yang dilakukan pada beberapa subjek penelitian mengenai permasalahan penyusunan skripsi pada mahasiswa aktif tingkat akhir yang mengambil mata kuliah skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya kampus Bekasi sebanyak empat subjek sebagai berikut: Wawancara dilakukan dengan menjawab pertanyaan yang diajukan untuk menjelaskan pandangan mengenai mata kuliah skripsi

pada tanggal 29 Januari 2019 Pukul 16:00. Mahasiswa K mengatakan “Skripsi jadi tantangan buat gue takut ga lulus sidang dan gabisa lulus bareng sama temen seangkatan”. Mahasiswa “I” mengatakan “Skripsi ujian berat buat gue, tahun ini aja gue belum bisa skripsian padahal maunya lulus tahun ini bareng temen seangkatan”. Mahasiswa “R” mengatakan “Skripsi tantangan banget. Gue udah semester sepuluh masih mentok nyusun skripsi”. Kemudian mahasiswa “G” mengatakan “Baru denger namanya aja udah males duluan, skripsi butuh uang, tenaga sama pikiran”.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan penulis didapatkan hasil bahwa mahasiswa dengan optimisme yang rendah cenderung memiliki pandangan bahwa skripsi adalah hal yang sulit untuk dikerjakan, sedangkan mahasiswa dengan optimisme yang tinggi cenderung memiliki pandangan bahwa skripsi adalah tugas yang mudah dikerjakan jika memiliki tekad yang kuat. Berdasarkan paparan para ahli di atas dan fenomena dari hasil wawancara penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme. Maka, judul dari penelitian yang akan dilakukan adalah **“Hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan untuk melakukan pengembangan dalam meningkatkan mutu pendidikan. Adapun manfaat yang diharapkan :

a) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memajukan bidang ilmu Psikologi Pendidikan dan Psikologi Sosial, selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi untuk peneliti lain.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi mahasiswa, dan dapat dijadikan masukan agar mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi memiliki optimisme dalam menyusun skripsi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai bahan informasi dan referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut dengan jenis bidang yang sama.

1.5 Uraian Kebaharuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan Aini dan Mahardayani (2011) dengan judul “Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus”. Hasil analisis yang diperoleh bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UMK dengan nilai r_{xy} sebesar -0,401 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya teliti adalah terletak pada subjek penelitian, variabel penelitian yakni variabel bebas dan variabel terikat dan lokasi penelitian

Penelitian yang dilakukan Kurniawan et al. (2015) dengan judul “Hubungan Konsep Diri dengan Optimisme dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS”. Hasil analisis yang diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,808 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS, yang menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi konsep diri subjek, maka akan semakin tinggi optimisme mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS dalam menyelesaikan skripsi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya teliti terletak pada subjek dan variabel bebas serta lokasi penelitian.

Penelitian yang dilakukan Roellyana dan Listiyandini (2016) dengan judul “Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi”. Berdasarkan hasil analisis data penelitian Uji normalitas dilakukan dengan uji kolmogorov-smirnov dan mendapatkan signifikansi >0.05 yaitu $p=0.319$, dengan demikian data penelitian ini berdistribusi normal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah subjek dan variabel yakni variabel bebas dan variabel terikat serta lokasi penelitian.

Penelitian yang dilakukan Ningrum (2011) dengan judul “Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi”. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien nilai $r = 0,987$ dengan $sig = 0,000 < 0,01$. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif yang tinggi dan signifikan antara optimisme dan coping stress pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan saya lakukan terletak

pada subjek, kedua variabel penelitian dan lokasi penelitian yang dilakukan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Uraian Variabel

2.1.2 Variabel Terikat

Berdasarkan penjelasan di atas, maka variabel terikat yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah optimisme.

2.1.2.1 Definisi Optimisme

Menurut Hasan et al. (2013) optimisme adalah kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang positif. Dikatakan oleh Carver et al. (2010) optimisme adalah perbedaan individu yang mencerminkan sejauhmana individu menaruh harapan terhadap masa depannya.

Di sisi lain Kurniawan et al. (2015) mengatakan bahwa optimisme adalah keyakinan dalam diri untuk mencapai hasil yang baik, pantang menyerah, serta berfikir positif dalam mengatasi kesulitan agar dapat sukses dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Menurut Suseno (2013) optimisme

adalah sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa optimisme adalah keyakinan dalam diri dengan sikap yang memiliki harapan baik dalam segala hal dan sejauhmana individu menaruh harapan dan kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang positif.

a. Aspek-aspek Optimisme

Menurut Seligman (2006), optimisme dapat dilihat dari tiga dimensi, diantaranya yaitu :

- 1) *Permanensi*, yaitu ketetapan suatu peristiwa yang berhubungan dengan waktu. Penjelasan individu optimis terhadap kejadian baik berbeda dengan kejadian buruk. Individu optimis menjelaskan kejadian baik pada dirinya sendiri tentang penyebab yang permanen seperti karakter, kemampuan, dan keinginan yang harus selalu tercapai. Individu akan berusaha lebih keras setelah mencapai suatu keberhasilan. Individu yang optimis dalam menanggapi peristiwa buruk akan mempercayai bahwa peristiwa buruk berlangsung sementara. Percaya pada diri sendiri, memiliki toleransi terhadap afek negatif dan kuat atau tegar dalam menghadapi stress, ini berhubungan dengan ketenangan, cepat melakukan *coping* terhadap stress, berpikir secara hati-hati dan tetap fokus sekalipun sedang dalam menghadapi masalah.
- 2) *Pervasiveness*, yaitu gambaran keleluasaan suatu peristiwa yang berkaitan dengan berbagai hal spesifik dan global. Individu optimis percaya bahwa kejadian baik akan memperbaiki segala sesuatu yang dikerjakan sehingga lebih bersifat global dan kejadian buruk memiliki penyebab-penyebab yang spesifik.

- 3) Personalisasi merupakan sumber terjadinya suatu peristiwa, baik secara internal maupun eksternal. Gaya penjelasan optimis menjelaskan kejadian-kejadian baik lebih bersifat internal dan kejadian buruk bersifat eksternal. Individu yang menyalahkan kejadian-kejadian eksternal tidak kehilangan rasa penghargaan terhadap diri sendiri saat kejadian buruk menimpa.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dimensi optimisme menurut Seligman (2006) adalah dimensi permanensi, *Pervasiveness* dan personalisasi. Maka, dimensi tersebut akan menjadi alat ukur pada penelitian ini karena sesuai dengan kondisi di lapangan.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme

Menurut Seligman (2006) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi optimisme, yaitu :

- 1) Dukungan Sosial

Adanya dukungan yang cukup dapat membuat individu lebih optimis karena merasa yakin bahwa bantuan akan selalu tersedia.

- 2) Kepercayaan Diri

Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi dengan apa yang ada pada dirinya, serta yakin dengan kemampuannya akan mempunyai optimis yang tinggi

- 3) Harga Diri

Individu dengan harga diri tinggi selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan mencari aset-aset personal yang dapat mengimbangi kegagalan, sehingga selalu berusaha lebih keras dan lebih baik pada usaha-usaha berikutnya.

4) Akumulasi Pengalaman

Pengalaman-pengalaman individu dalam menghadapi masalah atau tantangan terutama pengalaman sukses yang dapat menumbuhkan sikap optimis ketika menghadapi tantangan berikutnya.

Berdasarkan faktor-faktor optimisme menurut Seligman (2006) maka faktor dukungan sosial menjadi variabel bebas dalam penelitian ini.

2.1.3 Variabel Bebas

Variabel bebas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang merupakan faktor dari variabel terikat.

2.1.2.1 Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut Marini dan Haryati (2009) adalah dorongan atau bantuan nyata seperti kenyamanan, perhatian, penghargaan, serta hal-hal yang dapat memberikan keuntungan yang diberikan oleh individu-individu disekitarnya (pasangan, teman dekat, tetangga, saudara, anak, keluarga, dan masyarakat sekitar) kepada individu yang sedang mengalami kesulitan, agar individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai. Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial adalah bentuk penerimaan dari individu atau sekelompok individu terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa individu tersebut disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

Menurut Kumalasari dan Ahyani (2012) dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek- aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi,

penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, di mana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Menurut Handono dan Bashori (2013) dukungan sosial adalah hubungan yang sifatnya menolong di saat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi dan bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan bernilai, dan dicintai.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dorongan atau bantuan nyata sebagai bentuk penerimaan diri dari individu atau sekelompok individu sehingga menimbulkan persepsi bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh individu lain, hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya.

a) Manfaat Dukungan Sosial

Menurut Taylor (2015) menjelaskan bahwa terdapat manfaat dukungan sosial, antara lain:

1) **Bantuan yang nyata**

Keluarga dan teman dapat memberikan berbagai barang dan jasa dalam situasi yang penuh stress.

2) **Informasi**

Individu yang memberikan dukungan juga dapat merekomendasikan tindakan dan rencana spesifik untuk membantu seseorang dalam copingnya dengan berhasil.

3) **Dukungan sosial dalam situasi stress**

Individu sering kali menderita secara emosional sehingga dapat mengembangkan depresi, kecemasan dan kehilangan harga diri.

b) Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dan Smith (2011) aspek-aspek dukungan sosial terdiri dari lima hal, yaitu :

- 1) Dukungan Emosional; yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini menyediakan rasa nyaman, ketentraman hati, perasaan dicintai bagi seseorang yang mendapatkannya.
- 2) Dukungan Penghargaan; yaitu ungkapan penghargaan positif untuk individu bersangkutan, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif individu dengan orang lain.
- 3) Dukungan Instrumental; aspek ini mencakup bantuan langsung yang dapat berupa jasa, waktu, dan uang.
- 4) Dukungan Informasi; yaitu mencakup memberi nasihat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi, dan umpan balik.
- 5) Dukungan Jaringan Sosial; aspek ini mencakup perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

Berdasarkan uraian di atas, bahwa aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Aspek-aspek tersebut menjadi alat ukur pada penelitian ini karena sesuai dengan kondisi di lapangan.

2.2 Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Optimisme

Perguruan tinggi di Indonesia menjadikan skripsi sebagai persyaratan kelulusan pendidikan strata satu (S1). Hal tersebut membuat kebanyakan mahasiswa memandang skripsi sebagai hal yang menakutkan. Cara pandang mahasiswa tersebut secara tidak langsung menumbuhkan kekhawatiran pada dirinya sendiri sehingga saat memulai penulisan skripsi menjadi rumit, padahal seharusnya sebagai mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir sudah menjadi hal yang biasa dalam melakukan tugas kuliah termaksud tugas untuk membuat skripsi.

Menurut Rismen (2015) skripsi adalah karya tulis ilmiah yang merupakan bagian dari persyaratan bagi mahasiswa yang menempuh pendidikan strata satu (S1) agar dapat memperoleh gelar akademis di perguruan tinggi. Skripsi dibuat dalam bentuk laporan penelitian yang dilakukan mahasiswa berdasarkan fenomena atau permasalahan yang berkaitan dengan bidang ilmu tertentu yang diperkuat oleh teori-teori yang sesuai dengan disiplin ilmu. Skripsi yang telah dibuat merupakan bentuk kemampuan mahasiswa dalam bidang akademis. Proses dalam pembuatan skripsi berlangsung secara individual.

Di sisi lain menurut Ningrum (2011) hal ini berbeda seperti mata kuliah lain yang umumnya dilakukan secara berkelompok. Skripsi merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa tingkat akhir agar dapat memperoleh gelar sarjana sehingga mahasiswa dituntut agar dapat menyesuaikan diri dalam proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi.

Penelitian yang dilakukan Roellyana dan Listiyandini (2016) menggunakan variabel optimisme dengan judul “Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi”. Penelitian kedua dilakukan Penelitian yang dilakukan (Ningrum, 2011) dengan judul “Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi”.

Disisi lain terdapat penelitian mengenai dukungan sosial, penelitian pertama dilakukan Marini dan Haryati (2009) dengan judul “Pengaruh

dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia di perkumpulan lansia Habibi dan Habibah” dengan hasil penelitian tersebut adalah adanya pengaruh negatif antara dukungan sosial dengan kesepian. Penelitian kedua dilakukan oleh Purba et al. (2007) dengan judul “Pengaruh dukungan sosial terhadap *Burnout* pada guru” dengan hasil penelitian tersebut dukungan sosial berpengaruh negatif dengan *burnout*.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Berdasarkan penjabaran mengenai hubungan dukungan sosial dengan optimisme maka penulis menggambarkan hubungan variabel yang sudah dipaparkan. Berikut kerangka berpikir penelitian tersebut.

2.3 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pada teori yang telah dijelaskan, maka penulis ingin membuktikan ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme. Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah :

Hipotesis Alternatif (Ha); Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Hipotesis Nihil (Ho); Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang memiliki cara pandang deduktif, yakni menjelaskan sesuatu dari yang bersifat umum dan khusus. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk membuktikan hipotesis yang telah dibuat oleh penulis. Tipe penelitian yang akan dilakukan adalah korelasional. Dikatakan oleh Periantolo (2016) penelitian korelasional adalah penelitian yang melihat hubungan diantara variabel, terdapat minimal dua variabel yang akan dilihat hubungannya.

Azwar (2016) menyatakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya dalam data-data numerikal yang diolah dengan data-data statistika. Pada penelitian ini penulis menggunakan metode kuantitatif jenis korelasional untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek yang dijadikan hal yang diselidiki dalam suatu penelitian yang memiliki berbagai variasi di dalamnya. Sebagai suatu yang sangat penting, variabel dalam suatu penelitian harus dipahami dengan

baik, baik secara konseptual maupun operasional. Pada penelitian ini penulis menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel bebas yang digunakan penulis adalah dukungan sosial dan optimisme sebagai variabel terikat

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Optimisme

Optimisme adalah suatu keyakinan dalam diri dengan sikap yang memiliki harapan baik dalam segala hal dan sejauh mana individu menaruh harapan dan kepercayaan bahwa kejadian di masa depan akan memiliki hasil yang positif. Optimisme diukur dengan menggunakan skala optimisme berdasarkan dimensi menurut Seligman (2006) yang terdiri dari permanensi, *pervasiveness* dan personalisasi.

3.3.2 Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dorongan atau bantuan nyata sebagai bentuk penerimaan diri dari individu atau sekelompok individu sehingga menimbulkan persepsi bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh individu lain, hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Dukungan sosial diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan aspek-aspek menurut Sarafino dan Smith (2011) yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

3.4 Populasi Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi adalah subjek dari keseluruhan dalam penelitian menurut Periantolo (2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Bekasi tahun 2019 yang berjumlah 170 mahasiswa (berdasarkan informasi data dari BAA Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi).

3.4.2 Sampel

Menurut Periantolo (2016) sampel adalah bagian dari populasi yang dijadikan subjek dalam pengambilan data penelitian. Penelitian ilmiah mungkin mampu mengambil subjek sebesar 30%, 20%, dan bisa jadi hanya 5% Sampel dalam penelitian ini berjumlah 51 subjek yang merupakan 30% dari jumlah populasi yaitu 170. Penulis menggunakan salah satu teknik sampling dari metode *non random* (tidak acak) yaitu teknik *purposive sampling*. Teknik tersebut adalah teknik di mana penulis membuat kriteria khusus terhadap subjek penelitian.

Kriteria subjek penelitian ini yaitu:

- a) Mahasiswa tingkat akhir tahun 2019 Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
- b) Mahasiswa aktif tahun 2019 Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang mengambil mata kuliah skripsi.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Instrumen Penelitian

Dikatakan oleh Periantolo (2016) instrumen merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data demi tujuan tertentu. Instrumen penelitian dapat berupa angket, skala psikologi, serta alat tes psikologi dengan mempertimbangkan validitas dan reliabilitas. Cara untuk mendapatkan data dari variabel tersebut berupa skala psikologi dengan menggunakan skala *likert* untuk mengukur variabel optimisme dan variabel dukungan sosial.

Alternatif jawaban pada skala likert yang digunakan terdiri dari lima pilihan yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS) pada pemberian skor terhadap jawaban subjek, dilakukan dengan pertimbangan jenis item. Rentang skala likert disampaikan pada tabel 3.1 di bawah ini :

Tabel 3.1. Skor Skala Likert

Pilihan Skala Dukungan Sosial	Skor		Pilihan Skala Optimisme
	Fav	Unfav	
Sangat Tidak Sesuai	1	5	Sangat Tidak Sesuai
Tidak Sesuai	2	4	Tidak Sesuai
Cukup Sesuai	3	3	Cukup Sesuai
Sesuai	4	2	Sesuai
Sangat Sesuai	5	1	Sangat Sesuai

Data yang diperlukan didapat dengan cara memberikan pernyataan tertulis yang diajukan kepada responden. Instrumen penelitian yaitu skala dukungan sosial dan skala optimisme.

a) Skala Dukungan Sosial

Berikut ini adalah *blueprint* skala dukungan sosial yang terdiri dari 5 aspek dan 10 indikator dengan total 40 aitem berdasarkan aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011), yang disampaikan pada tabel 3.2 di bawah ini :

b) Skala Optimisme

Berikut ini adalah *blueprint* skala optimisme yang terdiri dari 3 dimensi dan 6 indikator dengan total 24 aitem berdasarkan dimensi optimisme menurut Seligman (2006), yang disampaikan pada tabel 3.3 di bawah ini

Tabel 3.2.

Blueprint Skala Dukungan Sosial

Aspek Dukungan Sosial	Indikator	Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
Dukungan emosional	a) Menerima bantuan yang berbentuk empati	2	2	8
	b) Menerima bantuan yang berbentuk kepedulian dan perhatian	2	2	
Dukungan Penghargaan	a) Menerima Penghargaan positif	2	2	8
	b) Menerima dorongan untuk maju	2	2	
Dukungan Instrumental	a) Menerima penyediaan berupa barang	2	2	8
	b) Menerima penyediaan berupa jasa	2	2	
Dukungan Informasi	a) Menerima pengarahan dalam memecahkan masalah	2	2	8
	b) Menerima umpan balik dalam memecahkan masalah	2	2	
Dukungan Jaringan Sosial	a) Membuat jaringan sosial dengan kesamaan minat	2	2	8
	b) Membuat jaringan sosial dengan aktivitas sosial	2	2	
		20	20	40

Tabel 3.3.
Blueprint Skala Optimisme

Dimensi Optimisme	Indikator	Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
Permanensi	a) Yakin bahwa hal baik bersifat permanen dan hal yang buruk bersifat sementara	2	2	8
	b) Berusaha keras mencapai suatu keberhasilan	2	2	
Pervasiveness	a) Menjelaskan secara spesifik dalam menghadapi hal buruk dan menjelaskan secara global dalam menghadapi hal baik	2	2	8
	b) Percaya bahwa kejadian baik akan memperbaiki segala sesuatu	2	2	
Personalisasi	a) Meyakini kejadian baik bersifat internal dan kejadian buruk bersifat eksternal	2	2	8
	c) Tidak kehilangan rasa penghargaan terhadap diri ketika gagal	2	2	
		12	12	24

3.5.2 Validitas dan Reliabilitas

a) Uji Validitas

Menurut Azwar (2016), menyatakan bahwa validitas berasal dari kata *validity*, yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Oleh sebab itu untuk menguji validitas aitem yang terdapat pada skala dukungan sosial

dengan optimisme penulis menggunakan validitas konstrak. Menurut Azwar (2014) validitas konstrak membuktikan apakah hasil pengukuran yang diperoleh mendukung konsep teoritik yang diinginkan oleh tujuan semula.

Dalam menentukan validitas aitem yang ada dengan menggunakan program SPSS 21 *for windows* yang diuji coba kepada 51 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berdasarkan hasil uji coba skala yang sudah penulis lakukan sebanyak satu kali, pada variabel dukungan sosial dengan uji validitas *bivariate* terdapat 6 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 8, 12, 17, 20, 25, 37 sehingga didapatkan 34 aitem yang valid. Pada variabel optimisme dengan uji validitas *bivariate* terdapat 2 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 47 dan 49 sehingga didapatkan untuk variabel optimisme sebanyak 22 aitem. Menurut Azwar (2016) aitem dikatakan valid jika uji *bivariate pearson correlation* $>0,30$. Koefisien validitas yang besarnya berkisar antara 0,30 sampai dengan 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik.

Tabel 3.4.

Blueprint Skala Dukungan Sosial Sesudah Uji Coba

Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Item Valid	Item Gugur
Dukungan sosial	Menerima bantuan yang berbentuk empati	1, 2	3, 4	4	-
	Menerima bantuan yang berbentuk kepedulian dan perhatian	5, 6	7, 8*	3	1
Dukungan Penghargaan	Menerima penghargaan positif	9, 10	11, 12*	3	1
	Menerima dorongan untuk maju	13, 14	15, 16	3	-
Dukungan Instrumental	Menerima penyediaan berupa barang	17*, 18	19, 20*	2	2
	Menerima Penyediaan berupa jasa	21, 22	23, 24	4	-
Dukungan Infromasi	Menerima pengarahan dalam memecahkan masalah	25*, 26	27, 28	3	1
	Menerima umpan balik dalam memecahkan masalah	29, 30	31, 32	4	-
Dukungan Jaringan Sosial	Membuat jaringan sosial dengan kesamaan minat	33, 34	35. 36	4	-
	Membuat jaringan sosial dengan aktivitas sosial	37*, 38	39, 40	3	1
Total		20	20	34	6

Sumber data (2019)

*Catatan : *angka yang dicetak tebal dan diberi bintang adalah item yang gugur*

Tabel 3.5

Blue Print Skala Optimisme Setelah Uji Coba

Dimensi	Indikator	Fav	Unfav	Item valid	Item gugur	
Permanensi	Yakin bahwa hal baik bersifat permanen dan hal yang buruk bersifat sementara	41, 42	43, 44	4	-	
	Berusaha mencapai keberhasilan	keras suatu	45, 46	47*, 48	3	1
<i>Pervasiveness</i>	Menjelaskan spesifik menghadapi hal buruk dan menjelaskan secara global dalam menghadapi hal baik	secara dalam	49*, 50	51, 52	3	1
	Percaya bahwa kejadian baik akan memperbaiki segala sesuatu		53, 54	55, 56	4	-
Personalisasi	Meyakini kejadian baik bersifat internal dan kejadian buruk bersifat eksternal		57, 58	59, 60	4	-
	Tidak kehilangan rasa penghargaan terhadap diri ketika gagal		61, 62	63, 64	4	-
Total			12	12	22	2

Sumber data (2019)

*Catatan : *angka yang dicetak tebal dan diberi bintang adalah item yang gugur*

b) Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2016) reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama diperoleh hasil yang relatif

sama selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum pernah berubah. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang apabila digunakan beberapa kali untuk mengukur kelompok subjek yang sama akan menghasilkan hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah.

Dalam mengkaji reliabilitas alat ukur yang digunakan adalah *Cronbach Alpha* dan untuk menganalisis validitas dan reliabilitas alat pengumpulan data digunakan program SPSS 21. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0,00 sampai dengan 1,00. Berikut adalah klasifikasi skor reliabilitas yang disampaikan pada tabel 3.6 di bawah ini :

Tabel 3.6.

Tabel Kriteria Reliabilitas

No.	Skor	Kriteria
1.	≥ 0.9	Sangat reliabel
2.	0.8 – 0.89	Reliabel
3.	0.7 – 0.79	Cukup reliabel
4.	0.6 – 0.69	Kurang reliabel
5.	≤ 0.6	Tidak reliabel

Sumber : Periantolo (2016)

Tabel 3.7

Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	34

Hasil analisa data diperoleh koefisien reliabilitas untuk skala dukungan sosial sebesar 0,917. Berdasarkan klasifikasi skor reliabilitas menurut Periantolo (2016) yaitu ($r \geq 0,9$) artinya hasil perhitungan SPSS lebih besar dari 0,6 maka disimpulkan skala dukungan sosial sangat reliabel.

Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Optimisme

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.927	22

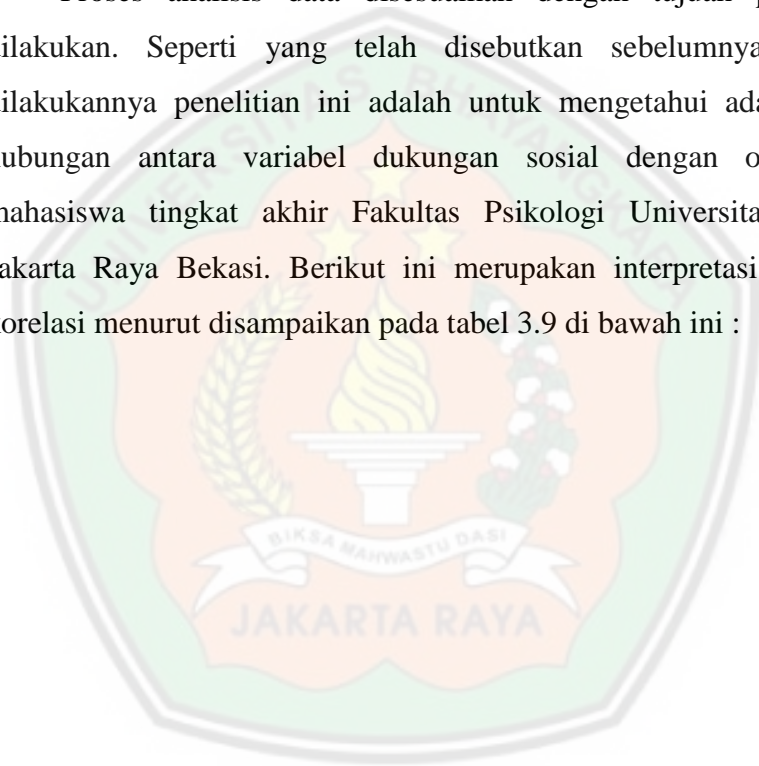
Hasil analisa data diperoleh koefisien reliabilitas untuk skala optimisme sebesar 0.927. Berdasarkan klasifikasi skor reliabilitas menurut Periantolo (2016) yaitu ($r \geq 0,9$) artinya hasil perhitungan SPSS $\geq 0,06$ maka disimpulkan skala optimisme sangat reliabel.

3.6 Analisis Data

Analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, serta menyajikan data tiap variabel yang diteliti melalui perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Data yang akan diperoleh dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 21 *for window*.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas serta uji hipotesis. Uji normalitas dilakukan menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov-Test* dengan syarat $\rho > 0,05$ untuk data dikatakan terdistribusi normal. Kemudian dilakukan uji linieritas untuk melihat apakah kedua variabel yang diukur dengan instrumen ukur memiliki hubungan yang linier atau tidak, dengan syarat $\rho > 0,05$ untuk dikatakan linier.

Proses analisis data disesuaikan dengan tujuan penelitian yang dilakukan. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, tujuan akan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi. Berikut ini merupakan interpretasi nilai koefisien korelasi menurut disampaikan pada tabel 3.9 di bawah ini :



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi yang bertempat di Jl. Perjuangan No.81 Marga Mulya Bekasi Utara. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi yang sedang melakukan penyusunan skripsi. Jumlah Populasi penelitian yaitu 170 mahasiswa jumlah sampel yang dianggap mewakili jumlah keseluruhan mahasiswa berjumlah 105 yang merupakan 30% berdasarkan tabel Isaac.

4.2 Pelaksanaan Penelitian

4.2.1 Persiapan Penelitian

Setelah mendapatkan data-data pendahuluan, penulis menentukan variabel penelitian yang akan diteliti dan membuat kerangka berpikir. Selanjutnya penulis mencari dan mengumpulkan teori-teori yang akan digunakan sebagai alat ukur variabel penelitian dengan menjadikan berupa butir aitem. Setelah alat ukur dibuat, peneliti melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu kepada 51 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi. Data yang diperoleh langsung diolah pada akhir pelaksanaan uji coba. Setelah melakukan pengolahan data menggunakan SPSS 21 *for windows* menghasilkan 34 aitem valid pada variabel dukungan sosial dan 22 aitem pada variabel optimisme. Selanjutnya aitem yang dinyatakan valid tersebut akan digunakan untuk pelaksanaan penelitian.

4.2.2 Pelaksanaan Penelitian

Penulis melakukan pengambilan data penelitian yang dilaksanakan pada 10 Juni 2019 sampai dengan 18 Juni di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Penulis mengambil data penelitian di Fakultas Psikologi dengan total responden 105 mahasiswa. Penulis melakukan pengambilan data dengan cara menyebar lembaran kuesioner yang terdapat pula penjelasan mengenai cara pengisian atau menjawab skala. Setelah selesai

pengambilan data penelitian, peneliti melakukan proses skoring dan analisis data penelitian berdasarkan teknik analisis data yang digunakan.

4.3 Hasil Penelitian

4.3.1. Kategorisasi Subjek Penelitian

1. Kategori subjek Dukungan Sosial

Dalam pengukuran dukungan sosial digunakan skala dukungan sosial yang terdiri dari 34 item yang valid dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1, sehingga dukungan sosial dapat dinyatakan dalam kriteria sebagai berikut :

$$\text{Skor maksimum} = 5 \times 34 = 170$$

$$\text{Skor minimum} = 1 \times 34 = 34$$

$$\begin{aligned} \text{Mean hipotetik (Mh)} &= \frac{\text{Skor maksimum} + \text{Skor minimum}}{2} \\ &= \frac{170 + 34}{2} = 102 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Rentangan hipotetik (RH)} &= \text{Skor maksimum} - \text{Skor minimum} \\ &= 170 - 34 = 136 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Deviasi hipotetik} &= \frac{\text{RH}}{\text{SD}} = \frac{136}{6} = 22,7 \end{aligned}$$

Tabel 4.1.

Deskripsi Statistik Dukungan Sosial

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
DS	105	110	169	143.38	15.111
Valid N (listwise)	105				

Tabel 4.2.

Hasil Perhitungan

Variabel	Mean Empirik (x)	Mean Hipotetik (m)	Standar Deviasi Hipotetik
Dukungan Sosial	143,38	102	22,7

Kategorisasi subjek ditetapkan dengan batasan sebagai berikut :

1. Rendah = $x \leq m - 1SD$
 $= 143,38 \leq 102 - 22,7$
 $= 143,38 \leq 79,3$
2. Sedang = $m - 1SD \leq x < m + 1SD$
 $= 102 - 22,7 \leq 143,38 < 102 + 22,7$
 $= 79,3 \leq 143,38 < 124,7$
3. Tinggi = $x > m + 1SD$
 $= 143,38 > 102 + 22,7$
 $= 143,38 > 124,7$

Tabel 4.3

Kategorisasi Rentangan Nilai Dukungan Sosial

Kategorisasi	Batas Nilai
Tinggi	$\geq 124,8$
Sedang	79,4 – 124,7
Rendah	$\leq 79,3$

Berdasarkan tabel di atas dapat dikatakan bahwa apabila subjek penelitian diperoleh skor $\leq 124,8$ berarti dukungan sosial berada pada kategori yang tinggi. Subjek penelitian yang memperoleh antara 79,4 – 124,7 berarti dukungan sosial berada pada kategori yang sedang dan jika subjek penelitian memperoleh skor $\geq 79,3$ berarti dukungan sosial subjek berada dalam kategori rendah.

Tabel 4.4

Kategori Dukungan Sosial Subjek

Kategori	Total	%
Rendah	0	0
Sedang	9	8,6
Tinggi	96	91,4
Jumlah	105	100.0%

Sumber data (2019)

Berdasarkan tabel di atas bahwa dari 105 subjek yang diteliti sebanyak 0% memiliki dukungan sosial yang rendah, 8,6% memiliki dukungan sosial yang sedang dan 91,4% memiliki dukungan sosial yang tinggi

Tabel 4.5

Kategorisasi Dukungan Sosial Kelompok Subjek

Kelompok Subjek	Jenis Kelamin	Kategori Dukungan Sosial Subjek			Total Subjek
		Rendah	Sedang	Tinggi	
1.	Laki-laki	0	5	49	54
2.	Perempuan	0	4	47	51
TOTAL SUBJEK		0	9	96	105

Sumber data (2019)

2. Kategori Subjek Optimisme

Pengukuran optimisme menggunakan skala optimisme yang terdiri dari 22 aitem yang valid dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1 sehingga optimisme dapat dinyatakan dalam kriteria berikut ini :

$$\text{Skor maksimum} = 5 \times 22 = 110$$

$$\text{Skor minimum} = 1 \times 22 = 22$$

$$\begin{aligned} \text{Mean hipotetik (Mh)} &= \frac{\text{Skor maksimum} + \text{Skor minimum}}{2} \\ &= \frac{110 + 22}{2} = 66 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Rentangan Hipotetik (RH)} &= \text{Skor maksimum} - \text{Skor minimum} \\ &= 110 - 22 = 88 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Deviasi Hipotetik} &= \frac{\text{RH}}{\text{SD}} = \frac{88}{6} = 14,7 \end{aligned}$$

Berikut ini merupakan hasil olah data dengan program SPSS

Tabel 4.6

Deskripsi Statistik Dukungan Sosial

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
OP	105	71	110	95.53	8.980
Valid N (listwise)	105				

Tabel 4.7

Hasil Perhitungan Kategorisasi

Variabel	Mean Empirik (x)	Mean Hipotetik (m)	Standar Deviasi Hipotetik
Optimisme	95,53	66	14,7

Kategorisasi subjek ditetapkan dengan batasan sebagai berikut :

1. Rendah = $x \leq m - 1SD$
 = $95,53 \leq 66 - 14,7$
 = $95,53 \leq 51,3$
2. Sedang = $m - 1SD \leq x < m + 1SD$
 = $66 - 14,7 \leq 95,53 < 66 + 14,7$
 = $51,3 \leq 95,53 < 80,7$
3. Tinggi = $x > m + 1SD$
 = $95,53 > 66 + 14,7$
 = $95,53 > 80,7$

Tabel 4.8

Kategorisasi Rentangan Nilai Optimisme

Kategorisasi	Batas Nilai
Tinggi	>80,8

Sedang	51,4 – 80,7
Rendah	≤ 51,3

Sumber data (2019)

Berdasarkan tabel 4.8 dapat dikatakan bahwa apabila subjek penelitian memperoleh skor $\leq 51,3$ berarti optimisme berada pada kategori yang rendah. Subjek penelitian yang memperoleh skor 51,4 – 80,7 berarti optimisme subjek tergolong dalam kategori sedang, dan jika subjek memperoleh skor $\geq 80,8$ berarti optimisme subjek berada dalam kategori tinggi.

Tabel 4.9

Presentase Kategori Optimisme Subjek

Kategori	TOTAL	%
Rendah	0	0
Sedang	5	4,8
Tinggi	100	95,2
Jumlah	105	100,0

Berdasarkan tabel di atas bahwa 105 subjek yang diteliti sebanyak 0% memiliki optimisme rendah, 4,8% memiliki optimisme sedang dan 95,2% memiliki optimisme yang tinggi.

Tabel 4.10

Kategori Optimisme Kelompok Subjek

Kelompok Subjek	Jenis Kelamin	Kategori Optimisme Subjek			Total Subjek
		Rendah	Sedang	Tinggi	
<hr/>					

1.	Laki-laki	0	5	49	54
2.	Perempuan	0	0	51	51
Total Subjek		0	5	100	105

Sumber data (2019)

4.4. Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis maka terlebih dahulu penulis harus melakukan uji asumsi yang merupakan syarat dilakukannya pengujian. Uji asumsi dilakukan dengan menggunakan program SPSS 21 *for windows*. Beberapa uji asumsi tersebut antara lain :

4.4.1 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05 (signifikansi > 0,05).

Tabel 4.11

Uji normalitas dukungan sosial dan optimisme

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		DS	OP
N		105	105
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	143.38	95.53
	Std. Deviation	15.111	8.980
	Absolute	.090	.094
Most Extreme Differences	Positive	.078	.075
	Negative	-.090	-.094
Kolmogorov-Smirnov Z		.927	.963
Asymp. Sig. (2-tailed)		.356	.312

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari *output* di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,356 pada variabel dukungan sosial yang berarti signifikansi lebih dari 0,05 ($0,356 < 0,05$) dan signifikansi 0,312 pada variabel optimisme yang berarti signifikansi lebih dari 0,05 ($0,312 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel dukungan sosial dan optimisme berdistribusi normal.

4.4.2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Untuk uji linearitas pada SPSS digunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bisa nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* $> 0,05$.

Tabel 4.12

Uji Linearitas Dukungan Sosial dan Optimisme

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	(Combined)	7850.550	45	174.457	19.218	.000
Between	Linearity	7235.625	1	7235.625	797.078	.000
OP * Groups	Deviation from Linearity	614.925	44	13.976	1.540	.061
DS	Within Groups	535.583	59	9.078		
	Total	8386.133	104			

Dari *output* di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,061 yang berarti signifikansi lebih dari 0,05 ($0,061 <$

0,05) maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel dukungan sosial dan optimisme terdapat hubungan yang linear dengan ini maka asumsi linearitas terpenuhi.

4.4.3. Uji Homogenitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi data adalah sama atau berbeda. Jika signifikan $> 0,05$ maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama.

Tabel 4.13

Uji Homogenitas Dukungan Sosial dan Optimisme

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
DS	.213	1	103	.645
OP	1.243	1	103	.267

Uji homogenitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi data adalah sama atau berbeda. Uji homogenitas yang digunakan adalah uji *One Way Anova* dengan pedoman nilai signifikansi $>0,05$ maka data adalah sama. Berdasarkan tabel di atas untuk uji dukungan sosial dengan kelompok berdasarkan jenis kelamin menunjukkan hasil 0,645 nilai signifikansi $> 0,05$ maka data adalah sama. Pada uji optimisme menunjukkan hasil 0,267 nilai signifikansi $> 0,05$ maka data adalah sama maka dapat disimpulkan dukungan sosial dan optimisme memiliki varian yang sama.

4.5. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dimaksudkan sebagai cara untuk menentukan apakah suatu dugaan hipotesis tersebut sebaiknya diterima atau ditolak. Pengujian hipotesis dalam pengujian ini menggunakan metode koefisien korelasi *Pearson Product Moment*, karena hasil uji normalitas dari dukungan sosial dan optimisme terdistribusi dengan normal. Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui besar hubungan antara satu variabel bebas (dukungan sosial) dengan variabel terikat (optimisme).

Tabel 4.14

Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Optimisme

Correlations		
	DS	OP
DS	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	105
OP	Pearson Correlation	.929**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	105

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan uji korelasi antara dukungan sosial dengan optimisme diketahui nilai koefisien korelasi adalah $r_{xy} = 0,929^{**}$ dan $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,05$). Jika nilai $P < 0,01$ maka hubungan kedua variabel sangat signifikan, jika nilai $\rho > 0,05$ maka hubungan kedua variabel tidak signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat

signifikan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.

Hipotesis alternatif	Hipotesis nol
(Ha) diterima	(Ho) ditolak

Maka hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Jadi semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula optimisme.

4.6. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik teknik korelasi *Pearson Product Moment* dalam penelitian ini diperoleh bahwa hipotesis yang alternatif diterima yang artinya “Ada hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi yang sedang menyusun skripsi sebesar 0,929** dan $\rho = 0,000$ lebih kecil dari 0,05 ($\rho < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi. Hal ini berarti menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh subjek maka semakin tinggi optimisme yang dimiliki subjek.

Pada uji normalitas diperoleh 0,356 pada variabel dukungan sosial dan 0,312 pada variabel optimisme sehingga dapat disimpulkan kedua variabel terdistribusi secara normal. Pada uji linearitas diperoleh 0,061 pada kedua variabel yang berarti kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linear, sedangkan pada uji homogenitas diperoleh 0,645

pada variabel dukungan sosial dan 0,267 pada variabel optimisme sehingga kedua variabel tersebut berdistribusi secara homogen.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan kepada 105 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi menunjukkan kategorisasi dukungan sosial bahwa 0% masuk kategori rendah, 8,6% masuk kategori sedang dan 91,4% masuk kategori tinggi, sedangkan pada kategorisasi optimisme 0% masuk kategori rendah, 4,8% masuk kategori sedang dan 95,2% masuk kategori tinggi. Pada variabel dukungan sosial skor tertinggi dari 34 aitem yaitu terdapat pada aitem nomor 27, sedangkan pada variabel optimisme dari 22 aitem skor tertinggi terdapat pada aitem nomor 16.

Dukungan sosial adalah hubungan yang sifatnya menolong di saat individu sedang membutuhkan dorongan atau bantuan nyata sebagai bentuk penerimaan diri dari individu atau sekelompok individu sehingga menimbulkan persepsi bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh individu lain sehingga hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Dukungan sosial merupakan faktor yang mempengaruhi optimisme.

Dukungan sosial yang didapat dari orang terdekat atau teman sebaya dapat membuat individu diperhatikan dan merasa tidak berjuang sendirian. Mahasiswa menjadi lebih termotivasi dan yakin mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang terbaik pada skripsinya, tetapi dukungan sosial jarang didapatkan dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial yang minim dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

1. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan korelasi antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.
2. Hasil dari uji korelasi *Pearson* diketahui bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme memiliki arah hubungan yang positif hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Oleh karena itu, jika semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi juga optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi.
3. Hasil uji normalitas pada kedua variabel dapat disimpulkan kedua variabel terdistribusi secara normal, sedangkan uji homogenitas dan lineartas dapat disimpulkan pula kedua variabel homogen dan memiliki hubungan yang linear.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Praktis

1. Bagi Fakultas Psikologi, penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk mengkaji kembali tentang dukungan sosial dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir sehingga dapat mengoptimalkan proses penyusunan skripsi.
2. Bagi Mahasiswa, penelitian ini dapat dijadikan masukan agar dapat menumbuhkan sikap optimisme seperti rajin bimbingan dengan dosen pembimbing, rajin mencari referensi sehingga memiliki pandangan yang positif dalam mengerjakan skripsi.

5.2.2. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian serupa, penulis menyarankan untuk menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang meningkatkan penggunaan optimisme, seperti kepercayaan diri dan harga diri.
2. Bagi peneliti selanjutnya, penulis menyarankan untuk memperhatikan kontrol penelitian dan hadir saat pengisian kuesioner agar partisipan mengisi kuesioner sesuai dengan apa yang dirasakan sehingga tidak ada yang mengisi secara sembarang.

