

Pengaruh Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi Menyelesaikan Skripsi Saat Pandemi

Syifa Kalisha¹, Arie Rihardini Sundari²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I
E-mail: syifakalisha06@gmail.com¹, rihardiniars@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta. Populasi penelitian berjumlah 308 orang mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 183 mahasiswa dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan model skala *Likert* yaitu skala resiliensi, optimisme dan dukungan teman sebaya. Penelitian ini mengolah data dengan menggunakan program *JASP 0.16.3.0 for Windows*. Berdasarkan hasil uji analisis regresi berganda didapatkan hasil $R = 0.739$; $R^2 = 0,547$; $F = 108,519$; $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta. Kontribusi optimisme dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama sebesar 54,7%, dimana 45,3% disumbangkan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Pada hasil analisis data *stepwise* diperoleh kontribusi optimisme terhadap resiliensi jauh lebih dominan dibandingkan dukungan teman sebaya, yaitu sebesar 51.9%.

Kata kunci : *resiliensi, optimisme, dukungan teman sebaya.*

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of optimism and peer support on the resilience of completing thesis during a pandemic in students of the Faculty of Economics and Business UPN Veterans Jakarta. The research population was 308 students. The sample in this study amounted to 183 students using simple random sampling technique. The data collection method used a Likert scale model, namely the scale of resilience, optimism and peer support. This study processes data using the JASP 0.16.3.0 program for Windows. Based on the results of multiple regression analysis, the results obtained $R = 0.739$; $R^2 = 0.547$; $F = 108,519$; $p < 0.001$. This shows that there is an influence of optimism and peer support on the resilience of completing thesis during a pandemic for students of the Faculty of Economics and Business, UPN Veterans Jakarta. The contribution of optimism and peer support together was 54.7%, of which 45.3% was contributed by other factors not examined in this study. In the results of stepwise data analysis, the contribution of optimism to resilience is much more dominant than peer support, which is 51.9%.

Keyword : *resilience, optimism, peer support.*

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa menjadi makhluk sosial yang membutuhkan kehadiran orang lain untuk membantu menyelesaikan berbagai macam kebutuhan dan tugas perkembangan yang harus dipenuhi, salah satu tugasnya antara lain menimba ilmu di perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan sebutan untuk individu yang sedang melakukan studi maupun yang hanya terdaftar saja tanpa melakukan studi di perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri, swasta atau lembaga yang setingkat (Siswoyo dalam Hulukati & Djibran, 2018). Mahasiswa juga menopang beban sebagai ujung tombak dalam proses pengembangan kajian ilmu, dapat bertanggung jawab penuh dan memikirkan secara matang tentang apa yang akan dilakukan, memiliki intelektual yang baik, dapat berpikir secara kritis yang mana beberapa hal tersebut saling melengkapi pada mahasiswa. Saat menjalani studi di perguruan tinggi, setiap mahasiswa menempuh sejumlah mata kuliah untuk mencapai jumlah SKS sesuai ketentuan untuk menyelesaikan masa studi. Bila mahasiswa sudah berada di tahap akhir masa studi, mahasiswa akan dihadapkan dengan beberapa syarat yang harus di tempuh diantaranya tugas akhir atau skripsi (Roellyana & Listiyandini, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta.

Skripsi dapat dikatakan sebagai laporan akhir mahasiswa Strata satu (S1) dalam bentuk karya tulis sesuai dengan bidang yang dijalaninya didasarkan dari kemampuan akademik dalam perumusan masalah dan analisis dari teori – teori yang relevan (Thamrin, 2019). Dalam

proses menyelesaikan skripsi yang memerlukan sejumlah format penulisan dan prosedur penelitian menyebabkan tidak jarang mahasiswa merasa kesulitan dalam menjalaninya. Kesulitan yang dialami mahasiswa saat menyusun skripsi dibagi menjadi dua kategori, internal dan eksternal. Contoh kesulitan internal atau berasal dari diri sendiri seperti kesulitan mencari tema, judul, sampel dan pemakaian alat ukur yang digunakan. Sedangkan contoh kesulitan eksternal atau berasal dari luar antara lain, keterbatasan dana yang dimiliki, kerumitan mengatur waktu dengan dosen sehingga sulit ditemui dan dihubungi baik untuk keperluan bimbingan, konsultasi maupun balasan revisi (Maritapiska dalam Wulandari, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta pada tanggal 18 April 2022 penulis memperoleh hasil dimana mahasiswa merasa banyak hambatan yang dialami saat menyelesaikan skripsi di masa pandemi ini, diantaranya kesulitan mencari sumber – sumber yang harus dicari secara langsung, kesulitan dalam berkomunikasi secara langsung dengan dosen pembimbing serta lambannya respon dari dosen pembimbing mengenai hal – hal yang perlu di revisi. Minimnya pertemuan secara langsung dengan dosen pembimbing membuat mahasiswa hanya dapat menunggu balasan revisi melalui chat atau email. Menurut mahasiswa walaupun saat ini sudah memasuki masa peralihan dan beberapa kegiatan mulai berjalan seperti biasa tetapi kesulitan dalam menyusun skripsi masih dirasakan oleh mahasiswa sehingga perlu adanya penyesuaian dengan situasi saat ini agar proses menyusun skripsi tetap berjalan dengan semestinya.

Didukung dengan hasil studi yang dilakukan oleh Zain, dkk (2021) dimana

ditemukan beberapa faktor yang menjadi penghambat dalam penyelesaian skripsi antara lain diri sendiri, institusi pendidikan, keluarga dan pandemi. Faktor dari diri sendiri juga dipengaruhi oleh rasa malas, sulit menentukan judul, sulit dalam pencarian referensi dan memiliki pekerjaan lain. Faktor dari institusi pendidikan dipengaruhi oleh pengurusan berkas yang memiliki tahapan yang cukup rumit, faktor dosen yang lamban dalam merespon mahasiswa dan adanya perbedaan pendapat antara dosen pembimbing. Faktor keluarga dipengaruhi oleh kurangnya dukungan secara moral dan materiil. Faktor pandemi mengakibatkan mahasiswa tidak dapat memperoleh data secara langsung, kesulitan dalam proses bimbingan dengan dosen pembimbing, respon dosen yang lamban dalam memeriksa hasil revisi serta judul yang berganti – ganti diakibatkan sulitnya pengambilan data. Sehingga dapat dikatakan bahwa pada saat mahasiswa mulai menyusun skripsi banyak sekali ditemukan kesulitan – kesulitan yang dapat menyebabkan stress sehingga mahasiswa sangat membutuhkan resiliensi untuk dapat menuntaskan tugas akhirnya tersebut.

Sesuai dari hasil wawancara dan studi sebelumnya dapat disimpulkan bahwa masa pandemi menambah kesulitan mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsi, dengan kesulitan yang dirasakan maka dibutuhkan ketahanan diri atau resiliensi sebagai upaya menghadapi kesulitan dan hambatan yang ada. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Desmita (dalam Muslimin, 2021) jika individu yang dapat melewati berbagai kesulitan atau tekanan akan mampu melahirkan performa yang tinggi dan akhirnya mampu menyelesaikan permasalahan dengan lebih efektif. Sebaliknya jika individu tidak dapat melewati kesulitan atau tekanan akan membuat individu selalu berada dalam kondisi tidak

nyaman. Dalam ranah psikologi hal tersebut dikenal dengan istilah resiliensi.

Muniroh (dalam Muslimin, 2021) menyatakan bahwa individu yang mempunyai resiliensi akan lebih bertahan dan bangkit dari situasi yang tidak menyenangkan serta mencari solusi terbaik mengubah situasi menjadi menyenangkan. Sedangkan individu yang tidak memiliki resiliensi akan cenderung membutuhkan waktu pemulihan yang lebih lama untuk menerima situasi yang tidak menyenangkan. Hal senada diungkapkan oleh Desmita (dalam Muslimin, 2021) dimana pengertian resiliensi itu sendiri merupakan kemampuan individu dalam antisipasi, meminimalkan, menghilangkan dampak negatif dari situasi yang tidak nyaman, tidak menyenangkan yang terjadi pada hidup. Kemampuan ini dapat merubah individu menjadi lebih adaptif dari situasi yang kurang menyenangkan.

Poetry (dalam Roellyana & Listiyandini, 2016) menyatakan bahwa individu dengan resiliensi yang baik adalah individu yang optimis, percaya jika situasi yang tidak menyenangkan dapat segera berubah menjadi lebih baik sehingga sifat optimis didefinisikan sebagai harapan yang stabil dan general bahwa akan ada hal positif yang datang. Pengertian optimisme sendiri menurut Scheier dan Carver (dalam Roellyana & Listiyandini, 2016) adalah suatu keyakinan seseorang yang dianggap sebagai buah dari usaha yang dilakukan, yang selanjutnya mendorong seseorang berusaha sampai meraih tujuan dan keyakinan dalam diri tentang hal – hal baik yang datang dalam hidupnya.

Sarason, dkk (1983) menyebutkan resiliensi juga dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial yang mana semakin banyak dukungan sosial juga akan meningkatkan resiliensi dalam diri seseorang. Ditambahkan bahwa

dukungan sosial dianggap sebagai eksistensi individu yang dapat dimintai pertolongan saat dibutuhkan dan meyakinkan kita akan perasaan disayangi, dihargai serta dicintai. Zaleski, Levey-Thors, & Schiaffino (dalam Jang, 2012) dukungan sosial yang datang kepada seseorang akan secara efektif berpengaruh dalam beradaptasi dan melakukan penyesuaian terhadap suatu kesulitan atau hambatan yang ada. Hal tersebut disimpulkan sebagai bentuk resiliensi yang baik dari dalam diri seseorang. Dukungan sosial secara tidak langsung memberikan dampak positif terhadap resiliensi seseorang.

Tinjauan studi lain menyebutkan jika optimisme dan dukungan sosial merupakan dua faktor dominan yang mempengaruhi tingkat resiliensi dalam diri seseorang (Sabouripour & Roslan, 2015; Prasetyaningrum & Imadanty, 2022). Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dawson dan Pooley (2013) dimana diadakan dua tahap penelitian, tahap pertama dengan 95 mahasiswa dan tahap kedua dengan 103 mahasiswa yang menunjukkan adanya hubungan positif diantara optimisme dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa. Mahasiswa dirasa perlu memiliki pandangan dan memiliki hubungan yang positif dengan lingkungan untuk membantu individu bertahan dari kesulitan yang dialami.

Berdasarkan penjelasan di atas dan hasil wawancara yang dilakukan penulis, dimana mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta merasa perlu untuk bertahan dan tidak menyerah dalam proses menyusun Skripsi saat Pandemi. Maka, berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi Menyelesaikan Skripsi saat Pandemi

pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta."

2. METODOLOGI

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*, merupakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan kepada populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada di dalam populasi tersebut.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala resiliensi (12 item, $\alpha = 0.897$), skala optimisme (24 item, $\alpha = 0.882$), dan skala dukungan teman sebaya (14 item, $\alpha = 0.940$). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala model *Likert*. Metode analisis regresi berganda, secara operasionalnya menggunakan program *JASP 0.16.3.0 for Windows*.

3. LANDASAN TEORI

3.1. Resiliensi

Resiliensi secara umum mengarah kepada cara beradaptasi dengan kesulitan dan keadaan yang terjadi di dalam proses kehidupan. Ungar (dalam Hendriani, 2018) mendefinisikan resiliensi sebagai penggambaran situasi yang sedang dialami individu berupa tindakan yang dilakukan berupa pengembangan diri ke arah yang positif. Revich dan Shatte (2002) menjelaskan resiliensi merupakan kemampuan individu dalam proses adaptasi dan cara menangani situasi atau kejadian sulit yang muncul dalam kehidupan.

Wei & Taormina (2014) menyebutkan terdapat empat dimensi resiliensi pada individu, antara lain:

a. *Determination*

Berarti kekuatan dan tetap berada pada tujuan yang dimiliki individu serta pilihan untuk

bertahan atau berhasil dengan kata lain komponen tersebut menggambarkan dimensi sadar atau kognitif dari resiliensi individu.

- b. *Endurance*
Sama dengan kekuatan dan ketegaran diri yang ada di dalam diri individu untuk menahan keadaan yang buruk atau berat tanpa ada keinginan untuk menyerah.
- c. *Adaptability*
Dianggap sebagai batas fleksibel dalam bersikap dan cerdas dalam mengatasi lingkungan yang tidak enak dan cepat beradaptasi dengan kondisi yang bermacam – macam.
- d. *Recuperability*
Didefinisikan sebagai keterampilan dalam pemulihan baik secara fisik maupun mental untuk memulai kembali kondisi semula.

Campbell – Sills & Stein (2007) yang mengacu pada *Connor Davidson Resilience Scale* (CD – RISC) kemudian juga membagi aspek resiliensi ke dalam dua aspek yang telah dilakukan analisis *confirmatory factor*. Adapun aspek tersebut yaitu:

- a. *Hardiness*
Kapasitas seseorang dalam beradaptasi dengan kejadian tak terduga yang terjadi seperti stres, sakit atau penderitaan, tekanan serta perasaan tidak menyenangkan yang timbul dari dalam diri individu.
- b. *Persistence*
Situasi di saat individu melakukan cara terbaik dan percaya pada kapasitas diri sendiri dalam

menggapai tujuan awal walau berada pada situasi yang sulit.

3.2. Optimisme

Optimisme dapat dikatakan sebagai perasaan yakin terhadap suatu kejadian yang terjadi baik masa kini maupun masa depan. Seligman (2008) menyatakan optimisme merupakan keyakinan dalam diri individu bahwa kejadian buruk yang datang hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya dipengaruhi dari dalam diri tetapi terdapat faktor lain dari luar misalnya situasi, nasib atau orang sekitar. Lebih lanjut, Sari dan Eva (2021) mengartikan optimisme ialah keyakinan dari dalam diri individu yang menjadi pegangan dalam menjalankan kehidupan selanjutnya.

Mc Ginnis (dalam Nurindah dkk, 2012) menyatakan aspek – aspek optimisme, diantaranya:

- a. Dapat mengendalikan diri sendiri saat timbul perasaan negatif
- b. Beranggapan jika diri mereka dapat menyelesaikan permasalahan dalam hidupnya
- c. Memiliki keyakinan untuk mengendalikan apa saja yang akan terjadi di masa depan
- d. Merasa bahagia walaupun di dalam situasi yang buruk
- e. Merasa tenang terhadap peristiwa apapun, bahkan saat tidak dapat diubah

Seligman (2008, p.59 – 70) menyebutkan tiga dimensi yang menggambarkan optimisme, antara lain:

- a. *Permanence* (ketetapan suatu peristiwa) yang berhubungan dengan dimensi waktu yaitu temporer atau permanen. Digambarkan dengan individu yang melihat peristiwa positif

akan lebih lama bertahan (permanen) sedangkan peristiwa negatif hanyalah bertahan sementara (temporer).

- b. *Pervasiveness* (keluasan suatu peristiwa) yang berhubungan dengan dimensi yang terjadi dalam hidup yang bersifat spesifik atau umum. Bagaimana individu pesimis jika melihat peristiwa negatif secara tidak sadar berpengaruh ke sisi lain sedangkan individu yang bersikap optimis cenderung melihat peristiwa negatif itu merupakan akibat dari beberapa hal khusus yang tidak dapat di kaitkan dengan peristiwa lainnya.
- c. *Personalization* (sumber suatu peristiwa) merupakan pencetus akan optimisme, digambarkan saat individu dapat menjelaskan siapa penyebab dari setiap kegagalan baik berasal dari diri sendiri (internal) maupun dari orang lain (eksternal). Individu yang optimis akan melihat peristiwa positif berasal dari internal diri mereka dan sebaliknya melihat peristiwa negatif merupakan akibat dari orang lain atau faktor eksternal.

3.3. Dukungan Teman Sebaya

Sarafino & Smith (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial sama dengan perasaan nyaman, dihargai, kepedulian atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain ataupun suatu kelompok. Hal tersebut juga sejalan dengan penjelasan dari Ogden (dalam Indrayana dan Kumaidi, 2021) bahwa dukungan sosial seringkali dianggap sebagai bentuk kenyamanan, perhatian, harga diri yang

dirasakan saat mendapatkan bantuan dari orang lain. Bantuan dari orang lain ini dapat diberikan dari mana saja, salah satunya teman sebaya.

Dukungan teman sebaya merupakan dukungan sosial yang muncul lebih mendalam dari lingkungan teman sebaya dapat memberikan informasi mengenai hal – hal yang harus dilakukan dalam upaya bersosialisasi dengan lingkungan serta berperan dalam menyelesaikan permasalahan yang ada pada diri secara optimal (Saputro & Sugiarti, 2021).

Menurut Sarafino & Smith (2010) terdapat empat dimensi dalam dukungan sosial diantaranya:

- a. *Emotional support* biasanya mencakup ungkapan empati, kepedulian, perhatian pandangan positif dan dorongan kepada penerima dukungan. Dukungan ini memberikan rasa nyaman dan ketentraman hati karena adanya rasa saling memiliki (*sense of belonging*) antara pemberi dan penerima dukungan.
- b. *Instrumental support*, dalam hal ini mencakup pemberian bantuan secara langsung, dapat berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas – tugas tertentu.
- c. *Informational support*, mencakup pemberian informasi yang bermanfaat seperti saran, nasehat, petunjuk atau umpan balik tentang apa yang perlu dilakukan penerima dukungan.
- d. *Companionship support*, bagaimana ketersediaan suatu individu untuk menghabiskan waktu bersama individu lainnya saat berada dalam masa sulit sehingga memberikan kesamaan

minat dan aktifitas sosial. Dengan begitu, individu yang menerima dukungan ini akan merasa bahwa dia memiliki teman yang senasib.

Zimet (1988) membagi sumber dukungan sosial menjadi tiga sumber dukungan yaitu:

a. Keluarga

Dukungan sosial dari keluarga menjadi dukungan yang wajib yang perlu dimiliki individu. Interaksi positif dari anggota keluarga membuat kekuatan baru bagi individu.

b. Teman

Dukungan sosial dari teman memiliki peran yang tidak kalah penting untuk membentuk kenyamanan dan kepercayaan terhadap lingkungan sekitar. Pemberi dukungan ini mencakup teman di sekolah, teman di tempat kerja dan teman sebaya yang berada di lingkungan terdekat.

c. Orang terdekat (*significant others*)

Sumber terakhir digambarkan dengan individu yang sedang menghadapi lingkungan yang menekan, biasanya akan mencari orang – orang yang memiliki kelekatan dalam jangka waktu yang cukup lama.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas yang dilakukan terhadap skala resiliensi diperoleh nilai ρ sebesar 0,021 ($\rho > 0.05$) maka skala resiliensi dikatakan ber distribusi tidak normal, skala optimisme mendapatkan nilai ρ sebesar 0,200 ($\rho > 0.05$) dikatakan ber distribusi normal dan skala dukungan teman sebaya mendapatkan nilai ρ sebesar 0,000 ($\rho >$

0.05) maka skala teman sebaya dikatakan ber distribusi tidak normal.

Berdasarkan hasil kategorisasi, skala resiliensi berada pada rentang kategorisasi $35.224 < x < 36.775$, kategorisasi skor rendah dengan $x < 35$, kategorisasi skor sedang $35 \geq x < 37$ dan kategorisasi skor tinggi $x \geq 37$. Mahasiswa dengan kategori rendah berjumlah 4 orang dan mahasiswa dengan kategori sedang berjumlah 18 orang dan mahasiswa dengan kategori tinggi berjumlah 161 orang. Pada skala resiliensi ditemukan mean temuan sebesar 45,37 maka skor rata – rata resiliensi yang dimiliki mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta berada pada kategori tinggi. Dapat dikatakan saat menyelesaikan skripsi, mahasiswa dapat bertahan melewati tantangan yang ada sampai skripsinya selesai.

Hasil kategorisasi, skala optimisme memiliki skor rendah dengan $x < 56$, kategorisasi skor sedang $56 \geq x < 88$ dan kategorisasi skor tinggi $88 \leq x$. Mahasiswa dengan kategorisasi rendah berjumlah 0 orang, mahasiswa dengan kategorisasi sedang berjumlah 84 orang, dan mahasiswa dengan kategorisasi tinggi berjumlah 99 orang. Pada skala optimisme ditemukan mean temuan sebesar 89,42 maka skor rata – rata optimisme yang dimiliki mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta berada pada kategori tinggi. Dapat dikatakan saat menyusun skripsi mahasiswa percaya atau optimis bahwa skripsinya akan selesai tepat pada waktunya.

Untuk hasil kategorisasi, skala dukungan teman sebaya berada pada rentang kategorisasi $41.0538 < x < 42.9462$, skor rendah dengan $x < 40$, kategorisasi skor sedang $41 \geq x < 42$ dan kategorisasi skor tinggi $x \geq 43$. Mahasiswa dengan kategorisasi rendah

berjumlah 3 orang, mahasiswa dengan kategorisasi sedang berjumlah 6 orang, dan mahasiswa dengan kategorisasi tinggi berjumlah 174 orang. Pada skala dukungan teman sebaya ditemukan mean temuan sebesar 56,74 maka skor rata – rata dukungan teman sebaya yang dimiliki mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta berada pada kategori tinggi. Dapat dikatakan bahwa saat menyusun skripsi, mahasiswa merasa memiliki banyak dukungan sesama mahasiswa lain sampai skripsinya terselesaikan dengan baik. Pada tabel 1 diperlihatkan deskripsi subyek penelitian secara keseluruhan.

Tabel 1. Deskripsi subyek penelitian

No	Jurusan	Keterangan
1	Jurusan Manajemen	73
2	Jurusan Akuntansi	52
3	Jurusan Ekonomi Pembangunan	26
4	Jurusan Ekonomi Syariah	32
Total		183

Hasil analisis data penelitian dengan menggunakan metode *Multivariate Correlation*, diperoleh skor $R = 0,739$; $R^2 = 0,547$; $F = 108,519$; $p < 0,001$. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian dari Dawson & Pooley (2013), Sabouripour & Roslan (2015), dan Prasetyaningrum & Imadanty, (2022), bahwa optimisme dan dukungan sosial merupakan dua faktor dominan yang mempengaruhi tingkat resiliensi dalam diri seseorang.

Selanjutnya, hasil analisis data regresi dengan metode *enter* dapat

diketahui bahwa nilai R^2 yaitu 0,739, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa optimisme dan dukungan teman sebaya memberikan kontribusi bersama – sama terhadap resiliensi sebesar 54,7%, sedangkan sisanya $100\% - 54,7\% = 45,3\%$ menyangkut sumbangan dari faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini, seperti spiritualitas dalam penelitian Jurjewiz (dalam Missasi & Izzati, 2019), *self – efficacy* dalam penelitian Marti dan Ruch (dalam Missasi & Izzati, 2019) dan *self – esteem* yang dikatakan oleh Reisnick, Gwyter dan Roberto (dalam Missasi & Izzati, 2019).

Merujuk pada hasil analisis data regresi berganda dengan metode *stepwise*, diperoleh kontribusi optimisme terhadap resiliensi jauh lebih dominan dibandingkan dukungan teman sebaya, yaitu sebesar 51.9%. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel optimisme memberikan kontribusi lebih besar dibandingkan dengan variabel dukungan teman sebaya kepada resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi di Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UPN Veteran Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (December 2007). Psychometric Analysis and Refinement of the Connor - Davidson Resilience Scale (CD - RISC): Validation of

- a 10 - item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress, Vol. 20*(No. 6), 1019–1028. doi: <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Dawson, M., & Pooley, J. A. (2013). Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies, Vol. 1*(No. 2). doi: <http://dx.doi.org/10.11114/jets.v1i2.137>
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik, Vol. 2*(No. 1), 73 - 114. doi: <https://doi.org/10.26740/bikotetik>.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar/ Dr. Wiwin Hendriani, M. Si.* Jakarta: Prenadamedia Group 2018.
- Indrayana, F. M., & Kumaidi. (2021). Dukungan Sosial, Optimisme, Harapan dan Kesiapan Kerja Siswa. *Jurnal Sains Psikologi, Vol. 10*(NO. 2), 93 - 100. doi: <http://dx.doi.org/10.17977/um023v10i22021p93-100>
- Jang, J. (2012). The Effect of Social Support Type on Resilience. *Thesis.* The University of Alabama.
- Muslimin, Z. I. (2021). Hubungan Antara Berpikir Positif dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif, Vol. 9* (No. 1), 115 - 131. doi: <http://dx.doi.org/10.14421/jpsi.v9i1.2170>.
- Nurindah, M., Afiatin, T., & Sulistyarini, I. (2012, Juni). Meningkatkan Optimisme Remaja Panti Sosial Dengan Pelatihan Berpikir Positif. *Jurnal Intervensi Psikologi, Vol. 4*(No. 1). doi: <https://doi.org/10.20885/intervensi-ipsikologi.vol4.iss1.art4>
- Prasetyaningrum, J., & Imadanty, A. L. (2022). Resilience of Covid-19 Survival Review from Optimism and Social Support. *Prosiding 15th Urecol: Seri Sosial Ekonomi dan Psikologi.* e-ISSN: 2621-0584. Diakses dari <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/issue/view/41>, pada tanggal 28 September 2022, pukul 20.36.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factors: 7 Keys to Finding Your Inner Strength, and Overcoming Life's Hurdles.* Amerika: Broadway Books.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia, Vol. 1*(No. 1), 29 - 37. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/318128262_Peranan_Optimisme_terhadap_Resiliensi_pada_Mahasiswa_Tingkat_Akhir_yang_Mengerjakan_Skripsi?enrichId=rgreq-7085d6ff7aee47ce832230f8497a6dc7-XXX&enrichSource=Y292ZZXJQYWdlOzMxODEyODI2MjtBUzo1MTIzMTEzMzc3NTkv2n1.p73-80.
- Sabouripour, F., & Roslan, S. B. (2015). Resilience, Optimism and Social Support among International Students. *Asian Social Science, Vol. 11*(No. 15). doi: <https://scihub.st/10.5539/ass.v11n15p159>
- Saputro, Y.A., & Sugiarti, R. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *Philanthropy Journal of Psychology, Vol, 8.*

- No, 1. doi:
<http://dx.doi.org/10.26623/philantropy.v5i1.3270>.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology: Biophysical Interactions 7th Edition*. United States: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G., Levina, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 44(No. 1), 127 - 139. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.127>.
- Sari, A. T., & Eva, N. (2021). Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan: Sebuah Literature Review.
- Seligman, M. E. (2008). *Menginstall Optimisme*. Bandung: Momentum.
- Thamrin, H. (2019). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Fakultas Ushuluddin. Retrieved from https://fush.uin-suska.ac.id/wp-content/uploads/2020/02/6_Panduan-Penulisan-Skripsi_28-September-2019.pdf.
- Wei, W., & Taormina, R. J. (2014). A New Multidimensional Measure of Personal Resilience and Its Use: Chinese Nurse Resilience, Organizational Socialization and Career Success. *Nursing Inquiry*, Vol. 21(No. 4), 346 - 357. doi: <https://sci-hub.st/https://doi.org/10.1111/nin.1206> Diakses pada 4 April 2022, pukul 19:19 WIB.
- Wulandari, R. P. (2012). Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science - Technology UI. *Skripsi*. Universitas Indonesia.
- Zain, M. I., Radiusman, Syazali, M., Hasnawati, & Amrullah, L. W. (2021). Identifikasi Kesulitan Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Prodi PGSD Universitas Mataram. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, Vol. 4 (No. 1).
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived *Social Support*. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30 - 41. doi: https://www.sci-hub.st/10.1207/s15327752jpa5201_2.