

Hubungan Konsep Diri dengan Optimisme dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS

Relationship between Self Concept with Optimism in Preparation Thesis Among Students Of Psychology Medical Faculty Sebelas Maret University

Segendig Kurniawan, Aditya Nanda Priyatama, Nugraha Arif Karyanta

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi (Poerwadarminta, 1983). Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi. Salah satu penentu bagi keberhasilan dalam menyusun skripsi adalah sikap positif, yaitu merasa yakin bahwa masalah yang dihadapi dapat teratasi. Sikap positif ini disebut dengan optimism (Ginting, 2005). Salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme dari dalam diri seseorang adalah unsur kepribadian, yaitu konsep diri. Konsep diri yang baik akan membuat mahasiswa merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga mampu mengoptimalkan kemampuannya dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi dalam proses penyelesaian skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS angkatan 2006 sampai 2009. Sampel penelitian ini sejumlah 48 mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS angkatan 2006 sampai 2009 yang sedang dalam proses penyusunan skripsi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive incidental sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala konsep diri dan skala optimisme dalam menyelesaikan Skripsi. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* Pearson.

Berdasarkan hasil analisis teknik korelasi *product moment* Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,808 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS, yang menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi konsep diri subjek, maka akan semakin tinggi optimisme mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS dalam menyelesaikan skripsi. Konsep diri memiliki peran terhadap optimisme dalam menyelesaikan skripsi sebesar 65,4%.

Kata kunci: konsep diri, optimisme, skripsi, mahasiswa.

PENDAHULUAN

Salah satu bagian dalam perjalanan mahasiswa yang dilalui adalah skripsi. Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi (Poerwadarminta, 1983). Mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tersebut, karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat

bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai sarjana. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi.

Dari data laporan Rekapitulasi Jumlah Mahasiswa Aktif per Angkatan Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS 2006/2007

sampai dengan 2011/2012 dapat diketahui bahwa mahasiswa dari angkatan 2006 sampai 2008 rata-rata menempuh masa studi lebih dari 4,5 tahun. Lamanya waktu yang dibutuhkan oleh para mahasiswa ini disebabkan adanya kesulitan dan hambatan dalam proses penyusunan skripsi. Menyusun skripsi bagi sebagian mahasiswa nampaknya merupakan hal yang menakutkan yang mau tidak mau wajib dijalani (Mage & Priowidodo, 2005), karena bagi sebagian orang menyusun skripsi dianggap pekerjaan yang sangat berat (Harahap, 2006). Masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa, sehingga mengakibatkan adanya stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stres, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Mu'tadin, 2002). Salah satu penentu bagi keberhasilan dalam menyusun skripsi adalah sikap positif, yaitu merasa yakin bahwa masalah yang dihadapi dapat teratasi. Paling tidak mahasiswa harus merasa yakin akan menemukan pemecahan untuk memperoleh hasil terbaik yang mungkin dicapai dalam kondisi yang ada tanpa merasa takut gagal. Sikap positif ini sangat perlu untuk ditanamkan ke dalam diri mahasiswa tingkat akhir agar dapat meraih sukses nantinya. Sikap positif ini menunjukkan arti yang sama dengan optimisme (Ginting, 2005). Ketika mengalami kegagalan, orang optimis cenderung menyikapinya dengan respon yang aktif dan

tidak putus harapan, merencanakan suatu tindakan, atau berusaha mencari pertolongan dan nasihat. Orang yang optimis juga menganggap kegagalan disebabkan oleh sesuatu hal yang dapat diubah sehingga mereka dapat berhasil di masa-masa yang akan datang (Seligman dalam Goleman, 2005).

Banyak faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang dalam penyelesaian skripsi, antara lain adalah unsur kepribadian, unsur bawaan, pengaruh lingkungan, kemampuan kognitif, ketrampilan sosial, dan lain sebagainya (Partosuwido, 1993). Faktor yang mempengaruhi optimisme dari dalam diri seseorang adalah unsur kepribadian, salah satunya adalah konsep diri. Konsep diri pada dasarnya merupakan pengertian dan harapan seseorang mengenai bagaimana seseorang itu memandang dirinya, diri yang dicita-citakan dan bagaimana dirinya dalam realita yang sesungguhnya baik secara fisik maupun psikologik (Hurlock, 2008). Konsep diri yang baik akan membuat mahasiswa merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut, membuat mahasiswa secara individu mampu mengoptimalkan kemampuannya, sehingga mahasiswa mempunyai banyak kesempatan untuk mengasah, melatih dan mengembangkan konsep dirinya. Semakin banyak atau sering kemampuan mengasah, melatih dan mengembangkan konsep diri, maka akan semakin tinggi optimisme yang akan dimiliki oleh mahasiswa.

Mengingat betapa pentingnya suatu optimisme dalam penyelesaian skripsi bagi mahasiswa

tingkat akhir, peneliti tertarik untuk mengungkap faktor-faktor yang mempengaruhinya yang merujuk pada uraian di atas antara lain berhubungan dengan konsep diri. Untuk itu peneliti mengadakan penelitian yang berjudul, Hubungan antara Konsep Diri dengan Optimisme dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS.

DASAR TEORI

1. Pengertian Optimisme

Optimisme adalah salah satu faktor dalam psikologi positif yang terbukti dapat mempengaruhi kehidupan seseorang. Optimisme sangat berhubungan dengan hasil-hasil positif yang diinginkan seseorang seperti memiliki moral yang bagus, prestasi yang bagus, kondisi kesehatan yang bagus, dan kemampuan untuk mengatasi masalah yang muncul. (Chang, L dan McBride 1996). Optimisme terbentuk sebagai satu bentuk psikologi positif yang terdapat pada seorang individu. Optimisme akan menentukan masa depan orang tersebut karena optimisme memelihara harapan positif untuk masa depan seseorang. Optimisme tersebut akan membantu seseorang untuk bisa mengatasi hambatan-hambatan yang muncul dalam pencapaian tujuan atau target seorang individu (Scheier dan Carver, 1986). Seligman (1990) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Seseorang yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang

telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit dari kegagalan yang dialami. Optimisme mendorong seseorang untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya.

Berbeda dengan pandangan di atas, Goleman (2005) melihat optimisme melalui titik pandang kecerdasan emosional, yakni suatu pertahanan diri pada seseorang agar jangan sampai terjatuh ke dalam masa kebodohan, putus asa, dan depresi bila mendapat kesulitan. Belsky (1999 dalam Ghufroon & Rini, 2010) berpendapat bahwa optimisme adalah menemukan inspirasi baru. Optimisme adalah salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stres, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik (Daraei dan Ghaderi, 2012). Optimisme merupakan sebuah konsep penting dalam psikologi, yang dapat memprediksi bagaimana seseorang bereaksi pada situasi yang penuh dengan tekanan (David, 2006).

Berdasarkan penjelasan-penjelasan tersebut di atas, dapat diambil kesimpulan, bahwa optimisme adalah suatu keyakinan dalam diri untuk mencapai hasil yang baik, pantang menyerah, serta berfikir positif dalam mengatasi kesulitan agar dapat sukses dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Skripsi

Skripsi ditulis berdasarkan hasil penelitian mahasiswa dengan bimbingan dosen yang sesuai dengan bidang keahliannya (Darmono dan Hasan, 2002). Senada dengan pendapat

tersebut, Komaruddin (2000) mengatakan bahwa skripsi merupakan tugas yang harus dikerjakan dengan bobot 6 SKS pada masa akhir studi yang digunakan untuk syarat kelulusan dalam memperoleh derajat gelar kesarjanaan pada jenjang sarjana strata satu (S1). Hadi (2004a) menyatakan, skripsi ditulis berdasarkan hasil penelitian atau kajian kepustakaan maupun pengembangan terhadap suatu masalah secara ilmiah, sistematis, dan logis dengan mencari data secara empiris di lapangan melalui beberapa tahapan mulai dari mencari topik permasalahan, kajian pustaka, metodologi penelitian, pembahasan dan pengambilan keputusan.

Tujuan penulisan skripsi adalah untuk membangun kemampuan dan ketrampilan mahasiswa dalam menggunakan pengetahuan dan ketrampilan yang diperolehnya selama masa studi maupun proses pembelajaran dalam memahami dan memecahkan persoalan dari topik penelitiannya, sedangkan bagi perguruan tinggi, skripsi menjadi salah satu cara untuk melakukan evaluasi akademis terhadap suatu permasalahan secara ilmiah. Melalui skripsi diharapkan mahasiswa mampu merangkum dan mengaplikasikan semua pengalaman belajarnya untuk dapat mengembangkan wawasan secara lebih luas, menyeluruh, serta mampu memecahkan permasalahan yang dihadapi dalam bidang studi tertentu secara ilmiah, sistematis, dan logis (UGM, 2007).

Secara umum dapat ditarik kesimpulan, bahwa skripsi merupakan salah satu bentuk evaluasi mahasiswa pada akhir masa studi berdasarkan

hasil penelitian sebagai prasyarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana (S1).

3. Optimisme dalam Menyelesaikan Skripsi

Optimisme merupakan sikap selalu memiliki harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan. Dengan kata lain optimisme adalah cara berpikir atau paradigma berpikir positif (Carver & Scheier 1993). Orang yang optimis adalah orang yang memiliki ekspektasi yang baik pada masa depan dalam kehidupannya. Masa depan mencakup tujuan dan harapan-harapan yang baik dan positif dalam seluruh aspek kehidupannya (Carver & Scheier, 1993)

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwadarminta, 1983). Skripsi sebagai tugas akhir yang wajib dikerjakan, namun tidak semua mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu (Prawitasari, 2012).

Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas dapat disimpulkan, bahwa optimisme dalam penyelesaian skripsi adalah keyakinan dalam diri mahasiswa untuk mencapai hasil skripsi yang baik serta berfikir positif dalam mengatasi kesulitan agar penyelesaian skripsi dapat sesuai dengan tujuan yang diinginkan dan tepat waktu. Aspek-aspek optimisme dalam menyelesaikan skripsi menurut Seligman (1990), mendeskripsikan individu-individu yang

memiliki sifat permanence, pervasiveness, dan personalization.

Optimisme memiliki beberapa manfaat Seligman (2008), antara lain ; memberikan daya tahan terhadap depresi, menghasilkan kinerja yang lebih tinggi di tempat kerja, sekolah dan di bidang olah raga, dan kesehatan fisik.

Faktor-faktor yang memengaruhi optimisme dalam menyelesaikan skripsi antara lain dukungan social, kepercayaan diri, harga diri, akumulasi pengalaman (Seligman, 2008).

4. Konsep Diri

Konsep diri seseorang dinyatakan melalui sikap dirinya yang merupakan aktualisasi orang tersebut. Manusia sebagai organisme yang memiliki dorongan untuk berkembang yang pada akhirnya menyebabkan ia sadar akan keberadaan dirinya. Perkembangan yang berlangsung tersebut kemudian membantu pembentukan konsep diri individu yang bersangkutan. Mead (dalam Burns, 1993) mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan, pandangan, dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapat dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Hurlock (2008) konsep diri adalah pandangan individu mengenai dirinya. Konsep diri terdiri dari dua komponen, yaitu konsep diri sebenarnya (real self) yang merupakan gambaran mengenai diri, dan konsep diri ideal (ideal self) yang merupakan gambaran individu mengenai kepribadian yang diinginkan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri adalah pandangan individu mengenai dirinya, meliputi

gambaran mengenai diri dan kepribadian yang diinginkan, yang diperoleh dari pengalaman dan interaksi dengan orang lain.

Aspek-aspek konsep diri meliputi empat aspek, yaitu aspek fisik, aspek moral, aspek sosial dan aspek psikologis yang diungkapkan oleh Berzonsky (1981).

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta angkatan 2006 sampai 2009 yang sedang menyusun skripsi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive incidental sampling. Selama proses pengambilan data didapat 48 subjek.

Metode pengumpulan data dengan menggunakan alat ukur berupa skala psikologi dengan jenis skala Likert. Ada dua skala psikologi yang digunakan, yaitu:

1. Skala Optimisme dalam menyelesaikan skripsi.

Skala Optimisme dalam menyelesaikan skripsi menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Seligman (1990) yang terdiri dari 3 aspek, meliputi : *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization* .

2. Skala Konsep Diri

Skala konsep diri dalam peneltian ini menggunakan aspek-aspek yang diungkapkan Berzonsky (1981), yang menjelaskan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi aspek fisik, sosial, moral, psikologis.

HASIL- HASIL

Perhitungan analisis dalam penelitian ini

dilakukan dengan menggunakan bantuan komputasi Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 16.0.

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z), Hasil uji normalitas pada variabel konsep diri menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,489 ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas pada variabel optimisme diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,171 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan di atas dapat diketahui bahwa variabel Konsep Diri dan optimisme memiliki sebaran yang normal.

b. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas hubungan antara optimisme dengan konsep diri pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi menunjukkan nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai Sig. sebesar 0,545 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan di atas, dapat diketahui bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung bersifat linear.

2. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi terpenuhi, langkah selanjutnya adalah melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan teknik korelasi product moment Pearson untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Hasil analisis menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan optimisme pada mahasiswa Prodi Psikologi FK

UNS yang mengerjakan skripsi adalah sebesar 0,808 dengan nilai Sig. 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Nilai r yang positif menunjukkan arah hubungan yang bersifat positif.

3. Peran Konsep Diri terhadap Optimisme pada Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi

Peran konsep diri terhadap optimisme pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi dapat diketahui dengan melihat koefisien determinasi, yaitu R^2 (R Square). Angka ini akan diubah ke dalam bentuk persen, untuk menunjukkan persentase sumbangan pengaruh/peran variabel bebas terhadap variabel tergantung (Priyatno, 2008). Nilai R^2 diperoleh dengan menggunakan perhitungan SPSS dan menghasilkan angka R^2 sebesar 0,654. Hasil ini menunjukkan peran konsep diri terhadap optimisme pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi adalah sebesar 65,4%.

4. Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala konsep diri dapat diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat yang tinggi dengan rerata empiric 60,42%, sedangkan pada optimisme dalam menyelesaikan skripsi sebesar 56,25%

PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel konsep diri dan optimisme pada mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS yang mengerjakan skripsi adalah sebesar 0,808 dengan nilai Sig. 0,000 ($p < 0,05$).

Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dan optimisme pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Hubungan positif antara kedua variabel menunjukkan terjadi hubungan searah yaitu semakin tinggi konsep diri, maka semakin tinggi pula optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS.

Seligman (2008) mengemukakan hasil penelitian yang sejalan dengan hasil penelitian ini, bahwa orang-orang dengan optimisme akan memiliki kemampuan untuk bertahan dalam situasi yang penuh tantangan dan mengandung kesulitan. Seseorang yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit dari kegagalan yang dialami. Optimisme mendorong seseorang untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Goleman (2005) melihat optimisme melalui titik pandang kecerdasan emosional, yakni suatu pertahanan diri pada seseorang agar jangan sampai terjatuh ke dalam masa kebodohan, putus asa, dan depresi bila mendapat kesulitan.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik korelasi product moment Pearson dapat diketahui bahwa peran konsep diri terhadap optimisme pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi adalah sebesar 65,4%, adapun 30,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme pada mahasiswa Prodi

Psikologi FK UNS yang mengerjakan skripsi berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 56,25%. Sedangkan sisanya sebesar 43,75% dipengaruhi faktor lain. Hal tersebut berarti optimisme mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS yang mengerjakan skripsi secara umum tergolong sedang. Untuk nilai rata-rata optimisme yang tinggi, dimiliki oleh subjek penelitian dari angkatan 2008 dan yang memiliki tingkat optimisme yang paling rendah yaitu angkatan 2007. Pemikiran optimis menentukan seseorang dalam menjalani kehidupan, memecahkan masalah, dan penerimaan terhadap perubahan baik dalam menghadapi kesuksesan maupun kesulitan dalam hidup. Dalam menerima kekecewaan, individu yang optimis cenderung menerima dengan respons aktif, tidak putus asa, merencanakan tindakan ke depan, mencari pertolongan dan melihat kegagalan sebagai sesuatu yang harus diperbaiki (Goleman, 2005). Carver dan Scheier (2010), mengatakan bahwa optimisme didasarkan pada harapan seseorang tentang masa depannya. Teori tentang nilai harapan mengasumsikan bahwa kebiasaan dan sikap seseorang ditujukan pada proses pencapaian target-target hidup orang tersebut. Dari pendapat ini sangatlah jelas bahwa motivasi seseorang dalam proses untuk mencapai harapan yang diinginkan sangatlah berpengaruh pada optimisme orang tersebut (Carver dan Scheier, 2010)

Tingkat konsep diri pada mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS yang mengerjakan skripsi tergolong tinggi, yaitu sekitar 60,42%, dan

sekitar 39,58% subjek penelitian memiliki tingkat konsep diri yang sedang, dan tidak ada yang memiliki tingkat konsep diri yang rendah. Hal tersebut berarti tingkat konsep diri mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS yang mengerjakan skripsi secara umum tergolong sedang. Subjek penelitian angkatan 2008 memiliki nilai rata-rata konsep diri yang tinggi. Subjek penelitian yang memiliki rata-rata nilai konsep diri paling rendah adalah subjek dari angkatan 2009. Meningkatkan optimisme merupakan salah satu cara untuk meningkatkan konsep diri pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Perasaan seseorang bahwa ia tidak mempunyai kemampuan, menunjukkan adanya sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang ia miliki. Padahal perlu kita ketahui segala keberhasilan banyak tergantung kepada bagaimana cara seseorang memandang kualitas kemampuan yang ia miliki. Pandangan dan sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan seseorang memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang sulit untuk diselesaikan. Sebaliknya pandangan positif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan seseorang memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang mudah untuk diselesaikan.

Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi FK UNS. Namun, penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kelemahan, seperti teknik pengambilan data dengan teknik

incidental yang meskipun diperbolehkan untuk dipergunakan menggabungkan dengan teknik sampling yang lain namun, masih dianggap memiliki banyak kelemahan dalam memenuhi tuntutan probabilitas tentang representativitas sampel penelitian (Hadi, 2004a). Selain itu, penggunaan teknik incidental kurang mampu menjaring sampel secara representatif karena subjek penelitian yang terjaring dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sering datang ke kampus dengan kemungkinan memiliki konsep diri dan optimisme yang tinggi ~~serta aktif bekerja untuk segera menyelesaikan skripsinya.~~

Penelitian ini hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada populasi penelitian. Penelitian lebih lanjut diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang terkait dengan konsep diri maupun optimisme pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi yang belum disertakan dalam penelitian ini.

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS ($r = 0,808$ dan $p < 0,05$ dengan taraf signifikansi 0,05%). Semakin tinggi konsep diri, maka akan semakin tinggi pula tingkat Optimisme. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri, maka semakin rendah pula optimisme yang dimiliki.

2. Konsep diri berperan sebesar 65,4% terhadap Optimisme pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS dalam menyelesaikan skripsi sementara 34,6% dipengaruhi oleh faktor lain.
3. Konsep diri mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS dalam menyelesaikan skripsi secara umum tergolong sedang. Hal ini terlihat dari persentase tertinggi hanya sebesar 60,42%. Tingkat optimisme juga tergolong sedang, yaitu persentase tertinggi hanya sebesar 56,25%, sedangkan yang tingkat sedang sebesar 43,75% , walaupun demikian dari kedua aspek tersebut tidak ada subjek yang berada pada presentase terendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS
Bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sebaiknya mengembangkan konsep diri yang positif sehingga memiliki optimisme yang tinggi untuk mampu berpandangan positif terhadap setiap kesulitan, bertahan, dan mampu mengatasi berbagai masalah dalam situasi yang penuh tantangan dan hambatan, terutama selama proses menyelesaikan skripsi. Keyakinan dalam diri mahasiswa untuk mencapai hasil skripsi yang baik serta berpikir positif dalam mengatasi kesulitan agar penyelesaian skripsi dapat sesuai dengan tujuan yang diinginkan dan tepat waktu.
2. Dosen Pembimbing
Diharapkan untuk senantiasa memberikan semangat dan bimbingan pada mahasiswa bimbingannya. Memberikan penghargaan setiap kemajuan dalam proses mengerjakan skripsi meskipun hanya secara verbal, diharapkan mahasiswa mampu mengembangkan konsep diri yang positif, dengan begitu memiliki optimisme dalam menyelesaikan skripsi sesuai dengan keinginan yang ingin dicapai.
3. Bagi Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS
Dengan selalu menjaga, mempertahankan, dan mengembangkan iklim akademis yang kondusif, diharapkan mampu meningkatkan konsep diri dan optimisme mahasiswa selama proses penyelesaian skripsi maupun demi kelancaran penelitian serta mendorong peningkatan kuantitas maupun kualitas riset mahasiswa. Jika memungkinkan, diharapkan dapat dilakukan pelatihan konsep diri guna meningkatkan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
4. Bagi peneliti lain
Bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema yang sama atau serupa, semoga penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi dan bahan acuan dalam penelitian. Diharapkan lebih meningkatkan kualitas penelitian, dengan perubahan dan penyempurnaan dalam teknik pengukuran, pemakaian alat ukur, prosedur penelitian, maupun memperluas ruang lingkup populasi

penelitian, serta faktor-faktor atau variabel lain yang terkait dengan permasalahan dalam menyelesaikan skripsi yang belum disebutkan dalam penelitian ini, agar dapat memberikan hasil penelitian yang lebih baik.

40, 203–213.

Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- Ruzz Media.

Ginting M. Paham. 2005. *Teknik Penelitian Sosial*. Medan: USU Press.

Goleman, D. 2005. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: P. T. Gramedia.

Hadi, S. 2004a. *Analisis Regresi*. Jogjakarta: Andi Offset.

Harahap, S. 2006. *Penegakan Moral Akademik di Dalam dan Luar Kampus*. Jakarta: Raja Grafindo.

Hurlock, E.B. 2008. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Keenam* (Alih Bahasa: dr. Med. Mertasari Tjandrasa). Jakarta: Erlangga.

Komaruddin. 2000. *Kamus Istilah Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta : Bumi Aksara.

Mage, R. I. & Priyowidodo, G. 2005. *Kiat Sukses Menghadapi Pembimbing Skripsi dan Tesis*. Jakarta: P.T. Citra Harta Prima.

Mu'tadin, Zainun. 2002. *Kesulitan Menulis Skripsi*. Dari:<http://www.epsikologi.com/lain-lain/zainun.htm>

Partosuwido, SR. 1993. *Penyesuaian Diri Mahasiswa dalam Kaitannya dengan Konsep Diri, Pusat Kendali dan Status Perguruan Tinggi*. *Jurnal Psikologi UGM Jogjakarta*.

Poerwadarminta, W. J. S. 1983. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: P.T. Balai Pustaka.

Prawitasari, J. E. 2012. *Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.

Scheier, M. F., Weintraub, J. K. & Carver, C. S. 1986. *Coping with Stress: Divergent Strategies of Optimists and Pessimists*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, (6) 1257-1264

Seligman, M. E. P. 1990. *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Alfred A. Knopf, Inc.

_____. 2008. *Menginstal Optimisme* (Alih Bahasa: Budhy Yogapranata). Bandung: Momentum.

DAFTAR PUSTAKA

Berzonsky, M. D. 1981. *Adolescent Development*. New York: MacMillan Publishing Co.

Burns, R. B. 1993. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku* (Alih Bahasa: Eddy). Jakarta: Arcan.

Carver C, S., & Scheier M. F. 1993. *On the Power of Positive Thinking: The Benefits of Being Optimistic*. American Psychological Society.

Carver, C.S., Scheier, Michael. F., Segerstrom, S.C. 2010. *Optimism*. *Clinical Psychology Review* Vol. 30, 879–889.

Chang, L. & McBride. 1996. *The Factor Structure of the LOT. Educational and Psychological Measurement*, 56, (2) 325-329.

Daraei, M., Ghaderi, A.R. 2012. *Optimism: Impact of Education on Optimism/Pessimism*. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology* Vol 38. No 2, 339-343.

Darmono dan Hasan, 2002. *Menyelesaikan Skripsi dalam Satu Semester*. Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

David, D., Montgomery, G. H., Bovbjerg, D. H. 2006. *Relations between Coping Responses and Optimism–Pessimism in Predicting Anticipatory Psychological Distress in Surgical Breast Cancer Patients*. *Personality and Individual Differences*

UGM. 2007. Pedoman Penulisan Skripsi dan KP.
Jogjakarta.