# HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI YANG BEKERJA *PART TIME*

Diajukan Untuk Melengkapi Dan Memenuhi Persyaratan Ujian Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi Di Universitas Medan Area

OLEH :

ANAS KUSYADI KESUMA
178600032

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING**

| | |
|---|---|
| Judul Skripsi | : Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem *Focused Coping* Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja *Part Time* |
| Nama Mahasiswa | : Anas Kusyadi Kesuma |
| Nim | : 178600032 |
| Bagian | : Psikologi Industri dan Organisasi |

Menyetujui :

Komisi Pembimbing

Pembimbing

(Drs. Maryono, M.Psi. Psikolog)

Mengetahui

| Kepala Bagian | Dekan Psikologi |
|---|---|
| (Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi) | (Wasiaatmadja, Ph.D) |

13 Juli 2022



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI YANG BEKERJA *PART TIME***

Dipersiapkan dan disusun oleh
Anas Kusyadi Kesuma
17.860.0032
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 13 Juli 2022
Susunan Dewan Penguji

| Ketua | Sekretaris |
|---|---|
| (Babby Hasmayni, S.Psi, M.Si) | (Adelin Australiati Saragih, S.Psi, M.Psi, Psikolog) |
| Pembimbing | Penguji Tamu |
| (Drs. Maryono, M.Psi, Psikolog) | (Dadang Haryati, S.Psi, M.Psikolog) |

Skripsi ini diterima sebagai
salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar sarjana
Tanggal, 13 Juli 2022
Kepala Bagian

(Arif Fakhrian, S.Psi, M.Psi)

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

(Dr. Hasanuddin, Ph.D)



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

| | |
|---|---|
| Nama | : Anas Kusyadi Kesuma |
| NIM | : 17.860.0032 |
| Tahun Terdaftar | 2022 |
| Program Studi | : Psikologi Industri & Organisasi |

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian saya menyatakan bahwa karya ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah Skripsi ini di kemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 13 Juli 2022

Anas Kusyadi Kesuma

(17.860.0032)

ii



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGASAKHIR/ SKRIPSI/ TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anas Kusyadi Kesuma

NPM : 178600032

Program Studi : Psikologi Industri Organisasi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non Ekslusif (Non- exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**Hubungan Antara Optimisme Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja *PartTime*.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Non- eksklusif Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 13 Juli 2022

Yang menyatakan

(Anas Kusyadi Kesuma)

ii



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**PERSEMBAHAN**

Bismillahirrahmanirrahim

Sebuah anugrah yang paling tak terhingga buat saya

Karna atas izin Allah SWT

Yang telah memberikan saya kesehatan dan kesempatan

Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya

Semua ini saya persembahkan untu kedua orangtua tercinta

Dan teman teman yang sudah membantu saya

Terimakasih tak terhingga atas kasih sayang dan dukungan

Yang selalu diberikan kepadaku



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## Motto

Terkadang dunia lebih memilih untuk melihat satu kesalahan yang kita buat,

daripada sepuluh kebaikan yang kita lakukan.

- Anas Kusyadi Kesuma-



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT atas berkat dan anugerah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan usulan penelitian dengan judul **"Hubungan Antara Optimisme Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja *Part Time*".** Salam dan shalawat dilantunkan kepada Nabi Muhammad SAW, sang pencerah yang menuntut umatnya dari alam gelap menuju alam yang terang dengan segala ilmu dan ajarannya.

Penulisan skripsi ini merupakan tugas akhir untuk mencapai gelar sarjana Psikologi (S. Psi) pada jurusan Psikologi Industri dan Organisasi Universitas Medan Area, disamping memberikan pengalaman kepada peneliti untuk meneliti dan menyusun karya ilmiah berupa skripsi.

Dengan menyelesaikan skripsi ini, peneliti diberi bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara materi maupun moril. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada Pada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Ketua Yayasan Universitas Medan Area
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. Eng, M. Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Hasanuddin, Ph. D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, M.m, M.Psi selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
5. Bapak Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi selaku ketua jurusan Psikologi Industri dan Organisasi
6. Bapak Drs. Maryono, M.Psi selaku dosen pembimbing yang dengan segala kebaikan dan kesabaran selama proses membimbing,serta memberikan motivasi dan arahan yang membangun selama penyusunan skripsi.
7. Ibu Babby Hasmayni, S.Psi, M.Psi selaku ketua dalam sidang meja hijau. Terima kasih atas bimbingan dan arahannya.
8. Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi selaku penguji. Terima kasih atas setiap arahan dan kritikan dalam perbaikan skripsi.
9. Ibu Adelin Australiati Saragih, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris penguji. Terima kasih untuk semua masukan yang telah diberikan guna membuat penelitian ini menjadi lebih baik.
10. Seluruh staf pengajar di lingkungan Universitas Medan Area atas segala didikan dan ilmu yang diberikan selama masa perkuliahan.
11. Seluruh staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu dalam proses administrasi.
12. Kedua orang tua saya tercinta, yang selalu memberikan kasih sayang, dan selalu memenuhi semua kebutuhan saya. Terimakasih atas semua kerja keras dan perjuangannya,



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

13. Kepada abang saya tercinta yang telah memberikan dukungan, perhatian, dan memenuhi kebutuhan selama ini semoga allah membalas dengan sebaiknya.
14. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapat berkah dari Allah Swt.

Akhir kata dengan segala bentuk kekurangan dan kesalahan, peneliti mengucapkan terima kasih semoga usulan penelitian ini dapat berguna bagi kita semua.

Hormat Saya

Penulis

( Anas Kusyadi Kesuma)



v

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## RIWAYAT HIDUP

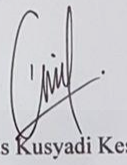
**A. Identitas Diri**

| | |
|---|---|
| Nama | : Anas Kusyadi Kesuma |
| Jenis Kelamin | : Laki-Laki |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Banda Aceh, 20 Maret 2000 |
| Alamat | : Jl. Bunga Pariama 2 No. 88 Kel. Ladang Bambu Kec. Medan tuntungan |
| Kode Pos | : 20138 |
| Nomor Ponsel | : 085235181624 |
| Email | : anaskusyadikesuma@gmail.com |

**B. Jenjang Pendidikan Formal**

1. SMA Negeri 2 Medan
2. SMP Negeri 2 Medan
3. SDS Harapan Mandiri

Medan, 13 Juli 2022



Anas Kusyadi Kesuma





UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI YANG BEKERJA *PART TIME*

**OLEH:**
**ANAS KUSYADI KESUMA**
**NPM: 178600032**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa UMA yang bekerja *part time*. Dalam penelitian ini, membatasi masalah pada penerapan problem *focused coping* pada mahasiswa/mahasiswi UMA fakultas psikologi stambuk 2017 yang bekerja *part time* di kota Medan dengan minimal waktu bekerja sudah satu tahun baik laki-laki/perempuan. Metode pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga sampel penelitian ini sebanyak 60 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket melalui google form. Metode analisis data untuk uji validitas menggunakan *Pearson Product Moment*, dan uji relibialitas meggunakan *Cronbach Alpha.* Berdasarkan perhitungan statistika menunjukkan nilai koefisien ($r_{xy}$) = 0.925 dengan p = 0.000 < 0.050. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan positif optimisme dengan *problem focused coping,* yang artinya semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time.*

**Kata kunci:** Optimisme, *problem focused coping*, mahasiswa, *part time*



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# THE CORELATION BETWEEN OPTIMISM AND *PROBLEM FOCUSED COPING* ABILITY ON STUDENTS OF UNIVERSITAS MEDAN AREA FACULTY OF PSYSCHOLOGY WHO WORK *PART TIME* IN MEDAN

**BY:**
**ANAS KUSYADI KESUMA**
**NPM: 178600032**

## ABSTRACT

*This research aims to see the relation between optimism with the ability problem focused coping on students of UMA who work part time in Medan. This study limiting the problem on how the students of UMA faculty psychology 2017 implementing problem focused coping while they work part time with minimum already work for a year. The sample of this research taken by used total sampling method with criteria minimum one year of working time, therefore the sample of this study are 60 people. The data collected by questionnaire via google form. Data analysis method for validity test uses Pearson Product Moment, and the reliability test uses Cronbach Alpha. Based on statistical calculation the coefficient value ($r_{XY}$) = 0.925 with p = 0.000 < 0.050. This shows the research hypothesis is accepted, there is positive relationship between optimism and problem focused coping, which means the higher the optimism, the higher the problem focused coping used by student who work part time.*

**Key word:** Optimism, *problem focused coping, students, part time*



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# DAFTAR ISI

**Lembar Judul.....**

**Lembar Pengesahan Pembimbing..... ii**

**Lembar Pernyataan ..... iv**

**Persembahan..... vi**

**Kata Pengantar ..... viii**

**Abstrak..... ix**

**Abstract ..... x**

**Daftar Isi ..... xi**

**Daftar Tabel ..... xii**

**Daftar Lampiran.....xiv**

**BAB I PENDAHULUAN .....1**

A. Latar Belakang ..... 1
B. Identifikasi Masalah .....5
C. Batasan Masalah.....5
D. Rumusan Masalah .....6
E. Tujuan Penelitian.....6
F. Manfaat Penelitian .....6
1.1 Manfaat Teoritis .....6
1.2 Manfaat Praktis .....6



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....7**

A. PROBLEM FOCUSED COPING.....7

1. Pengertian Problem Focused Coping .....7
2. Fungsi Problem Focused Coping .....9
3. Bentuk Problem Focused Coping.....11
4. Faktor-Faktor Mempengaruhi Problem Focused Coping .....13
5. Aspek-Aspek Problem Focused Coping.....14

B. OPTMISME.....15

1. Pengertian Optimisme .....15
2. Karakteristik Orang Yang Optimis.....18
3. Aspek-Aspek Optimisme.....19

C. Hubungan Optimisme Kemampuan Problem Focused Coping .....20

D. KERANGKA KONSEPTUAL.....23

E. HIPOTESIS PENELITIAN .....23

**BAB III METODEOLOGI PENELITIAN.....24**

A. TIPE PENELITIAN PENELITIAN.....24

B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN.....24

C. DEFENISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN .....25

1. Optimisme.....25
2. Problem Focused Coping.....25

D. SUBJEK PENELITIAN .....25

1. Populasi.....25
2. Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel.....25

E. METODE PENGUMPULAN DATA .....26

F. Validitas Dan Reliabilitas .....27

G. ANALISIS DATA .....29



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....30**
A. GAMBARAN SUBJEK PENELITIANN.....30
B. ORIENTASI KANNCAH DAN PERSIAPAN PENELITIAN .....30
1. Orientasi Kancah.....30
2. Persiapan Penelitian .....33
A. Persiapan Administrasi .....33
B. Persiapann Alat Ukur.....34
C. PELAKSANAAN PENELITIAN.....37
D. ANALISIS DATA DAN HASIL PENELITIAN .....40
**BAB V KESIMPULANN DAN SARAN .....49**
A. KESIMPULAN.....49
B. SARAN .....49
DAFTAR PUSTAKA .....51
Lampiran .....54



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# DAFTAR GAMBAR

Gambar I. Kerangka Konseptual.....38



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# DAFTAR TABEL

**Tabel 1**

Penyebaran Skala Optimisme. ..... 35

**Tabel 2**

Penyebaran Skala *Problem Focused Coping*. ..... 36

**Tabel 3**

Uji Validitas Skala Optimisme. ..... 39

**Tabel 4**

Uji Validitas Skala *Problem Focused Coping* ..... 39

**Tabel 5**

Uji Normalitas ..... 41

**Tabel 6**

Uji Linearitas ..... 42

**Tabel 7**

Analisis Korelasional ..... 42

**Tabel 8**

Nilai Mean Hipotetik dan Empirik ..... 45



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# DAFTAR LAMPIRAN

**Lampiran A**

Alat Ukur Penelitian .....54

**Lampiran B**

Distributor Skor Data Penelitian Optimisme dan *Problem Focused Coping*.....59

**Lampiran C**

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Optimisme dan *ProblemFocused Coping*....62

**Lampiran D**

Hasil Uji Normalitas Dan Linieritas Optimisme dan *Problem Focused Coping*..66

**Lampiran E**

Hasil Uji Korelasi Optimisme dan *Problem Focused Coping*..... 69

**Lampiran F**

Surat Keterangan Penelitian.....72



UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah status yang disandang seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Status mahasiswa berbeda dengan siswa yang masih anak-anak atau remaja, seorang siswa masih mencari jati diri dan mencari ingin menjadi apa di masa depan, sedangkan mahasiswa yang merupakan tingkatan tertinggi dalam dunia pendidikan dianggap sudah dewasa sehingga tugas perkembangannya juga berbeda dimana seorang mahasiswa yang pada umumnya berumur 18 tahun keatas, salah satu tugas perkembangannya adalah sudah harus mempersiapkan diri untuk mendapatkan pekerjaan dan memulai karir (Hurlock, 2010).

Saat ini sudah tidak asing lagi dengan seorang mahasiswa yang bekerja *part time*, Menurut Daulay (dalam Elma dan Ali, 2017), bahwa mahasiswa yang kerja *part time* dilatarbelakangi oleh masalah ekonomi, mengisi waktu luang, hidup mandiri dan mencari pengalaman. Jenis pekerjaan yang biasa dilakukan oleh seorang mahasiswa/mahasiswi adalah barista/waiter, fotographer, guru les, admin bisnis online . Rata-rata yang pekerja *part time* biasanya bekerja 3-5 jam tergantung jenis pekerjaannya (Yahya& Widjaja, 2019). Dalam hari-harinya mahasiswa harus bisa mengimbangi waktunya berkuliah dengan bekerja *part time*.

Tugas utama seorang mahasiswa adalah memenuhi tugas-tugas akademik yang sudah ditetapkan, tugas akademik yang dimaksud adalah tugas mata kuliah,

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

memenuhi beban studi yang ditetapkan, melaksanakan praktikum dan untuk mendapatkan gelar mahasiswa harus dapat menyelesaikan skrispi. Dengan bekerja *part time* mahasiswa mendapatkan beban dan tanggung jawab yang lebih, mereka harus bertanggung jawab dalam perkuliahan dan pekerjaannya. Mahasiswa tersebut dituntut untuk lebih produktif dan aktif selama menjalani perkulihan dan bekerja. Oleh karena itu, individu diharapkan mampu membagi waktunya untuk kuliah dan bekerja. Dampak dari bekerja *part time* mahasiswa menjadi merasa kelelahan karena bekerja, dimana hal ini dapat menyebabkan tugas yang yang diberikan dosen terbengkalai. Hal ini menjadi masalah baru seperti mahasiswa tidak dapat mengerjakan tugasnya dengan alasan lelah tidak ada tenaga, sehingga membuat nilai turun, tertinggal pelajaran, hal akan menimbulkan suatu tekanan dan menjadi sumber stressor untuk individu tersebut.

Melakukan aktivitas perkuliahan dan bekerja *part time* bukanlah persoalan yang mudah bagi seorang mahasiswa, karena dapat mengakibatkan stres. Berdasarkan pernyataan Furr dan Elling (2000) bahwasannya mahasiswa yang bekerja memiliki kecenderng stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak memiliki kesibukan untuk bekerja atau berorganisasi. Rathus dan Nevid (2002) mengatakan bahwa stres merupakan kondisi tertekan secara fisik maupun psikis dikarenakan tuntutan dari dirinya sendiri atau lingkungan di sekitarnya. Kondisi stres akibat dari kuliah sambil bekerja *part time* dirasakan oleh para mahasiswa dalam penelitian ini, hal ini didapatkan dari hasil wawacara pada 2 orang mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, mereka mengaku merasa tertekan, lelah dan terkadang muak akibat dari dua aktifitas ini, kesulitan dalam mengatur


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

waktu untuk mengerjakan tugas kuliah, dan berkurangnya waktu untuk berisitirahat

Dalam menyelesesaikan stres yang ada setiap individu memiliki strateginya sendiri untuk mengatasi stres yang mereka miliki. Mahasiswa yang mendapat tekanan atau tuntutan dalam perkuliahan dan pekerjaan akan memberikan reaksi terhadapnya secara positif atau negatif dengan cara melakukan teknik *coping.* Perrez and Reixhert (dalam Eunike dkk, 2012) *coping* adalah kemampuan individu untuk menghadapi permasalahan yang sedang dialaminya atau proses untuk menangani berbagai tuntutan saat individu mengalami stres. Adapun Folkman (dalam Mariana, 2013) 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.

Lazarus dan Folkman (dalam Safaria& Saputra, 2009) menjelaskan, metode *coping* terbagi menjadi 2 jenis, yakni coping yang difokuskan pada permasalahan, dan *coping* yang difokuskan pada emosi. Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2011) *problem focused coping* merupakan coping yang memfokuskan pada masalah individu dengan mempelajari cara-cara yang baru dan terampil. *Coping* ini digunakan ketika individu percaya bahwa tuntutan dari suatu situasi dapat diselesaiakn dengan mendefiniskan masalah, mencari solusi alternatif, dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

bertindak. Sedangkan *emotional focused coping* merupakan coping yang berfokus pada mengatur emosional dengan pendekatan behavioral dan kognitif.

Mahasiswa yang bekerja *part time* 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 postif, dapat mengurangi dampak negatif yang didapat dari permasalahan tersebut baik pada perkuliahan maupun pekerjaannya.

Seseorang yang berkuliah sambil bekerja melakukan peran ganda yang belum tentu dapat dijalankan banyak orang. Hal yang dilakukan individu tersebut merupakan hal yang sangat berisiko, jika individu kesulitan mengatur waktu saja akan mengganggu dua perannya tersebut, apa lagi jika mereka tidak memiliki keyakinan yang positif untuk menyelesaikan masalahnya, segala kegiatan yang ada di perkuliahan dan kantor akan tidak tekerjakan secara optimal. Salah satu faktor yang dapat membantu seseorang berhasil keluar dari masalahnya yaitu memiliki sikap optimis bahwa dirinya dapat menyelesaikan masalahnya. Sifat optimis merupakan salah satu fakotor yang dapat mempengaruhi problem *focused coping*.

Cara pandang seseorang terhadap suatu kondisi pasti berbeda-beda, dimana cara pandang ini dapat mengindikasikan seseorang yang bersikap optimis atau

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

pesimis. Salah satu ciri individu yang optimis memiliki pandangan dan pemikiran positif, individunya akan melihat suatu hal dari sudut pandang yang positif. Mahasiswa yang kuliah dan bekerja *part time* penting memiliki sikap optimis, karena ini dapat membantu dirinya menghadapi masalah dan menekan stres yang diterimanya, sehingga ketika ada masalah mereka tetap melihat dari sisi positif suatu kejadian yang menimpanya dan yakin pada dirinya dapat menyelesaikan masalah yang ada. Menurut Goleman (2002) optimisme berarti memiliki pengharapan yang kuat bahwa segala sesuatu dalam kehidupan akan dapat dilewati, kendati itu dipenuhi berbagai hambatan yang dapat menimbulkan kemunduran dan frustrasi.

Dengan sikap optimis ini akan menumbuhkan kepercayaan diri individu dalam menjalani kehidupannya. Berbeda dengan individu yang penuh dengan kepesimisan, dimana individu tersebut akan terbayang-banyang akan ketidakmapuan dan kegagalan. Dengan demikian, individu memiliki sifat optimis akan membawanya ke arah kebaikan dan kesuksesan. Individi yang kuliah sambil bekerja harus tetap optimis karana ini sangat dibutuhkan pada saat individu merasa kesulitan. Optimisme tersebut akan membantu seseorang untuk bisa mengatasi hambatan-hambatan yang muncul dalam pencapaian tujuan atau target seorang individu (Ekasari & Susanti, 2009). Individu yang selalu optimis akan selalu mendapatkan jalan keluar atas permasalahan yang dihadapinya, sebab dengan optimisme tersebut individu akan mampu mengatasi berbagai hambatan yang dapat menghambat untuk mencapai tujuannya (Scheier dan Carver,1987).


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Mahasiswa teladan yang dituntut universitas untuk mampu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh setiap dosen dan mampu mengerjakannya tepat waktu, serta mahasiswa dapat mengatur waktu antara pekerjaan diluar universitas agar tercapainya prestasi-prestasi yang di inginkan oleh universitas

Hal ini didukung dengan adanya wawancara yang telah dilakukan pada dua mahasiswa UMA

Wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa yang bekerja sebagai admin *online shop*:

> *"Ya pasti ada tekanan, dikuliah ada, di kerjaan ada. Kalau di kuliah keseringan salah di management waktu . Di pekerjaan harus ngikutin tuntutan kerja yang serba banyak dan cepat terkadang sering berantem jugak sama temen sekantor karna suatu hal yang gak jarang karna masalah sepele. Kadang kalau udah mulai jenuh kasih waktu istirahat, memang benar-benar gak ngapa-ngapain, dirumah aja"*

Wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa yang bekerja sebagai *Event Organizer*:

> *"Karena dikantor bertiga perempuan, tau la kan perempuan banyak moodnya, kadang aku semua yang ngerjain mulai dari marketing, check venue, check peralatan, urusin administrasi, kerjaan pada numpuk belum lagi selisih paham sama temen yang lain, jadi sering kelewatan deadline tugas"*

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa banyaknya tekanan yang harus dihadapi mahasiswa bekerja, diperlukan pemikiran serta sikap yang optimis, dengan adanya sikap optimis di dalam diri individu, akan membantu mahasiswa fokus untuk mencari solusi dari persoalan atau masalah, sehingga mahasiswa tersebut dapat menjalankan semua kewajibannya dengan baik.


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Upaya-upaya yang dapat dilakukan individu untuk menghindari stres yanitu menyusun rencana yang baik untuk kegiatan mendatang, berpikir dan bertindak secara positif supaya dapat menekan stres yang dihadapi.

Sebagian mahasiswa uma yang bekerja *part time* sering mengalami kendala di management waktu, deadline pekerjaan dan kuliah, dan selisih paham dengan teman sekantor atau teman kuliah dikarenakan tuntutan kuliah maupun tempat ia bekerja dimana mahasiswa dituntut agar berusaha semaksimal mungkin dalam hal prestasi dan tugas yang dibebani oleh pekerjaanya dan kuliah yang ia jalani.

## B. Identifikasi Masalah

Mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja *part time* sudah tidak asing lagi didengar, banyak hal yang melatarbelakngi para mahasiswa melakukan kedua kegiatan tersebut. Mahasiswa yang kuliah dan bekerja *part time* dihadapi dengan dua tugas yang harus di selesaikan secara bersamaan, yaitu tugas-tugas dari perkuliahan dan tugas dari pekerjaan. Tugas-tugas yang didapatkan ini menjadi sumber stresor bagi mereka. Cara mengurangi tekanan atau stres adalah melakukan coping, terdapat banyak macam metode coping namun salah satu metode yang cocok untuk mahasiswa yang bekerja *part time* yaitu *problem focused coping.* Faktor optimisme yang memiliki pandangan dan pemikiran positif merupakan salah satu faktor keberhasil *problem focused coping.* Individu dengan sikap optimis yang tinggi mereka akan melihat semua masalah secara positif dan bisa terselesaikan. Sehingga sikap optimis dapat menekan stres yang didapatkan


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

individu. Kurangnya sikap optimis dan *problem focused coping* terlihat dari kurangnya management pembagian waktu mahasiswa universitas medan area angkatan 2017 antara pekerjaan dan kuliah, banyaknya tugas kuliah yang tidak kerjakan dan kesulitan mengikuti pelajaran, mengerjakan tugas dari kantor dengan lambat, energi yang terpakai sangat banyak sehingga tidak jarang keluhan banyak dilemparkan dari mahasiswa.

## C. Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi masalaha yang akan di bahas yaitu mengenai Sikap optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time*.

## D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka permasalahan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

Berdasarkan uraian diatas maka permasalahan penelitian dapat dirumuskan apakah ada Hubungan antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa universiatas medan area yang bekerja *part time*.

## E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan ini dilakukan untuk melihat dan menguji hubungan antara optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Universitas Medan Area Yang Bekerja *Part Time.*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang strategi *coping* serta bermanfaat untuk menghadapi masalah yang timbul pada mahasiswa yang bekerja part time.

2. Manfaat Praktis

   Hasil penelitian dapat menambah wawasan bagi pembaca, terutama mahasiswa yang bekerja *part time* agar senantiasa mampu mengoptimalkan optimisme guna memunculkan problem *focused coping* saat mengahadapi permasalahan atau stres.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# BAB II

# LANDASAN TEORI

## A. *PROBLEM FOCUSED COPING*

### 1. Pengertian *Problem Focused Coping*

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Achroza,2013) ada dua cara individu menangani stres atau yang disebut dengan melakukan strategi coping. Cara pertama dengan mengatur reaksi emosional yang muncul karena suatu masalah *(emotional focused coping*). seseorang berusaha untuk meminimalkan kecemasan melalui penarikan diri baik mental maupun fisik atau untuk menghindari masalah. Cara kedua dengan cara merubah masalah-masalah yang mengakibatkan timbulnya stres (*problem focused coping*). Individu berusaha untuk menghadapi suatu masalah dengan merubah kondisi. Kedua strategi ini dapat dipergunakan secara bersamaan oleh individu ketika menghadapi suatu masalah, namun kecenderungan seseorang untuk menggunakan metode coping yang lebih dominan untuk dirinya.

Menurut Hockenbury & Hockenbury (2003) strategi *problem focused coping* adalah usaha individu dalam mengatasi sumber stres *(stressor)* dengan tujuan mengubah atau mengurangi sumber stres tersebut. Menurut Baron dan Taylor (2009) mengemukakan bahwa problem *focused coping* merupakan usaha untuk melakukan sesuatu yang konstruktif tentang situasi yang penuh tekanan yang membahayakan, mengancam, atau menantang suatu individu.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Menurut Lazarus (1993) problem *focused coping* adalah usaha yang digunakan dalam mengatasi tekanan oleh seorang individu yang menghadapi masalah dan mencoba untuk memecahkan masalah tersebut. *problem focused coping* merupakan perilaku coping yang tepat dan efektif, salah satunya adalah dengan mengatasi secara langsung masalah-masalah yang muncul dan tidak menghindari masalah (Amartiwi, 2008).

Kesimpulan berdasarkan uraian diatas bahwa problem *focused coping* adalah penyelesaian masalah dalam mengurangi sumber stres menggunakan cara penyelesaian masalah secara langsung seperti menghadapi masalah secara aktif, merencanakan, mengurangi aktifitas persaingan, pengendalian.

Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 1997) secara umum membedakan bentuk dan fungsi coping dalam dua klasifikasi yaitu sebagai berikut:

a. Coping yang berfokus pada masalah *(problem-focused coping*) adalah strategi untuk penanganan stres atau coping yang berpusat pada sumber masalah, individu berusaha langsung menghadapi sumber masalah, mencari sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan stres dan berusaha menyelesaikannya sehingga pada akhirnya stres berkurang atau hilang. Untuk mengurangi stressor individu akan mengatasi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi karena individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

stres. Strategi ini akan cenderung digunakan seseorang jika dia merasa dalam menghadapi masalah dia mampu mengontrol permasalahan itu.

b. Coping yang berfokus pada emosi *(emotion-focused coping*) adalah strategi penanganan stres dimana individu memberi respon terhadap situasi stres dengan cara emosional. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang menekan individu akan cenderung untuk mengatur emosinya dalam rangka penyesuaian diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dia merasa tidak bisa mengontrol masalah yang ada.

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi problem *focused coping* pada mahasiswa yang bekerja adalah dapat mengurangi stres dengan mempelajari metode-metode atau keterampilan baru.

**2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi *Problem Focused Coping***

Adapun faktor-faktor yang dapat memperngaruhi munculnya problem *focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984), antara lain:

a. Kesehatan dan energi, dimana kesehatan dan energi mempengaruhi berbagai macam bentuk strategi *coping* pada individu dan juga stres. Apabila individu dalam keadaan rapuh, sakit, lelah, lemah, tidak mampu melakukan *coping* dengan baik. Sehingga kesehatan fisik


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

menjadi faktor penting dalam menentukan strategi *coping* pada individu.

b. Optimis dianggap sebagai sumber psikologis yang mempengaruhi strategi *coping* pada individu. Setiap individu memiliki keyakinan tertentu yang menjadi harapan dan upaya dalam melakukan strategi *coping* pada kondisi apapun.

c. Kemampuan pemecahan masalah pada individu meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi yang bertujuan mengidentifikasi masalah untuk menghasilkan alternatif yang akan digunakan pada individu, mempertimbangkan alternatif yang akan digunakan, mempertimbangkan alternatif dengan baik agar dapat mengantisipasi kemungkinan yang terburuk, memilih dan menerapkan sesuai dengan tujuan pada masing-masing individu, hal ini merupakan faktor yang mempengaruhi strategi *coping.*

d. Keterampilan sosial merupakan faktor yang penting dalam strategi *coping* karena pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial, sehingga individu membutuhkan untuk bersosialisasi. Keterampilan sosial merupakan cara untuk menyelesaikan masalah dengan orang lain, juga dengan keterampilan sosial yang baik memungkinkan individu tersebut menjalin hubungan yang baik dan kerjasama dengan individu lainya, dan secara umum memberikan kontrol perilaku kepada individu atas interaksi sosialnya dengan individu lain.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

e. Dukungan sosial, dimana setiap individu memiliki teman yang dekat secara emosional, pengetahuan, dan dukungan perhatian yang merupakan faktor yang mempengaruhi strategi coping pada individu dalam mengatasi stres.

f. Sumber material, salah satunya adalah keuangan, keadaan keuangan yang baik dapat menjadi sumber strategi *coping* pada individu. Secara umum masalah keuangan dapat memicu stres individu yang mengakibatkan meningkatnya pilihan dalam strategi coping untuk bertindak. Salah satu manfaat material bagi individu mempermudah individu dalam kepentingan hukum, medis, keuangan dan lain-lain. Hal ini menyebabkan individu yang memiliki materi dapat mengurangi resiko stres.

Ogden (2004) mengemukakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *problem focused coping,* yaitu:

a. Tipe masalah

   Masalah dalam pekerjaan lebih sering melibatkan problem *focused coping* sementara masalah kesehatan dan hubungan dengan orang lain lebih melibatkan emotion *focused coping*.

b. Usia

   Anak-anak lebih memilih menggunakan problem *focused coping* dimana *emotion focused cop*ing lebih sering digunakan oleh remaja. Folkman et al (dalam Ogden, 2004) mengatakan bahwa orang dewasa


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

tengah lebih menggunakan *problem focused coping* sedangkan orang tua lebih menggunakan *emotion focused coping*.

c. Jenis kelamin

Sudah menjadi rahasia umum bahwa wanita lebih sering menggunakan *emotion focused coping* dan pria lebih mengarah kepada penyelesaian berfokus pada masalahnya.

d. Kemampuan mengontrol

Orang-orang lebih memilih untuk menggunakan *problem focused coping* jika mereka percaya bahwa masalah tersebut dapat berubah. Sebaliknya, mereka menggunakan *emotion focused coping* jika masalah yang mereka hadapi melebihi dari kemampuan mereka untuk mengendalikannya.

*e.* Ketersediaan sumber

Coping dipengaruhi oleh sumber eksternal seperti waktu, pendidikan, anak- anak, keluarga, dan pendidikan. Sumber yang sedikit mungkin membuat orang merasa bahwa stressor kurang terkontrol oleh mereka sehingga mengakibatkan keengganan untuk menggunakan problem *focused coping.*

Menurut deskripsi diatas dapat disimpulkan bahwa, aspek-aspek yang berpengaruh pada problem *focused coping* terdiri atas enam aspek, yaitu adalah kesehatan atau energi, keyakinan yang positif, kemampuan pemecahan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, sumber material, usia, jenis kelamin, dan kemampuan mengntrol.


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

### 3. Aspek – Aspek *Problem Focused Coping*

Menurut Lazaarus dan Folkaman (dalam Triaantoro & Nofrans, 2009) aspek-aspek *problem focused coping* adalah:

a. Konfrontasi

Konfrontasi adalah cara individu menghadapi masalah secara langsung. Individu akan berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya untuk menggubah situasi yang menyebabkan stres secara agresif dengan cara mengambiil resiko. Pada aspek ini, individu memiliki prinsip dalam hidupnya dan tidak mudah terpengaruh dengan keputusan atau pendapat orang lain. Pengambilan tindakan secara langsung merupakan *active coping*, yang aartinya individu mengambil langkah-langkah aktif untuk menghilangkan, menghindari tekanan dan memperbaiki pengaruh dampaknya.

b. Mencari dukungan sosial

Mencari dukungan sosial merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mendapatkan bantuan dari lingkungan sekitar, misalnya teman maupun keluarga. Dukungan yang dicari merupakan ukungan sosial secara instumental, maksudnya individu mencari dukungan yang berupa nasihat, informasi ataupun bimbingan.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

c. Merencanakan pemecahan masalah

Individu dengan *problem focused coping* akan membuat perencanaan yang baik sebelum melakukan sesuatu hal. Merencanakan pemesalahn merupakan usaha yang dilakukan individu untuk memikirkan, membuat, dan menyusun rencana pemecahan masalah agar masalah terselesaikan.

Aldwin dan Ravenson (1994) mengemukakan aspek-aspek *problem focused coping*, meliputi:

a. *Negotiation*

Usaha untuk menghadapi masalah secara langsung dengan orang lain, melakukan taktik untuk merubah pandangan, pendapat dari orang lain dengan melakukan tawar menawar atau berkompromi supaya dapat menghasilkan sesuatu yang positif.

b. *Instrumental action*

Solusi dari suatu permasalahan, seperti mengetahui apa yang harus dilakukan dan membuat rencana untuk menghadapi suatu permasalahan.

c. *Exercise caution*

Melatih berpikir secara matang dan mempersiapkan diri tentang apa yang mungkin akan dilakukan apabila menghadapi masalah yang hampir sama

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Cohen dan Lazarus (dalam Achroza, 2013) mengungkapkan aspek-aspek *problem focused coping* terdiri dari:

a. *Direct action*, yaitu melakukan tindakan langsung untuk mengatasi masalahnya, contohnya melakukan negosiasi atau konsultasi, membujuk atau menghukum seseorang.
b. *Seeking information,* yaitu mencari informasi termasuk mendapatkan pengetahuan keterampilan baru mengenai stres yang dialami.
c. *Turning to others*, yaitu individu mencari bantuan, keterangan dan penghiburan dari keluarga, sahabat, maupun orang lain.

Sehingga dapat di simpulkan bahwa aspek-aspek *problem focused coping* menurut Lazarus & Folkamn terdapat 3 aspek yaitu Konfrontasi, Mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. dan dari Cohen dan Lazarus yaitu: *direct action, seeking information, turning to others*.

**4. Bentuk *Problem Focused Coping***

Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe *coping* stres, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman, dkk (dalam Sarafino, 1998) mengenai variasi dari kedua strategi terdahulu, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion focused coping*. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya delapan bentuk coping yang muncul, yaitu :


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

1. *Problem focused coping*, antara lain;

   a. *Planful Problem Solving*

      Mendeskripsikan tentang upaya individu fokus dalam penyelesaian dan pengendalian suatu situasi dengan pendekatan analisis untuk pemecahan suatu masalah.

   b. *Confrontive Coping*

      Upaya individu untuk mengubah situasi atau menyelesaikan masalah dengan tingkat kemarahan atau agresifitas dalam pengambilan resiko.

   c. *Seeking Social Suport*

      Usaha individu dalam menyelesaikan masalah dengan mencari dukungan dari pihak lain berupa dukungan emosi, bantuan dan informasi.

2. *Emotion focused coping*

   a. *Distancing*

      Individu berusaha tidak melibatkan diri dalam masalah atau melepaskan diri dari permasalahan dan menciptakan suatu pandangan positif

   b. *Self-Control*

      Usaha individu dalam mengendalikan tindakan dan fikiran agar tidak tergesa dalam pengambilan suatu keputusan


© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

c. *Accepting Responsibility*

Upaya indivdu dalam mengakui peran dirinya dalam permasalahan-permasalahn yang dihadapi dan mencoba untuk mendudukkan segala sesuatu dengan benar sebagaimana mestinya.

d. *Escape-Avoidance*

Upaya dalam menghindar atau melarikan diri dari masalah yang dihadapi dan melibatkan diri dalam perbuatan negatif.

e. *Positive Reappraisal*

Melibatkan diri dalam hal-hal yang religius dan mengembangkan diri kedalam hal-hal yang positif.

Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 1997) secara umum membedakan bentuk dan fungsi *coping* dalam dua klasifikasi yaitu sebagai berikut:

a. *Coping* yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) adalah strategi untuk penanganan stres atau *coping* yang berpusat padasumber masalah, individu berusaha langsung menghadapi sumber masalah, mencari sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan stres dan berusaha menyelesaikannya sehingga pada akhirnya stres berkurang atau hilang. Untuk mengurangi stressor individu akan mengatasi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi karena individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

menimbulkan stres. Strategi ini akan cenderung digunakan seseorang jika dia merasa dalam menghadapi masalah dia mampu mengontrol permasalahan itu.

b. *Coping* yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*) adalah strategi penanganan stres dimana individu memberi respon terhadap situasi stres dengan cara emosional. Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan.

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bentuk problem *focused coping* ada enam, yaitu *Planful Problem Solving*, *Confrontive Coping, Seeking Social Suport, Distancing, Self Control, Accepting Responsibility, Escape-Avoidance, Positive Reappraisal.*

## B. OPTIMISME

### 1. Pengertian Optimisme

Menurut Drever (dalam Eryanti, 2007) Pengertian optimisme adalah perilaku individu dalam menghadapi kehidupan atau peristiwa tertentu, Sikap optimis didasarkan pada pandangan tentang kemampuan individu, yaitu keyakinann bahwa individu mampu menyesuaikan akan peristiwa-peristiwa pada hidupnya serta dapat menghadapi tantangan sewaktu-waktu tantangan tersebut muncul.

Menurut Scheier (Lestari, 2002 dalam Indawati dan Kholifah, 2017), individu yang optimis dan pesimis sangat berbeda dalam melihat berbagai

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

peristiwa yang dialami. Perbedaan terhadap cara pandang tersebut membawa konsekuensi pada kecenderungan seseorang untuk berharap positif atau negatif terhadap masa depannya. Menurut Goleman (2001), optimisme seperti harapan, berarti memiliki pengharapan yang kuat bahwa secara umum segala sesuatu dalam kehidupan akan beres, kendati ditimpa kemunduran dan frustrasi. Dari titik pandang kecerdasan emosional, optimisme ialah periilaku yang menyangga orang agar jangan sampai terjatuh ke dalam kemasabodohan, keputusasaan, atau depresi jika dihadang kesulitan.

Raditya (2009 dalam Indawati dan Kholifah, 2017), ada beberapa alasan mengapa harus optimis, antara lain: optimis adalah energi positif diri, optimis adalah sebuah perlawanan dan optimis adalah sistem pendukung dalam pencapaian tujuan yang lebih baik lagi.

Optimis adalah bagian dari keinginan untuk mewujudkan harapan. Sebuah temuan mengungkapkan bahwa orang yang memiliki harapan optimis, umumnya memiliki kualitas didalam diri yang antara lain:

a) Fokus, selektif, dan memiliki sasaran yang jelas,
b) Bisa menerima kenyataan hidup dengan kesadaran, tanpa banyak mengeluh.
c) Memiliki keyakinan untuk bangkit,
d) Punya perasaan diberkati rahmat Tuhan
e) Percaya pada kemampuannya.
f) Memiliki perasaan yang baik terhadap dirinya.


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Feist dan Feist (2010) mendefinisikan sebagai kebiasaan berpikir positif, cara yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif merupakan suatu bentuk berpikir yang berusaha untuk mencapai hasil terbaik dari keadaan terburuk. Dengan mengandalkan keyakinan bahwa setiap masalah pasti ada pemecahannya, orang yang berpikir positif tidak mudah putus asa akibat hambatan yang dihadapi, (Peale dalam Alwisol, 2011).

Sikap optimis disebut dengan optimisme. Optimisme merupakan sebuah ekspektansi menyeluruh bahwa akan ada lebih banyak hal yang baik daripada hal yang buruk terjadi pada masa yang akan datang. Individu yang optimis merupakan individu yang mengira akan terjadi hal-hal baik pada diri mereka dan individu yang pesimis adalah individu yang mengira akan terjadi hal-hal buruk pada diri mereka (Seligman, 1992).

Menurut Feist dan Feist (2010) optimisme dan pesimisme merupakan sikap yang dimiliki oleh individu terhadap kejadian-kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan juga merupakan salah satu faktor personal yang mempengaruhi tindakan individu dalam menghadapi tekanan yang dialaminya. Individu yang optimis memiliki kecenderungan untuk selalu mengharapkan hal-hal yang positif akan terjadi, sedangkan individu yang pesimis mengharapkan hal-hal buruk untuk terjadi. Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan pengertian optimisme adalah berpikir secara positif dan mengharapkan hasil yang positif, mempunyai kepercayaan diri, serta berusaha menggali yang terbaik dalam dirinya sendiri dan mengharapkan hasil yang terbaik dari suatu situasi.


© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulan bahwa optimisme adalah sejauh mana individu memiliki harapan yang menyenangkan untuk masa depan mereka.

**2. Karakteristik Orang Yang Optimis**

Menurut McGinnis (dalam Idham, 2011) orang yang optimis mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

a. Jarang terkejut oleh kesulitan, Hal ini dikarenakan orang yangoptimis berani menerima kenyataan dan mempunyai penghargaan yang besar pada hari esok.
b. Mencari pemecahan sebagian permasalahan, Orang optimis berpandangan bahwa tugas apa saja atau masalah sebesar apapun dapat ditangani jika kita memecahkan masalah per tahap. Mereka memecah pekerjaan menjadi bagian-bagian kecil.
c. Merasa yakin bahwa mampu mengendalikan masa depan mereka Orang optimis merasa yakin bahwa dirinya mempunyai kekuasaan yang besar sekali terhadap keadaan yang mengelilinginya. Keyakinan menguasai keadaan ini membantu mereka bertahan lebih lama dibandingkan orang lain yang sudah menyerah.
d. Memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur Orang optimis akan menjaga antusiasmenya dalam waktu lama dengan mengambil tindakan secara sadar dan tidak sadar untuk memastikan bahwa lingkungan tidak meninggalkan mereka.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

e. Memiliki pandangan dan pemikiran positif, Orang yang optimis dapat menghentikan pemikiran yang negatif dan menggantikannya dengan pemikiran yang lebih logis. Mereka juga berusaha melihat banyak hal dari sudut pandang yang positif atau menguntungkan.

f. Meningkatkan kekuatan apresiasi, Menurut orang yang optimis semua kekurangan yang ada di dunia ini merupakan hal-hal yang baik untuk dirasakan dan dinikmati.

g. Menggunakan imajinasi untuk melatih sukses, Orang optimis akan mengubah pandangannya hanya dengan mengubah imajinasinya. Mereka belajar kekhawatiran menjadi bayangan yang positif.

h. Selalu gembira, Orang optimis berpandangan bahwa dengan berperilaku ceria maka hidup akan ceria juga.

i. Merasa yakin bahwa memiliki kemampuan yang hampir tidak terbats untuk diukur. Optimis tidak peduli berapapun umurnya, individu mempunyai kayakinan yang sangat kokoh karena apa yang terbaik dari dirinya belum tercapai.

j. Suka bertukar berita baik, Menurut orang optimis bahwa apa yang kita bicarakan dengan orang lain mempunyai pengaruh yang penting terhadap suasana hati kita.

k. Membina cinta dalam kehidupan, Orang optimis adalah orang yang saling mencintai sesama, memiliki hubungan yang erat, memperhatikan orang lain yang berada dalam kesulitan, serta lebih melihat kebaikan orang lain daripada keburukannya.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

l. Menerima apa yang tidak dapat diubah Orang optimis berpandangan bahwa orang yang paling bahagia dan paling sukses adalah yang berhasrat untuk mempelajari cara baru dan dapat menyesuaikan diri dengan sistem baru. Ketika bertemu dengan orang lain yang membuat frustrasi yang tidak akan berubah, maka orang optimis akan menerima orang tersebut apa adanya dan bersikap santai.

Seligman (2008) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki optimisme tinggi memiliki beberapa ciri khas, meliputi:

a. Seseorang yang memiliki optimisme tinggi memandang kemunduran dalam hidup sebagai suatu garis datar sementara dalam sebuah grafik. Memiliki pemikiran terbuka bahwa masa-masa sulit tidak berlangsung dalam waktu yang lama, namun hanya bersifat sementara dan memiliki keyakinan bahwa situasi pasti akan kembali membaik. Pada dasarnya memandang kesulitan dalam suatu proses sebagai kesuksesan yang tertunda, bukan sebagai kekalahan yang bersifat menetap.
b. Seseorang yang memiliki optimisme tinggi cenderung memandang suatu kemalangan dalam hidup sebagai masalah yang situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud petaka yang tidak dapat ditolak dan akan berlangsung dalam waktu lama.
c. Seseorang yang memiliki optimisme tinggi tidak akan beranggapan bahwa suatu kesalahan diakibatkan oleh dirinya sendiri.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Murdoko dan Prasetya (2003) berpendapat bahwa terdapat 6 ciri-ciri orang yang memiliki optimisme, yaitu:

1. Memiliki visi pribadi dalam hidup

   Seseorang yang memiliki visi pribadi akan mempermudah dalam menggapai cita-cita. Pasalnya, dengan memiliki visi pribadi, seseorang akan memiliki semangat juang yang tinggi dalam menjalani setiap tantangan kehidupan tanpa harus banyak mengeluh ataupun merenungi apa yang telah terjadi dan apa yang akan terjadi nanti. Individu yang mempunyai visi pribadi juga akan memiliki daya penggerak yang akan membuat kehidupan menjadi dinamis dan berpikir secara jauh kedepan guna merealisasikan tujuan hidup.

2. Bertindak secara kongkrit

   Seseorang yang memiliki optimisme tidak akan merasa puas apabila rencananya hanya sebatas wacana. Artinya, seseorang yang optimis akan melakukan tindakan-tindakan yang kongkrit atas apa yang menjadi rencana dan tujuannya.

3. Berpikir realistis

   Berpikir realistis dan rasional akan selalu digunakan seseorang yang optimis dalam menghadapi suatu persoalan. Seseorang yang optimis tidak akan membuat suatu kesimpulan hanya berdasarkan emosi atau perasaan, namun seseorang yang optimis akan selalu mempertimbangkan segala sesuatu dengan akal sehat. Individu yang optimis selalu bertanggung jawab atas tingkah lakunya. Ciri seseorang

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

yang berpikir realistis merupakan suatu sarana untuk tidak mudah diombangambingkan perasaan serta akan selalu berusaha untuk menghindari subjektifitas.

4. Menjalin hubungan sosial

   Seseorang yang optimis tidak akan merasa terancam akan kehadiran seseorang. Optimisme akan mendorong seseorang untuk menjadikan orang-orang di sekitarnya sebagai partner. Seseorang optimisme juga akan memandang hubungan sosial sebagai penguat yang akan membantunya saat dalam kesusahan.

5. Berpikir proaktif

   Berpikir proaktif adalah keberanian seseorang melakukan antisipasi sebelum suatu persoalan muncul, sehingga dituntut untuk memiliki analisis yang tinggi. Seseorang yang memiliki optimisme tidak akan membuang waktunya untuk hal-hal yang pasif dan bersifat menunggu. Untuk itu tindakan cepat yang proaktif salah satu ciri seseorang yang optimis.

6. Berani melakukan trial and error

   Seseorang yang optimis akan memandang suatu kegagalan sebagai sesuatu yang wajar terjadi. Lebih jauh dari pandangan itu, seseorang yang optimis akan menjadikan suatu kegagalan sebagai pemicu untuk dirinya bangkit. Artinya seseorang yang optimis tidak mengenal kata menyerah dalam menyeleseikan suatu persoalan.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang optimis merupakan individu yang tidak akan terkejut jika suatu saat mengalami kesulitan, mencari pemecahan masalah, merasa yakin dan mampu dapat mengendalikan masa depan mereka sendiri, mempunyai pandangan dan pemikiran positif atas segala hal, selalu merasa gembira akan sesuatu hal, merasa ingin selalu bertukar berita baik, membangun cinta dalam kehidupannnya, dan menerima hal-hal yang tidak dapat dirubah.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

### 3. Aspek- Aspek optimisme

Menurut Seligman(2008) mendeskripsikan individu-individu yang memiliki sifat optimisme akan terlihat pada aspek-aspek tertentu seperti dibawah ini:

a. *Permanence* (Permanensi) berbicara tentang waktu, yaitu membahas tentang bagaimana seseorang menyikapi kejadian-kejadian yang menimpanya apakah akan berlangsung lama atau sementara. Orang yang optimis yakin bahwa kejadian negatif yang menimpanya bersifat sementara, sedangkan kejadian positif yang menimpanya bersifat lama atau permanen.

b. *Pervasiveness* (Pervasivitas) atau kemudahan menyebar berbicara mengenai ruangan, yaitu membahas tentang bagaimana seseorang memandang kegagalan dan kesuksesan yang terjadi pada dirinya, apakah ia berpandangan secara universal atau secara spesifik. Orang yang optimis yakin bahwa kegagalan yang terjadi karena sesuatu yang bersifat spesifik, sedangkan kesuksesan disebabkan oleh sesuatu yang bersifat universal.

d. *Personalization* (Personalisasi) membahas tentang bagaimana seseorang memandang kegagalan dan kesuksesan yang terjadi apakah karena faktor internal atau eksternal. Orang yang optimis yakin bahwa kesalahan itu dari faktor eksternal, dan kesuksesan berasal dari faktor internal. Saat hal buruk terjadi, kita bisa menyalahkan diri sendiri


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

(internal) atau meyalahkan orang lain atau keadaan (eksternal). Orang-orang yang menyalahkan dirinya sendiri saat mereka gagal membuat rasa penghargaan terhadap diri mereka sendiri menjadi rendah. Mereka berpikir mereka tidak berguna, tidak punya kemampuan, dan tidak dicintai. Orang-orang yang menyalahkan kejadian eksternal tidak kehilangan rasa penghargaan terhadap dirinya sendiri saat kejadian-kejadian buruk menimpanya. Secara keseluruhan, mereka lebih banyak suka pada diri mereka sendiri daripada orang yang menyalahkan diri mereka sendiri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek optimism ada tiga yaitu *permanensi, pervasivitas, dan personalisasi*.

## C. Mahasiswa

Defenisi mahasiswa menurut Kamus Lengkap Bahasa Indonesia bahwa mahasiswa merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa sebagai peserta didik perguruan tinggi masuk ke dalam kategori remaja akhir(Kamisa, 1997),, yaitu usia 18-21 tahun (Hurlock, 2010). Pada usia ini, individu mulai menunjukan minat pada karir, minat berprestsi, pacarana, dan eksplorasi diri lebih menonjol. Pada usia ini, mereka dituntu agar mampu mengambil keputusan secara luas termasuk tentang karis, nilai-nilai, keluarga, hubungan sosial serta tentang gaya hidup (Santrok, 2002).

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Menurut Siswoyo (2007: 121) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan kerencanaan dalam bertindak.

Menjadi seorang mahasiswa bukan hal yang mudah, tekanan yang dihadapi bertamabh berat, seperti bertambahnya teknanan untuk memenuhi indeks prestasi, unjuk kerjam dan nilai-nilai ujian yang baik. Kesempatan mahasiswa duduk di bangku perkuliahan bukan hanya untuk menambah ilmu namun, dengan bersosiaslisasi, beroganisasi dan mencari relasi untuk bekerja.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa ialah seorang peserta didik berusia 18 sampai 21 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannnya di perguruan tinggi, individunya tidaknya hanya memenuhi kebutuhan untuk menambah ilmu namun juga membuka jalan berisap untuk bekerja atauapun memulai bekrja walau hanya bekerja *part time* sebagai penambah pengalaman.

**D. Bekerja *part time***

*Part-time* berasal dari bahasa inggris yaitu part yang berarti paruh atau separuh dan time berarti waktu. Menurut nariswari galih kerja part-time adalah kerja sampingan yang dimana jam kerjanya dapat disesuaikan dengan kebutuhan pekerjanya. Disejumlah negara, banyak pekerja musiman yang hanya bekerja *part time* sesuai dengan musim yang sedang terjadi dalam waktu tiga jam.


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

UU NO.12 Tahun 2003 tentang ketenagakerjaan sendiri ridak membedakan antara pekerja penuh, pekerja *part time*, pekerja sementara maupun pengganti. Pekerja atau buruh di indonesia menurut UU No. 13 tahun 2003 adalah setiap orang yang bekerja dengan menerima upah atau imbalan dalam bentuk lain. Dalam UU No. 13 Tahun 2013 pasal 77 dan 85 disebutkan bahwa ketentuan jam kerja adalah selama 40 jam dalam satu minggu. Pekerja *part time* adalah seseorang yang bekerja hanya dalam sebagian waktu tertentu dari kerja normal.

Macam-macam kerja *part time* juga beragam, yaitu: 1). Pengajar bimbingan privat atau guru les, 2). Penjaga warnet, 3). Fotografer, 4). Admin online shop, dan 5). Driver ojek onlie. Banyak yang menjadi faktor pendorong mahasiswa untuk melakukan kerja *part time*, salah satunya faktor yang paling tinggi yaitu faktor ekonomi. Mahasiswa membutuhkan uang untuk memenuhi kebutuhannya ataupun membayar uang kuliah. Walaupun beberapa mahasiswa masih di biayai orang tua namun tidak dipungkiri kebutuhan mereka semakin banyak dan tidak ingin membebani orang tua, sehingga hal ini menjadi faktor pendorong individunya untuk bekerja *part time.* Alasan lain juga untuk menambah pengalaman, mempraktekkan ilmu yang didapat dan memperluas relasi.

Berdasarkan uraian di atas pekerja *part time* adalah pekerjaan yang dilaksankan setengah kerja dari jam normal kurang dari 40 jam seminggu. Pekerjaannya suka berifat musiman untuk periode waktu tertentu sesuai dengan perjanjian. Ada beberapa yang menjadi alasan mahasiswa untuk melakukan *part time,* namun alasan tebesar yang membuat mereka bekerja adalah untuk mendapatkan uang.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## E. Hubungan Anatara Optimisme Dengan *Problem Focused Coping*

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dalam melakukan tugasnya sebagai mahasiswa maupun pekerja akan mempunyai tekanan dan tantangan tersendiri. Masalah dan tantangan ini sering kali menyebabkan stres yang mampu mengganggu mahasiswa itu sendiri dalam mencapai tujuannya. Perlu adanya upaya atau sikap yang dilakukan oleh mahasiswa yang bekerja *part time* agar mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya. Salah satu sikap tersebut adalah sikap optimis, invidu yang memiliki sikap optimis yang tinggi dapat mengaatsi stres dibandingkan orang yang sikap optimisnya rendah. Menurut (Efendi dan Tjahyono, 1999) orang yang optimis lebih bisa mengatasi stres dari pada orang yang pesimis. Sehingga jika sikap optimisme tinggi maka *problem focused coping* seseorang juga tinggi.

*Problem focused coping* ialah upaya yang tepat digunakan individu dalam mengurangi masalah atau tuntutan yang dihadapi, dimana masalah yang dihadapi individu merupakan permasalahan yang dapat diatasi menggunakan tindakan-tindakan yang tepat serta memfokuskan perhatian pada penanganan masalah. Mahasiswa yang bekerja *part time* dapat menggunakan *problem focus coping* dalam menghadapi masalah atau tekanan, dimana mahasiswa tersebut berusaha untuk merubah situasi, ataupun meminimalisir kondisi yang mengancam.


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Menurut Aurech (dalam Jembarwati, 2012) optimisme merupakan hal yang penting saat individu melakukan coping dalam menghadapi dan menanggulangi stres. Setiap permasalahan yang timbul akan mampu untuk diatasi dan diselesaikan jika seseorang memiliki sikap optimisme dimana optimisme itu sendiri berupa harapan-harapan positif yang akan membantu seseorang untuk bisa mengatasi hambatan-hambatan yang muncul dalam pencapaian tujuan atau target seorang individu (Scheier dan Carver, 1987). Seligman (1991) mengusulkan karakteristik optimistic adalah hambatan yang buruk hanya berlangsung sementara, sedangkan pessimistic memandang hambatan yang buruk akan terjadi dalam waktu yang lama. Masalah yang dihadapi dianggap sebagai tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang memiliki sikap optimis sehingga menstimulasi upaya yang kuat untuk menanggulangi masalah tersebut. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang optimis cenderung berorientasi coping yang berpusat pada masalah dan memperhatikan aspek-aspek positif dari permasalahan yang dihadapi. Sebaliknya orang yang pesimis akan memusatkan perhatian pada perasaan-perasaan negatif, serta menjauhi pemecahan masalah

Hal ini didukungan dengan penelitian terdahulu yang berjudul Hubungan antara Optimisme dan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa (Widuri, 2008). Pada penelitian tersebut menyatakan adanya hubungan positif antara optimisme dan *problem focused coping.*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Pada penelitian Anny Rosiana Masithoh dan Erfano Noor Hidayat yang berjudul "Hubungan Optimisme Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus dalam Menghadapi Skripsi" Populasi pada penelitian ini Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus sebanyak 45 orang. hipotesa yang diajukan peneliti dapat diterima dengan menyebutkan adanya hubungan positif antara optimisme dengan coping stres pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja part time dalam menghadapi skripsi.

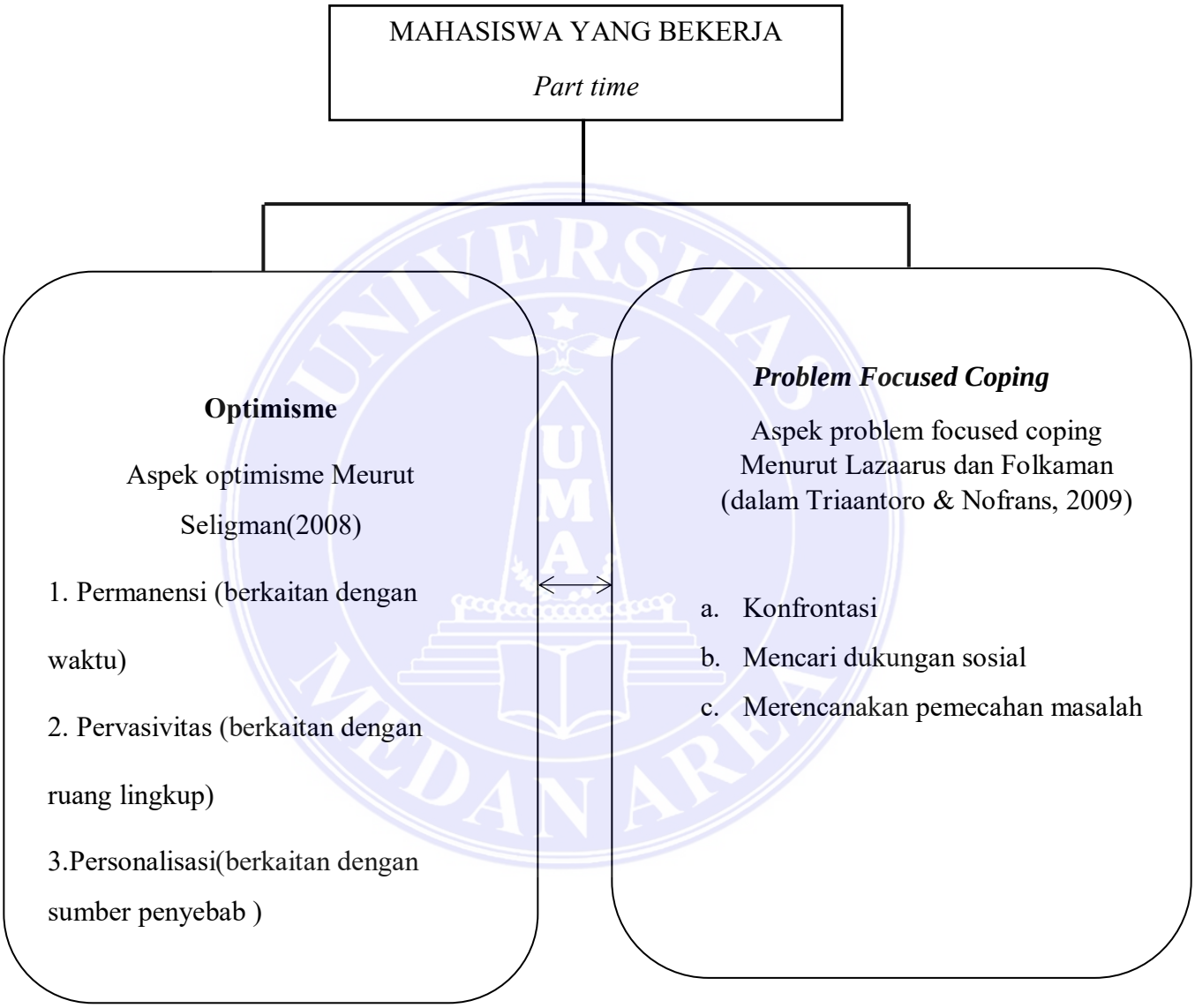
UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## E. Kerangka Konspetual

Secara umum kerangka berpikir dapat dijelaskan melalui bagan berikut:




UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teoritis, maka hipotesis yang dirumuskan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ada hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping* dengan asumsi semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time* begitu juga sebaliknya semakin rendah optimism maka semakin rendah *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time*.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# BAB III

# METODELOGI PENELITIAN

## A. TIPE PENELITIAN

Metode yang dipakai pada peneliti adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif ialah metode penelitian berdasarkan pada filsafat positifisme, dipergunakan untuk meneliti di populasi/sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiono, 2009:14).

Penelitian kuantitatif dilaksanakan secara sistematis, terencana dan terstruktur yang berprinsipkan logika hipotesis verifikasi guna meningkatkan dan memanfaatkan contoh-contoh matematis, teori- teori atau hipotesis yang saling berkaitan dengan fenomena alam secara deduktif. Sehingga di dalam penelitian kuantitatif, sesuai dengan namanya banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, dan penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2006).

Menurut Faenkel & Wallen (dalam Fridani, dkk, 2015) Jenis penelitian ini menggunakan Penelitian Korelasi atau Korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antar dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variable.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Variabel penelitian pada intinya adalah suatu atribut sifat atau nilai dari seseorang, obyek atau aktivitas yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Oleh sebab itu, peneliti sudah menetapkan dua variabel pada penelitian ini. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah:

1. Variabel Dependen (Y) : *Problem Focused Coping*
2. Variabel Independen (X) : Optimisme

## C. DEFENISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

Defenisi operasional ialah suatu atribut sifat atau nilai dari objek atau aktivitas yang mempunyai variasi tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015:38). Penelitian ini mencakup batasan operasional dan variabel yang dipakai dalam penelitian, ialah :

1. Optimisme

Optimisme adalah keyakinan atau harapan individu akan segala sesuatu yang baik di masa yang akan datang. Aspek-aspek yang akan diukur dengan variabel optimisme: 1. Permanensi, 2. Pervasivitas, 3. Personalisasi.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

2. *Problem focused Coping* (PFC)

PFC adalah cara individu dalam berusaha mengatasi sumber stres dengan melakukan pemecahan masalah. Aspek-aspek yang akan diukur dengan variabel *problem focused coping:* 1. Konfrontasi, 2. Mencari Dukungan Sosial, 3. Merencanakan Pemecahan Masalah

## D. SUBJEK PENELITIAN

1. Populasi

Menurut Azwar (2013) populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Jadi dapat dikatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa/mahasiswi di Universitas Medan Area fakultas psikologi kampus 2 stambuk 2017 dengan jumlah mahasiswa/mahasiwi 60 orang bekerja.

2. Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang digunakan dalam penelitian atau objek yang digunakan sebagai sumber data. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harap betul - betul representatif (Sugiyono, 2013) Untuk menentukan jumlah sampel penulis menggunakan teknik penarikan sampel berdasarkan jumlah keseluruhan populasi atau total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena menurut (Sugiyono, 2013) jumlah populasi yang kurang dari 100, seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Berdasarkan hasil penentuan

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

sampel diatas karena populasi dibawah 100 maka keselurahan populasi dijadikan sebagai sampel yaitu 60 mahasiswa bekerja.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini mahasiswa/mahasiswi Universitas Medan Area fakultas Psikologi kampus 2 stambuk 2017 yang bekerja *part time* di kota Medan

## E. METODE PENGUMPULAN DATA

Metode pengumpulan data adalah suatu cara bagaimana memperoleh data menggunakan variabel-variabel dalam penelitian (Sugiyono, 2017). Pengumpulan data merupakan tindakan yang sangat diperlukan dalam penelitian karena data ini akan digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian.

Teknik pengumpulan data yang dipakai pada penelitian ini ialah Angket dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden secara langsung atau melalui internet. Peneliti menggunakan tertutup yang jawabannya telah disediakan. Responden dapat menuliskan jawaban dengan memilih salah satu dari pilihan jawaban yang telah disediakan yang berpedoman pada skala likert (Sugiyono, 2017). Angket yang disajikan terkait dengan konflik optimisme dan *problem focused coping.*

1) Skala Optimisme

Variabel optimisme dalam penelitian ini diukur dengan skala adaptasi oleh Adilia (2010) yang disusun mengacu pada aspek-aspek optimism dari teori

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Seligman (2001) yakni aspek permanence, pervasiveness, dan aspek personalization.

Skala ini terdiri dari 28 penyataan yang disajikan dengan menggunakan skala likert yang mencakup 14 penyataan Favourable (pernyataan yang mendukung) dan 14 pertanyaan Unfavourable (pernyataan tidak mendukung). Skala likert memiliki alternative jawaban, yaitu; Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam proses penyekoran, untuk item favorable dan unfavorable jawaban Sangat Setuju (SS) mempunyai skor 4, Setuju (S) mempunyai skor 3. Tidak Setuju (TS) mempunyai skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) mempunya skor 1. Sedangkan untuk aitem unfavorable Sangat Setuju mempunyai skor 1, Setuju (S) mempunyai skor 2,Tidak setuju (TS) mempunyai skor 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) mempunyai skor 4.

2) Skala *Problem Focused Coping*

Variabel *problem focused coping* dalam berdasarkan WCQ (Ways of Coping Questionnarie) dari Folkman dan Lazarus (1988 dalam Valentsia dan Wijono, 2019) maka diukur dengan menggunakan Skala Likert yang mengacu pada aspek-aspek WCQ yang meliputi seeking social support, confrontive coping, dan problem sloving.

Skala ini terdiri dari 28 item penyataan yang disajikan dengan menggunakan skala likert yang mencakup 14 penyataan Favourable (pernyataan yang mendukung) dan 14 pertanyaan Unfavourable (pernyataan tidak mendukung). Skala likert memiliki alternative jawaban, yaitu; Sangat setuju (SS), Setuju (S),



UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam proses penyekoran, untuk item favorable dan unfavorable jawaban Sangat Setuju (SS) mempunyai skor 4, Setuju (S) mempunyai skor 3. Tidak Setuju (TS) mempunyai skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) mempunya skor 1. Sedangkan untuk aitem unfavorable Sangat Setuju mempunyai skor 1, Setuju (S) mempunyai skor 2,Tidak setuju (TS) mempunyai skor 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) mempunyai skor 4.

## F. VALIDITAS DAN RELIABILITAS

1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana keakuratan serta kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukuranya. Instrumen pengukur pada penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika alat tersebut memberikan hasil yang sesuai dengan maksud pengukuran. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan menggunakam pengukuran dikatakan menjadi tes yang mempunyai validitas rendah (Azwar, 2012).

Menurut Sugiyono (2013) validitas adalah suatu ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian, data yang valid adalah “data yang tidak berbeda” antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi di objek penelitian.

Teknik statistik yang digunakan adalah Product Moment, dengan taraf signifikan sebesar 5%. Jika r hitung > r tabel berarti valid, sebaliknya jika r hitung < r tabel berarti tidak valid. Besarnya korelasi untuk dianggap sebagai suatu aitem

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

yang valid adalah r ≥ 0,3 (Sugiyono, 2013). Validitas yang tinggi menandakan bahwa setiap aitem pada skala tersebut mengukur hal yang sama seperti item lain secara keseluruhan. Uji validitas ini akan menggunakan alat bantu uji statistic SPSS versi 24.0.

2. Reliabilitas

Pengukuran yang mempunyai reliabilitas tinggi dianggap sebagai pengukuran reliabel (reliable). Ide pokok yang terkandung pada konsep reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur pada diri subjek memang belum berubah(Azwar, 2012).

## G. ANALISIS DATA

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian adalah teknik korelasi Pearson product moment, dengan tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (optimisme) dan satu variabel terikat (*problem focused coping*). Perhitungan analisis data pada penelitian ini diuji dengan program Statistical Package For Social Science (SPSS) versi 24.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# BAB V

# KESIMPULAN DAN SARAN

## A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis di atas, ditunjukkan bahwa optimisme berkorelasi positif dan signifikan terhadap *problem focused coping*, dengan nilai koefisien ($R_{xy}$) = 0.925 dengan p = 0.000 < 0.050, hal ini mengindikasikan korelasi positif optimisme dan *problem focused coping* makin tinggi optimisme maka makin tinggi *problem focused coping* mahasiswa yang bekerja *part time*.
2. Nilai koefisien diterminannya ($R^2$) yaitu 0.856, yang mengindikasikan bahwa optimisme pada mahasiswa yang bekerja part time tersebut berkontribusi sebesar 85.6% terhadap *problem focused coping*.

## B. Saran

Berdasarkan dengan kesimpulan di atas, maka berikut dapat diberikan beberapa saran diantaranya :

### 1. Bagi mahasiswa

Diharapkan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja *part time* dapat dipertahankan dan ditingkatkan *Problem focus coping* dalam melakukan aktivitas sudah tergolong tinggi. Mahasiswa yang bekerja *part time* harus melakukan berbagai upaya untuk menyeimbangkan waktu kuliah dan bekerja dengan cara membagi waktu dengan baik dan benar dan menghadapi setiap

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

tugas dengan pandangan positif dan tenang agar terhindar dari tekanan masalah yang menyebabkan stres.

**2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan menggunakan variabel independen lain yang berkontribusi pada *problem focused coping* mahasiswa yang bekerja *part time* karena variabel optimisme ini sudah cukup efektif. Sehingga nantinya akan memperkaya pembahasan pada *problem focused coping* mahasiswa yang bekerja *part time* dalam berbagai variabel yang lain. Selain itu, diharapkan juga peneliti selanjutnya meneliti di lokasi yang berbeda dengan menambah jumlah sampelnya dan memiliki karakteristik sampel yang sama atau berbeda, agar memiliki hasil yang beragam dan memberikan pembahasan lebih luas lagi terkait *problem focused coping.*


Document Accepted 31/8/22
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# DAFTAR PUSTAKA

Adilia, M. D., 2010, Hubungan Self Esteem Dengan Optimisme Meriah Kesuksesan Karier Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Skripsi: Universitas Islam Negeri Jakarta.

Arikunto, S., 2006, *Manajemen Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta.

Azmi, S.F., 2016, Hubungan antara Optimisme dengan Kemampuan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja *Part Time*, Skripsi: Universitas Muhammdiyah Malang.

Azwar, S., 2013, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bartram, D., dan Gardner, D., 2008, "Coping with Stress (In Practice)", In Practice, 30, hal. 228-231, British Veterinary Association.

Carver, C. S., dan Scheier, M. F., 2002, Optimism, In C. R. L. Snyder & S. J. Lopez: *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

Chaplin, J.P., 2002, *Kamus Lengkap Psikologi*. Catatan Keenam. Penerjemah Kartiko, K. Jakarta: PT Raja Grafika Persada.

Eryanti., 2007, Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Optimisme dengan Kecemasan Menghadapi Kelahiran Bayi pada Wanita Hamil, Skripsi: Universitas Sarjanawiyata Taman Siswa Yogyakarta.

Feist, J., Dan Feist, G.J., 2010, *Teori Kepribadian, Theories of Personality Buku 2 Edisi 7*, Jakarta: Salemba Humanika.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Folkman, s dan Lazarus, r. 1986 Apprasial, Coping, Health Status and Psychology symptoms. Journal of Personality and Social Psychology, 50, hal 571-579

Furr., dan Elling., 2000, "The Influence of Work on College Student Development", Naspa Journal, 37, hal. 454-470.

Goleman, D., 2002, *Emotional Intelligence*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Greenberg, J., 2002, *Comprehensive Stres Management (7th Ed)*, Wasington DC: Mc Graw-Hill.

Indawati., dan Kholifah, N., 2017, "Hubungan antara Optimisme dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi", Jurnal Psikologi, 4(1), hal. 19-25.

Jane, Ogden. 2004. Health Psychology : A textbook. Third edition. Open University Press. Mc-Graw Hill. England

Jembarwati, O., 2012, Stres dalam Menyelesaikan Skripsi Ditinjau dari Optimisme dan Coping Strategi pada Mahasiswa Universitas Semarang (USM), Skripsi: Universitas Semarang, Semarang.

Lazarus, R. S., 1993, "From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks", Annual Review of Psychology, 44, hal. 1-21.

Lubis, R., Irma, N.H., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, N.A., Wati, T.A., Puspita, M., dan Syahfitri, D., 2015, "Coping Stress pada Mahasiswa yang Bekerja", Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 1(2), hal. 48-57.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Mariana, R., 2013, Hubungan antara Optimisme dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Bekerja *Part Time* dalam Menghadapi Skripsi, Skripsi: Universitas Brawijaya Malang.

Masithoh, A.R., dan Hidayat, E.N., 2018, "Hubungan Optimisme dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus dalam Menghadapi Skripsi", Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 9(1), hal. 97-103.

Perrez, M & Reicherts, M., 1992, Stress, Coping, and Health: A Situation-Behavior Approach Theory, Methods, Applications. Hogrefe & Huber Publisher

Santrock. J.W., 2007, *Perkembangan Anak Jilid 1 Edisi Kesebela*s, Jakarta: PT Erlangga.

Sarafino., 1997, *Health Psychology: Biopholysical Interactions*, New York: John Willy and Sons.

Scheier, M. F., dan Carver, C. S., 1987, "Dispositional Optimism and Physical Well-Being: The Influence Of Generalized Outcome Expectancies On Health", Journal of Personality, 55, hal. 169 –210.

Seligman, M. E. P., 1991, *Learned Optimism*, New York: Knopf.

Semaraputri, S.A.K.T., dan Rustika, I.M., 2018, Peran Problem Focused Coping dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Remaja Akhir yang Menjadi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana", Jurnal Psikologi Udayana, 5(1), hal. 35-47.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Smet, B., 1994, *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarna Indonesia.

Sugiyono., 2017, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,* Bandung: Alfabeta.

Taylor, S. E., 1991, *Health Psychology*, New York: Mcgraw-Hil.

Valentsia, G.K.D., dan Wijono, S., 2019, "Optimisme dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir", Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, hal. 1-13.

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN A

# ALAT UKUR PENELITIAN

1. **Skala Optimisme**
2. **Skala *Problem Focused Coping***

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data - data berikut ini sesuai dengan keadaan diri:

Nama :

Jenis kelamin :

Kelas :

Profesi :

Lama bekerja :

## PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan ke dalam alat ukur (skala). Anda diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala tersebut dengan cara memilih :

SS = SANGAT SETUJU

S = SETUJU

TS = TIDAK SETUJU

STS = SANGAT TIDAK SETUJU

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

Anda hanya diperbolehkan memilih salah satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

Tanda ceklis (√) menunjukkan seseorang itu merasa SETUJU dengan pernyataan yang diajukan.

SELAMAT BEKERJA

| No | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Saya mampu mennyelesaikan tugas dengan baik dan benar | √ | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## SKALA 1

| No | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Setiap tekanan/masalah yang saya hadapi titik awal dari setiap keberhasilan saya | | | | |
| 2. | karena kemampuan saya minim, sekeras apapun saya berusaha saya tidak akan berhasil | | | | |
| 3. | Saya yakin kesuksesan akan terus berlanjut ketika saya tekun | | | | |
| 4. | Kegagalan saya akan berdampak panjang dalam hidup saya | | | | |
| 5. | Saya berusaha lebih keras setelah mencapai kesuksesan untuk mempertahankan kesuksesan yang telah saya raih | | | | |
| 6. | Menurut saya mempertahankan keberhasilan adalah hal yang tidak mudah | | | | |
| 7. | Saya gagal mencapai target kuliah saya, namun saya masih bisa mencapai target baru dan yakin kali ini akan berhasil | | | | |
| 8. | Meskipun saya sudah belajar tapi mendapat nilai jelek, maka kedepannya saya tidak akan belajar lagi karena pasti akan mendapat nilai jelak lagi | | | | |
| 9. | Saya yakin kesuksesan akan mampu saya raih suatu saat nanti | | | | |
| 10. | Ketika saya megalami kegagalan saya tidak ingin mencobanya lagi | | | | |
| 11. | Saya yakin kejadian buruk saya masih bisa dirubah dengan usaha dan doa | | | | |
| 12. | Menurut saya kejadian buruk yang saya alami tidak dapat dirubah di masa yang akan datang | | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 13. | Ketika saya gagal melakukan tugas yang diberikan saya akan mencoba lebih baik lagi | | | | |
| 14. | Kemampuan saya membuat saya tidak yakin, akan meyelesaikan kuliah sambil bekerja | | | | |
| 15. | Sekalipun saya gagal mendapat nilai A, tidak akan membuat gagal dalam menargetkan IPK saya | | | | |
| 16. | Saya memiliki kekurangan yang membuat saya tidak percaya diri dalam bekerja | | | | |
| 17. | Saya mampu tetap produktif meskipun saya endapat banyak tekanan | | | | |
| 18. | Akibat tekanan membuat saya tidak produktif dalam bekerja | | | | |
| 19. | Saya selalu optimis dengan masa depan saya | | | | |
| 20 | Saya akan kesulitan memperoleh pekerjaan-pekerjaan yang saya inginkan karena IPK saya kecil | | | | |
| 21. | Saya menyadari kegagalan dalam mencapai ipk dampak dari kuliah sambil bekerja | | | | |
| 22. | Kualitas diri saya membuat saya yakin, saya dapat bertanggung jawab dengan kuliah saya walaupun sambil bekerja | | | | |
| 23 | Saya percaya dengan diri akan kemampuan saya | | | | |
| 24. | Saya tidak percaya degan kemampuan saya | | | | |
| 25. | Saya dapat fokus dalam kuliah dan pekerjaan, karena saya telah menyadari tugas dan tanggung jawab saya | | | | |
| 26. | Saya tidak yakin dengan kesuksesan masa depan saya karena saya tidak memiliki banyak kemampuan | | | | |
| 27. | Jika saya berusaha keras, saya pasti bisa bertanggung jawab dengan tugas kuliah dan pekerjaan | | | | |
| 28. | Saya tidak percaya diri atas kemampuan yang saya punya | | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## SKALA 2

| No. | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Saya melakukan negosiasi dengan atasan untuk menyesuaikan waktu bekerja dan kuliah | | | | |
| 2. | Saya tidak mempunyai target untuk menyelesaikan suatu tugas | | | | |
| 3. | Saya mampu mengatur waktu antara kuliah dan bekerja | | | | |
| 4. | Saya mengalami kesulitan membagi waktu saat kuliah dan bekerja | | | | |
| 5. | Ketika saya melakukan kesalahan saya akan segera memperbaikinya | | | | |
| 6. | Saya tidak suka ketika salah ditegur di depan umum | | | | |
| 7. | Saya yakin mampu menyelesaikan suatu pekerjaan dengan baik | | | | |
| 8. | Saya mudah menyerah ketika tidak dapat menyelesaikan diberikan kepada saya | | | | |
| 9. | Saya mendapat informasi mengenai masalah yang biasa saya hadapi dari berbagai Sumber | | | | |
| 10. | Saya tidak yakin akan kemampuan yang saya miliki sehingga saya melakukan pekerjaan setengah-setengah | | | | |
| 11. | Saya mendapat petunjuk yang jelas dari atasan guna memperbaiki kesalahan saya | | | | |
| 12. | Saya tidak dapat berpikir jernih ketika sedang menghadapi masalah | | | | |
| 13. | Ketika saya mengalami kesulitan, saya berusaha mencari solusi yang tepat untuk menyelesaikannya | | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 14. | Ketika saya sedang mempunyai masalah, saya tidak dapat menentukan sikap dengan tepat | | | | |
| 15. | Saya tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah | | | | |
| 16. | Saya mudah menyerah ketika menghadapi masalah yang sulit | | | | |
| 17. | Saya dapat menerima masukan dari orang lain tentang kekurangan saya | | | | |
| 18. | Saya merasa sulit menerima masukan dari orang lain | | | | |
| 19. | Saya meminta saran kepada sahabat ketika saya mengalami kesulitan | | | | |
| 20. | saya patah semangat ketika ada teman yang menjatuhkan saya | | | | |
| 21. | saran maupun kritik dari teman saya terima dengan lapang dada sebagai bahan pertimbangan ketika menghadapi masalah | | | | |
| 22. | Sulitnya mencari solusi membuat saya tertekan sehingga membuat saya putus asa | | | | |
| 23. | Bantuan dari orang lain dalam tugas kuliah dan pekerjaan membuat saya tenang | | | | |
| 24. | Saya tidak mempedulikan saransaran dari teman dalam menyelesaikan masalah | | | | |
| 25. | saya tidak patah semangat ketika orang lain menjatuhkan saya | | | | |
| 26. | Saya tidak berinteraksi dengan teman-teman selama berada pada tekanan | | | | |
| 27. | Menurut saya semua masalah pasti ada jalan keluarnya | | | | |
| 28. | Tidak adanya teman untuk berkeluh kesah membuat saya putus asa ketika terjadi suatu permasalahan yang sulit | | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN B

## DISTRIBUTOR SKOR DATA PENELITIAN OPTIMISME DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| Subjek | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | Jumlah |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 78 |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 63 |
| 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 69 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 80 |
| 5 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 81 |
| 6 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 92 |
| 7 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 95 |
| 8 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 68 |
| 9 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 67 |
| 10 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 78 |
| 11 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 78 |
| 12 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 78 |
| 13 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 87 |
| 14 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 83 |
| 15 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 74 |
| 16 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 85 |
| 17 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 89 |
| 18 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 64 |
| 19 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 72 |
| 20 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 54 |
| 21 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 54 |
| 22 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 60 |
| 23 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 56 |
| 24 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 60 |
| 25 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 56 |
| 26 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 59 |
| 27 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 64 |
| 28 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 77 |
| 29 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 41 |
| 30 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 77 |
| 31 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 79 |
| 32 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 68 |
| 33 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 74 |
| 34 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 80 |
| 35 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 81 |
| 36 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 94 |
| 37 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 90 |
| 38 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 74 |
| 39 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 77 |
| 40 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 80 |
| 41 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 79 |
| 42 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 85 |
| 43 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 77 |
| 44 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 76 |
| 45 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 76 |
| 46 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 78 |
| 47 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 88 |
| 48 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 4 | 77 |
| 49 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 69 |
| 50 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 54 |
| 51 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 52 |
| 52 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 56 |
| 53 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 62 |
| 54 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 66 |
| 55 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 56 |
| 56 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 51 |
| 57 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 60 |
| 58 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 74 |
| 59 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 37 |
| 60 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 84 |

1. **Data Optimisme**


© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| Subjek | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | Jumlah |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 89 |
| 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 73 |
| 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 73 |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 80 |
| 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 81 |
| 6 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 95 |
| 7 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 89 |
| 8 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 75 |
| 9 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 78 |
| 10 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 86 |
| 11 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 78 |
| 12 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 86 |
| 13 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 87 |
| 14 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 85 |
| 15 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 79 |
| 16 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 82 |
| 17 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 90 |
| 18 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 79 |
| 19 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 74 |
| 20 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 62 |
| 21 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 56 |
| 22 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 69 |
| 23 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 61 |
| 24 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 64 |
| 25 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 59 |
| 26 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 72 |
| 27 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 69 |
| 28 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 84 |
| 29 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 44 |
| 30 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 86 |
| 31 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 88 |
| 32 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 74 |
| 33 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 76 |
| 34 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 82 |
| 35 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 81 |
| 36 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 97 |
| 37 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 89 |
| 38 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 73 |
| 39 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 76 |
| 40 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 84 |
| 41 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 79 |
| 42 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 85 |
| 43 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 83 |
| 44 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 85 |
| 45 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 72 |
| 46 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 83 |
| 47 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 88 |
| 48 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 79 |
| 49 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 76 |
| 50 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 63 |
| 51 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 57 |
| 52 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 70 |
| 53 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 58 |
| 54 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 64 |
| 55 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 61 |
| 56 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 67 |
| 57 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 70 |
| 58 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 84 |
| 59 | 1 | 4 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 48 |
| 60 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 88 |

## 2. Data *Problem Focused Coping*


Document Accepted 31/8/22

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN C
# HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS OPTIMISME DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# Reliability

## Scale: Optimisme

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---|---|
| .919 | 28 |

**Item-Total Statistics**

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|---|---|---|---|---|
| VAR00001 | 69.93 | 169.148 | -.063 | .922 |
| VAR00002 | 68.18 | 164.017 | .348 | .918 |
| VAR00003 | 68.58 | 156.383 | .710 | .914 |
| VAR00004 | 69.08 | 155.196 | .668 | .914 |
| VAR00005 | 69.08 | 155.196 | .668 | .914 |
| VAR00006 | 69.85 | 166.130 | .159 | .920 |
| VAR00007 | 69.05 | 153.811 | .700 | .913 |
| VAR00008 | 68.88 | 154.410 | .587 | .915 |
| VAR00009 | 68.62 | 154.783 | .581 | .915 |
| VAR00010 | 68.97 | 149.965 | .696 | .913 |
| VAR00011 | 68.75 | 154.733 | .440 | .919 |
| VAR00012 | 69.08 | 156.891 | .411 | .919 |
| VAR00013 | 68.62 | 161.359 | .621 | .916 |
| VAR00014 | 69.08 | 154.417 | .476 | .918 |
| VAR00015 | 69.92 | 168.349 | -.008 | .922 |
| VAR00016 | 68.58 | 156.383 | .710 | .914 |
| VAR00017 | 68.62 | 154.783 | .581 | .915 |
| VAR00018 | 69.08 | 155.196 | .668 | .914 |
| VAR00019 | 68.58 | 156.383 | .710 | .914 |
| VAR00020 | 68.97 | 149.965 | .696 | .913 |
| VAR00021 | 68.73 | 153.216 | .731 | .913 |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| VAR00022 | 68.88 | 155.529 | .609 | .915 |
| VAR00023 | 69.18 | 157.644 | .484 | .917 |
| VAR00024 | 69.45 | 172.828 | -.233 | .927 |
| VAR00025 | 69.05 | 153.811 | .700 | .913 |
| VAR00026 | 68.88 | 154.410 | .587 | .915 |
| VAR00027 | 69.18 | 157.644 | .484 | .917 |
| VAR00028 | 68.97 | 149.965 | .696 | .913 |

**Scale Statistics**

| Mean | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|---|---|---|---|
| 74.55 | 168.591 | 12.984 | 28 |

## Reliability

## Scale: PFC

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---|---|
| .907 | 28 |

**Item-Total Statistics**

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|---|---|---|---|---|
| VAR00001 | 73.72 | 118.918 | .570 | .903 |
| VAR00002 | 72.97 | 130.134 | -.033 | .913 |
| VAR00003 | 73.62 | 117.393 | .521 | .904 |
| VAR00004 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00005 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00006 | 72.82 | 118.830 | .672 | .901 |
| VAR00007 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00008 | 73.72 | 118.918 | .570 | .903 |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| VAR00009 | 74.45 | 127.438 | .167 | .909 |
| VAR00010 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00011 | 72.82 | 118.830 | .672 | .901 |
| VAR00012 | 73.58 | 116.857 | .492 | .905 |
| VAR00013 | 73.42 | 118.315 | .551 | .903 |
| VAR00014 | 73.10 | 125.278 | .215 | .910 |
| VAR00015 | 73.58 | 119.230 | .632 | .902 |
| VAR00016 | 72.93 | 124.775 | .441 | .905 |
| VAR00017 | 73.13 | 122.050 | .620 | .903 |
| VAR00018 | 73.62 | 117.393 | .521 | .904 |
| VAR00019 | 73.62 | 117.393 | .521 | .904 |
| VAR00020 | 73.45 | 114.048 | .713 | .899 |
| VAR00021 | 74.10 | 129.651 | -.011 | .913 |
| VAR00022 | 73.72 | 118.918 | .570 | .903 |
| VAR00023 | 73.42 | 118.315 | .551 | .903 |
| VAR00024 | 73.62 | 119.461 | .598 | .902 |
| VAR00025 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00026 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |
| VAR00027 | 72.82 | 118.830 | .672 | .901 |
| VAR00028 | 73.15 | 124.028 | .592 | .904 |

**Scale Statistics**

| Mean | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|---|---|---|---|
| 76.08 | 130.112 | 11.407 | 28 |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN D
# HASIL UJI NORMALITAS DAN LINIERITAS OPTIMISME DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

## Uji Normalitas

**Descriptive Statistics**

| | N | Mean | Std. Deviation | Minimum | Maximum |
|---|---|---|---|---|---|
| Optimisme | 60 | 74.55 | 12.984 | 37 | 95 |
| PFC | 60 | 76.08 | 11.407 | 44 | 97 |

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

| | | Optimisme | PFC |
|---|---|---|---|
| N | | 60 | 60 |
| Normal Parameters | Mean | 74.55 | 76.08 |
| | Std. Deviation | 12.984 | 11.407 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .141 | .101 |
| | Positive | .068 | .079 |
| | Negative | -.141 | -.101 |
| Test Statistic | | .141 | .101 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .075 | .200 |

## Uji Linearitas

**ANOVA Table**

| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PFC * Optimisme | Between Groups | (Combined) | 7161.600 | 32 | 223.800 | 11.734 | .000 |
| | | Linearity | 6573.683 | 1 | 6573.683 | 344.651 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 587.917 | 31 | 18.965 | .994 | .509 |
| | Within Groups | | 514.983 | 27 | 19.073 | | |
| | Total | | 7676.583 | 59 | | | |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**Measures of Association**

| | R | R Squared | Eta | Eta Squared |
|---|---|---|---|---|
| PFC * Optimisme | .925 | .856 | .966 | .933 |

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN E

# HASIL UJI KORELASI OPTIMISME DAN *PROBLEM FOCUSED COPING*

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# Correlations

**Correlations**

| | | Optimisme | PFC |
|---|---|---|---|
| Optimisme | Pearson Correlation | 1 | .925** |
| | Sig. (2-tailed) | | .000 |
| | N | 60 | 60 |
| PFC | Pearson Correlation | .925** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | |
| | N | 60 | 60 |

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

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# LAMPIRAN F
# SURAT KETERANGAN PENELITIAN

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# UNIVERSITAS MEDAN AREA
## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 🖷 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 🖷 (061) 8226331 Medan 20122
*Website:* www.uma.ac.id *E-Mail:* univ_medanarea@uma.ac.id


Nomor : 1360/FPSI/01.10/XI/2021 29 November 2021
Lampiran : -
H a l : **Riset dan Pengambilan Data**

Yth. **Bapak/Ibu Wakil Rektor Bidang Administrasi**
**Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

| | | |
|---|---|---|
| Nama | : | **Anas Kusyadi Kesuma** |
| NPM | : | **178600032** |
| Program Studi | : | Ilmu Psikologi |
| Fakultas | : | Psikologi |

untuk melaksanakan pengambilan data di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223** guna penyusunan skripsi yang berjudul ***"Hubungan Antara Optimisme Dengan Kemampuan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa UMA yang Bekerja Part Time Di Kota Medan".***

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Lembaga Pendidikan yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

an. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

**Lani Anita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog**

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip


© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 (061) 8226331 Medan 20122
*Website:* www.uma.ac.id *E-Mail:* univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 5432/UMA/B/01.7/XII/2021 21 Desember 2021
Lamp. : 1 (satu) Berkas
Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

Kepada Yth.
**Dekan Fakultas Psikologi**
Universitas Medan Area
di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 1360/FPSI/01.10/XI/2021 tertanggal 29 November 2021 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa

| | |
|---|---|
| **Nama** | **: Anas Kusyadi Kesuma** |
| **No. Pokok Mahasiswa** | **: 178600032** |
| **Program Studi** | **: Ilmu Psikologi** |
| **Fakultas** | **: Psikologi** |

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk penunjang tugas akhir dengan judul Skripsi **"Hubungan Antara Optimisme Dengan Kemapuan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa UMA Yang Bekerja *Part Time* Di Kota Meda."**
Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Dekan Bidang Administrasi,

Ulfiy Maharany Barus, S.H, M.Hum.

**Tembusan :**
1. Mahasiswa Ybs
2. File

UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Document Accepted 31/8/22
Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

# UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 (061) 8226331 Medan 20122
*Website:* www.uma.ac.id *E-Mail:* univ_medanarea@uma.ac.id

**SURAT KETERANGAN**
**Nomor : 55/UMA/B/01.7/I/2022**

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

| | |
|---|---|
| **Nama** | **: Anas Kusyadi Kesuma** |
| **No. Pokok Mahasiswa** | **: 178600032** |
| **Fakultas** | **: Psikologi** |
| **Program Studi** | **: Psikologi** |

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 21 sd 29 Desember 2021 dengan Judul skripsi **"Hubungan Antara Optimisme Dengan Kemampuan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa UMA yang Bekerja *Part Time* Di Kota Medan".**
Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 13 Januari 2022
An.Rektor,
Wakil Rektor Bidang Administrasi,

Dr. Utary Maharany Barus, S.H, M. Hum

Tembusan :
1. Fakultas Psikologi
2. Arsip

UNIVERSITAS MEDAN AREA
----------------------------------------------------
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
----------------------------------------------------
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22

UNIVERSITAS MEDAN AREA
---
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
---
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 31/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)31/8/22