

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN OPTIMISME DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh:

PINKA RAHMAWATI

41183507190083

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM "45"

BEKASI

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Harga Diri Dan Optimisme Dengan
Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir
Universitas Islam "45" Bekasi

Penyusun : Pinka Rahmawati

NPM : 41183507190083

Bekasi, 20 Juni 2024

Menyetujui:
Pembimbing.



Dr. Agustina Ekasari, M.Psi., Psikolog

Mengetahui:
Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Antara Harga Diri Dan Optimisme Dengan *Subjective Well-Being*
Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam "45" Bekasi



Dipersiapkan dan disusun oleh:

Pinka Rahmawati

41183507190083

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal: 20 Juni 2024

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

di Universitas Islam "45" Bekasi

pada tanggal: 20 Juni 2024

Dewan Penguji:


Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi

()

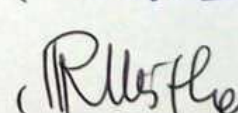
Sekretaris : Dr. Agustina Ekasari, M.Psi., Psikolog

()

Anggota : 1. Ir. Magdalena Hanoum, M.Psi., Psikolog

()

2. Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si

()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Pinka Rahmawati

NPM : 41183507190083

Judul Skripsi : Hubungan Antara Harga Diri Dan Optimisme Dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam "45" Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek, dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 20 Juni 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Pinka Rahmawati
41183507190083

RIWAYAT HIDUP

A. Data Diri

Nama : Pinka Rahmawati
Tempat, Tanggal Lahir : Bekasi, 12 Mei 2001
Alamat : Kp.Siluman RT 002/002 Mangunjaya
Kec.Tambun Selatan Kab.Bekasi
Nama Orang Tua
Ayah : Nagib Mahfud
Ibu : Ramah (*Almarhumah*)
Email : pinkapinka.psy@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

Institusi	Tahun
TK Islam Sofie Salsabila	2006-2007
SDN Mekarsari 08	2007-2013
SMPN 3 Tambun Selatan	2013-2016
SMAS Yapink Tambun Bekasi	2016-2019
Universitas Islam "45" Bekasi (Psikologi)	2019-2024

C. Riwayat atau Pengalaman Organisasi/Komunitas/Pekerjaan

Lembaga/Instansi	Tahun
Komunitas Jendela Rasa	
- <i>Public Relation and Administration</i>	2021-2022
- <i>Content Creator</i>	2022-2023
PT Patriot Muda Inspirasi	
- Tutor Psikotes	2023
Universitas Islam "45" Bekasi	
- Tim Layanan Kesehatan dan Konseling	2022-2023

MOTTO

“...dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu...”

Q.S. Al-Qashash : 77

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena dengan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Hubungan Antara Harga Diri Dan Optimisme Dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam 45 Bekasi" dengan baik, meskipun masih banyak kekurangan. Maka dari itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Agustina Ekasari S.Psi.,M.Psi.,Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa memberikan arahan maupun saran, membimbing, serta mendukung peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Seluruh Dosen Dewan Penguji yang telah memberikan saran maupun kritik pada proses penyusunan skripsi peneliti, serta dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Lucky Purwantini S. Psi, M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan saran dan arahan selama proses perkuliahan.
4. Ibu Novita Dian Iva, S.Psi., M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam "45" Bekasi yang telah memberikan saran dan arahan selama proses perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
5. Bapak Yanto Supriyanto, Drs., M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam "45" Bekasi.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam "45" Bekasi yang berjasa dalam memberikan ilmu yang bermanfaat serta pengalaman yang luar biasa berharga selama peneliti berkuliah di Universitas Islam "45" Bekasi.
7. Universitas Islam "45" Bekasi yang telah memberikan kesempatan dan bersedia untuk menjadi tempat penelitian dan responden yang telah bersedia meluangkan waktunya.
8. Keluarga tercinta khususnya untuk *Almarhumah* Emak yang *In Syaa Allah* bahagia di *Jannah*-Nya, Bapak, Kakak, Tete, Aa, Mba, dan Keponakan-keponakan serta keluarga lainnya (terkhusus Teh Puji) yang senantiasa memberikan do'a serta dukungan kepada peneliti.

9. Teruntuk 'Diri Sendiri' yaitu Pinka Rahmawati yang senantiasa tetap semangat dan terus berjuang sejauh ini terutama dalam pengerjaan skripsi, serta Laras Lie yang senantiasa membersamai peneliti untuk saling bercerita.
10. Nadya Nuraeni Julianingsih yang senantiasa bersedia memberikan saran dan Mundiroh yang senantiasa bersedia berjuang bersama dalam menyelesaikan skripsi. Terima kasih kalian telah memberikan dukungan terbaik dan senantiasa membersamai peneliti selama di perkuliahan.
11. Para personil '*Shohibul Kariimah*' yaitu Ariibah, Mahda, Manthiq, Manda, dan Shinta yang senantiasa memberikan bantuan maupun dukungan.
12. Tim Komunitas Jendela Rasa yaitu Kak Nurin, Kak Ratna, Kak Sarah, Putri Wulan, Kak Zahrah, Kak Arini, Kak Fahmi, Bang Yanto, Bang Adam, Bang Jeje, Bang Fawwaz, Bang Dudung dan siapapun yang pernah terlibat.
13. '*The person whom I met at Nambo Station*' yang telah memberikan dukungan, semangat, membersamai dan menjadi 'rumah' untuk peneliti dalam segala hal.
14. Teman-teman psikologi angkatan 2019 dan kakak-kakak tingkat yang senantiasa memberikan bantuan, dukungan, motivasi, hal baik dan positif lainnya.
15. Semua pihak yang mohon maaf mungkin tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, dengan kerendahan hati dan segala hormat peneliti menyampaikan terima kasih atas segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti bisa berada di posisi sekarang ini.

Semoga Allah SWT. membalas segala kebaikan atas do'a-do'a yang diberikan dan akhir kata peneliti menyadari segala keterbatasan yang ada dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan serta masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, peneliti mohon maaf dan menerima saran serta kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi orang lain.

Bekasi, 20 Juni 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kajian Pustaka	11
1. <i>Subjective Well-Being</i>	11
2. Harga Diri	15
3. Optimisme	19
B. Kerangka Berpikir	22
C. Hipotesis	31
D. Orisinalitas Penelitian	33
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Desain Penelitian	43
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	43
1. Identifikasi Variabel	43
2. Definisi Konseptual	44
3. Definisi Operasional	45
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian.....	46
1. Subjek Penelitian	46
2. Tempat dan Waktu Penelitian	48
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Instrumen Pengukuran	51
1. Hasil Analisis Instrumen Pengukuran	51
2. Kualitas Instrumen Pengukuran	55
F. Teknik Analisis Data	61
1. Teknik Deskriptif.....	61
2. Pengujian Asumsi.....	63
3. Pengujian Hipotesis	65
G. Etika Penelitian	67
1. Partisipasi penelitian.....	68
2. Prosedur penelitian	68

3. Keamanan dan kerahasiaan data	68
4. Risiko, efek samping penelitian, dan penanganannya	69
5. Manfaat penelitian bagi subjek	69
H. Jadwal Penelitian.....	70
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI.....	71
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	71
B. Deskripsi Subjek Penelitian	72
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	75
D. Hasil Penelitian	76
E. Diskusi	79
F. Keterbatasan Penelitian.....	89
BAB V PENUTUP	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	100

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian	33
Tabel 2. Tempat dan Waktu Penelitian	48
Tabel 3. Skor Skala Likert	50
Tabel 4. Blue Print Skala <i>Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS)	52
Tabel 5. Skor Skala <i>Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS)	52
Tabel 6. Blue Print <i>Scale of Positive and Negative Experince</i> (SPANE).....	53
Tabel 7. Skor Skala <i>Scale of Positive and Negative Experince</i> (SPANE).....	53
Tabel 8. Blue Print <i>Rosenberg Self Esteem Scale</i> (RSES).....	54
Tabel 9. Skor Skala <i>Rosenberg Self Esteem Scale</i> (RSES).....	54
Tabel 10. Blue Print <i>LOT-R (Life Orientation Test-Revised)</i>	55
Tabel 11. Skor Skala <i>LOT-R (Life Orientation Test-Revised)</i>	55
Tabel 12. Tabel Koefisien Korelasi	61
Tabel 13. Rumus Kategorisasi	62
Tabel 14. Uji Deskriptif Variabel.....	62
Tabel 15. Kategorisasi <i>Subjective Well-Being</i> , Harga Diri dan Optimisme	63
Tabel 16. Uji Normalitas.....	64
Tabel 17. Uji Linearitas.....	65
Tabel 18. Koefisien Korelasi.....	66
Tabel 19. Jadwal Penelitian.....	70
Tabel 20. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	72
Tabel 21. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia.....	73
Tabel 22. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Program Studi	74
Tabel 23. Deskripsi Variabel Penelitian	75
Tabel 24. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> Variabel Harga Diri dengan <i>Subjective Well-Being</i>	77
Tabel 25. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i> Variabel Optimisme dengan <i>Subjective Well-Being</i>	78
Tabel 26. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tabulasi Hasil Preliminary <i>Subjective Well-Being</i>	5
Gambar 2. Kerangka Berpikir	31
Gambar 3. Identifikasi Variabel	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian	99
Lampiran 2. Panduan Wawancara.....	115
Lampiran 3. Laporan Wawancara	117
Lampiran 4. Hasil <i>Expert Judgement</i>	161
Lampiran 5. <i>Blue Print</i> Skala Pengukuran.....	163
Lampiran 6. Tabulasi Data Uji Coba (<i>Try Out</i>)	165
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	171
Lampiran 8. Skala Psikologi	175
Lampiran 9. Tabulasi Data Instrumen Penelitian.....	177
Lampiran 10. Hasil Deskriptif Variabel.....	201
Lampiran 11. Hasil Uji Asumsi	203
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis	205
Lampiran 13. Hasil Uji Beda Variabel (<i>Mann-Whitney U Test</i>).....	207
Lampiran 14. Hasil Uji Plagiarisme (Turnitin)	209
Lampiran 15. Surat Keputusan.....	211
Lampiran 16. Surat Izin Penelitian.....	213
Lampiran 17. Kartu Bimbingan Skripsi	215

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN OPTIMISME DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
UNIVERSITAS ISLAM “45” BEKASI**

Pinka Rahmawati (pinkapinka.psy@gmail.com)
Dr. Agustina Ekasari, M.Psi., Psikolog (agustina.ekasari@gmail.com)

Universitas Islam “45”

ABSTRAK

Pada perguruan tinggi terdapat mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau biasa disebut sebagai mahasiswa tingkat akhir dan banyak mengalami berbagai tekanan. Munculnya stres dan depresi karena tekanan dalam diri mahasiswa tingkat akhir akan menurunkan tingkat *subjective well-being*. *Subjective well-being* dipengaruhi juga oleh harga diri. Sebab jika memiliki *subjective well-being* dan harga diri yang positif akan mampu mengatasi permasalahan hidup dengan baik. *Subjective well-being* diketahui memiliki faktor lain yakni salah satunya optimisme. Individu yang optimis diketahui memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi karena memiliki keyakinan diri mampu bangkit dari permasalahan yang dihadapi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan optimisme dengan *subjective well-being*.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik *non probability quota sampling*. Subjek terdiri atas 303 mahasiswa tingkat akhir. Data dikumpulkan melalui wawancara dan skala psikologi yang mencakup variabel harga diri, optimisme, dan *subjective well-being* yang menggunakan model skala *likert*. Uji reliabilitas instrumen menggunakan analisis *Cronbach's Alpha* pada *software* SPSS versi 26 *for windows* menghasilkan $r_{alpha} = 0,967$ (harga diri), nilai $r_{alpha} = 0,957$ (optimisme) dan nilai $r_{alpha} = 0,970$ (*subjective well-being*). Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Uji korelasi *Rank Spearman* dan uji regresi linear berganda digunakan untuk menguji hipotesis.

Hipotesis pertama ditemukan hubungan yang signifikan antara harga diri dengan *subjective well-being* ($r = 0,456$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$)). Kemudian pada hipotesis kedua ditemukan hubungan yang signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* ($r = 0,443$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$)). Selanjutnya pada hipotesis ketiga diuji dengan regresi linear berganda ditemukan nilai F sebesar 75,173 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa harga diri dan optimisme secara bersamaan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being*. Adapun koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,334 yang menjelaskan bahwa harga diri dan optimisme memberikan sumbangan pengaruh terhadap *subjective well-being* sebesar 33,4% sedangkan sisanya 66,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Harga Diri, Optimisme, *Subjective Well-Being*

ABSTRACT

In universities there are students who are working on their final assignments or what are usually called final year students and experience a lot of pressure. The emergence of stress and depression due to pressure in final year students will reduce the level of subjective well-being. Subjective well-being is also influenced by self-esteem. Because if you have subjective well-being and positive self-esteem, you will be able to overcome life's problems well. Subjective well-being is known to have other factors, one of which is optimism. Optimistic individuals are known to have higher subjective well-being because they have confidence in being able to rise above the problems they face. The aim of this research is to determine the relationship between self-esteem and optimism and subjective well-being.

This research is quantitative correlational research using non-probability quota sampling techniques. Subjects consisted of 303 final year students. Data was collected through interviews and a psychological scale which includes the variables self-esteem, optimism and subjective well-being using a Likert scale model. The instrument reliability test using Cronbach's Alpha analysis on SPSS version 26 for Windows software produced a ralpha = 0.967 (self-esteem), a ralpha value = 0.957 (optimism) and a ralpha value = 0.970 (subjective well-being). Data analysis in this study used descriptive analysis techniques. Spearman Rank correlation test and multiple linear regression test were used to test the hypothesis.

The first hypothesis found a significant relationship between self-esteem and subjective well-being ($r = 0.456$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$)). Then in the second hypothesis, a significant relationship was found between optimism and subjective well-being ($r = 0.443$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$)). Next, the third hypothesis was tested using multiple linear regression, finding an F value of 75.173 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). These results show that self-esteem and optimism simultaneously have a significant influence on subjective well-being. The coefficient of determination (R^2) is 0.334, which explains that self-esteem and optimism contribute to subjective well-being by 33.4%, while the remaining 66.6% is influenced by other variables not examined in this research.

Keywords: Self-Esteem, Optimism, Subjective Well-Being