

Hubungan Antara Self-Esteem dan Social Support Dengan Optimisme Terhadap Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyusun Skripsi

Annisa Yunia Saputri¹, Wisnu Sri Hertinjung²

^{1,2} Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Article Info

Article history:

Received Sep, 2026

Revised Sep, 2026

Accepted Sep, 2026

Kata Kunci:

Self-Esteem, Social Support, Optimisme, Mahasiswa Tingkat Akhir, Skripsi

Keywords:

Self-Esteem, Social Support, Optimism, Final-Year Students, Thesis

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi sering menghadapi berbagai tekanan akademik dan psikologis, seperti revisi berulang, kesulitan analisis data, keterbatasan referensi, serta kendala dalam proses bimbingan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi optimisme mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-esteem dan social support dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 390 mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang menyusun skripsi dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), skala social support yang mengadaptasi Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), serta skala optimisme berdasarkan teori Seligman. Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi linear berganda dengan bantuan aplikasi Jamovi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara self-esteem dan social support secara simultan dengan optimisme dengan nilai R sebesar 0,795 dan $p < 0,001$. Selain itu, self-esteem memiliki hubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 9,89$; $p < 0,001$), dan social support juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 12,79$; $p < 0,001$) pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi self-esteem dan social support yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula optimisme dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

ABSTRACT

Final-year students who are completing their theses often face various academic and psychological pressures, such as repeated revisions, difficulties in data analysis, limited references, and obstacles in the supervision process. These conditions may affect students' optimism in completing their theses. This study aimed to examine the relationship between self-esteem and social support with optimism among final-year students who were completing their theses. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 390 final-year students at Universitas Muhammadiyah Surakarta who were completing their theses and were selected using purposive sampling. The instruments used included the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), a social support scale adapted from the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and an optimism scale based on Seligman's theory. Data were analyzed

using multiple linear regression with the assistance of Jamovi software. The results showed a significant relationship between self-esteem and social support jointly with optimism, with an R value of 0.795 and $p < 0.001$. In addition, self-esteem had a positive and significant relationship with optimism ($t = 9.89$; $p < 0.001$), and social support also had a positive and significant relationship with optimism ($t = 12.79$; $p < 0.001$) among final-year students completing their theses. These findings indicate that higher levels of self-esteem and social support are associated with higher optimism in facing the thesis completion process.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Name: Annisa Yunia Saputri

Institution: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: annisayuniasaputri@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat akhir menghadapi tuntutan akademik dan psikologis selama proses penyusunan skripsi, seperti kesulitan menentukan topik, keterbatasan literatur, pengolahan data, revisi berulang, serta kendala dalam proses bimbingan. Tekanan tersebut dapat menimbulkan kelelahan, kesulitan berkonsentrasi, kecemasan, dan respons fisik ketika berhadapan dengan dosen pembimbing (Nabila & Sayekti, 2021). Dalam kondisi tersebut, optimisme diperlukan agar mahasiswa mampu mempertahankan harapan positif, ketekunan, dan keyakinan terhadap keberhasilan penyelesaian studinya. Optimisme diketahui berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa sebesar 32,1% (Tazkiatunnisa et al., 2025). Namun, hasil penelitian terdahulu menunjukkan tingkat optimisme mahasiswa yang beragam, mulai dari kategori tinggi (Ditha et al., 2021) hingga kategori rata-rata, pesimis, dan rendah (Kencana & Muzzamil, 2022; Widiatmoko et al., 2020). Data awal terhadap 22 mahasiswa tingkat akhir juga menunjukkan bahwa 65,6% mahasiswa mengalami kesulitan melihat sisi positif dari kendala selama penyusunan skripsi.

Optimisme mahasiswa dapat berkaitan dengan faktor internal berupa *self-esteem* dan faktor eksternal berupa *social support*. *Self-esteem* yang positif membantu mahasiswa menilai dirinya sebagai individu yang mampu menghadapi tuntutan akademik. Penelitian (Pambayun et al., 2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *self-esteem* dan optimisme pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Temuan tersebut sejalan dengan (Mara et al., 2023), yang menunjukkan bahwa rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri berkaitan dengan rendahnya optimisme mahasiswa. Selain itu, dukungan sosial dapat memberikan bantuan emosional, informasi, penghargaan, dan bantuan praktis yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Dukungan sosial diketahui berkaitan dengan rendahnya stres dan kecemasan akademik (Aprilia & Yoenanto, 2022; Hafsah et al., 2024) serta memiliki hubungan positif dengan optimisme mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir. Dukungan dosen pembimbing bahkan menunjukkan hubungan yang lebih kuat dengan optimisme dibandingkan dukungan keluarga dan teman karena lebih sesuai dengan kebutuhan akademik mahasiswa (Potoboda & Kristianingsih, 2023; Ramadan, 2022). Penelitian lain menunjukkan bahwa regulasi emosi, optimisme, dan dukungan keluarga memiliki

hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi. Temuan ini memperkuat pentingnya optimisme dan dukungan sosial sebagai faktor yang membantu individu menghadapi tekanan secara adaptif, termasuk dalam penyusunan skripsi (Hertinjung et al., 2022).

Penelitian terdahulu telah mengkaji *self-esteem* dan *social support* sebagai faktor yang berkaitan dengan optimisme, baik secara terpisah maupun bersama-sama. (Nasution & Anastasya, 2022) menjelaskan bahwa *self-esteem* sebagai faktor internal dan *social support* sebagai faktor eksternal dapat mendukung terbentuknya optimisme mahasiswa. Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus menguji hubungan *self-esteem* dan *social support* secara simultan dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi masih terbatas. Sebagian penelitian juga dilakukan pada mahasiswa secara umum atau dalam konteks akademik yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menguji hubungan *self-esteem* dan *social support*, baik secara simultan maupun parsial, dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

Optimisme merupakan keyakinan positif individu terhadap diri dan masa depan yang tercermin dalam kemampuan memandang hambatan secara adaptif, mempertahankan usaha, serta meyakini bahwa kesulitan dapat diatasi melalui tindakan yang tepat (Jasmani & Ediaty, 2024; Seligman, 2006). Dalam penelitian ini, optimisme dimaknai sebagai keyakinan mahasiswa tingkat akhir bahwa hambatan selama penyusunan skripsi dapat diselesaikan sehingga tetap terdorong mencapai tujuan akademik. Optimisme tersebut berkaitan dengan *self-esteem* dan *social support*. *Self-esteem* merupakan evaluasi individu terhadap keberhargaan dan kemampuan dirinya, yang ditunjukkan melalui penerimaan diri, keyakinan terhadap kompetensi, dan perasaan memiliki nilai Rosenberg (1965) dalam (Michellen & Tji Beng, 2024). Adapun *social support* merupakan persepsi individu terhadap ketersediaan dukungan dari keluarga, teman, dan *significant others* dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, penghargaan, maupun informasi (Zimet et al., 1988).

Hubungan antar variabel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* sebagai sumber daya internal dan *social support* sebagai sumber daya eksternal berkaitan dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir. Optimisme mencerminkan kemampuan individu mempertahankan pandangan positif dan menafsirkan hambatan secara adaptif (Seligman, 2006). *Self-esteem* yang positif membantu mahasiswa menilai dirinya berharga dan mampu sehingga hambatan penyusunan skripsi dipandang sebagai kondisi yang dapat diatasi, dengan demikian, semakin positif *self-esteem*, semakin tinggi kecenderungan optimisme mahasiswa (Pambayun et al., 2023). Sementara itu, *social support* dari keluarga, teman, dan *significant others* memberikan penguatan emosional, informasi, serta bantuan pemecahan masalah sehingga mahasiswa lebih mampu mempertahankan pandangan positif ketika menghadapi tekanan, maka semakin baik *social support* yang diterima, semakin tinggi kecenderungan optimismenya (Potoboda & Kristianingsih, 2023; Zimet et al., 1988). Oleh karena itu, *self-esteem* dan *social support* diprediksi berhubungan secara simultan maupun parsial dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis mayor penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dan *social support* secara simultan dengan optimisme, sedangkan hipotesis minor menyatakan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *self-esteem* dengan optimisme dan *social support* dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Desain penelitian ini adalah desain cross-sectional. Populasi penelitian ini adalah remaja di Kabupaten Karawang dengan jumlah tidak diketahui secara pasti. Sementara itu, penentuan jumlah sampel minimal dalam penelitian ini

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan *social support* dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Desain korelasional digunakan karena penelitian ini bertujuan menguji hubungan antar variabel tanpa memberikan perlakuan terhadap partisipan penelitian. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari optimisme sebagai variabel terikat (Y), serta *self-esteem* (X1) dan *social support* (X2) sebagai variabel bebas. Optimisme merupakan keyakinan individu terhadap kemungkinan memperoleh hasil positif dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif program sarjana (S1) Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memasuki tahap penyusunan skripsi, yaitu sebanyak 8.696 mahasiswa berdasarkan data akademik tahun 2025/2026. Sampel dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Jumlah sampel minimal ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diperoleh 383 mahasiswa. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif S1 Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang menyusun proposal, melakukan pengambilan atau analisis data, maupun menjalani revisi skripsi, serta bersedia memberikan *informed consent* dan mengisi seluruh kuesioner secara daring. Adapun kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang belum memasuki tahap penyusunan skripsi, sedang cuti atau tidak berstatus aktif, tidak menyelesaikan pengisian kuesioner, memberikan data yang tidak lengkap, atau tidak memenuhi karakteristik penelitian.

Skala optimisme dalam penelitian ini merupakan modifikasi dari skala (Riski, 2021) berdasarkan teori Seligman yang mencakup aspek *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Dari 16 item awal, digunakan 15 item yang disesuaikan dengan konteks mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, terdiri atas 8 item *favorable* dan 7 item *unfavorable*. Instrumen menggunakan skala Likert lima pilihan jawaban. Validitas isi diuji melalui *expert judgment* oleh tiga ahli dan dianalisis menggunakan Aiken's V, dengan koefisien 0,91–1,00 yang menunjukkan validitas tinggi. Uji reliabilitas menggunakan Jamovi menghasilkan Cronbach's Alpha sebesar 0,879, sedangkan *item-rest correlation* berada pada rentang 0,462–0,659 (>0,30). Dengan demikian, seluruh item dinyatakan valid, reliabel, memiliki daya beda yang baik, dan layak digunakan dalam penelitian.

Skala *self-esteem* dalam penelitian ini diadaptasi dari *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang telah diuji validitas konstruksinya oleh (Maroqi, 2019) menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Instrumen awal terdiri atas 10 item, yaitu 5 item *favorable* dan 5 item *unfavorable*. Hasil CFA menunjukkan bahwa 7 item, yaitu nomor 1, 3, 4, 6, 7, 9, dan 10, dinyatakan valid, sedangkan item nomor 2, 5, dan 8 dinyatakan gugur karena memiliki nilai t-value < 1,96 dan muatan faktor negatif. Pengujian menggunakan LISREL 8.70 menghasilkan model satu faktor yang fit dengan nilai Chi-Square = 15,18, df = 17, p = 0,58232, dan RMSEA = 0,000, serta *factor loading* item valid sebesar 0,30–0,74. Karena instrumen telah memiliki bukti validitas konstruk secara empiris, penelitian ini tidak melakukan *expert judgment* ulang. Dengan demikian, sebanyak 7 item dinyatakan layak digunakan untuk mengukur *self-esteem*.

Skala *social support* dalam penelitian ini merupakan modifikasi dari skala (Hariza, 2021) yang mengadaptasi *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dari Zimet et al. (1988),

meliputi aspek dukungan keluarga, teman, dan *significant others*. Skala awal terdiri atas 12 item, yaitu 6 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*, yang disesuaikan dengan konteks mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi serta menggunakan skala Likert lima pilihan jawaban dengan skor 5–1 pada item *favorable* dan 1–5 pada item *unfavorable*. Validitas isi dinilai melalui *expert judgment* dan dianalisis menggunakan Aiken's V, dengan nilai total 0,93 yang menunjukkan kategori validitas tinggi. Uji reliabilitas menggunakan Jamovi menghasilkan Cronbach's Alpha sebesar 0,769. Item nomor 1 dan 9 dinyatakan gugur karena memiliki *item-rest correlation* di bawah 0,30, sedangkan 10 item lainnya memiliki *item-rest correlation* sebesar 0,310–0,560. Dengan demikian, skala akhir terdiri atas 10 item yang dinyatakan valid, reliabel, memiliki daya beda memadai, dan layak digunakan dalam penelitian.

Penelitian ini mengukur optimisme, *self-esteem*, dan *social support* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi serta mengumpulkan data demografis berupa jenis kelamin, semester, dan status pengerjaan skripsi. Data dikumpulkan melalui survei daring menggunakan Google Form yang memuat *informed consent*, identitas responden, pertanyaan *screening*, dan item skala penelitian. Setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian dan kerahasiaan data, responden yang bersedia diminta mengisi kuesioner secara mandiri melalui tautan atau barcode dengan durasi sekitar 10–15 menit.

Data penelitian terlebih dahulu melalui proses *cleaning* untuk memeriksa kelengkapan jawaban, kesesuaian responden dengan kriteria penelitian, serta konsistensi data. Selanjutnya, setiap item diberi skor sesuai ketentuan skala, termasuk *reverse scoring* pada item *unfavorable*, kemudian dijumlahkan untuk memperoleh skor total setiap variabel. Analisis dilakukan menggunakan Jamovi, meliputi uji reliabilitas, statistik deskriptif, serta uji asumsi berupa normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Pengujian hipotesis menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dan *social support* secara simultan maupun parsial dengan optimisme serta besarnya kontribusi kedua variabel prediktor terhadap optimisme mahasiswa tingkat akhir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 390 mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang menyusun skripsi. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan aplikasi Jamovi untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan *social support* secara simultan dengan optimisme.

3.1.1 Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 390 mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Variabel optimisme memiliki rata-rata skor sebesar 59,9 dengan standar deviasi sebesar 9,24. Skor optimisme terendah yang diperoleh partisipan adalah 17 dan skor tertinggi sebesar 75.

Pada variabel *self-esteem*, diperoleh rata-rata skor sebesar 28,8 dengan standar deviasi sebesar 4,72. Skor minimum yang diperoleh partisipan adalah 7 dan skor maksimum sebesar 35. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat *self-esteem* yang cukup baik selama menjalani proses penyusunan skripsi.

Sementara itu, variabel *social support* memiliki rata-rata skor sebesar 38,2 dengan standar deviasi sebesar 6,51. Skor terendah yang diperoleh partisipan adalah 11 dan skor tertinggi sebesar 50. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang cukup dari lingkungan sekitarnya selama proses penyusunan skripsi.

1) Uji Asumsi

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa model regresi memenuhi seluruh persyaratan analisis. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menghasilkan nilai $p = 0,081$ ($> 0,05$), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil scatterplot menunjukkan pola hubungan yang cenderung linear antara *self-esteem* dan *social support* dengan optimisme. Uji multikolinearitas menghasilkan nilai tolerance sebesar 0,627 dan VIF sebesar 1,59, yang menunjukkan tidak adanya multikolinearitas antarvariabel bebas. Sementara itu, uji Breusch-Pagan menghasilkan nilai $p = 0,164$ ($> 0,05$), sehingga tidak ditemukan gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, model memenuhi asumsi normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas untuk analisis regresi linear berganda.

2) Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis mayor dilakukan menggunakan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dan *social support* secara simultan dengan optimisme.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Variabel	R	R ²	F	p
<i>Self-esteem</i> dan <i>Social Support</i> terhadap Optimisme	0,795	0,632	332,114	< 0,001

Hasil regresi linear berganda menunjukkan bahwa model penelitian signifikan ($F = 332$; $p < 0,001$), sehingga hipotesis mayor diterima. *Self-esteem* dan *social support* secara simultan berhubungan kuat dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir ($R = 0,795$). Nilai R^2 sebesar 0,632 menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut mampu menjelaskan 63,2% variasi optimisme, sedangkan 36,8% sisanya berkaitan dengan faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan penilaian diri yang positif dan dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki optimisme lebih tinggi dalam menghadapi hambatan penyusunan skripsi.

Selanjutnya, pengujian hipotesis minor dilakukan menggunakan uji t pada analisis regresi linear berganda untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel prediktor terhadap optimisme.

Tabel 2. Hasil Uji t

Variabel	t	p	β
<i>Self-esteem</i> dengan Optimisme	9.89	< 0,001	0.385
<i>Social Support</i> dengan Optimisme	12.79	< 0,001	0.498

Hasil uji t menunjukkan bahwa *self-esteem* berhubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 9,89$; $\beta = 0,385$; $p < 0,001$), sehingga hipotesis minor diterima. Artinya, semakin positif penilaian mahasiswa terhadap dirinya, semakin tinggi optimismenya dalam menghadapi hambatan selama penyusunan skripsi. Hasil uji t menunjukkan bahwa *social support* berhubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 12,79$; $\beta = 0,498$; $p < 0,001$). Nilai beta yang lebih besar dibandingkan *self-esteem* menunjukkan bahwa *social support* memiliki hubungan yang lebih kuat dengan

optimisme. Artinya, semakin baik dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi optimismenya dalam menghadapi proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, kedua hipotesis minor diterima.

3) Kategorisasi

Berdasarkan hasil kategorisasi empiris, variabel optimisme didominasi oleh mahasiswa yang berada pada kategori sedang sebanyak 296 mahasiswa (75.9%), diikuti kategori rendah sebanyak 61 mahasiswa (15.6%) dan kategori tinggi sebanyak 33 mahasiswa (8.5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat optimisme yang cukup dalam menghadapi proses penyusunan skripsi.

Pada variabel *self-esteem*, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang sebanyak 285 mahasiswa (73.1%), sedangkan 59 mahasiswa (15.1%) berada pada kategori rendah dan 46 mahasiswa (11.8%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki penilaian diri yang cukup positif selama menjalani proses penyusunan skripsi.

Selanjutnya, pada variabel *social support*, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang sebanyak 266 mahasiswa (68.2%). Adapun sebanyak 62 mahasiswa (15.9%) berada pada kategori rendah dan 62 mahasiswa (15.9%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang cukup dari lingkungan sekitarnya selama proses penyusunan skripsi.

3.2 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *social support* secara simultan berhubungan dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir, dengan kontribusi sebesar 63,2%, sedangkan 36,8% sisanya berkaitan dengan faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa optimisme terbentuk melalui perpaduan sumber daya internal berupa evaluasi positif terhadap diri dan sumber daya eksternal berupa dukungan sosial. Hasil tersebut sejalan dengan teori (Seligman, 2006) dalam (Sari & Eva, 2021), yang menjelaskan bahwa optimisme dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori optimisme sedang, yaitu sebanyak 296 mahasiswa (75,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah mampu memandang hambatan skripsi secara cukup positif, meskipun kemampuan tersebut masih perlu diperkuat agar keyakinan dan ketekunan dalam menyelesaikan skripsi semakin optimal.

Secara parsial, *self-esteem* berhubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 9,89$; $\beta = 0,385$; $p < 0,001$). Mahasiswa yang memiliki penilaian diri positif cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya dan mampu memandang hambatan akademik sebagai tantangan yang dapat diatasi. Temuan ini sejalan dengan (Alifah, 2024) serta (Mara et al., 2023), yang menunjukkan bahwa evaluasi diri dan kepercayaan diri berkaitan dengan optimisme mahasiswa. *Social support* juga berhubungan positif dan signifikan dengan optimisme ($t = 12,79$; $\beta = 0,498$; $p < 0,001$) serta memiliki hubungan yang lebih kuat dibandingkan *self-esteem*. Dukungan dari keluarga, teman, dan dosen pembimbing membantu mahasiswa memperoleh penguatan emosional, informasi, dan bantuan dalam menghadapi tekanan penyusunan skripsi. Hasil ini konsisten dengan hasil penelitian (Kaminska et al., 2023), yang menempatkan dukungan sosial sebagai faktor protektif dalam memperkuat sumber daya psikologis mahasiswa.

Meskipun *self-esteem* dan *social support* memberikan kontribusi yang besar, optimisme juga dapat berkaitan dengan faktor lain, seperti resiliensi, *self-efficacy*, dan stres akademik. (Janah et al., 2022) menunjukkan bahwa resiliensi membantu mahasiswa bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari kesulitan akademik maupun personal. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain korelasional sehingga belum dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat, serta menggunakan instrumen *self-report* yang berpotensi menimbulkan bias subjektivitas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal, memperluas karakteristik sampel, dan menguji variabel psikologis lain agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-esteem* dan *social support* dengan optimisme secara simultan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, *self-esteem* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan optimisme, demikian pula *social support* yang juga berhubungan positif dan signifikan dengan optimisme. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki penilaian diri yang positif serta memperoleh dukungan sosial yang baik cenderung memiliki optimisme yang lebih tinggi dalam menghadapi proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, *self-esteem* dan *social support* merupakan faktor yang berperan penting dalam membentuk optimisme mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan selama pelaksanaan penelitian. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini. Selain itu, terima kasih kepada seluruh mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifah, A. N. (2024). *Hubungan antara Harga Diri dengan Optimisme Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Ekonomi Universitas Sultan Agung Semarang*. <https://repository.unissula.ac.id/id/eprint/36478>
- Aprilia, N. S., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh Regulasi Emosi dan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Menyusun Skripsi. In *Mental (BRPKM) 2022* (Vol. 2, Number 1). <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Ditha, A., Dewanti, P., Ayriza, Y., & Psikologi, J. (2021). Acta Psychologia Pengaruh Optimisme terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir. In *Acta Psychologia* (Vol. 3, Number 2). <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Hafsah, M. I., Gustaf, R., & Ama, T. (2024). Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Optimisme terhadap Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. In *Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta* (Vol. 302).
- Hariza, A. (2021). *Pengaruh (Perceived) Social Support Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi*.
- Janah, S. H. M., Supriyati, Hutasuhut, A. F., & Setiawati, O. R. (2022). *Hubungan Optimisme dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati yang Sedang Menempuh Skripsi*.

- Jasmani, D., & Ediaty, A. (2024). *A Scoping Review On Optimism: The Concept And Its Measure*. <https://doi.org/10.4108/eai.24-7-2024.2354300>
- Kaminska, K. L., Blachnio, A., Kapsa, I., Brzeziński, L., Kopowski, J., Stojkovic, M., Krsmanovic, I., Ragni, B., Sulla, F., & Limone, P. (2023). Resilience, Positivity and Social Support as Perceived Stress Predictors among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph20196892>
- Kencana, S. C., & Muzzamil, F. (2022). Pengaruh Optimisme Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(19), 353–361. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7175409>
- Mara, A., Sapwal, Muh. J., & Ikhwan, D. A. (2023). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Optimisme Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Akhir Stikes Hamzar Lombok Timur. *ProHealth Journal*, 20(2), 64–71. <https://doi.org/10.59802/phj.2023202114>
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Michellen, K., & Tji Beng, j. (2024). The Good Student: Pengaruh Self-Esteem Terhadap Organizational Citizenship Behavior Pada Mahasiswa di Universitas XYZ. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 8(1), 36–42. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.26775>
- Nabila, & Sayekti, A. (2021). Manajemen Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Institut Pertanian Bogor Stress Management for Undergraduate Students in Writing Thesis at IPB University. *Jurnal Manajemen Dan Organisasi (JMO)*, 12(2), 156–165. <https://doi.org/10.29244/jmo.v12i2.36941>
- Nasution, R., & Anastasya, Y. A. (2022). Hubungan Optimisme dengan Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Malikussaleh. *JIPSI*, 4(2), 53.
- Pambayun, R. A., Susanto, B. N. A., & Pratiwi, A. (2023). Ideal and Self-Esteem with Optimism in Completing Thesis in Final Year Students. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 7(2), 60–65. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v7i2.6306>
- Potoboda, A., & Kristianingsih, A. (2023). The Relationship Between Social Support and Optimism Overseas Students Who Are Working on Their Final Assignments. *Journal of Social Research*, 2. <http://ijsr.internationaljournallabs.com/index.php/ijsr>
- Ramadan, A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Optimisme Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/103092>
- Riski, N. (2021). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Optimisme Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Sari, A., & Eva, N. (2021). Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan: Sebuah Literature Review.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Tazkiatunnisa, A., Dewang, S., & Rahimsyah, A. (2025). The Influence of Optimism on College Students' Psychological Well-being. *QUANTA Journal: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 9(3), 308–318. <https://doi.org/10.22460/quanta.v9i3.6404>
- Widiatmoko, M., Ardini, M. F., Setyowati, A., & Misjaya. (2020). Profil Optimisme Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mathla'ul Anwar Angkatan 2018. 4. <https://doi.org/DOI:10.26539/terapeutik-42455>
- Zimet, D. G., Nancy, W. D., Sara, G. Z., & Gordon, K. F. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Lawrence Erlbaum Associates, Inc*, 52(1), 30–41.