

## **Sikap Optimis dan Dukungan Sosial Meningkatkan Resiliensi pada Mahasiswa Akhir**

**Belia Putri Santoso**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Amanda Pasca Rini**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Nindia Pratitis**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: [Beliaput61@Gmail.com](mailto:Beliaput61@Gmail.com)

### **Abstract**

*The purpose of this study was to examine how positive outlook and social support relate to the resilience of college students completing their thesis. The purpose of this study was to determine how much these two factors can influence resilience. With 255 students selected randomly using random sampling, this study design used quantitative methodology. These tools include the researcher's own social support measure, resilience scale, and optimistic attitude scale. Multiple linear regression was used for data analysis. According to the study findings, social support and resilience were significantly correlated with positive sentiment. According to the study, resilience was positively correlated with social support, while it was negatively correlated with optimistic attitude. This study concluded that while low optimistic attitude can decrease college students' resilience, good social support can increase it. This study offers significant new information about the variables that influence college students' ability to bounce back from academic setbacks.*

**Keywords:** *Optimistic attitudes; Social Support; Resilience; Final-Year Students.*

### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti bagaimana pandangan positif dan dukungan sosial berhubungan dengan ketahanan mahasiswa yang menyelesaikan skripsi mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kedua faktor ini dapat memengaruhi ketahanan. Dengan 255 mahasiswa yang dipilih secara acak menggunakan sampel acak, desain penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif. Alat-alat ini meliputi ukuran dukungan sosial peneliti sendiri, skala ketahanan, dan skala sikap optimis. Regresi linier berganda digunakan untuk analisis data. Menurut temuan penelitian, dukungan sosial dan ketahanan berkorelasi signifikan dengan sentimen positif. Menurut penelitian, ketahanan berkorelasi positif dengan dukungan sosial, sementara itu berkorelasi negatif dengan sikap optimis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa sementara sikap optimis yang rendah dapat menurunkan ketahanan mahasiswa, dukungan sosial yang baik dapat meningkatkannya. Penelitian ini menawarkan informasi baru yang signifikan tentang variabel yang memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk bangkit kembali dari kemunduran akademis.

**Kata kunci:** *Sikap optimis; dukungan sosial; Resiliensi; Mahasiswa Akhir.*

## Pendahuluan

Mahasiswa sering kali merasakan tekanan psikologis dan intelektual yang lebih besar, terutama ketika mereka harus menyelesaikan proyek akhir atau skripsi mereka. Mahasiswa menghadapi sejumlah kesulitan selama tahap ini yang dapat berdampak pada kesejahteraan emosional dan mental mereka. Ganda (2004) menyatakan bahwa mahasiswa adalah individu yang telah menekuni disiplin pada ilmu tertentu, di mana kesiapan serta kemampuan mahasiswa sangat memengaruhi dalam proses belajar. Namun, tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa semester akhir, seperti tuntutan untuk menyelesaikan skripsi secara individu, sering kali menyebabkan ketegangan yang signifikan. Gunawati, dkk (2006) menekankan bahwa mahasiswa tingkat akhir diwajibkan untuk menyelesaikan tugas akhir, yang meningkatkan beban akademik mahasiswa serta dapat mempengaruhi kesejahteraan mental pada mahasiswa.

Berdasarkan pada penelitian Andrew, dkk (2008), mahasiswa adalah populasi yang sering mengalami stres akademik dan tekanan psikologis, yang terkadang menyebabkan mahasiswa putus kuliah tanpa menyelesaikan pendidikannya. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi mental mahasiswa sangat penting untuk diperhatikan, terutama dalam konteks perkuliahan yang menuntut. Meskipun ada mahasiswa yang dapat menyelesaikan skripsi tanpa adanya kendala yang berarti, Cahyani, dkk (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan yang cukup besar saat menyusun skripsi. Fenomena ini menyiratkan perlunya pemahaman yang lebih menyeluruh tentang unsur-unsur yang memengaruhi kapasitas Mahasiswa untuk menghadapi dan mengatasi rintangan di kelas atau di universitas.

Dalam penelitian ini, resiliensi menjadi kunci bagi mahasiswa untuk dapat beradaptasi dan mengatasi tekanan yang mahasiswa hadapi. Salim dan Fakhurrozi (2020) menyiratkan bahwa ketahanan adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang menantang dan mengatasi berbagai rintangan dan masalah dalam kehidupan sehari-hari dan di universitas. Karena ketahanan dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan memecahkan kesulitan di masa mendatang, ketahanan sangatlah penting (Perez, dkk, 2005). Namun untuk mengembangkan resiliensi, mahasiswa memerlukan sikap mental yang optimis serta dukungan yang memadai.

Salah satu hal yang dapat membantu mahasiswa menjadi lebih tangguh, terutama mereka yang berada di tahun terakhir, adalah memiliki pandangan optimis. Menurut Musafiri dan Umroh (2022) menjelaskan bahwa sikap optimis yang baik adalah yang didasarkan pada kenyataan dan harapan akan masa depan, yang dilengkapi dengan keyakinan diri. Sikap optimis dapat membantu mahasiswa untuk melihat tantangan sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai hambatan. Dengan memelihara sikap optimis, mahasiswa akan dapat lebih mudah dalam menghadapi tantangan serta rintangan yang mahasiswa hadapi, sehingga meningkatkan peluang mahasiswa untuk dapat berhasil menyelesaikan skripsi.

Selain itu, penulisan skripsi mahasiswa membutuhkan banyak dukungan sosial dari teman, keluarga, dan masyarakat sekitar. Menurut Sarafino dkk. (2013),

dukungan sosial dapat memberikan perasaan nyaman secara psikologis dan fisik, yang dapat membantu dalam manajemen stres. Dalam hal ini, dukungan sosial berfungsi sebagai sumber kenyamanan sekaligus motivator yang dapat meningkatkan dorongan dan keyakinan diri setiap mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi mereka. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial dapat merasa tidak sendirian saat menghadapi kesulitan, yang membantu mereka mengatasi stres yang muncul saat mengerjakan skripsi dengan lebih baik.

Menurut penelitian Musafiri dan Umroh (2022), optimisme dan ketahanan memiliki korelasi positif yang kuat, yang menegaskan bahwa semakin tangguh seseorang, semakin optimis pula mereka. Selain itu, penelitian Candakanti dan Chusairi (2023) mengungkapkan adanya korelasi positif antara ketahanan dan dukungan teman sebaya dan sosial, yang menunjukkan bahwa ketahanan meningkat seiring dengan optimisme dan sebaliknya.

Dengan demikian, penelitian yang dilakukan berupaya untuk memberikan perspektif baru mengenai hubungan sikap optimis dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa, yang masih jarang ditemukan dalam penelitian sebelumnya. Melalui penelitian ini diharapkan dapat mengungkap bagaimana sikap optimis dan dukungan sosial terhadap resiliensi saling mempengaruhi dan berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tantangan saat mengerjakan skripsi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan bagaimana pandangan positif dan dukungan sosial mahasiswa tingkat akhir yang tangguh dalam menulis skripsi saling berhubungan. Penelitian ini secara khusus bertujuan untuk menentukan apakah sikap optimis dan dukungan sosial berhubungan secara signifikan dengan ketahanan pada mahasiswa tingkat akhir yang menulis skripsi. Temuan penelitian ini akan memberikan mahasiswa pemahaman yang lebih baik tentang nilai pandangan positif dan dukungan sosial dalam meningkatkan ketahanan di kalangan mahasiswa tingkat akhir, khususnya mereka yang menyelesaikan skripsi mereka.

Keunggulan penelitian ini memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana sikap positif dan dukungan sosial terhadap ketahanan saling terkait, yang dapat memajukan penelitian psikologi, khususnya di bidang psikologi pendidikan. Penelitian ini dimaksudkan untuk menjadi panduan bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian terkait, serta memberikan bahan pertimbangan bagi Universitas dalam mengembangkan program-program yang mendukung kesejahteraan proses pendidikan akademik mahasiswa.

## Metode

Populasi pada penelitian ini melibatkan mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Dengan menggunakan aplikasi G Power dengan *Tail(s)* yaitu *one-Tails*, *effect size* sebesar 0,3, dan *alpha error probability* sebesar 0,05 dengan *power* sebesar 0,99945, sehingga menghasilkan total 255 partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian. Mahasiswa tingkat akhir

di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sedang mengerjakan skripsinya memenuhi persyaratan keikutsertaan dalam penelitian ini. Pengambilan sampel probabilitas dikombinasikan dengan sampel acak merupakan strategi yang digunakan dalam penelitian ini.

Metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kuantitatif korelasional. Peneliti mengembangkan skala ketahanan 30-item berdasarkan hiposkripsi Wagnild dan Young (1993) sebelum penerapannya. Dalam hal ketergantungan, skala ketahanan tersebut memperoleh skor 0,939. Dua belas item yang peneliti sendiri kembangkan berdasarkan hiposkripsi Seligman (2008) membentuk skala sikap optimis. Pada skor 0,835, skala sikap optimis terbukti reliabel. Pada skala dukungan sosial, yang memiliki 26 item dan dikembangkan oleh peneliti menggunakan hiposkripsi Sarafino & Smith (2011). Dalam hal ketergantungan, skala sikap dukungan sosial memperoleh skor 0,932. Analisis data penelitian ini mencakup beberapa pendekatan regresi linier.

## Hasil

Hasil penelitian ini melibatkan 255 mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memenuhi persyaratan dan sedang mengerjakan skripsi. Informasi demografi didasarkan pada program studi dan jenis kelamin.

Tabel 1. Data Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Persentase
1	Laki-Laki	140 responden	54,9%
2.	Perempuan	115 responden	45,1%
<b>Total</b>		255 responden	100%

Sumber : Google Form Jawaban Responden

Berdasarkan data di atas, responden laki-laki yang menjadi partisipan penelitian berjumlah 140 orang atau 54,9% dari total responden. Namun, responden perempuan berjumlah 115 orang atau 45,1% dari total responden. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa mayoritas responden penelitian adalah mahasiswa laki-laki.

Tabel 2. Data Demografis Berdasarkan Program Studi

No.	Program Studi	Jumlah Responden	Persentase
1	Psikologi	113 responden	44,3%
2.	Administrasi Negara	12 responden	4,7%
3.	Administrasi Niaga	13 responden	5,1%
4.	Manajemen	6 responden	2,4%
5.	Akuntansi	9 responden	3,5%
6.	Ekonomi Pembangunan	11 responden	4,3%
7.	Ilmu Hukum	17 responden	6,7%
8.	Teknik Industri	10 responden	3,9%
9.	Teknik Mesin	7 responden	2,7%
10.	Teknik Sipil	8 responden	3,1%

11.	Teknik Elektro	8 responden	3,1%
13.	Teknik Informatika	7 responden	2,7%
14.	Sistem & Teknologi Informasi	7 responden	2,7%
15.	Sastra Jepang	8 responden	3,1%
16.	Sastra Inggris	11 responden	4,3%
<b>Total</b>		255 responden	100%

Sumber : Google Form Jawaban Responden

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini terdiri dari beberapa program studi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa paratisipan yang palingg mendominasi pada penelitian ini adalah partisipan dari program studi psikologi dengan jumlah 113 responden dengan jumlah persentas 44,3%.

#### Uji Analisis Deskriptif

Temuan kategorisasi penelitian yang dilakukan menjadi dasar analisis deskriptif yang disajikan dalam penelitian ini. Hasil analisis deskriptif berikut ini dimaksudkan untuk mengklasifikasikan masing-masing variabel dukungan sosial, ketahanan, dan sikap optimis pada level rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 3. Analisis Deskriptif Resiliensi

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	Presentase
Resliensi	$X < 111$	Rendah	16	6%
	$111 \leq X < 126$	Sedang	208	82%
	$X > 126$	Tinggi	31	12%
<b>TOTAL</b>			<b>255</b>	<b>100%</b>

Sumber : Excel for Windows 7

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa dari 225 responden, 16 responden dengan jumlah persentase 6% memiliki resiliensi rendah, 208 responden dengan jumlah persentase 82% memiliki resiliensi tingkat sedang, dan 31 responden dengan jumlah persentas 12% memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Kesimpulannya, mahasiswa tahun akhir yang mengerjakan skripsi sering kali menunjukkan tingkat ketahanan yang sederhana.

Tabel 4. Analisis Deskriptif Sikap Optimis

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	Presentase
Sikap Optimis	$X < 44$	Rendah	20	8%
	$44 \leq X < 51$	Sedang	188	74%
	$X > 51$	Tinggi	47	18%
<b>TOTAL</b>			<b>255</b>	<b>100%</b>

Sumber : Excel for Windows 7

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 255 responden, 20 responden dengan jumlah perentase 8% memiliki sikap optimis pada tingkat rendah. 118 responden dengan jumlah persentase 74% memiliki sikap optimis pada tingkat sedang, dan 47 responden dengan jumlah persentase 18% memiliki sikap optimis pada tingkat tinggi. Singkatnya, mahasiswa penulis skripsi tahun akhir sering kali termasuk dalam kelompok ketahanan sedang.

Tabel 5. Analisis Deskriptif Dukungan Sosial

Variabel	Interval	Kategori	Jumlah	Presentase
Dukungan Sosial	$X < 94$	Rendah	18	7%
	$94 \leq X < 108$	Sedang	212	83%
	$X > 108$	Tinggi	25	10%
<b>TOTAL</b>			<b>255</b>	<b>100%</b>

Sumber : Excel for Windows 7

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 255 responden, 18 responden dengan jumlah persentase 7% memiliki dukungan sosial dengan tingkat rendah, 212 responden dengan jumlah persentase 83% memiliki dukungan sosial dengan tingkat sedang, dan 25 responden dengan jumlah persentase 10% memiliki dukungan sosial dengan tingkat tinggi. Kesimpulannya, mahasiswa penulis skripsi tahun akhir sering kali menikmati dukungan sosial yang cukup.

#### Uji Asumsi

Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinieritas, dan uji heterokedastisitas, berikut hasil uji :

Tabel 6. Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Sikap Optimis Dukungan Sosial Resiliensi	0,098	Normal

Sumber : Output SPSS for Windows

Dukungan sosial terhadap resiliensi memiliki skor signifikansi sebesar 0,98 pada variabel sikap optimis, berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov satu sampel. Hal ini menunjukkan bahwa skor signifikansi lebih tinggi dari 0,05, yang menunjukkan bahwa data terdistribusi secara teratur.

Tabel 7. Uji Linearitas

Variabel	Linearity		Keterangan
	F	Sig.	
Sikap Optimis dengan Resiliensi	48,061	0,000	Linier

Dukungan Sosial dengan Resiliensi	215,495	0,000	Linier
-----------------------------------	---------	-------	--------

Sumber : Output SPSS for Windows

Terdapat hubungan linier antara variabel sikap positif terhadap ketahanan, berdasarkan hasil uji linieritas yang dilakukan, dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Demikian pula, terdapat hubungan linier antara variabel dukungan sosial terhadap ketahanan dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ .

Tabel 8 . Uji Multikolonieritas

Variabel	Collinearity Statistic		Keterangan
	Tolarence	VIF	
Sikap Optimis	0,937	1,057	Tidak terjadi multikolonieritas
Dukungan Sosial	0,937	1,057	Tidak terjadi multikolonieritas

Sumber : Output SPSS for Windows

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas antara variabel dukungan sosial dan sikap optimis, nilai VIF sebesar  $1,057 < 10,00$  dan hasil menunjukkan  $0,937 > 0,10$ . Hal ini menunjukkan bahwa faktor sikap optimis dan dukungan sosial terhadap resiliensi tidak menunjukkan hubungan multikolinearitas.

Tabel 9. Uji Heterokedastisitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Sikap Optimis	0,377	Tidak terjadi heterokedastisitas
Dukungan Sosial	0,000	Terjadi heterokedastisitas

Sumber : Output SPSS for Windows

Hasil signifikansinya adalah  $0,377 > 0,05$ , yang didasarkan pada temuan uji heteroskedastisitas yang dilakukan pada variabel sikap optimis. Oleh karena itu, heteroskedastisitas tidak ada. Nilai signifikansi untuk variabel dukungan sosial adalah  $0,000 < 0,05$ . Artinya terjadi heterokedastisitas.

Tabel 10. Uji Hipotesis (Uji Stimultan)

variabel	F	Sig.	R	R Square
Sikap Optimis dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi	226,080	0,000	0,801	0,642

Sumber : Output SPSS for Windows

Berdasarkan hasil uji simultan yang dilakukan terhadap variabel dukungan sosial yang meningkatkan ketahanan dan sikap optimis, terdapat korelasi simultan sebesar  $R = 0,801$  dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial terhadap ketahanan dan pandangan optimis telah diterima.

Tabel 11. Uji Hipotesis (Uji Parsial)

<b>variabel</b>	<b>t</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
Sikap Optimis	-14,713	0,000	Tidak signifikan
Dukungan Sosial	18,557	0,000	Signifikan

Sumber : Output SPSS for Windows

Berdasarkan hasil uji parsial yang dilakukan terhadap variabel ketahanan dan sikap optimis serta dukungan sosial, terdapat korelasi negatif yang signifikan antara keduanya, dengan nilai  $t$  sebesar  $-14,713 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa semakin tangguh seseorang, semakin optimis pula dirinya. Hal ini termasuk dalam teori kedua, yang telah dibantah dan menyatakan bahwa ketahanan dan optimisme berkorelasi positif.

Namun, terdapat korelasi positif yang substansial antara dukungan sosial dan ketahanan, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai  $t$  sebesar  $18,557 > 0,05$ . Ini berarti bahwa semakin banyak dukungan sosial, semakin besar pilar ketahanan. Hal ini termasuk dalam hipotesis ketiga, yang menyatakan bahwa dukungan sosial dan ketahanan berkorelasi positif.

## Pembahasan

Mahasiswa yang memiliki daya tahan dan optimisme yang tinggi akan mampu menumbuhkan pandangan positif, yang akan memungkinkan mereka menghadapi rintangan dan perubahan di masa depan. Ketika mahasiswa memiliki daya tahan yang tinggi, mereka merasa dapat mengatasi rintangan dan menyelesaikan skripsi tepat waktu. Lebih jauh, dukungan sosial sangat penting untuk meningkatkan daya tahan, yang membantu mahasiswa mempertahankan antusiasme mereka saat mengerjakan skripsi. Dukungan fisik dan psikologis yang diterima orang dari orang terdekat, seperti teman atau keluarga, memiliki dampak besar pada cara mereka menangani kesulitan saat mengerjakan skripsi.

Berdasarkan pada hasil uji deskriptif yang telah dilakukan dari 225 responden 82% memiliki resiliensi pada tingkat sedang, yang menunjukkan bahwa mahasiswa akhir cenderung berada pada kategori sedang terhadap resiliensi saat mengerjakan skripsi. Selain itu, 74% responden menunjukkan sikap optimis pada tingkat sedang, menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki harapan yang realistis dalam menghadapi tantangan saat mengerjakan skripsi. Di sisi lain 83% responden



memiliki dukungan sosial ppada tingkat sedang, yang membantu mahasiswa untuk dappat mengatasi tantangan saaat mengerjakan skripsi.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada mahasiswa tingkat akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi, terdapat korelasi antara sikap positif dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara pandangan positif dan dukungan sosial yang dapat meningkatkan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir skripsi.

Sementara itu, hasil uji parsial penelitian menunjukkan bahwa sikap optimis dan resiliensi mahasiswa tingkat akhir memiliki hubungan negatif yang signifikan. Akibatnya, hipotesis kedua penelitian ini, yang menyatakan bahwa ada korelasi positif antara resiliensi dan sikap optimis, tidak didukung. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Septiani dan Fitria (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative antara dimensi-dimensi resiliensi, yaitu *emotional regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*.

Selain itu, hipotesis ketiga dalam penelitian ini, yaitu bahwa dukungan sosial dan ketahanan memiliki hubungan positif, telah divalidasi oleh uji parsial antara variabel dukungan sosial dan ketahanan, yang menunjukkan hubungan positif yang substansial. Hal ini konsisten dengan penelitian oleh Agustis et al. (2022), yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dan ketahanan memiliki hubungan menguntungkan yang substansial.

Membandingkan penelitian dengan studi lain mengungkapkan bahwa meskipun dukungan sosial memberikan kontribusi positif terhadap ketahanan, hubungan antara ketahanan dan pandangan optimis bervariasi secara signifikan. Studi telah menunjukkan bahwa ketahanan di antara mahasiswa skripsi tahun akhir tidak selalu ditingkatkan oleh pandangan yang sangat positif. Dengan demikian, mahasiswa yang menunjukkan tingkat optimisme yang tinggi sebenarnya kurang tangguh. Namun, variabel dukungan sosial untuk ketahanan membuat orang merasa lebih tenang, yang memungkinkan mereka menjadi lebih fleksibel saat menangani tekanan penulisan skripsi mereka.

Untuk memberikan informasi yang berakar pada pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara pandangan positif dan dukungan sosial untuk ketahanan di kalangan mahasiswa tingkat akhir yang menyelesaikan skripsi mereka, penelitian telah dilakukan. Peluang untuk penyelidikan tambahan ke dalam elemen tambahan yang dapat memengaruhi pandangan positif dan dukungan sosial untuk ketahanan disajikan oleh penelitian yang telah selesai.

## Kesimpulan

Studi ini menunjukkan bahwa ketahanan dan pandangan optimis memiliki hubungan negatif yang besar, yang berarti bahwa mahasiswa dengan sikap optimis yang tinggi tidak memiliki korelasi positif yang kuat dengan ketahanan. Meskipun demikian, studi ini juga menunjukkan korelasi yang kuat antara ketahanan dan dukungan sosial di antara mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketahanan mahasiswa meningkat seiring

dengan dukungan sosial. Studi ini menawarkan perspektif baru tentang evolusi psikologi, khususnya di bidang psikologi pendidikan, dengan menyoroti perlunya penelitian di masa mendatang untuk memperhitungkan sikap optimis dan menekankan nilai dukungan sosial dalam meningkatkan ketahanan pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya mereka yang sedang menyelesaikan skripsi mereka.

Saran dari penelitian ini adalah agar institusi pendidikan, khususnya di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dapat lebih aktif dalam menciptakan lingkungan sosial yang mendukung bagi mahasiswa, terutama yang sedang mengerjakan skripsi. Program-program yang mendorong interaksi sosial dan dukungan antar mahasiswa serta antara mahasiswa dengan dosen harus dikembangkan. Lebih jauh lagi, penelitian ini berpotensi memengaruhi korelasi antara pandangan positif dan dukungan sosial terhadap ketahanan, menawarkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika psikologis mahasiswa tahun akhir, khususnya mereka yang sedang mengejar skripsi.

## Referensi

- Agustin, A. H., Rini, R. A. P., & Pratitis, N. (2022). Manajemen Konflik dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Mengikuti Program MBKM. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 105-112.  
[Doi.org/10.29080/jpp.v13i2.773](https://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.773)
- Almaliyah, S. (2024). Validasi Instrumen Sikap Optimisme Remaja: Analysis Rasch Model. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 701-709.  
[Doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6310](https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6310)
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 32-41.  
[Doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822](https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822)
- Candrakanti, K. Q. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.  
<http://repository.unair.ac.id/id/eprint/123539>
- Dhuha, T. (2022). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Mahasiswa Perantau di Kota Surabaya. (Relationship Between Social Support and Resilience in Overseas Students in The City of Surabaya)* (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).  
<http://repository.untag-sby.ac.id/21199/>
- Hadi, L. (2019). Pentingnya Kemandirian Santri dalam Menumbuhkan Sikap Optimis di Masyarakat. *Transformasi: Jurnal Studi Agama Islam*, 12(1), 1-9.
- Mawarny, A. (2023). *Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Mengikuti Program Kurikulum MBKM. (The Relationship of Self-Efficacy and Social Support Parents With Resilience in Students Enrolled in The Program MBKM Curriculum)* (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).

[Doi.org/10.30996/sukma.v4i1.8949](https://doi.org/10.30996/sukma.v4i1.8949)

- Nanda, S. A. K. (2022). *Hubungan dukungan sosial orang tua dan resiliensi dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir* (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).  
<https://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/20008>
- Ningsih, Y. R., & Astuti, K. (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Rantau di Yogyakarta yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *PERAN PSIKOLOGI DALAM PEMBERDAYAAN MASYARAKAT UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN MASYARAKAT INDONESIA*, 347-355.
- Putri, D. M. K. (2023). *Hubungan Antara Optimisme dan Efikasi Diri dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. (The Relationship Between Optimism and Self Efficiency With Academic Resilience in Final Level Students) (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Rizal, S. (2023). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Optimisme Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. (Relationship Between Self-Efficacy and Career Optimism in Final Year Students) (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Rohmatika, N. (2023). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. (The Relationship Between Self-Efficacy and Peer Social Support With Subjective Well-Being in Final Year Students) (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Sakdiah, H., Adawiyah, R., & Khotimah, S. K. (2024). Regulasi Belajar Regulasi Belajar Ditinjau dari Daya Juang dan Sikap Optimis Mahasiswa. *Jurnal Studia Insania*, 12(1), 42-63.  
[Doi.org/10.18592/jsi.v12i1.12696](https://doi.org/10.18592/jsi.v12i1.12696)
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. M. (2020). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175-187.
- Seligman, M. E. (1995). *The Optimistic Child*. Boston-New York: Houghton Mifflin Company.  
[Doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00351.x](https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00351.x)
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan antara resiliensi dengan stres pada mahasiswa sekolah tinggi kedinasan. *Jurnal penelitian psikologi*, 7(2), 59-76.
- Umroh, N. M. R., & Al Musafiri, M. R. (2022). Hubungan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 70-84.  
[Doi.org/10.30739/jbkid.v2i2.1726](https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i2.1726)
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.

