

Cezia Soesilo (5120122). **“Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi”**. Skripsi gelar jenjang S1, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

ABSTRAK

Memasuki dunia perkuliahan berbeda dengan masa SMA. Saat kuliah, individu yang termasuk dalam masa *emerging adulthood* akan berusaha menjadi dewasa. Berbagai kewajiban harus dilakukan oleh mahasiswa salah satunya adalah skripsi yang merupakan tugas akhir menjadi mahasiswa untuk mendapatkan gelar strata satu (S1) di perguruan tinggi. Berbagai hal dapat memengaruhi kelancaran mahasiswa saat proses penyusunan skripsi. Pada penelitian ini melihat pada kesejahteraan psikologis dan optimisme mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ada beberapa faktor yang berkontribusi dalam kesejahteraan psikologis dan optimismenya. Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan seseorang dalam menyadari potensi yang dimiliki, kualitas hubungan dirinya dengan orang lain, sejauh mana tujuan hidup yang dimiliki, dan pertanggungjawaban dirinya terhadap hidupnya sendiri (Ryff & Keyes, 1995). Optimisme merupakan harapan positif dari tiap individu tidak berdasarkan atas perilaku tertentu dan merupakan suatu harapan untuk menghasilkan sesuatu yang positif (Carver & Scheier, 2002). Tujuan penelitian ini ingin mengetahui hubungan optimisme dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Subjek dengan usia 18-25 tahun dan sedang mengerjakan skripsi sebanyak 63 orang. Menggunakan teknik *purposive sampling*, pada penelitian ini terdapat angket terbuka dan tertutup. Untuk mengetahui kesejahteraan psikologis subjek, digunakan angket *Ryff's Psychological Well-Being Scale* dan untuk mengetahui optimisme subjek, menggunakan angket *Life Orientation Test Revised*. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan optimisme dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ($r = 0.624$; $\text{sig} < 0.05$). Terdapat korelasi positif yang signifikan pada penelitian ini sehingga optimisme meningkat maka kesejahteraan psikologis juga meningkat. Optimisme berkorelasi dengan tiap aspek kesejahteraan psikologis. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan menjadi pribadi yang lebih baik dan optimisme mendukung keberhasilan seseorang untuk mencapai kesejahteraan psikologisnya.

Kata kunci: Optimisme, kesejahteraan psikologis, *emerging adulthood*, skripsi.