

Yenni Damayanti (2006) **Hubungan Tingkat Optimisme Dengan Stres Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Surabaya**. Skripsi Sarjana Strata 1, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

ABSTRAK

Mengerjakan skripsi merupakan syarat yang harus ditempuh mahasiswa dalam memperoleh gelar sarjana. Sebagian besar mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi seringkali mengalami hambatan dan tekanan yang berkaitan dengan skripsinya. Banyaknya masalah yang timbul dalam pengerjaan skripsi dapat menyebabkan stres pada individu yang mengalaminya. Cara memandang stres ini sangat individual, karena stres bagi individu satu belum tentu sama bagi individu yang lain. Cara pandang yang berbeda-beda ini dikarenakan adanya salah satu faktor penting yang terkait dengan variabel individual, yaitu faktor kognitif. Faktor kognitif ini berkaitan dengan bagaimana seseorang memandang dan mempersepsi situasi yang *stressful*. Salah satu faktor seseorang memandang dan mempersepsi situasi yang *stressful* adalah optimisme dan pesimisme. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah tingkat optimisme dapat memprediksi tingkat stres mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Surabaya. Penelitian ini bersifat kuantitatif korelasional, menggunakan skala optimisme-pesimisme yang disusun oleh Seligman (2002) dan skala *perceived stress scale* (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983) serta angket gejala-gejala stres yang disusun oleh peneliti. Subjek penelitian ($N=130$) adalah mahasiswa/i Universitas Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi.

Data dianalisis dengan teknik korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara optimisme dengan stres secara umum ($r = -0.106$; $p = 0.229$, dengan teknik korelasi Pearson, dan $r = -0.121$; $p = 0.170$, dengan teknik korelasi Spearman). Selain itu juga diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara optimisme dengan stres skripsi ($r = 0.001$; $p = 0.990$, dengan teknik korelasi Pearson, dan $r = 0.010$; $p = 0.913$, dengan teknik korelasi Spearman).

Terdapat kemungkinan mengapa tidak terdapat hubungan antara stres dengan optimisme dalam penelitian ini. Kemungkinan pertama, buruknya angket optimisme. Hal ini didasari reliabilitas angket optimisme yang rendah ($\alpha = 0,5293$) dan jumlah butir yang gugur (28 butir dari 48 butir). Penyebab dari buruknya alat ukur optimisme dikarenakan adanya pengaruh faktor budaya terhadap respon yang diberikan oleh subjek pada angket yang bersangkutan. Kemungkinan kedua berkaitan dengan profil subjek penelitian yang mayoritas terbelah baru di situasi mengerjakan skripsi, sehingga tekanan dan hambatan yang dialami pun lebih ringan. Oleh karenanya, daya juang subjek terhadap situasi mengerjakan skripsi pun juga tidak begitu kentara.

Saran yang dapat diberikan bagi penelitian selanjutnya, yaitu agar lebih mempertimbangkan faktor budaya terutama pada alat ukur yang digunakan dan mempertimbangkan tentang variasi responden.