

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN PROBLEM FOCUSED
COPING PADA MAHASISWA MANAJEMEN UNIVERSITAS
DHARMAWANGSA ANGKATAN 2019 DAN 2020 YANG
BEKERJA**

SKRIPSI

OLEH :

RIZKA KHAIRINA

19.860.0150



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024**

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 4/6/24

Access From (repository.uma.ac.id)4/6/24

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN PROBLEM FOCUSED
COPING PADA MAHASISWA MANAJEMEN UNIVERSITAS
DHARMAWANGSA ANGKATAN 2019 DAN 2020 YANG
BEKERJA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh :

RIZKA KHAIRINA

19.860.0150



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024**

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 4/6/24

Access From (repository.uma.ac.id)4/6/24

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

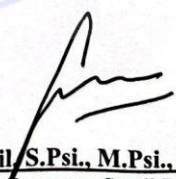
Judul Skripsi : Hubungan Optimisme dengan Problem Focused Coping Pada
Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan
2019 dan 2020 yang Bekerja

Nama : Rizka Khairina
NPM : 198600150
Bagian : Psikologi Klinis

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing


Merri Hafni, S.Psi, M.Si, Psikolog
Pembimbing


Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi,
Psikolog
Dekan


Faadhil, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Ketua Program Studi Psikologi

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 26 Maret 2024



Rizka Khairina

198600150

CS Scanned with CamScanner

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Rizka Khairina
Npm : 198600150
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Optimisme dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019 dan 2020 Yang Bekerja beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 26 Maret 2024



(Rizka Khairina)

CS Scanned with CamScanner

v

ABSTRAK

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

OLEH :

Rizka Khairina
198600150

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja. Responden dalam penelitian ini sebanyak 100 mahasiswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penyebaran skala optimisme dengan *problem focused coping* menggunakan skala likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi Product Moment. Berdasarkan perhitungan analisis r Product Moment dengan nilai koefisien (r_{xy}) = 0,437 dan koefisien (r^2) = 0,391 dengan $p=0,000 > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*. Sumbangan efektif optimisme terhadap *problem focused coping* dalam penelitian ini sebesar 85,25%, artinya *problem focused coping* mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa 85,25% ditentukan oleh faktor optimisme. Sedangkan 14,75% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Optimisme, *Problem Focused Coping*, Mahasiswa.

ABSTRACT

ABSTRACT

The Relationship between Optimism and Problem-Focused Coping among Management Students of Dharmawangsa University, Class of 2019 and 2020, who are Employed.

BY:

Rizka Khairina

198600150

This research aimed to investigate the relationship between optimism and problem-focused coping among Management students of Dharmawangsa University, classes of 2019 and 2020, who are employed. The respondents in this research consisted of 100 students. The method employed in this research was quantitative. The distribution of the optimism scale with problem-focused coping utilized a Likert scale. The data analysis method utilized in this research was Product Moment Correlation. Based on the calculation of the Product Moment correlation analysis with coefficients (r_{xy}) = 0.437 and coefficient (r^2) = 0.391 with $p = 0.000 > 0.05$. These results indicated that there was a positive relationship between optimism and problem-focused coping. The effective contribution of optimism to problem-focused coping in this research was 39,1%, the meaning, that problem-focused coping among Dharmawangsa University Management students was determined by optimism factors. Meanwhile, 60,9% was influenced by other factors not disclosed in this research.

Keywords: *Optimism, Problem-Focused Coping, Students.*



CS Scanned with CamScanner

RIWAYAT HIDUP

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Pribadi

Nama : Rizka Khairina
Jenis Kelami : Perempuan
Tempat/Tanggal lahir : Padang, 20 Juli 2001
Alamat : Jl. Medan Btg. Kuis Gg. Semarang
Kode Pos : 23071
Nomor Ponsel : 081263333073
Email : Rizkhairina@gmail.com

B. Jenjang Pendidikan Formal

1. SD Sinar Husni Medan (2007-2013)
2. SMP Muhammadiyah 01 Medan (2013-2016)
3. MAN 1 Medan (2016-2019)

Medan, 26 Maret 2024


Rizka Khairina

 Scanned with CamScanner

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT atas nikmat yang diberikan ataupun karunia-Nya yang telah diberikan, sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja”. Proposal ini disusun berdasarkan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Terimakasih penulis sampaikan kepada ibu Merri Hafni, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran dan masukan, banyak membantu penulis dalam mengerjakan skripsi. Disamping itu penghargaan penulis sampaikan kepada ibu Nurmaida Irawani Srg, M.si, Psikolog selaku pembimbing dalam seminar penulis dan terimakasih juga kepada bapak Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Medan Area serta selaku sekretaris dalam seminar penulis.

Ungkapan terimakasih juga saya sampaikan kepada Orang Tua tercinta yang selalu memberikan dukungan dalam setiap proses penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan terimakasih juga kepada teman tersayang, Natasya, Mira, Beti, Fathia, Sidqi, Ryan, Rafi dan saudari Ridha Nurkamilah yang sudah banyak membantu penulis dalam mengerjakan skripsi ini, serta seluruh keluarga dan semua pihak yang yang tidak disebutkan namanya, terimakasih atas do'a dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Penulis



(Rizka Khairina)

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS | iv |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS | v |
| ABSTRAK | vi |
| RIWAYAT HIDUP | viii |
| KATA PENGANTAR | ix |
| DAFTAR ISI | x |
| BAB I | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1.Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2.Rumusan Masalah | 10 |
| 1.3.Tujuan penelitian | 10 |
| 1.4.Hipotesis | 10 |
| 1.5.Manfaat Penelitian | 10 |
| BAB II | 12 |
| TINJAUAN PUSTAKA | 12 |
| 2.1 Problem Focused Coping | 12 |
| 2.1.1 Definisi <i>Problem Focused Coping</i> | 12 |
| 2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>problem focused coping</i> | 14 |
| 2.1.3 Aspek-aspek <i>problem focused coping</i> | 17 |
| 2.1.4 Ciri-ciri <i>Problem Focused Coping</i> | 19 |
| 2.1.5 Strategi Koping | 20 |
| 2.2 Optimisme | 21 |
| 2.2.1 Definisi Optimisme | 21 |
| 2.2.2 Karakteristik Orang Yang Optimis | 22 |
| 2.2.3 Faktor-faktor Optimisme | 24 |
| 2.2.4 Ciri-ciri Optimisme | 26 |
| 2.2.5 Aspek-aspek Optimisme | 29 |
| 2.3 Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping | 30 |
| 2.4 Kerangka Konseptual | 33 |

| | |
|--|-------------|
| BAB III..... | 34 |
| METODE PENELITIAN | 34 |
| 3.1 Waktu dan Tempat penelitian..... | 34 |
| 3.2 Bahan dan Alat | 34 |
| 3.2.1 Alat..... | 34 |
| 3.2.2 Bahan | 34 |
| 3.3 Metode Penelitian | 34 |
| 3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel..... | 35 |
| 3.4.1 Populasi Penelitian | 35 |
| 3.4.2 Sampel Penelitian | 36 |
| 3.5 Prosedur Kerja | 36 |
| 3.5.1 Persiapan Administrasi..... | 36 |
| 3.5.2 Persiapan Alat Ukur | 37 |
| 1. Skala Optimisme | 38 |
| 2. Skala Problem Focused Coping | 39 |
| BAB IV | 41 |
| HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN..... | 41 |
| 4.1 Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 41 |
| 4.2 Pembahasan | 51 |
| BAB V..... | 58 |
| KESIMPULAN DAN SARAN | 58 |
| 5.1 Kesimpulan | 58 |
| 5.2 Saran..... | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA | 60 |
| LAMPIRAN..... | lxii |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 4.1 Skala Optimisme Setelah Uji Coba..... | 40 |
| Tabel 4.2 Skala <i>Problem Focused Coping</i> Setelah Uji Coba | 41 |
| Tabel 4.3 Rangkuman Hasil Uji Normalitas | 42 |
| Tabel 4.4 Rangkuman Hasil Uji Linearitas..... | 43 |
| Tabel 4.5 Rangkuma Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i> | 44 |
| Tabel 4.6 Perbandingan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empririk..... | 46 |



DAFTAR GAMBAR

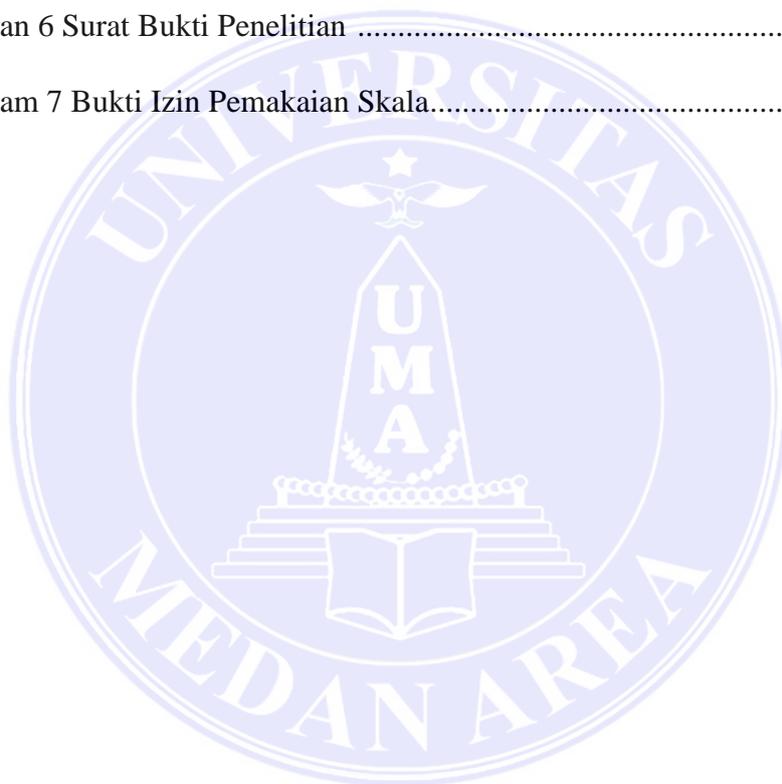
Gambar 4.1 Kurva Variabel Normal Optimisme47

Gambar 4.2 Kurva Variabel Normal *Problem Focused Coping*47



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|---------|
| Lampiran 1 Data Penelitian..... | lxiii |
| Lampiran 2 Validitas dan Reliabilitas Data Penelitian | lxxiv |
| Lampiran 3 Uji Asumsi (Uji Normalitas dan Linearitas)..... | lxxviii |
| Lampiran 4 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i> | lxxxii |
| Lampiran 5 Skala Penelitian | lxxxiv |
| Lampiran 6 Surat Bukti Penelitian | lxxxix |
| Lampiran 7 Bukti Izin Pemakaian Skala..... | xcv |



BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Pada era ini banyak mahasiswa di Indonesia yang mengejar pendidikan, pendidikan sebagai kebutuhan yang krusial di masa sekarang untuk meningkatkan sumber daya manusia bagi pembangunan bangsa dan negara (Mardelina & Muhson, 2017). Perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan lanjut yang memegang peranan penting untuk menghasilkan sumber daya manusia yang kompeten pada berbagai bidang keilmuan. Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, mereka dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan.

Dalam memperlancar kegiatan proses pendidikan maka mahasiswa harus memiliki berbagai cara dalam mencari solusi kebutuhan serta hal-hal yang mendukung untuk mempermudah terlaksananya pendidikan yang dijalannya, kebutuhan mahasiswa untuk melancarkan pelaksanaan pendidikan sangat beragam dan harus terpenuhi guna kebutuhannya untuk pendidikan tidak terganggu, seperti membayar uang kuliah, foto kopi, alat tulis, biaya penelitian, biaya praktek serta akses internet. Terlebih untuk biaya tambahan mahasiswa seperti, makan, kos, dan lain-lain. Kebutuhan hidup yang semakin meningkat menyebabkan mahasiswa harus mencari cara lain untuk memenuhi biaya pendidikan dan juga untuk biaya hidupnya. Mahasiswa menjalani kuliah untuk mendapatkan gelar sarjana, tetapi tidak semua mahasiswa dapat memenuhi biaya yang sama dengan mahasiswa yang mayoritas masih dibiayai ataupun dibantu oleh orang tua. Dari berbagai kebutuhan

pendidikan dan kehidupan maka mahasiswa dituntut untuk memiliki *problem focused coping* dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Banyak dampak negatif yang akan terjadi apabila seorang individu tidak dapat memecahkan masalahnya sendiri bisa terjadi cemas hingga depresi dan tidak sedikit pula yang menghilangkan nyawanya sendiri.

Banyaknya mahasiswa yang memilih kuliah sambil bekerja dengan berbagai alasan untuk menambah keterampilan ataupun memenuhi kebutuhan dengan waktu bekerja yang juga beragam sehingga sebagian mahasiswa ada yang bekerja paruh waktu maupun bekerja penuh, dan mengambil waktu kuliah yang tepat agar tidak berbenturan dengan pekerjaan mereka. Jenis pekerjaan yang biasa dilakukan oleh seorang mahasiswa/mahasiswi adalah barista, fotografer, guru les, admin bisnis online. Rata-rata mahasiswa yang bekerja selama 3-5 jam tergantung jenis pekerjaannya (Yahya & Widjaja, 2019).

Perkuliahan merupakan jenjang pendidikan yang mencakup program diploma, program sarjana, program spesialis dan program lainnya yang di selenggarakan oleh pihak universitas. Mahasiswa yang menjalankan perkuliahan di sebuah universitas akan menghadapi tekanan baik itu dalam meningkatkan kinerja akademik maupun prestasi dalam akademik. Kondisi ini banyak terlihat pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa yang memilih kuliah sambil bekerja, pekerjaan yang paling banyak dilakukan adalah pekerjaan paruh waktu menyatakan bahwa fenomena peran ganda pada mahasiswa, yakni kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan. Dalam penelitian ini meneliti seluruh responden laki-laki mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020, penelitian ini dilakukan dengan keseluruhan responden laki-laki karena laki-

laki cenderung lebih dominan menggunakan teknik penyelesaian masalah *problem focused coping* untuk mengurangi dampak stres dari tekanan masalah. Hamilton dan Faggot (dalam Alfika dkk, 2019) laki-laki cenderung menggunakan *problem focused coping* karena laki-laki biasanya menggunakan rasio atau logika dan langsung menghadapi sumber stres.

Fenomena ini banyak dijumpai diberbagai negara, baik di negara maju ataupun negara berkembang. Di Indonesia mahasiswa sambil bekerja dapat ditemukan di berbagai fakultas dan jurusan yang tersebar pada universitas negeri maupun universitas swasta. Mahasiswa dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu bekerja dengan kuliah serta harus juga memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena harus membagi peran antara menjadi mahasiswa dan karyawan.

Sebagai mahasiswa yang aktif, tentunya banyak proses kegiatan perkuliahan yang harus diikuti seperti mengikuti proses perkuliahan, mendapatkan tugas baik individu maupun kelompok yang diberikan dosen pada setiap mata kuliah yang sedang ditempuh serta lainnya yang menjadi tanggung jawab tersendiri bagi seorang mahasiswa. Tidak jarang dengan padatnya kegiatan yang dimiliki, mahasiswa mengeluh dan kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Bagi mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik maka akan menjadi beban tersendiri, sehingga beban maupun keluh kesah yang ditampakkan merupakan salah satu gejala yang menunjukkan adanya stres dalam diri mahasiswa. Brecht (Surnadiyasa, 2019) stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu didalam lingkungan tersebut.

Sebagian mahasiswa tidak hanya memikirkan mengenai dunia perkuliahan saja melainkan banyak mahasiswa yang memilih untuk mengambil suatu pekerjaan untuk mengisi sebagian waktunya seperti bekerja *part time*. Berdasarkan wawancara singkat dengan mahasiswa yang berada di universitas Dharmawangsa, beberapa alasan mahasiswa untuk bekerja diantaranya agar mandiri, menambah relasi bisnis, mengasah kemampuan diri, menerapkan teori yang didapatkan dibangku kuliah, menjalankan hobi, menabung untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan, menambah pengalaman maupun menambah pemasukan uang saku. Adapun jenis pekerjaan yang biasa dilakukan antara lain adalah asisten laboratorium, waiters di caffe, bisnis jualan baik online maupun ditoko serta petugas catering. Kegiatan tersebut merupakan kepuasan tersendiri bagi sebagian mahasiswa sehingga sebagai mahasiswa tidak hanya memikirkan kuliah dan tugas yang diberikan oleh dosen-dosen kuliah saja, namun juga mempunyai tugas dan tanggung jawab tersendiri dari pekerjaan yang ditekuninya saat ini.

Dengan adanya tuntutan dalam dunia perkuliahan ditambah dengan bekerja paruh waktu dapat membuat mahasiswa lebih tertekan dengan adanya tanggung jawab lebih, dimana mahasiswa tersebut dituntut untuk tetap produktif baik pada saat kuliah maupun pada saat bekerja serta dapat lebih mempertimbangkan jadwal bekerja dengan jadwal perkuliahan agar tidak terjadi benturan waktu. Banyaknya tenaga yang terkuras setelah bekerja seringkali mendatangkan rasa malas ketika dihadapkan dengan setumpuk tugas dari perkuliahan. Adapun rasa malas yang biasa dirasakan oleh mahasiswa adalah dimana mahasiswa terjebak dalam kuliah dan bekerja, sehingga mahasiswa menjadi tidak fokus dan akhirnya malas dalam mengikuti pelajaran kuliah. Mahasiswa yang menghadapi tekanan atau tuntutan baik

dari perkuliahan maupun tugas dari pekerjaannya dapat merespon tekanan tersebut baik secara positif maupun negatif. Dimana respon tersebut disebut juga dengan coping. Perrez and Reixhert (dalam Eunike dkk, 2012) coping atau kemampuan mengatasi masalah adalah proses yang digunakan oleh seseorang dalam menangani tuntutan yang mengalami stres. Sedangkan menurut Folkman (Mariana, 2019) menjelaskan bahwa strategi coping adalah usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengurangi, mengatasi, atau melakukan toleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terjadi karena adanya transaksi dengan lingkungan yang penuh stres. Jadi, coping stress adalah proses individu untuk mencari, mengelola, dan menangani masalah yang menjadi sumber tuntutan agar dapat mengurangi tingkat stres.

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 diselesaikan dengan mendefinisikan masalah, mencari solusi alternatif, dan bertindak. Sedangkan *emotional focused coping* yang berfokus pada mengatur emosional dengan pendekatan behavioral dan kognitif.

Pilihan untuk kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah, kuliah sambil bekerja memiliki manfaat dan risiko tersendiri bagi kelangsungan pendidikan mahasiswa dan bekerja juga menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa adalah menjadi malas dalam mengerjakan tugas ketika sudah lelah bekerja, juga akan lalai dalam menjalani perkuliahan maka mahasiswa harus yakin dan semangat dalam menghadapi masalah yang menekannya. Semangat ini yang disebut dengan

optimisme sejalan dengan teori Lee, dkk (dalam Musabiq & Meinarno, 2017) Dapat dilihat bahwa sikap optimisme juga mampu mempengaruhi seseorang dalam menghadapi suatu tuntutan ataupun tekanan dengan positif. Dari hal seperti ini mahasiswa diharapkan memiliki sikap optimis serta *problem focused coping* agar mampu dalam menjalankan kuliah untuk mencapai tujuan akhir yang akan dicapai. Dengan memiliki *problem focused coping* mahasiswa dapat melakukan strategi penanganan masalah yang di hadapi agar tidak tertekan terhadap masalah yang di hadapi.

Sikap optimisme yang tidak dimiliki individu akan membuat individu menjadi kurang bersemangat dalam menjalankan tujuan yang ingin dicapai. Individu yang optimis akan lebih mudah mencapai tujuan yang diinginkan dan tidak akan mudah muncul stresor yang memungkinkan individu tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Individu yang memiliki rasa optimis akan cenderung untuk percaya, berharap, dan berharap bahwa segala sesuatunya akan berjalan dengan baik. Merupakan pandangan hidup yang positif yang menekankan kemungkinan, peluang, dan solusi daripada memikirkan masalah dan hambatan. Individu yang optimis umumnya melihat kemunduran dan tantangan sebagai hal yang sementara dan dapat dikendalikan, bukan permanen dan tidak dapat diatasi. Disisi lain optimisme juga memiliki banyak manfaat, termasuk peningkatan kesehatan mental dan fisik, ketahanan yang lebih besar dalam menghadapi kesulitan, hubungan yang lebih baik dengan orang lain dan juga peningkatan motivasi dan produktivitas. Individu yang optimis juga cenderung lebih berpikiran terbuka dan kreatif, orang yang optimis masih mengakui realitas situasi dan tantangan negatif, tetapi mereka memilih untuk fokus pada aspek positif dan solusi potensial daripada terjebak oleh

hal yang negatif. Sikap dan rasa optimis juga didorong oleh lingkungan sekitar seperti orang tua, teman. Liu (dalam Dewanti & Ayriza, 2021) menjelaskan cara pandang yang optimis pada individu dipengaruhi oleh banyak faktor seperti genetika, orang tua, guru, media dan trauma.

Cara pandang individu terhadap suatu kondisi berbeda-beda, dimana cara pandang ini dapat mengindikasikan seseorang bersikap optimis atau pesimis. Salah satu ciri individu yang optimis memiliki pandangan maupun pemikiran positif, individunya akan melihat suatu hal dari sudut pandang yang positif. Sikap optimisme yang dimiliki seseorang dapat mewujudkan hal yang diharapkan oleh individu. Carver, Scheier dan Segerstrom (dalam Kencana & Muzzamil, 2022) menyatakan bahwa optimisme mencerminkan sejauh mana individu memiliki harapan yang menyenangkan untuk masa depan mereka. Harapan dan sikap positif akan membuat seseorang lebih mudah dalam menghadapi situasi yang menekan dan memicu stres.

Tugas utama seorang mahasiswa adalah memenuhi tugas-tugas akademik yang sudah ditetapkan, tugas akademik yang dimaksud adalah tugas mata kuliah memenuhi beban studi yang ditetapkan, dan untuk mendapatkan gelar, mahasiswa harus menyelesaikan skripsi sehingga mahasiswa dapat stres apabila tidak dapat menjalani beban studinya dengan baik. Seperti yang diungkapkan oleh Govaerst dan Gregoire (dalam Indria, Juliarni, 2019) mengatakan bahwa tidak semua mahasiswa akan siap dengan tuntutan-tuntutan akademik. Mahasiswa yang tidak siap terhadap tuntutan-tuntutan tersebut akan rentan mengalami stres (Indria, Juliarni, 2019). Mahasiswa yang bekerja juga dituntut harus lebih aktif dan produktif selama menjalani perkuliahan dan bekerja. Dampak dari bekerja

mahasiswa menjadi merasa kelelahan karena bekerja, dimana tugas yang diberikan dosen menjadi terbengkalai. Masih banyak mahasiswa yang belum memiliki rasa optimisme dalam mengerjakan tugas akhir sehingga banyak yang tidak siap tepat waktu dalam tugas akhir mereka. Sehingga tidak sedikit mahasiswa yang bekerja terkadang tidak melanjutkan perkuliahannya karena stres dihadapkan dengan tugas akhir dan kerja yang dijalankan sehingga mereka susah untuk membagi waktu dan hilangnya rasa optimis mereka untuk melanjutkan tugas akhir mereka.

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

Hal tersebut didukung dengan penelitian Suwarsih dan Agustin (2017), menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Gabriella dan Sutarto (2020) juga menyatakan berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana. Sementara itu pada penelitian Amalia dan Sofia (2018) hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focused coping* berkorelasi negatif dengan

kecenderungan depresi dan emotion-focused coping berkorelasi positif dengan kecenderungan depresi.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya di beberapa tempat dan waktu yang berbeda bahwa terdapat perbedaan mengenai hasil penelitian, pendapat, dan lainnya. Hal ini menyebabkan diperlukan penelitian selanjutnya mengenai optimisme dan *problem focused coping*, sehingga peneliti perlu mencari tahu apakah terdapat hubungan optimisme dan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja.

Sikap optimis ini akan menumbuhkan keyakinan pada individu dalam menjalani kehidupannya. Berbeda dengan orang yang penuh rasa pesimis dalam dirinya, individu akan selalu terbayang-bayang akan kegagalan dan ketidakmampuannya. Dengan demikian individu yang memiliki sikap optimis akan membawanya kepada kesuksesan. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja harus tetap optimis karena ini sangat dibutuhkan pada saat mereka menghadapi kesulitan. Optimisme tersebut akan membantu seseorang untuk bisa mengatasi hambatan-hambatan yang muncul dalam pencapaian tujuan atau target seorang individu (Ekasari & Susanti, 2009). Mahasiswa harus memiliki sikap optimisme dengan begitu maka akan dengan mudah menghadapi permasalahan yang menjadi suatu tekanan oleh individu itu sendiri.

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

Sebagian mahasiswa Dharmawangsa yang bekerja sering mengalami kendala di management waktu, deadline pekerjaan dan kuliah, dikarenakan tuntutan kuliah maupun tempat ia bekerja dimana mahasiswa dituntut agar berusaha semaksimal mungkin dalam hal prestasi dan tugas yang dibebani oleh pekerjaannya dan kuliah yang ia jalani.

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini apakah terdapat hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja.

1.3.Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja.

1.4.Hipotesis

Berdasarkan landasan teori, maka hipotesis yang akan dikemukakan oleh peneliti yaitu terdapat “hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*”. Dengan asumsi semakin positif optimisme maka semakin tinggi *problem focused copingnya*, begitu juga sebaliknya semakin negatif optimisme maka semakin rendah *problem focused copingnya*.

1.5.Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan tentang strategi coping dan bermanfaat untuk menghadapi masalah yang muncul pada mahasiswa sambil bekerja. Khususnya pada bidang Psikologi Klinis yang terkait dengan optimisme dan *problem focused coping* yang dialami oleh mahasiswa yang sambil bekerja di Universitas Dharmawangsa. Dan selain itu, penelitian ini diharapkan nantinya dapat menambah bahan kepustakaan dan menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya pada masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi bagi pembaca terutama mahasiswa yang sambil bekerja agar dapat mengoptimalkan optimisme dan *problem focused coping* saat menghadapi permasalahan atau tekanan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Problem Focused Coping

2.1.1 Definisi *Problem Focused Coping*

Lazarus dan Folkman (dalam Chezary et al., 2021) *problem focused coping* merupakan strategi dengan menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga individu dapat cepat terbebas dari masalahnya. Lazarus dan Folkman (dalam Bakhtiar & Asriani, 2015) bahwa membagi strategi coping menjadi dua, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Definisi lain dari Ramdani, dkk (2018) *problem focused coping* adalah coping yang berfokus pada penyelesaian masalah dengan melakukan sesuatu yang konstruktif untuk mengubah dan mengatasi keadaan yang dapat membuat tertekan. *Problem focused coping* adalah usaha untuk mengurangi stressor, dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan yang baru untuk digunakan mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan menurut Smet (Trianto, 2003).

Problem focused coping atau disebut dengan *problem focused coping* didefinisikan oleh Andrews (dalam Bakhtiar & Asriani, 2015) mengemukakan bahwa “*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. Hockenbury & Hockenbury, 2010 (dalam Listiana, 2007) mengatakan *problem focused coping* adalah usaha individu dalam mengatasi sumber stres (stresor) dengan tujuan mengubah atau mengurangi sumber stres tersebut. Pendapat lain tentang *problem focused coping* diungkap oleh Baron,

dkk (dalam Listiana, 2007) *problem focused coping* adalah cara atau penanggulangan terhadap stresor yang berakibat buruk pada individu yang mengalami stres dan bagaimana kontrol terhadap masalah yang muncul.

Lazarus (dalam Felix et al., 2019) Mahasiswa yang menjalankan kuliah dan menyelesaikan tugas akhir dengan bekerja *part time* harus memiliki *problem focused coping*, sehingga dapat menjalankan tugas akhir dengan baik dan berfokus pada penyelesaian masalah yang di hadapi, mahasiswa yang mencari informasi serta motivasi untuk penyelesaian tugas akhir merupakan mahasiswa yang tidak akan berhenti di tempat dan dapat memecahkan masalah dengan baik. Individu akan mengumpulkan informasi mengenai apa yang harus dilakukan untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan, baik dengan cara mengambil langkah nyata untuk merubah situasi tersebut atau mencoba menghindari permasalahan tersebut.

Bala (dalam Chezary et al., 2021) menyatakan bahwa *Problem focused coping* adalah usaha dalam mengurangi situasi stres dengan cara mengembangkan kemampuan dan mempelajari keterampilan yang baru untuk mengubah dan menghadapi situasi, keadaan, atau pokok permasalahan. Di sisi lain Lazarus & Folkman (dalam Chezary et al., 2021) mengemukakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi dengan menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga individu dapat cepat terbebas dari masalahnya. Menurut Chezary et al., (2021) *Problem focused coping* diwujudkan dalam bentuk penggunaan berbagai macam strategi penyelesaian masalah yang dapat menghilangkan hubungan yang penuh tekanan antara individu dengan lingkungan. Bala (dalam Chezary et al., 2021) menyatakan bahwa Strategi ini digunakan dalam menyelesaikan masalah seperti

mendefinisikan suatu masalah, melahirkan alternatif solusi, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif dan bertindak. Ramdani (dalam Chezary et al., 2021) *problem focused coping* adalah *coping* yang berfokus pada penyelesaian masalah dengan melakukan sesuatu yang konstruktif untuk mengubah dan mengatasi keadaan yang dapat membuat tertekan. *Problem focused coping* juga memberikan dampak yang positif bagi mahasiswa, dan juga mahasiswa dapat menghilangkan masalah yang menjadi pemicu stres. Hal ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Herman dan Tetrick, (2009) yang mengatakan bahwa *problem focused coping* dapat ditujukan untuk mengurangi efek dari stressor yang disebabkan oleh reaksi emosional.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan 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.

2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping*

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi munculnya *problem focused coping* Folkman & Lazarus (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 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 lainnya, dan secara umum memberikan kontrol perilaku kepada individu atas interaksi sosialnya dengan individu lain.
- 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 coping* lebih sering digunakan oleh remaja

c. Jenis kelamin

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

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 mengontrol.

2.1.3 Aspek-aspek *problem focused coping*

Lazarus dan Folkman (1984) 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 mengubah situasi yang menyebabkan stres secara agresif dengan cara mengambil 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 artinya 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 dukungan sosial secara instrumental, maksudnya individu mencari dukungan yang berupa nasihat, informasi ataupun bimbingan.

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

Cohen dan Lazarus (dalam Achroza, 2013) mengungkapkan aspek-aspek lain *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 hiburan dari keluarga, sahabat, maupun orang lain.

Carver, Scheier dan Weintraub (dalam Nur, 2017) aspek-aspek lain dalam *problem focused coping* adalah:

- a. *Active coping*, yaitu proses mengambil langkah aktif untuk menghindari stresor atau untuk memperbaiki dampaknya.
- b. *Planning*, yaitu memikirkan bagaimana mengatasi penyebab stres dengan memikirkan upaya dan membuat strategi penanganan stres.
- c. *Suppression of competing*, usaha untuk menghindari agar tidak terganggu oleh peristiwa lain.
- d. *Restrain coping*, menunggu sampai sebuah kesempatan yang tepat untuk bertindak.
- e. *Seeking social support*, yaitu mencari saran bantuan atau informasi.

Berdasarkan simpulan diatas bahwa aspek-aspek *problem focused coping* Lazarus & Folkman 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*.

2.1.4 Ciri-ciri Problem Focused Coping

Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 1990) yang menjadi ciri-ciri dari *Problem Focused Coping* adalah sebagai berikut:

- a. Menganalisa dan mempelajari situasi untuk memperbaiki atau mengubah masalah.
- b. Berani mengambil tindakan yang mengandung risiko.
- c. Mencari informasi dan dukungan dari orang lain.

Pada uraian tersebut maka yang menjadi ciri-ciri dari *Problem Focused Coping* adalah sebagai berikut: menganalisa dan mempelajari situasi untuk memperbaiki atau mengubah masalah, berani mengambil tindakan yang mengandung risiko, mencari informasi dan dukungan dari orang lain.

2.1.5 Strategi Koping

Lazarus & Folkman (Sugiarti, 2000) coping mempunyai dua fungsi utama yaitu mengatur emosi yang menekan dan mengubah hubungan atau tuntutan yang bermasalah antara individu dan lingkungan yang menimbulkan tekanan. Berdasarkan fungsi ini coping dibagi dalam dua kategori besar yaitu *problem focused coping* dan *emotion focus coping*.

a. *Problem focus coping*

Adalah upaya mengatasi stress beban secara langsung pada sumber stress, baik dengan cara mengubah masalah yang dihadapi, mempertahankan tingkah laku maupun mengubah kondisi lingkungan.

b. *Emotion focus coping*

Coping ini bertujuan untuk meredakan atau mengelola tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan oleh situasi.

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

2.2 Optimisme

2.2.1 Definisi Optimisme

Segerstrom, Carver, & Scheier (dalam Syarafina, 2019). Optimisme sendiri merupakan pengharapan seseorang untuk hasil yang baik pada berbagai hal bahkan pada hal yang sulit. Seseorang yang optimis memiliki harapan sendiri untuk dapat mewujudkan masa depan yang baik walaupun dengan situasi yang membuat seseorang tertekan. Definisi lain juga dijelaskan oleh Seligman (Syarafina, 2019) menjelaskan terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Menurut Scheier dan Carver (dalam Kencana & Muzzamil, 2022), menjelaskan bahwa optimisme adalah suatu keyakinan individu secara umum akan hasil yang lebih baik dari usahanya, yang kemudian mendorong individu tersebut untuk terus berusaha dalam mencapai tujuan, serta adanya keyakinan untuk selalu mendapatkan yang terbaik dalam hidupnya.

Keterampilan individu yang memiliki suatu cara pandang yang optimis, akan lebih adaptif dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi. Individu yang optimis mampu menerima hambatan sebagai sebuah realitas untuk dihadapi dengan mengedepankan logika dan realita keadaan tanpa perlu memberikan respon negatif pada hambatan yang terjadi (Syarafina, 2019). Di sisi lain Yu & Luo (dalam Dewanti & Ayriza, 2021) menjelaskan individu yang optimis diketahui memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi karena memiliki keyakinan diri mampu bangkit dari permasalahan yang dihadapi.

Menurut Segerstrom (dalam Ghufroon & Rini, 2010:95), optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif

adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Optimis juga mendorong individu untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Definisi lain menurut Seligman (dalam Ghufron & Rini, 2010:96) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba lagi bila kembali gagal.

Berdasarkan pengertian optimisme tersebut dapat disimpulkan bahwa optimis berarti meyakini adanya kehidupan yang lebih mengagumkan dan keyakinan itu dipergunakan untuk menjalankan aksi yg lebih mengagumkan guna meraih hasil yg lebih bagus. Jika telah yakin, tetapi tidak digunakan untuk melakukan aksi untuk membuktikan keyakinan itu, berarti optimisme masih kurang pada mahasiswa, optimisme merupakan keyakinan pada diri akan mampu mencapai hasil belajar yang baik, lalu melakukan usaha buat menerima hasilnya.

2.2.2 Karakteristik Orang Yang Optimis

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

- a. Jarang terkejut oleh kesulitan, Hal ini dikarenakan orang yang optimis 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.
 - 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 terbatas untuk diukur. Optimis tidak peduli berapapun umurnya, individu mempunyai keyakinan 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.
- 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.

2.2.3 Faktor-faktor Optimisme

Sugiyono (dalam Prasetyo, 2014) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme, yaitu: dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, akumulasi pengalaman.

a. Dukungan Sosial

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

b. Kepercayaan diri

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

c. Harga diri

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

d. Akumulasi dari pengalaman

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

Seligman (2008) menjelaskan bahwa orang yang optimis dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang berada dalam dirinya dan faktor yang berasal dari lingkungan eksternal, dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Pertama, orang yang optimis memandang kemunduran dalam hidup sebagai garis datar sementara dalam sebuah grafik. Memiliki pemikiran terbuka bahwa masa-masa sulit tidak berlangsung selamanya, tetapi hanya bersifat sementara dan memiliki keyakinan bahwa situasi pasti akan berbalik membaik. Pada dasarnya memandang kesulitan sebagai kesuksesan yang tertunda, bukan sebagai kekalahan telak.

- b. Kedua, orang optimis cenderung memandang kemalangan sebagai masalah yang situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud petaka yang tidak terelakkan dan akan berlangsung selamanya.
- c. Ketiga, orang optimis tidak akan serta merta menimpakan semua kesalahan pada dirinya sendiri.

Berdasarkan deksripsi diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor optimisme ada empat, yaitu dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, akumulasi dari pengalaman.

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu optimis 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 kehidupannya, dan menerima hal-hal yang tidak dapat diubah.

2.2.4 Ciri-ciri Optimisme

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.

Disisi lain Murdoko dan Prasetya (2003), ciri-ciri orang optimis ada 6 (enam), yaitu:

1. Memiliki visi pribadi. Visi pribadi seseorang akan memiliki cita-cita ideal. Peralnya, dengan mempunyai visi pribadi seseorang akan memiliki semangat untuk menjalani kehidupan tanpa harus banyak mengeluh ataupun merenungi apa yang telah terjadi dan apa yang akan terjadi nanti. Dengan visi pribadi, individu akan mempunyai tenaga penggerak yang akan membuat kehidupan dinamis dan berusaha untuk mewujudkan keinginan-keinginan. Artinya, akan muncul harapan bahwa apa yang akan dilakukan itu membuahkan hasil. Yang lebih penting dengan visi pribadi, individu berpikir jauh ke depan (terutama mengenai tujuan hidup).
2. Bertindak kongkret. Orang yang optimis tidak akan pernah merasa puas jika yang diinginkan cuma sebatas kata-kata. Artinya, betul-betul mempunyai keinginan untuk melakukan suatu tindakan kongkret. Mereka secara riil menghadapi tantangan yang mungkin timbul.

3. Berpikir realistis. Seorang optimis akan selalu menggunakan pemikiran yang realistis dan rasional dalam menghadapi persoalan. Jika ingin menanamkan optimisme, maka individu harus membuang jauh-jauh perasaan dan emosi (feeling) yang tidak ada dasarnya. Dengan demikian, segala tindakan apapun perilaku didasarkan pada kemampuan untuk menggunakan akal sehat secara rasional.
4. Menjalinkan hubungan sosial. Kehidupan sosial pada dasarnya dapat dijadikan sebagai salah satu cara mengukur ataupun menilai sejauh mana seseorang mampu menjadikan orang di sekitarnya sebagai partner di dalam menjalani hidup.
5. Berpikir proaktif. Artinya seseorang harus berani melakukan antisipasi sebelum suatu persoalan muncul, sehingga dituntut memiliki analisis yang tinggi. Karena tanpa adanya analisis mengenai kemungkinan terjadinya sesuatu, maka yang muncul adalah perilaku menunggu, pasif dan baru bertindak saat itu terjadi.
6. Berani melakukan trial and error. Dengan optimisme, kegagalan yang terjadi akan dipahami sebagai hal yang wajar, bahkan tertantang dan menganggap kegagalan sebagai pemicu untuk kembali bangkit. Artinya memiliki kemampuan untuk mencoba dan mencoba lagi tanpa rasa bosan sampai mampu mencapai keberhasilan.

2.2.5 Aspek-aspek Optimisme

Seligman (2008) menyatakan aspek-aspek optimisme adalah sebagai berikut:

a. *Permanence*

Permanence adalah aspek yang berkaitan dengan waktu, yaitu permanen dan sementara. Individu yang pesimis menganggap bahwa kejadian buruk yang menimpa dirinya bersifat permanen, sehingga kejadian buruk tersebut akan selalu mempengaruhi hidupnya. Individu yang optimis cenderung menganggap bahwa segala kejadian buruk yang terjadi pada dirinya hanya bersifat sementara.

b. *Pervasive*

Pervasive adalah aspek yang berkaitan dengan dimensi ruang lingkup, dibedakan menjadi spesifik dan universal. Individu yang pesimis akan menganggap bahwa ketika dirinya gagal pada satu hal/kejadian, maka akan gagal pada segala hal/kejadian tersebut. Individu yang pesimis menganggap bahwa kejadian buruk yang menimpa dirinya merupakan hal yang universal untuk semua bagian kehidupan. Sedangkan, Individu yang optimis akan menganggap bahwa kegagalan dirinya pada satu hal, maka tidak akan berlaku pada bagian kehidupan lainnya.

c. *Personalization*

Personalization adalah aspek yang berkaitan dengan sumber penyebab yang dibedakan menjadi internal dan eksternal. Individu yang pesimis akan menyalahkan dirinya ketika mengalami kegagalan. Hal tersebut akan menjadikan penghargaan terhadap dirinya sendiri menjadi rendah. Di lain

pihak individu yang optimis akan berpikir bahwa faktor eksternal yang menyebabkan kegagalan pada dirinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek optimisme ada tiga yaitu *permanence, pervasive, personalization*.

2.3 Hubungan Antara 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 agar mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya. Salah satu strategi yang dapat dilakukan individu adalah dengan melakukan strategi *problem focused coping*, dengan melakukan hal tersebut maka individu dapat langsung berfokus menyelesaikan pokok permasalahan yang dapat membuat individu menjadi stres terhadap tekanan yang dihadapi.

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

Pada sisi lain individu juga harus memiliki keyakinan yang positif yaitu dengan memiliki sikap optimis dapat mengatasi stres dibandingkan orang yang tidak

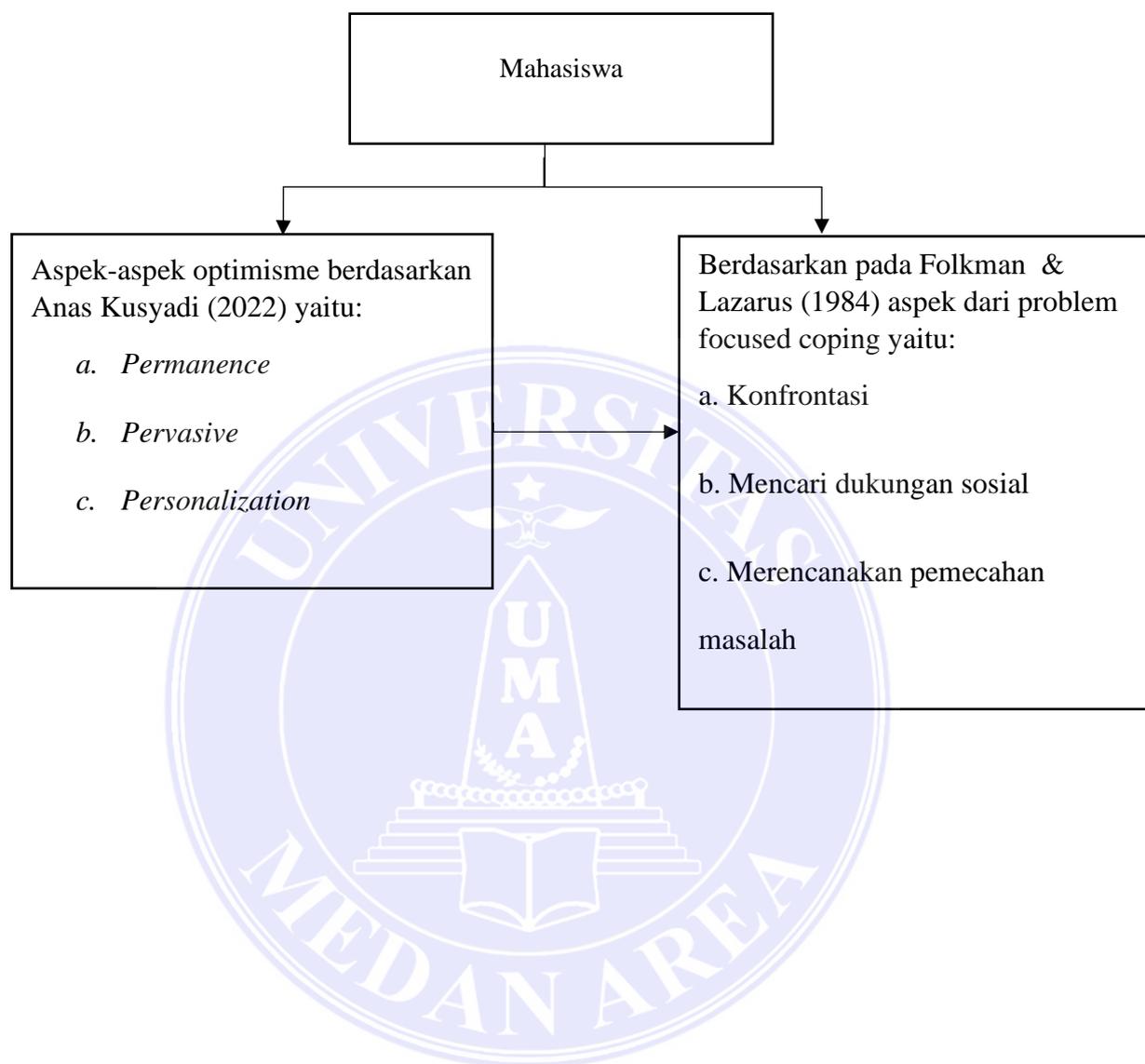
memiliki sikap optimis. Menurut (Efendi dan Tjahyono, 1999) orang yang optimis lebih bisa mengatasi stres daripada orang yang pesimis. Sehingga jika sikap optimisme baik maka *problem focused coping* seseorang juga baik. *Problem focused coping* ialah upaya yang tepat digunakan individu dalam mengurangi 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 dapat menggunakan *problem focus coping* dalam menghadapi masalah atau tekanan, dimana mahasiswa tersebut berusaha untuk merubah situasi, ataupun meminimalisir kondisi yang mengancam.

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 didukung 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*. 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.

2.4 Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat penelitian

Penelitian ini pertama kali dilakukan pada awal survey yang dilakukan pada tanggal 27 september 2023, lalu pada tanggal 13 oktober 2023 meminta izin kepada pihak program studi manajemen untuk melakukan penelitian pada mahasiswa manajemen. Pada tanggal 20 oktober 2023 pihak program studi manajemen memberikan izin dan mengeluarkan surat izin untuk melakukan penelitian di Universitas Dharmawangsa dan penelitian dilakukan sampai dengan tanggal 20 november 2023.

3.2 Bahan dan Alat

3.2.1 Alat

Alat yang digunakan adalah dengan menggunakan kuisisioner yang berupa skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data yang disebar kepada para responden.

3.2.2 Bahan

Bahan yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kertas untuk penyebaran kuisisioner (angket) kepada subjek penelitian.

3.3 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Metode penelitian penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat

kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono,2019). Sejalan dengan hipotesis dalam penelitian yang diajukan peneliti, peneliti menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Alasan digunakannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (optimisme) dengan satu variabel terikat (*problem focused coping*). Sebelum dilakukan metode analisis data dengan teknik analisis Product Moment, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.

Setelah melakukan uji asumsi, kemudian dilakukan uji hipotesis. Dalam memutuskan hipotesis penelitian, peneliti menetapkan korelasi *product moment* yaitu untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen yang akan digunakan pada penelitian ini. Hal ini guna untuk memutuskan apakah hipotesis yang diuji ditolak atau diterima.

3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

3.4.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, populasi juga merupakan kumpulan semua elemen yang memilih satu atau lebih atribut yang menjadi tujuan. Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Agar generalisasi dalam penelitian

tidak terlalu luas dari semestinya, maka perlu ditetapkan populasinya terlebih dahulu (Sugiyono, 2013). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang berjumlah 210 orang mahasiswa.

3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, penelitian ini merupakan penelitian teknik sampel kelas yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan menggunakan total sampling dengan mengambil keseluruhan jumlah populasi, (Sugiyono, 2013). Jumlah sampel yang diambil berjumlah 100 laki-laki mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020.

3.5 Prosedur Kerja

3.5.1 Persiapan Administrasi

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian, yaitu masalah perizinan yang meliputi perizinan dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Langkah yang dilakukan mulai dari menghubungi secara informal bagian tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, guna meminta izin untuk mengadakan penelitian. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area mengeluarkan surat izin riset dengan nomor surat 2504/FPSI/01.10/IX/2023 pada tanggal 27 september 2023. Setelah ada persetujuan dari pihak Fakultas Psikologi Medan Area, selanjutnya mengurus surat perizinan untuk melakukan penelitian pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020.

3.5.2 Persiapan Alat Ukur

Selain menyiapkan persiapan administrasi peneliti juga mempersiapkan alat ukur yang nantinya akan digunakan untuk penelitian, dengan penyusunan skala optimisme dan skala *problem focused coping*. Setelah pembuatan skala, kemudian peneliti melakukan uji try out terpakai yang artinya hanya melakukan satu kali pengambilan data.

Uji try out terpakai ini dilaksanakan pada tanggal 20 oktober 2023 di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Dharmawangsa. Penelitian pengisian skala berupa angket melalui kuisioner yang disebar ke 100 Mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 yang sedang mengerjakan tugas akhir/skripsi sambil bekerja di Fakultas Ekonomi dan Bisnis pada jurusan Manajemen di Universitas Dharmawangsa. Dengan meminta izin kepada pihak Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Dharmawangsa untuk penyebaran angket skala, setelah diterima dan disetujui, peneliti melakukan penelitian mengambil data. Sebelum menyebarkan skala, peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu, dan memberikan instruksi serta mengarahkan untuk mendapatkan sampel sesuai kriteria dan penjelasan mengenai tata cara mengisi skala dengan benar. Dan peneliti memberikan waktu selama 30 menit untuk waktu pengisian skala, setelah selesai melakukan pengisian skala subjek langsung mengembalikan skala yang sudah terjawab dan peneliti tidak lupa memberi buah tangan merupakan ucapan terimakasih kepada subjek. Setelah skala terkumpul, kemudian peneliti melakukan scoring pada masing- masing variabel. Setelah itu diketahui nilai masing-masing variabel, langkah berikutnya memasukkan nilai yang diperoleh pada tiap variabel dalam Microsoft Excel, dan data tersebut menjadi induk penelitian. Selanjutnya dilakukan pengecekan dan

penyekoran terhadap skala yang telah terkumpul serta dilanjutkan dengan mengolah data data guna mengetahui validitas dan reabilitas skala tersebut. Skala yang disebar dalam uji coba ini sebanyak 56 aitem, 28 aitem mengenai optimisme dan 28 aitem mengenai *problem focused coping*. Dan kesemuanya dapat dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala tersebut, karena memenuhi syarat dengan memberikan jawaban sesuai petunjuk pengisian.

1. Skala Optimisme

Beberapa butir-butir dari skala optimisme diperoleh peneliti dari peneliti sebelumnya oleh Anas Kusyadi (2022) disusun berdasarkan aspek-aspek optimisme yaitu, *permanence, pervasive, perzonalitation*. Skala optimisme disusun oleh peneliti berdasarkan skala likert dengan empat alternatif pilihan jawaban dengan membuat aitem–aitem yang mendukung pernyataan (Favourable), dan item–item yang tidak mendukung (unfavourable). Kriteria penilaian untuk item favourable berdasarkan skala likret ini adalah nilai 1 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 2 untuk pilihan jawaban tidak sesuai (TS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), dan nilai 4 untuk pilihan sangat sesuai (SS). Sedangkan untuk item unfavourable adalah nilai 4 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 3 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 2 untuk jawaban sesuai (S), dan nilai 1 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS).

Tabel 3.1

Distribusi Butir Skala Optimisme

| Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
|------------------------|--|----------------|----------------|-----------|
| | | Favorable | Unfavorable | |
| <i>Permanence</i> | Yakin bahwa hal baik bersifat permanen atau yang buruk bersifat sementara | 1,3,5,7,9,11 | 2,4,8,10,12,6 | 12 |
| <i>Pervasive</i> | Mengungkap pola pikir dalam menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan dengan cara Universal | 13,15,17,19,21 | 14,16,18,20,22 | 10 |
| <i>Personalization</i> | Meyakini ketika gagal pada suatu peristiwa faktor luar sedangkan keberhasilan karena faktor internal | 23,25,27 | 24,26,28 | 6 |
| Jumlah | | | | 28 |

2. Skala Problem Focused Coping

Variabel problem focused coping dalam berdasarkan dari Folkman dan Lazarus (1984) maka diukur berdasarkan butir dari skala *problem focused coping* disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Folkman & Lazarus (1984) konfrontasi, mencari dukungan sosial, merencanakan pemecahan masalah. Skala *problem focused coping* disusun oleh peneliti berdasarkan skala likert dengan empat alternatif pilihan jawaban dengan membuat aitem–aitem yang mendukung pernyataan (Favourable), dan item–item yang tidak mendukung (unfavourable). Kritea penilaian untuk item favourable berdasarkan skala likret ini adalah nilai 1 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 2 untuk pilihan jawaban tidak sesuai (TS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), dan nilai 4 untuk pilihan sangat sesuai

(SS). Sedangkan untuk item unfavourable adalah nilai 4 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 3 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 2 untuk jawaban sesuai (S), dan nilai 1 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS).

Tabel 3.2

Distribusi Butir Skala *Problem Focused Coping*

| Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
|--------------------------------|--|-----------------|---------------------|-----------|
| | | Favorable | Unfavorable | |
| Merencanakan pemecahan masalah | Membuat perencanaan yang baik sebelum melakukan sesuatu | 1,3,5 | 2,4,6 | 6 |
| Konfrontasi | Menghadapi masalah masalah secara langsung, tidak terpengaruh dengan keputusan dan pendapat orang lain | 7,9,11,13,15,17 | 8,12,14,16,18 10 | 12 |
| Mencari dukungan sosial | Usaha mencari dukungan dan bantuan dari orang sekitar,teman, keluarga | 19,21,23,25,27 | 20,22,24,26,28 | 10 |
| Jumlah | | | | 28 |

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis dan pembahasan maka dapat disimpulkan adalah sebagai hal-hal berikut :

1. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang positif antara optimisme dengan *problem focused coping*. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi $r_{xy} = 0,437$ dan $P = 0,000 < 0,050$, yang menunjukkan semakin positif optimisme maka semakin tinggi juga *problem focused coping*, ataupun sebaliknya. Oleh karena itu, hipotesis dapat diterima.
2. Variabel optimisme berkontribusi sebesar 39,1% terhadap variabel *problem focused coping* pada Mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sisanya dari faktor yang tidak diungkap dalam penelitian. Kemudian melihat nilai rata-rata Mahasiswa Manajemen angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja memiliki optimisme dengan nilai rata-rata 93,01 dan *problem focused coping* dengan nilai rata-rata 85,25.
3. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa manajemen angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja memiliki *problem focused coping* yang tinggi dan optimisme yang positif. Hal ini terlihat dari nilai SD *problem focused coping* sebesar 7,696, nilai mean empirik *problem focused coping* sebesar 85,25 dan nilai hipotetik sebesar 67,5. Sedangkan itu nilai SD optimisme sebesar 7,498, nilai mean empirik sebesar 93,01 dan nilai mean hipotetik sebesar 70.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka berikut saran yang diberikan sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dapat mempertahankan *Problem focused copingnya*. Dengan cara menyeimbangkan waktu antara kuliah dan bekerja dengan cara menyelesaikan tugas kuliah dan pekerjaan sesuai dengan waktu masing-masing agar tidak saling bertabrakan. Dengan cara tetap membuat list perencanaan skala prioritas, sehingga semua aktifitas belajar dan bekerja dapat berjalan dengan lancar.

2. Bagi Pihak Program Studi Manajemen

Diharapkan pada Pihak Program Studi Manajemen tetap secara intensif melakukan seminar ataupun pelatihan kepada para mahasiswa agar dapat mempertahankan pelatihan/ seminar yang berhubungan dengan manajemen waktu sehingga mahasiswa yang bekerja mengerjakan tugas akhir dengan tepat waktu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian dengan variabel lain yang berkontribusi dengan variabel *problem focused coping*. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk memperhatikan faktor-faktor lain selain optimisme seperti kesehatan dan energi, optimis, kemampuan pemecahan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, sumber material dan juga menambah jumlah populasi dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Achroza, F. H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dosen pembimbing mahasiswa dan problem focused coping dengan stress dalam menyusun skripsi.
- Agustin, S. (2017). Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Proyeksi*.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi (2nd Ed.). Pustaka Pelajar Anwar.
- Bakhtiar, M. I., & Asriani, D. (2015). Effectiveness Strategy of Problem Focused Coping and Emotion Focused Coping in Improving Stress Management Student of Sma Negeri 1 Barru. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 69–82.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical psychology review*, 30(7), 879-889.
- Chezary, L., Pitaloka, T., & Mamahit, H. C. (2021). hlm. 41-49 Problem-Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41–49.
- Dewanti, A. D. P., & Ayriza, Y. (2021). Pengaruh Optimisme terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Acta Psychologia*, 3(2), 119–126.
- Felix, T., Marpaung, W., & El Akmal, M. (2019). Peranan Kecerdasan Emosional Pada Pemilihan Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 39–56. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i1.2377>
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1986). Appraisal, Coping, Health Status and Psychology symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571–579.
- Indria, Juliarni, H. (2019). Hubungan antara Kesabaran dan Stres akademik pada Mahasiswa di Pekanbaru. *Jurnal Psikologi*, 13, 21–34.
- Jane, & Ogden. (2004). *Health Psychology* (Third Edit). Open University Press.
- Kencana, S. C., & Muzzamil, F. (2022). Pengaruh Optimisme Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2022(19), 353–361.
- Kusyadi, Anas. K., (2022). Hubungan Antara Optimisme dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja Part Time.

- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Listiana, W. (2007). Hubungan Antara Optimisme Dan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa. *Universitas Sanata Dharma*, 5(1), 90–96.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). MAHASISWA BEKERJA DAN DAMPAKNYA PADA AKTIVITAS BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK. *Jurnal Economia*, 13(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Mariana, R. (2014). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam Menghadapi Skripsi* (p. 52).
- Murdoko, E.W.H., & Prasetya, G.T. (2003). *Climbing to The Top: 20 Cara Kunci Mencapai Puncak Karir*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Musabiq, S., & Meinarno, E. A. (2017). Studi Lintas Budaya Optimisme Pada Mahasiswa Program Studi Kebidanan. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 105. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.105-112>
- Nada Agustina, G. (2023). *Peran Mahasiswa Sebagai Agen Perubahan di Masa Pandemi Covid-19*. 3(1), 29–34.
- NEWS, B. (2015). *Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah meningkat*.
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada Mahasiswa UEU Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 41–47.
- Nur, A., & Retnowati, S. (2018). Kematangan Emosi, Problem-Focused Coping, Emotion-Focused Coping dan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi*, 105-118.
- Periantolo jelpa, M.Psi., P. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*.
- Pitriani, F., Umaroh, S. K., & Ramadhan, Y. A. (2023). Pengaruh Optimisme Terhadap Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *MOTIVASI*, 9(1), 8–12.
- Pragholapati, A., & Ulfritri, W. (2019). Gambaran Mekanisme Coping Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung. *Humanitas*, 3(2), 115–126.
- Prasetyo, A. R., Kustanti, E. R., & Nurtjahjanti, H. (2014). Gambaran optimisme pahlawan devisa Negara (calon tenaga kerja wanita di BLKLN Jawa Tengah). *Jurnal Universitas Diponegoro*, 261–269.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.

- Raharjo, S. T., & Prahara, S. A. (2022). Mahasiswa yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout. *Jurnal Sudut Pandang (JSP)*, 2(12), 175–192.
- Seligman, M. (2008). *Menginstal Optimisme* (S. Tim (ed.)). Momentum.
- Semaraputri, S. A. K. T., & 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), 35-47.
- Setriawati, N., & Fikry, Z. (2023). Hubungan antara Optimisme dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi dan Aktif Berorganisasi di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21940-21951
- Sinaga, M. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Problem Focused Coping pada Caregiver Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Prof. Muh. Ildrem Provinsi Sumatera Utara*. Universitas Medan Area.
- Sobur Setiawan, 2019. (2019). Analisis Korelasi dan Regresi Linier Sederhana Dengan SPSS Versi 24. In *Statistik* (Vol. 21, Issue July).
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*, 7(3), 295. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Trianto, S. (2003). *Manajemen Emosi*. Gramedia.
- Valentsia, G. K. D., & Wijono, S. (2020). Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 15–22. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.74>



LAMPIRAN



LAMPIRAN 1
DATA PENELITIAN

Skala Optimisme (X)

| No | 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 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 |
| 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 |
| 6 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 |
| 7 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 |
| 8 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 9 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 10 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 11 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| 14 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 15 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 16 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 |
| 17 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 18 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 19 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| 20 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| 21 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 |
| 22 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 23 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 24 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | | |
| 25 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | | |
| 26 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | | |
| 27 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | |
| 28 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | | |
| 29 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | | |
| 30 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | | |
| 31 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 32 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 33 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 34 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 35 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 36 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 37 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | |
| 38 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | |
| 39 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | |
| 40 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | |
| 41 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | |
| 42 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 43 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | |
| 44 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 45 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 46 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 47 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| 48 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | |
| 49 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 50 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 51 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 52 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 53 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 54 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| 55 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 56 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 57 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| 58 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 59 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 |
| 60 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 61 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 62 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| 63 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 64 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 65 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 66 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 |
| 67 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 68 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| 69 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 70 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 71 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 72 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 73 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 |
| 74 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| 75 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 76 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 77 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 78 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | |
| 79 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | |
| 80 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 81 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 82 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | |
| 83 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | |
| 84 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | |
| 85 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | |
| 86 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | |
| 87 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 |
| 88 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| 89 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| 90 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 91 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 92 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 93 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 |
| 94 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 |
| 95 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 96 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 97 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 98 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 99 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| 100 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |

Skala *Problem Focused Coping* (Y)

| No | 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 | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | |
| 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | |
| 5 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 6 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | |
| 7 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | |
| 8 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 9 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 10 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 11 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | |
| 12 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | |
| 13 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 14 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 15 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 16 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 17 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | |
| 18 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 19 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | |
| 20 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | |
| 21 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 22 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | |
| 23 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | |
| 24 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 25 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 26 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 |
| 27 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | |
| 28 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 29 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 30 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 31 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 32 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 |
| 33 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 |
| 34 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 35 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 36 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 37 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 38 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 |
| 39 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 |
| 40 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 41 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 |
| 42 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 43 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 44 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 45 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 46 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 47 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 48 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 49 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| 50 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 51 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | | |
| 52 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | | |
| 53 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | | |
| 54 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 55 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | | |
| 56 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | | |
| 57 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | |
| 58 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | | |
| 59 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | | |
| 60 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 61 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 62 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | |
| 63 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 64 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | | |
| 65 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | | |
| 66 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | | |
| 67 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| 68 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | |
| 69 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 70 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| 71 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | |
| 72 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 73 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | |
| 74 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | |
| 75 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 76 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 77 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | | |
| 78 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | | |
| 79 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | |
| 80 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | |
| 81 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 82 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | |
| 83 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 84 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 85 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | |
| 86 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 87 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 88 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| 89 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | |
| 90 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | |
| 91 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | |
| 92 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 93 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 94 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 95 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 96 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 97 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | |
| 98 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 99 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 |
| 100 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | |

LAMPIRAN 2
VALIDITAS DAN RELIABILITAS DATA PENELITIAN



Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian

Skala Optimisme (X)

Case Processing Summary

| | | N |
|-------|-----------------------|-----|
| Cases | Valid | 100 |
| | Excluded ^a | 0 |
| | Total | 100 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .823 | 28 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| X1 | 84.6900 | 54.903 | .354 | .821 |
| X2 | 85.4800 | 53.888 | .332 | .818 |
| X3 | 84.9500 | 53.624 | .347 | .818 |
| X4 | 84.8500 | 54.169 | .323 | .820 |
| X5 | 85.0700 | 53.116 | .405 | .816 |
| X6 | 85.2500 | 55.927 | .311 | .826 |
| X7 | 85.0500 | 52.795 | .464 | .814 |
| X8 | 85.0800 | 54.458 | .424 | .821 |
| X9 | 85.2100 | 53.925 | .318 | .819 |
| X10 | 85.2000 | 53.899 | .352 | .818 |
| X11 | 85.1100 | 53.069 | .399 | .816 |
| X12 | 84.9700 | 54.029 | .295 | .820 |
| X13 | 85.3100 | 53.368 | .333 | .818 |
| X14 | 85.0800 | 52.882 | .399 | .816 |
| X15 | 85.1000 | 53.404 | .359 | .817 |
| X16 | 85.0800 | 54.317 | .439 | .820 |
| X17 | 85.2500 | 52.391 | .536 | .811 |
| X18 | 85.4100 | 52.265 | .399 | .816 |
| X19 | 85.1200 | 53.076 | .379 | .816 |
| X20 | 85.2300 | 54.522 | .390 | .820 |

| | | | | |
|-----|---------|--------|------|------|
| X21 | 85.4700 | 55.201 | .416 | .829 |
| X22 | 85.7300 | 52.664 | .305 | .821 |
| X23 | 85.0900 | 53.436 | .388 | .816 |
| X24 | 85.2100 | 52.269 | .523 | .811 |
| X25 | 85.2900 | 52.390 | .377 | .817 |
| X26 | 85.2100 | 53.743 | .407 | .816 |
| X27 | 85.3000 | 53.788 | .343 | .818 |
| X28 | 85.1200 | 52.349 | .457 | .813 |

Skala Problem Focused Coping (Y)

Case Processing Summary

| | | N |
|-------|-----------------------|-----|
| Cases | Valid | 100 |
| | Excluded ^a | 0 |
| | Total | 100 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

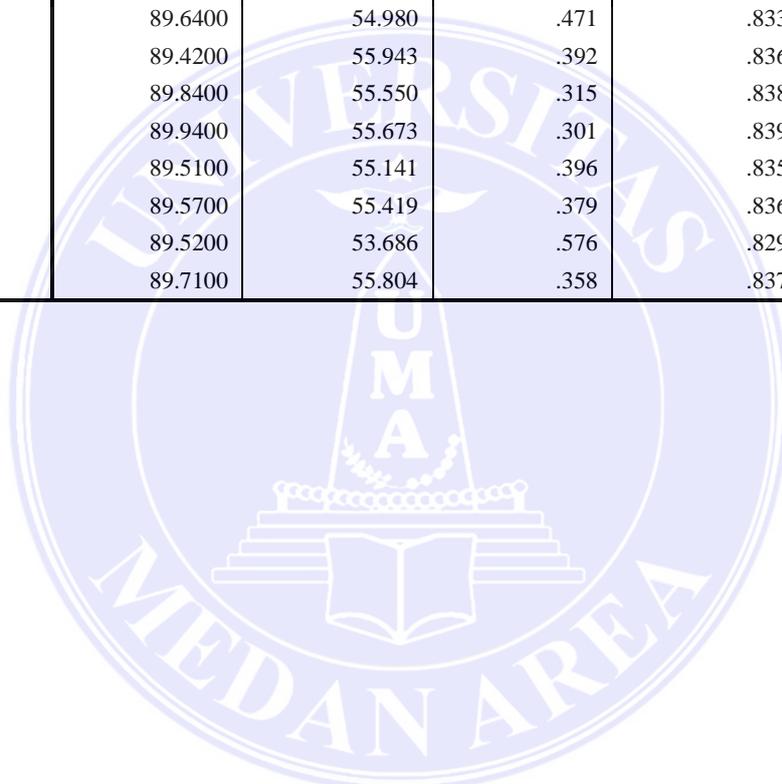
Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|--|------------|
| .841 | .843 | 28 |

Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|----|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Y1 | 89.8000 | 55.434 | .386 | .840 |
| Y2 | 90.0500 | 57.583 | .469 | .842 |
| Y3 | 89.4900 | 55.202 | .464 | .834 |
| Y4 | 89.5200 | 56.515 | .529 | .841 |
| Y5 | 89.2700 | 57.330 | .454 | .839 |
| Y6 | 89.8000 | 56.646 | .360 | .839 |
| Y7 | 89.7800 | 53.466 | .419 | .835 |
| Y8 | 90.0200 | 54.202 | .426 | .834 |
| Y9 | 89.7800 | 54.436 | .469 | .833 |

| | | | | |
|-----|---------|--------|------|------|
| Y10 | 89.9100 | 56.164 | .274 | .839 |
| Y11 | 89.8400 | 55.267 | .396 | .839 |
| Y12 | 89.6600 | 54.449 | .413 | .835 |
| Y13 | 89.6800 | 55.836 | .313 | .838 |
| Y14 | 89.3300 | 57.011 | .531 | .840 |
| Y15 | 89.4000 | 56.505 | .336 | .837 |
| Y16 | 89.7700 | 55.512 | .384 | .836 |
| Y17 | 89.8500 | 54.917 | .394 | .835 |
| Y18 | 89.8100 | 55.186 | .424 | .834 |
| Y19 | 89.7300 | 53.492 | .527 | .830 |
| Y20 | 89.6300 | 53.609 | .519 | .831 |
| Y21 | 89.6400 | 54.980 | .471 | .833 |
| Y22 | 89.4200 | 55.943 | .392 | .836 |
| Y23 | 89.8400 | 55.550 | .315 | .838 |
| Y24 | 89.9400 | 55.673 | .301 | .839 |
| Y25 | 89.5100 | 55.141 | .396 | .835 |
| Y26 | 89.5700 | 55.419 | .379 | .836 |
| Y27 | 89.5200 | 53.686 | .576 | .829 |
| Y28 | 89.7100 | 55.804 | .358 | .837 |





LAMPIRAN 3
UJI ASUMSI
(UJI NORMALITAS DAN LINEARITAS)

Hasil Uji Normalitas

NPar Tests

Notes

| | | |
|------------------------|--|--|
| Output Created | 15-NOV-2023 19:58:54 | |
| Comments | | |
| Input | Active Dataset | DataSet0 |
| | Filter | <none> |
| | Weight | <none> |
| | Split File | <none> |
| | N of Rows in Working Data File | 100 |
| Missing Value Handling | Definition of Missing | User-defined missing values are treated as missing. |
| | Cases Used | Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test. |
| Syntax | NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=X Y /MISSING ANALYSIS. | |
| Resources | Processor Time | 00:00:00.02 |
| | Elapsed Time | 00:00:00.12 |
| | Number of Cases Allowed ^a | 314572 |

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | OPTIMISME | PROBLEM FOCUSED COPING |
|----------------------------------|----------------|---------------------|------------------------|
| N | | 100 | 100 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 85.25 | 93.01 |
| | Std. Deviation | 7.478 | 7.696 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .073 | .081 |
| | Positive | .073 | .051 |
| | Negative | -.055 | -.081 |
| Test Statistic | | .073 | .081 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} | .101 ^c |

a. Test distribution is Normal.

- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil Uji Linieritas

Case Processing Summary

| | Cases | | | | | |
|------------------------------------|----------|---------|----------|---------|-------|---------|
| | Included | | Excluded | | Total | |
| | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| PROBLEM FOCUSED COPING * OPTIMISME | 100 | 100.0% | 0 | 0.0% | 100 | 100.0% |

Report

PROBLEM FOCUSED COPING

| OPTIMISME | Mean | N | Std. Deviation |
|-----------|-------|----|----------------|
| 65 | 88.00 | 1 | |
| 69 | 88.00 | 1 | |
| 71 | 90.00 | 1 | |
| 72 | 72.00 | 1 | |
| 73 | 86.00 | 1 | |
| 74 | 87.00 | 1 | |
| 75 | 87.50 | 4 | 6.245 |
| 76 | 80.00 | 1 | |
| 77 | 85.50 | 2 | 12.021 |
| 78 | 94.00 | 3 | 6.928 |
| 79 | 87.00 | 3 | 5.292 |
| 80 | 91.75 | 4 | 6.551 |
| 81 | 93.27 | 11 | 5.293 |
| 82 | 92.25 | 4 | 7.042 |
| 83 | 94.67 | 3 | 8.083 |
| 84 | 97.00 | 3 | 7.000 |
| 85 | 94.58 | 12 | 6.230 |

| | | | |
|-------|--------|-----|--------|
| 86 | 90.40 | 5 | 7.470 |
| 87 | 88.00 | 5 | 13.657 |
| 88 | 95.33 | 3 | 4.163 |
| 89 | 86.67 | 3 | 10.504 |
| 90 | 99.50 | 2 | 3.536 |
| 91 | 96.00 | 6 | 5.020 |
| 92 | 98.00 | 6 | 4.243 |
| 93 | 95.00 | 1 | |
| 94 | 96.00 | 4 | 6.272 |
| 95 | 94.00 | 1 | |
| 96 | 101.00 | 1 | |
| 98 | 95.00 | 1 | |
| 99 | 100.00 | 2 | 12.728 |
| 101 | 96.00 | 2 | 12.728 |
| 103 | 106.00 | 1 | |
| 105 | 106.00 | 1 | |
| Total | 93.01 | 100 | 7.696 |

ANOVA Table

| | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|------------------------------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| PROBLEM FOCUSED COPING * OPTIMISME | Between Groups | 2341.192 | 32 | 73.162 | 1.392 | .128 |
| | Linearity | 1117.786 | 1 | 1117.786 | 21.265 | .000 |
| | Deviation from Linearity | 1223.406 | 31 | 39.465 | .751 | .809 |
| | Within Groups | 3521.798 | 67 | 52.564 | | |
| Total | | 5862.990 | 99 | | | |

Measures of Association

| | R | R Squared | Eta | Eta Squared |
|------------------------------------|------|-----------|------|-------------|
| PROBLEM FOCUSED COPING * OPTIMISME | .437 | .391 | .632 | .399 |

LAMPIRAN 4
HASIL UJI KORELASI *PRODUCT MOMENT*



Descriptive Statistics

| | Mean | Std. Deviation | N |
|------------------------|-------|----------------|-----|
| OPTIMISME | 85.25 | 7.478 | 100 |
| PROBLEM FOCUSED COPING | 93.01 | 7.696 | 100 |

Correlations

| | | OPTIMISME | PROBLEM FOCUSED COPING |
|------------------------|---------------------|-----------|------------------------|
| OPTIMISME | Pearson Correlation | 1 | .437** |
| | Sig. (2-tailed) | | .000 |
| | N | 100 | 100 |
| PROBLEM FOCUSED COPING | Pearson Correlation | .437** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | |
| | N | 100 | 100 |

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



LAMPIRAN 5
SKALA PENELITIAN

Judul Penelitian : Hubungan Optimisme dan *Problem Focused Coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja.

Instansi Pelaksanaan : Universitas Dharmawangsa

Dengan Hormat,

Saya Rizka Khairina mahasiswa jurusan Psikologi Universitas Medan Area yang akan melaksanakan penelitian untuk tugas akhir (Skripsi). Tujuan penelitian ini adalah untuk “melihat hubungan optimisme dan *problem focused coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja” Saya mengharapkan partisipasi dari teman-teman untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian saya dan hendaknya mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan memastikan tidak ada jawaban yang terlewat. Saya akan menjamin kerahasiaan identitas dan informasi yang Saudara berikan. Penelitian ini hanya digunakan untuk kepentingan Pendidikan serta pengembangan ilmu pengetahuan.

Penulis

Rizka Khairina

Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

Umur :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul, “Hubungan Optimisme dan *Problem Focused Coping* pada mahasiswa manajemen Universitas Dharmawangsa angkatan 2019 dan 2020 yang bekerja” dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapa pun dengan ketentuan:

- a) Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah
- b) Apabila saya menginginkan, saya dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Medan,, 2023

Responden

(.....)

SKALA PENELITIAN 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

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 menyelesaikan tugas dengan baik dan benar | √ | | | |

| 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 | | | | |
| 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 | | | | |

ANGKET OPTIMISME

| 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 jelek lagi | | | | |
| 9. | Saya yakin kesuksesan akan mampu saya raih suatu saat nanti | | | | |
| 10. | Ketika saya mengalami 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 | | | | |
| 13. | Ketika saya gagal melakukan tugas yang diberikan saya akan mencoba lebih baik lagi | | | | |
| 14. | Kemampuan saya membuat saya tidak yakin, akan menyelesaikan 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 pekerjaanpekerjaan 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 dengan 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 | | | | |





LAMPIRAN 6
SURAT BUKTI PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Krlam Nomor 1 Medan Fatmahan : (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 : 2504/FPSI/01.10/IX/2023
Lampiran : -
Hal : Penelitian

27 September 2023

Yth. Bapak/Ibu Dekan
Prodi Ekonomi dan Bisnis
di
Tempat

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

Nama : Rizka Khairina
NPM : 199600150
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Universitas Dharmawangsa, Jl. KL. Yos Sudarso No. 224 Glugur Kota Medan guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019/2020 Yang Bekerja*".

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 Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.

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

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat



Laili Afrita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip





UNIVERSITAS DHARMAWANGSA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jalan.KLYOS SUDARSO NO. 224 TELP. (061) 6635682 - 6613783 FAX (061) 6615190 MEDAN

Nomor : D.043.10.102023-510 B
Lampiran : -
Hal : Surat Izin Penelitian

Yth. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
UP. Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Dengan Hormat,
Sehubungan dengan surat saudara dengan nomor 2504/FPSI/01.10/IX/2023 tanggal 27 September 2023 perihal izin penelitian, yaitu:

Nama : Rizka Khairina
NPM : 198600150
Program Studi : Ilmu Psikologi Universitas Medan Area
Judul Skripsi : **Hubungan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019/2020 Yang Bekerja**

Dengan ini kami sampaikan beberapa hal:

1. Pada dasarnya kami tidak keberatan, dan memberikan izin kepada yang bersangkutan untuk melakukan penelitian di Prodi Manajemen.
2. Izin penelitian diberikan semata-mata untuk keperluan akademik.
3. Waktu pengambilan data dilakukan pada hari kerja.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.



Sahnan Rangkuti, S.E., M.AP
NIDN : 0018046014

Cc

1. Rektor Undhar, di tempat
2. yang bersangkutan
3. peritinggal

CS Dipindai dengan CamScanner



UNIVERSITAS DHARMAWANGSA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jalan.KL.YOS SUDARSO NO. 224 TELP. (061) 6635682 - 6613783 FAX (061) 6615190 MEDAN

Nomor : D.043.10.112023-526 B
Lampiran : -
Hal : Surat Keterangan Selesai Penelitian

Yth. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
UP. Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sahnan Rangkuti, S.E., M.AP
Jabatan : Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Dharmawangsa

Berdasarkan :

1. Surat Dekan Fakultas Psikologi UMA nomor 2504/FPSI/01.10/IX/2023 tentang penelitian
2. Surat Dekan FEB Universitas Dharmawangsa nomor D.043.10.102023-510 tentang surat izin penelitian

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswi yang beridentitas:

Nama : Rizka Khairina
NPM : 198600150
Program Studi : Ilmu Psikologi Universitas Medan Area

telah selesai melaksanakan penelitian di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Dharmawangsa terhitung mulai tanggal 20 Oktober 2023 sampai dengan 20 Nopember 2023 untuk memperoleh data dalam penyusunan skripsi dengan judul "**Hubungan Optimisme Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019/2020 Yang Bekerja**". dengan ketentuan bahwa data penelitian ini digunakan sebatas untuk kepentingan akademis.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 20 Nopember 2023
Dekan

Sahnan Rangkuti, S.E., M.AP
NIDN : 0018046014

Tembusan:

1. Rektor Undhar, di tempat
2. Kaprodi Manajemen, di tempat
3. Yang bersangkutan
4. Pertinggal

CS Dipindai dengan CamScanner



LAMPIRAN 7
BUKTI IZIN PEMAKAIAN SKALA

