

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN OPTIMISME MAHASISWA DALAM
PROSES PENULISAN SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Strata Satu (S1)*

Dosen Pembimbing :

1. **Dr. Hj. Syahniar M.Pd., Kons.**
2. **Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Kons.**



**OLEH:
RYAN THANOESYA
83228 / 2007**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

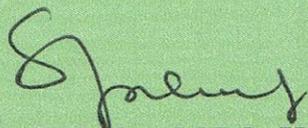
HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN OPTIMISME MAHASISWA DALAM PROSES PENULISAN SKRIPSI

Nama : Ryan Thanoesya
NIMBP : 83228/2007
Jurusan : Bimbingan Dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, April 2014

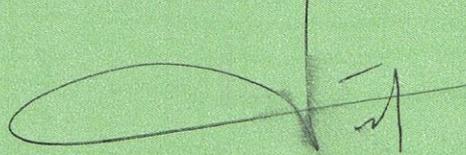
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Dr. Hj. Syahniar, M.Pd., Kons
NIP. 19601103 198503 2 001

Pembimbing II



Ifdil, S. HI., S.Pd, M.Pd., Kons
NIP. 19811211 200912 1 002

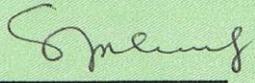
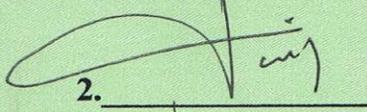
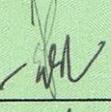
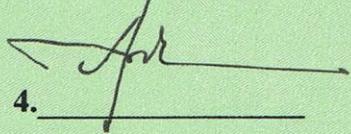
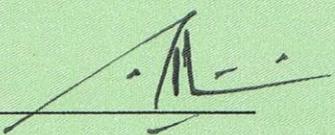
HALAMAN PENGESAHAN

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

Judul : Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam
Proses Penulisan Skripsi
Nama : Ryan Thanoesya
NIM/BP : 83228/2007
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, April 2014

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Hj. Syahniar, M.Pd., Kons.	1. 
2. Sekretaris	: Ifdil, S. HI., S. Pd., M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Dr. Riska Ahmad. M. Pd, Kons.	3. 
4. Anggota	: Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons.	4. 
5. Anggota	: Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Kons.	5. 

ABSTRAK

Judul : Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi
Peneliti : Ryan Thanoesya
Pembimbing : 1. Dr. Hj. Syahniar, M. Pd., Kons.
2. Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd. Kons.

Skripsi merupakan karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademisnya. Bagi sebagian mahasiswa, ternyata tugas skripsi tersebut merupakan tugas yang tidak ringan. Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi, dan minat yang tinggi terhadap penulisan skripsi namun keadaan itu menurun seiring dengan hal-hal yang dialami oleh mahasiswa selama proses tersebut. Oleh karena itu mahasiswa diharapkan memiliki konsep diri positif dan rasa optimisme dalam proses penulisan skripsi agar tujuan yang diinginkannya dapat tercapai.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi dan mengidentifikasi hubungan konsep diri dan optimisme. Penelitian merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan subjek penelitian 61 mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling. Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket dan telah di uji kevaliditannya.. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis persentase dan korelasional dengan menggunakan rumus *Correlation Product Moment* melalui bantuan program *Microsoft Office Excel* dan *SPSS versi 17.0*

Temuan hasil penelitian mengungkapkan: (1) Kondisi konsep diri mahasiswa secara umum tergolong pada kategori tinggi (2) Kondisi optimisme mahasiswa secara umum tergolong pada kategori tinggi (3) terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi..

Berdasarkan temuan penelitian direkomendasikan perlunya pemberian layanan konseling untuk mengoptimalkan konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah sembah dan puji penulis aturkan hanya kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi”**. Shalawat berangkaikan salam untuk junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW, yang telah menerangi hidup dan kehidupan kita berlandaskan Al Qur'an dan Sunnah. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini, penulis sangat banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M. Pd., Kons., selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M. Pd., Kons., selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling.
3. Ibu Dr. Hj. Syahniar, M. Pd., Kons., selaku Penasihat Akademik sekaligus Pembimbing I skripsi yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam rangka penyelesaian skripsi
4. Bapak Ifdil, S. HI S. Pd, M. Pd., Kons, selaku Pembimbing II skripsi yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam rangka penyelesaian skripsi.

5. Ibu Dr. Riska Ahmad, M. Pd., Kons., Bapak Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons, Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons selaku penguji skripsi yang memberikan saran kepada penulis dalam penyelesaian skripsi
6. Bapak dan Ibu staf Pengajar jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu penulis menuntut ilmu.
7. Staf tata usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu kelancaran administrasi dalam penyelesaian skripsi.
8. Ke dua orangtua, Ayahanda Thantawi Usman., Ibunda Yusamli, beserta seluruh anggota keluarga tercinta yang telah memberikan do'a, motivasi, dan bantuan baik moril maupun materil demi selesainya penulisan skripsi.
9. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling khusus angkatan 2006, 2007, 2008, 2009, dan 2010 yang senantiasa memberikan motivasi dan masukan berharga demi penyelesaian skripsi.

Penulis sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan untuk masa yang akan datang. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya.

Padang, Mei 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. LatarBelakang.....	1
B. IdentifikasiMasalah	8
C. RumusanMasalah	9
D. PertanyaanPenelitian	9
E. Asumsi	9
F. Tujuan Penelitian	9
G. ManfaatPenelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Optimisme	11
1. Pengertian Optimisme	11
2. Ciri-ciri Optimisme	12
3. Aspek-aspek Optimisme	15
4. Faktor yang Mempengaruhi Optimisme	18
B. Konsep Diri	21
1. Pengertian Konsep Diri	21
2. Dimensi Konsep Diri.....	24
3. Perkembangan Konsep Diri	25
4. Jenis-jenis Konsep Diri	28
5. Fungsi Konsep Diri	31
C. Hubungan antara Konsep Diri dan Optimisme pada Mahasiswa .	32
D. KerangkaKonseptual	36
E. Hipotesis.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. JenisPenelitian.....	37
B. SubjekPenelitian.....	38
C. Definisi Operasional.....	38
D. Jenis Data	40
E. Sumber Data.....	40
F. Alat Pengumpul Data	40
G. TeknikAnalisis Data.....	46

BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	50
1. Deskripsi Data Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	50
a. <i>Permanence</i> (Hal yang Menetap).....	52
b. <i>Pervasiveness</i> (Hal yang Menyebar).....	53
c. <i>Personalization</i> (Hal yang Berhubungan dengan Pribadi)	54
2. Deskripsi Data Konsep Diri Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	55
a. Konsep Diri Mahasiswa yang Berkaitan dengan Konsep Diri Fisik.....	56
b. Konsep Diri Mahasiswa yang Berkaitan dengan Konsep Diri Secara Sosial.....	57
c. Konsep Diri Mahasiswa yang Berkaitan dengan Konsep Diri Secara Emosi.....	58
d. Konsep Diri Mahasiswa yang Berkaitan dengan Konsep Diri secara Moral.....	59
e. Konsep Diri Mahasiswa yang Berkaitan dengan Konsep Diri secara Kognitif.....	60
3. Rekapitulasi Data Deskriptif Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	61
4. Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	61
B. Pembahasan	63
1. Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	63
2. Konsep Diri Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi	65
3. Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi	69
4. Keterbatasan Masalah	70
 BAB V PENUTUP	
1. Kesimpulan	72
2. Saran.....	72
 KEPUSTAKAAN	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1 Penskoran Jawaban Mengenai Konsep Diri Mahasiswa BK FIP UNP dalam Penulisan Skripsi.....	42
2. Tabel 2 Penskoran Jawaban Mengenai Optimisme Mahasiswa BK FIP UNP dalam Penulisan Skripsi.....	42
3. Tabel 3 Kriteria Pengolahan Data Deskriptif Variabel Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	47
4. Tabel 4 Kriteria Pengolahan Data Deskriptif Variabel Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	48
5. Tabel 5 Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	51
6. Tabel 6 Optimisme Mahasiswa Berkaitan dengan <i>Permanence</i> (Hal yang Menetap).....	52
7. Tabel 7 Optimisme Mahasiswa Berkaitan dengan <i>Pervasiveness</i> (Hal yang Menyebar).....	53
8. Tabel 8 Optimisme Mahasiswa Berkaitan dengan <i>Personalization</i> (Hal yang Berhubungan dengan Pribadi).....	54
9. Tabel 9 Konsep Diri Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi....	55
10. Tabel 10 Konsep Diri Mahasiswa Berkaitan dengan Aspek Fisik	56
11. Tabel 11 Konsep Diri Mahasiswa Berkaitan dengan Aspek Sosial	57
12. Tabel 12 Konsep Diri Mahasiswa Berkaitan dengan Aspek Emosi	58
13. Tabel 13 Konsep Diri Mahasiswa Berkaitan dengan Aspek Moral	59
14. Tabel 14 Konsep Diri Mahasiswa Berkaitan dengan Aspek Kognitif	60
15. Tabel 15 Rekapitulasi Data Deskriptif Konsep diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penulisan Skripsi.....	61
16. Tabel 16 Koefisien Korelasi Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa Dalam Mengatasi Kesulitan-kesulitan Selama Proses Penulisan Skripsi.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kisi-kisi dan Angket Penelitian.....	77
2. Hasil judge angket.....	84
3. Hasil Uji Validitas Instrumen Angket Konsep Diri.....	87
4. Hasil Uji Validitas Instrumen Angket Optimisme.....	89
5. Rekapitulasi Data Penelitian Variabel Konsep Diri.....	91
6. Rekapitulasi Data Penelitian Variabel Optimisme.....	96
7. Deskripsi Korelasi variabel X dan variable Y.....	101

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skripsi menurut KBBI (dalam Yulianto, 2008) adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Skripsi tersebut adalah bukti kemampuan akademik mahasiswa yang bersangkutan dalam penelitian yang berhubungan dengan masalah pendidikan sesuai dengan bidang studinya. Menurut Djuharie (dalam Ningrum, 2011:41) skripsi disusun dan dipertahankan untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu. Proses belajar dalam menulis skripsi berlangsung secara individual, hal tersebut berbeda ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lain yang umumnya dilakukan secara klasikal atau berkelompok. Proses belajar secara individual menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari pemecahan dari masalah-masalah yang dihadapinya

Ningrum(2011:41) mengungkapkan bahwa tugas skripsi tersebut merupakan tugas yang tidak ringan bagi para mahasiswa. Pada umumnya perjalanan studi mahasiswa menjadi tersendat-sendat atau terhambat ketika menyusun skripsi. Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi dan minat yang tinggi terhadap skripsi namun keadaan itu menurun seiring dengan kesulitan-kesulitan yang dialami. Kesulitan itu membuat mahasiswa sering putus asa dan menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu.

Selanjutnya, Darmono dan Hasan (dalam Januarti, 2009) mengungkapkan bahwa permasalahan yang biasanya dihadapi mahasiswa dalam proses penulisan skripsi diantaranya kesulitan mencari literatur, dana yang terbatas, tidak terbiasa menulis dalam arti menulis karya ilmiah, kurang terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan pengaturan waktu sedemikian ketat dan masalah dengan dosen pembimbing skripsi. Hal-hal tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stress rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya.

Hal tersebut terungkap pada penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2011:44) bahwa mahasiswa yang telah mengambil skripsi lebih dari satu semester memiliki tingkat optimisme rendah. Sedangkan mahasiswa yang baru mengambil skripsi selama satu semester mereka berpeluang memiliki tingkat optimisme tinggi. Fenomena seperti ini juga terjadi pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2007 yang seharusnya sudah menyelesaikan skripsi 4 semester sebelumnya. Dari hasil wawancara dengan 2 orang mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP angkatan 2007 pada tanggal 20 November 2013 diperoleh jawaban mengapa fenomena ini bisa terjadi, hal ini disebabkan rasa malas yang dialami oleh para mahasiswa tersebut karena banyaknya kendala yang dialami dalam proses penulisan skripsi. Kesimpulannya banyak mahasiswa yang mengalami penurunan rasa optimisme dalam proses penulisan skripsi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2011:44) juga menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa yang memiliki optimisme rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi dalam menyusun skripsi. Artinya mahasiswa tersebut tidak dapat melihat dengan cara pandang yang positif dari masalah atau kesulitan yang mereka hadapi dalam menyusun skripsi seperti didominasi oleh perasaan yang negatif dan mahasiswa tersebut merasa tidak ada yang memberikan dukungan serta tidak mau bergerak atau memotivasi diri sehingga merasa tidak yakin bahwa mereka mempunyai kekuatan untuk mengendalikan dunia mereka. Jika mahasiswa yang memiliki optimisme rendah tersebut menghadapi kendala dalam proses penyusunan skripsi maka mahasiswa tersebut akan mudah menyerah dan menghindar dari kendala tersebut.

Sementara itu ada juga beberapa siswa yang memiliki optimisme tinggi. Artinya, mahasiswa yang optimis dapat melihat dengan cara pandang yang positif saat menghadapi masalah atau kesulitan sehingga mereka merasa yakin memiliki kekuatan untuk mengendalikan dunia mereka. Jika mahasiswa tersebut menghadapi kendala dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa tersebut akan terus berusaha menghadapi kendala tersebut sampai masalah yang dihadapi terselesaikan. Dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang dialami mahasiswa dalam proses penulisan skripsi ini dapat mempengaruhi rasa optimisme mahasiswa tersebut.

Menurut Segerestorm (dalam Adilia,2010:13), optimisme merupakan cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Ia menambahkan bahwa berpikir positif yang dimaksud adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Seligman (2008:181) juga mengungkapkan bahwa orang-orang yang optimis akan cepat pulih dari keputusasaannya yang sementara. Setelah gagal, mereka berusaha bangkit dan melupakan kegagalan mereka, kemudian mulai berusaha lagi. Lebih lanjut Seligman (2008:125) menambahkan bahwa kaum optimis adalah kaum yang selalu berpikir positif, dan mempunyai tingkat keberhasilan yang menjanjikan dalam bekerja, sekolah, dan di dalam sebuah permainan, tidak pernah menyerah dalam menghadapi masalah, serta mereka melakukan pendekatan terhadap masalah mereka dengan pola pikir mereka sendiri.

Berdasarkan teori tersebut dapat disimpulkan jika mahasiswa bersikap optimis dalam menyusun skripsinya maka mahasiswa tersebut akan mencari pemecahan dari masalah, menghentikan pemikiran negatif, merasa yakin bahwa memiliki kemampuan, dan lain-lain. Seperti yang diungkapkan oleh Seligman (2008:18) bahwa optimisme mengajarkan untuk “berpikir non-negatif“ untuk menghentikan ketidakberdayaan disaat mengalami kegagalan atau menghadapi masalah. Berarti sikap optimis ini akan membantu mahasiswa dalam penulisan skripsi yang sedang dijalaninya.

Dari beberapa teori tersebut, terlihat betapa pentingnya sikap optimisme bagi mahasiswa dalam proses penulisan skripsi. Oleh karena itu, mahasiswa harus bisa menjaga dan mempertahankan sikap optimis yang mereka miliki. Nurtjahyati dan Ratnaningsih (2011) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi cara berfikir optimis seseorang, baik faktor dari dalam diri maupun dari luar. Faktor dari dalam diri salah satunya adalah cara individu tersebut memandang dirinya. Lebih lanjut Goodhart (dalam Temtama, 2007) menambahkan bahwa sikap menerima keadaan membuat seseorang lebih positif memandang dirinya. Kesimpulannya cara memandang diri sendiri yang dimaksud dari beberapa teori sebelumnya adalah konsep diri yang dimiliki oleh seseorang.

Konsep diri pada dasarnya merupakan gambaran yang dimiliki orang terhadap dirinya. Hurlock(1978:58) mengungkapkan bahwa konsep diri merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri – karakteristik fisik, psikologis, sosial dan emosional, aspirasi dan prestasi. Artinya konsep diri mencakup citra fisik dan psikologis diri. Ditambahkan oleh William James (dalam Mudjiran dkk, 2001:152) yang menyatakan bahwa konsep diri merupakan opini seseorang tentang dirinya sendiri dan menyangkut dirinya baik fisik maupun psikis yang bersifat material.

Berdasarkan teori tersebut berarti pengenalan 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.

Jadi, dalam proses penulisan skripsi mahasiswa harus mempunyai kemampuan menanamkan konsep diri yang positif ke dalam dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh Calhoun & Accocella (1990:71) yang mendefinisikan konsep diri yang positif sebagai kemampuan mengenal dirinya dengan baik, selalu berpikir positif, menerima keberadaan individu lain, merancang tujuan-tujuan yang realistis dan yang dianggapnya berguna dan memiliki pola perilaku optimis. Sedangkan pada konsep diri yang negatif mengakibatkan pengetahuan, evaluasi, dan pengharapan dari seorang individu tentang dirinya sendiri adalah sangat sedikit, individu menjadi kurang realistis dan cenderung bersikap pesimis.

Jika mahasiswa memiliki konsep diri negatif seperti uraian di atas, tentunya akan menghambat mahasiswa dalam proses penulisan skripsinya. Dengan beranggapan bahwa orang lain tidak menyukai dirinya, peka terhadap kritik yang diberikan teman-teman sekampus, dan pesimis terhadap skripsi yang ditulisnya. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami hambatan dalam penulisan skripsidisebabkan oleh kurang mampu untuk berperilaku optimis dan tidak memiliki konsep diri

yang positif. Keberhasilan pada mahasiswa tingkat akhir dalam penulisan skripsi sangat dipengaruhi oleh disiplin dirinya dan mengenal konsep dirinya sendiri dengan baik, jika ia sudah mengenal dirinya dan selalu berpikiran positif terhadap dirinya bahwa segala sesuatu pasti akan teratasi dan memacu timbulnya rasa optimisme yang tinggi.

Berdasarkan teori-teori di atas dan didukung oleh observasi yang dilakukan tanggal 8-10 oktober 2013, fenomena-fenomena seperti mulai malas dan bosan untuk menyelesaikan skripsi, takut untuk bertemu dosen pembimbing, pesimis bisa menyelesaikan skripsi terlihat pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP yang sedang dalam proses penyelesaian skripsinya. Hal-hal tersebut sering mempengaruhi rasa optimisme dan konsep diri mahasiswa dalam prose penulisan skripsi mahasiswa tersebut.

Hal ini juga diperkuat oleh hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 13-15 Oktober 2013 terhadap 5 mahasiswa tentang penulisan skripsi yang sedang mereka jalani. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa banyak hal yang dialami mahasiswa dalam proses penulisan skripsi seperti mencari literatur, masalah dengan dosen pembimbing skripsi, bingung dalam mengembangkan teori. Hal-hal tersebut membuat beberapa mahasiswa menjadi malas menyelesaikan skripsinya dan pesimis bisa menyelesaikan skripsi sesuai dengan target yang telah ditentukannya, merasa dirinya lemah dan tidak berharga sehingga menunda penulisan skripsi. Hal ini menunjukkan bahwa banyak

hal yang dialami mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi berpengaruh terhadap konsep diri dan rasa optimis didalam diri mahasiswa tersebut.

Berdasarkan uraian-uraian tentang latar belakang diatas, permasalahan yang diajukan adalah *"Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses Penyelesaian Penulisan Skripsi"*, apakah konsep diri bisa memicu timbulnya optimisme dalam diri mahasiswa dalam proses penyelesaian penulisan skripsi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan di atas, maka diidentifikasi masalah yang terjadi yaitu :

1. Ada beberapa mahasiswa merasa pesimis menyelesaikan skripsi yang ditulisnya.
2. Ada beberapa mahasiswa mengalami penurunan rasa optimisme dalam proses penyelesaian penulisan skripsi.
3. Ada beberapa mahasiswa merasa dirinya lemah karena merasa tidak mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
4. Ada beberapa mahasiswa yang memiliki konsep diri negatif dalam penyelesaian skripsi.
5. Ada beberapa mahasiswa kurang percaya diri untuk menyerahkan skripsi kepada dosen pembimbing.
6. Ada beberapa mahasiswa merasa malas untuk menulis skripsi karena tidak yakin bisa menyelesaikan skripsi sesuai target yang diinginkan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Kondisi optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi.
2. Kondisi konsep diri mahasiswa dalam proses penulisan skripsi.
3. Hubungan konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi

D. Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan penelitian yang diajukan yaitu:

1. Bagaimana kondisi optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi?
2. Bagaimana kondisi konsep diri mahasiswa dalam penulisan skripsi?
3. Bagaimana hubungan konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi?

E. Asumsi

Penelitian ini bertitik tolak dari asumsi sebagai berikut:

1. Rasa optimisme mahasiswa berbeda-beda dalam mengatasi kesulitan-kesulitan selama proses penulisan skripsi.
2. Konsep diri mahasiswa berbeda-beda dalam mengatasi kesulitan-kesulitan selama proses penulisan skripsi.

F. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan kondisi optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi.

2. Mendeskripsikan kondisi konsep diri mahasiswa dalam penulisan skripsi.
3. Mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi.

G. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Untuk memperkaya kajian penelitian-penelitian di bidang psikologi, khususnya mengenai masalah konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam penulisan skripsi.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi konselor dapat dijadikan bahan evaluasi dalam penyusunan dan pemberian layanan untuk membantu mahasiswa dalam hal konsep diri dan optimisme dalam proses penulisan skripsi.
- b. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNP dapat dijadikan evaluasi diri sehingga dapat memperbaiki konsep diri dan optimisme dalam penulisan skripsi.
- c. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan kepustakaan yang merupakan informasi tambahan yang berguna dan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pihak-pihak yang mempunyai permasalahan menyangkut konsep diri dan optimisme atau ingin mengadakan penelitian lebih lanjut.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Optimisme

1. Pengertian Optimisme

Menurut Ubaedy (2008:210), optimisme memiliki dua pengertian. Pertama, Optimisme adalah doktrin hidup yang mengajari kita untuk meyakini adanya kehidupan yang lebih baik buat kita (punya harapan). Kedua, optimisme berarti kecenderungan batin untuk merencanakan aksi, peristiwa, atau hasil yang lebih baik. Optimisme berarti menjalankan apa yang kita yakini atau apa yang dibutuhkan oleh harapan kita. Seligman (2008:20) mendefinisikan sikap optimis sebagai suatu sikap yang bisa melindungi diri dari depresi, meningkatkan tingkat perolehan, memperbaiki kesehatan fisik, dan suatu keadaan yang menyenangkan.

Seligman (2008:121) menjelaskan terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada dirinya sendiri bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan oleh lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Menurut Segerestorm (dalam Adilia, 2010:13), optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif yang dimaksud adalah

berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Berarti kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, karena tidak ada individu yang ingin menjadi pesimis.

Mc Ginnis(1995) menjelaskan optimisme sebagai suatu rencana atau tindakan untuk menggali yang terbaik dari diri sendiri, bertanggung jawab penuh atas hidup, membangun cinta kasih dalam hidup dan menjaga agar antusiasme tetap tinggi. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Seligman (2008:124) bahwa seseorang harus merubah dirinya dari pesimis menjadi optimis, karena optimis akan membantu seseorang tersebut dalam memilih pikiran-pikiran yang baru dalam menjalani hidupnya dan berusaha lebih giat untuk menjadi lebih baik.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli, pengertian optimisme adalah berpikir secara positif dan mengharapkan hasil yang positif, mempunyai kepercayaan diri, serta berusaha menggali yang terbaik dalam dirinya sendiri dan mengharapkan hasil yang terbaik dari suatu situasi.

2. Ciri-ciri Optimisme

Orang yang optimis adalah orang yang mengharapkan hasil positifnya. Seligman (2008:6) mengatakan bahwa orang yang optimis percaya bahwa kegagalan hanyalah suatu kemunduran yang bersifat sementara dan penyebabnya pun terbatas pada satu kasus saja, seorang yang optimis juga percaya bahwa kegagalan bukanlah diakibatkan oleh kesalahan mereka, melainkan karena keadaan,

ketidakberuntungan, atau masalah dari orang lain. Scheier dan Carver (dalam Snyder, 2002) menegaskan bahwa individu yang optimis akan berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif, yakin akan kelebihan yang dimilikinya. Individu yang optimis biasa berkerja keras menghadapi stress dan tantangan sehari-hari secara efektif, berdoa, dan mengakui adanya faktor keberuntungan dan faktor lain yang turut mendukung keberhasilannya.

Selanjutnya menurut Ubaedy (2008:211) orang dengan optimisme yang kuat akan biasanya memiliki perlawanan yang kuat untuk menghadapi sebuah masalah atau hambatan, sedangkan orang yang pesimis biasanya memiliki perlawanan yang lebih rendah, cenderung lebih mudah pasrah pada realitas atau keadaan daripada memperjuangkannya.

Berbicara tentang ciri-ciri optimis, Seligman(2008:181) menjelaskan bahwa seorang yang optimis cepat pulih dari keputusasaan yang sementara, setelah gagal mereka berusaha bangkit dan melupakan kegagalan mereka, kemudian mulai berusaha lagi, dan orang-orang optimis menganggap kegagalan adalah tantangan dan kemunduran yang bersifat sementara. Mc. Ginnis (dalam Kerley, 2006:5) berhasil merumuskan 13 ciri-ciri orang optimisme, yaitu:

- a. *Face reality, expect bad times, and become a problem-solver*
(Menghadapi kenyataan, mengharapkansaat-saat buruk, dan menjadipemecah masalah).

- b. *Look for the good in bad situations, perhaps there will be a partial solution there* (menemukan hal yang baik dalam situasi yang buruk, mungkin akan ada sebagian solusi disana)
- c. *Cultivate a faith in your self-control* (menumbuhkan kepercayaan dalam kontrol diri).
- d. *Seek ways to renew your spirit, your energy, and your devotion to a cause* (mencari cara untuk memperbaharui semangat, kekuatan, dan pengabdian untuk suatu tujuan).
- e. *Challenge your negative and irrational thoughts* (menghentikan alur pemikiran individu yang negatif dan pemikiran yang tidak rasional).
- f. *Learn to “smell the roses” and appreciate life* (Belajar untuk "mencium bunga mawar" dan menghargai kehidupan).
- g. *Use your fantasy to rehearse for future challenges* (berlatih menggunakan imajinasi individu untuk tantangan masa depan).
- h. *Smile, laugh, and find something to celebrate – even in the hard times* (selalu gembira bahkan ketika individu tidak bisa merasa bahagia).
- i. *Believe in the awesome power of humans – and you in particular – to solve problems* (merasa yakin bahwa individu memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk mengatasi masalah).

- j. *Love many things passionately – nature, art, play, but above all, love people* (membina banyak cinta dalam kehidupan individu).
- k. *Don't complain. Instead, share your good news with others* (Jangan mengeluh. Sebaliknya, berbagikabar baik dengan orang lain).
- l. *Accept what can't be changed* (menerima apa yang tidak bisa diubah).
- m. *Vent your anger but temper it with empathy and tolerance* (Melampiaskan kemarahan, tetapimarah dengan empati dan toleransi).

Ditambahkan oleh Robinson dkk (dalam Adilia, 2010:23) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki sikap optimis jarang menderita depresi dan lebih mudah mencapai kesuksesan dalam hidup, memiliki kepercayaan, dapat berubah kearah yang lebih baik, adanya pemikiran dan kepercayaan mencapai suatu yang lebih, dan selalu berjuang penuh. Hal ini menunjukkan bahwa orang yang optimis itu sangat percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya dan tidak mudah menyerah menghadapi suatu masalah.

3. Aspek-aspek Optimisme

Seligman (2008:19) menjelaskan bahwa bagaimana cara individu memandang suatu peristiwa atau kejadian di dalam kehidupannya disebut dengan gaya penjelasan (*explanatory style*)..

Seligman (2008:59) mengemukakan ada tiga macam gaya penjelasan (*explanatory style*), yaitu:

a. *Permanence* (hal yang menetap)

Gaya ini menggambarkan bagaimana individu melihat peristiwa yang bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanence*). Orang-orang yang pesimis melihat hal yang buruk sebagai sesuatu yang menetap dan mereka cenderung menggunakan kata-kata “selalu” dan “tidak pernah”, misalnya: “saya berhasil dalam ujian itu karena saya belajar tadi malam”. Sebaliknya orang yang optimis melihat peristiwa buruk sebagai suatu hal yang bersifat sementara, misalnya: “akhir-akhir ini kerja tim kita berantakan”. Sementara orang-orang optimis melihat hal yang baik sebagai suatu hal yang bersifat permanen, misalnya: “saya berhasil mendapatkan nilai baik karena saya pintar”.

b. *Pervasiveness* (hal yang menyebar)

Gaya penjelasan peristiwa ini berkaitan dengan ruang lingkup peristiwa tersebut, yang meliputi spesifik (khusus) dan universal (menyeluruh). Orang yang optimis bila dihadapkan pada kejadian yang buruk akan membuat penjelasan yang spesifik dari kejadian itu, bahwa hal-hal buruk terjadi diakibatkan oleh sebab-sebab khusus dan tidak akan meluas pada hal yang lain. Misalnya: “meskipun nilai ulangan saya kemarin jelek, itu tidak akan membuat saya gagal menjadi juara kelas”. Bila dihadapkan pada

hal yang baik, ia akan menjelaskan hal itu disebabkan oleh faktor yang bersifat universal. Misalnya: “saya mendapat nilai yang bagus karena saya belajar”.

Sementara orang yang pesimis akan melihat hal yang baik sebagai suatu hal yang spesifik dan berlaku untuk hal-hal tertentu saja. Misalnya: “saya mendapat nilai bagus karena saya pintar dalam pelajaran matematika”. Jika menemui kejadian buruk, ia akan menjelaskan sebagai suatu hal yang universal, dan akan meluas keseluruhan sisi lain dalam hidupnya, dan biasanya akibat hal ini ia akan menjadi mudah menyerah terhadap segala hal meski ia hanya gagal dalam satu hal. Misalnya: “saya tidak akan menjadi juara kelas karena ulangan matematika saya kemarin jelek”.

c. *Personalization* (hal yang berhubungan dengan pribadi)

Yaitu gaya penjelasan masalah yang berkaitan dengan sumber penyebab kejadian tersebut, meliputi intenal dan eksternal. Ketika mengalami hal yang buruk, orang yang pesimis akan menganggap bahwa hal itu terjadi karena faktor dari dalam dirinya. Misalnya: “saya mendapat nilai jelek pada ulangan matematika kemarin karena saya tidak pintar berhitung”, Bila dihadapkan pada peristiwa baik, ia akan menganggap bahwa hal itu disebabkan oleh faktor luar dirinya. Misalnya: “tim saya

berhasil menang pada pertandingan tadi malam karena lawan tidak dalam kondisi baik”.

Sedangkan orang optimis menganggap hal yang baik merupakan hal yang disebabkan oleh faktor dalam dirinya. Misalnya: “kami berhasil menang dalam pertandingan tadi malam karena kemampuan kami memang lebih baik dari lawan”. Dan akan menjelaskan hal yang buruk sebagai hal yang disebabkan oleh faktor eksternal. Misalnya: “saya mendapat nilai yang jelek dalam ulangan kemarin karena waktu yang disediakan terlalu sedikit”.

Uraian diatas tersebut terlihat bahwa kebiasaan berpikir negatif cenderung melemahkan kemampuan individu menghadapi tantangan dan lingkungannya, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam optimisme adalah *permanence* (berkaitan dengan waktu), *pervasiveness* (berkaitan dengan ruang lingkup), dan *personalization* (berkaitan dengan sumber penyebab).

4. Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Orang pesimis berpikir bahwa setiap masalah timbul akibat kesalahannya sendiri. Sebaliknya, ketika menghadapi masalah atau kegagalan, orang optimis akan berpikir bahwa hal itu tidak akan berlangsung lama dan tidak membuat seluruh segi kehidupannya menjadi bermasalah.

Menurut Seligman (1990), cara berpikir yang digunakan individu akan mempengaruhi hampir seluruh bidang kehidupannya antara lain dalam bidang berikut:

a. Pendidikan

Dalam bidang prestasi orang yang pesimis berada dibawah potensi mereka yang sesungguhnya, sedangkan orang optimis dapat melebihi potensi yang mereka miliki. Seligman (2008:200) mengungkapkan bahwa orang yang optimis lebih berhasil daripada orang yang pesimis meskipun orang yang pesimis itu mempunyai minat dan bakat yang relatif sebanding.

b. Pekerjaan

Individu yang berpandangan optimis lebih ulet menghadapi berbagai tantangan sehingga akan lebih sukses dalam bidang pekerjaan dibandingkan individu yang berpandangan pesimis. Eksperimen Seligman (2008:6) menunjukkan bahwa orang yang optimis memiliki prestasi yang lebih baik di sekolah atau perguruan tinggi, dalam melakukan pekerjaan , juga dalam dunia permainan.

c. Lingkungan

Menurut Clark (dalam Mc. Ginnis, 1995) tumbuhnya optimisme dipengaruhi oleh pengalaman bergaul dan orang-orang. Mendukung pendapat Clark, Seligman (2008:182)

menambahkan bahwa kritik pesimis dari orang-orang yang dihormati, seperti orangtua, guru, dan pelatih akan membuat individu segera memulai kritik terhadap dirinya dengan gaya penjelasan yang pesimis pula. Pengalaman berinteraksi antara anak dan orangtua juga mempengaruhi pembentukan gaya penjelasan anak. Akibat interaksi itu, gaya penjelasan yang biasa diucapkan orangtua dalam menjelaskan penyebab terjadinya suatu peristiwa yang akan ditiru oleh anak.

d. Konsep diri

Bandura (1986) mengatakan bahwa *individuals with high self-concept is always motivated to maintain a positive outlook about themselves and if people look at the positive things in him then that individual will perform self-reflection and will reflect the diverse experiences and what he knows so that people can know him and the world around* (individu dengan konsep diri yang tinggi selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan jika individu memandang hal-hal positif dalam dirinya maka individu tersebut akan melakukan refleksi diri dan akan merefleksi pengalamannya yang bermacam-macam dan apa yang dia ketahui sehingga individu dapat mengetahui dirinya dan dunia sekitarnya).

Lebih lanjut Seligman(2008:196)menyatakan bahwa pengalaman-pengalaman individu tersebut terdiri atas pengalaman-pengalaman penguasaan dan ketidakberdayaan. Kegagalan dan ketidakberdayaan yang melebihi batas, seperti kematian ibu sejak masa kanak-kanak, penganiayaan fisik, percekocokan orangtua yang terus menerus dapat merusak konsep diri seseorang dan dapat merusak pandangan optimistik. Namun sebaliknya, tantangan tidak terduga yang menghasilkan penguasaan dapat menjadi titik awal perubahan kedalam optimisme yang akan berlangsung sepanjang waktu.

B. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Sebagai individu memahami tentang dirinya sendiri merupakan hal yang sangat penting, karena dengan memahami tentang dirinya sendiri itulah individu tersebut akan mampu mengarahkan tingkah lakunya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menjalani hidupnya setiap individu sebagai satu kesatuan memiliki gambaran dirinya yang bersifat sangat pribadi, dinamis, dan evaluatif. Dalam hal ini banyak para ahli yang mendefinisikan mengenai konsep diri. Jess Feist & Gregory J Feist (2010:9) mengungkapkan bahwa konsep diri meliputi seluruh aspek dalam keberadaan dan pengalaman seseorang yang disadari oleh individu tersebut. Menurut Burns (1993:5) menjelaskan konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang dipikirkan, orang-orang lain berpendapat tentang diri yang dimaksud dan seperti

apa diri yang diinginkan itu. William James (dalam Mudjiran dkk, 2007:152) juga mengemukakan bahwa konsep diri adalah opini seseorang tentang dirinya sendiri dan menyangkut dirinya baik fisik maupun psikis yang bersifat material.

Hal senada juga dikemukakan oleh EpsteinBrim (dalam Mudjirandkk, 2001:128) bahwa konsep diri adalah pendapat atau perasaan seseorang tentang dirinya baik yang menyangkut fisik, sosial, emosi, moral dan kognitif.

Menurut Malcom Hardy & Steves Heyes (1988:137) konsep diri terdiri dari:

a. Citra Diri

Merupakan deskripsi paling sederhana mengenai seseorang individu seperti saya seorang adik dan saya seorang perempuan.

b. Harga diri

Merupakan suatu penilaian, suatu perkiraan mengenai kepantasan diri.

G.H Mead (dalam Slameto, 2003:182) menambahkan:

Konsep diri sebagai suatu produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman Psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dari dirinya sendiri yang diterima dari orang-orang yang berpengaruh pada dirinya

Konsep diri dapat diartikan sebagai bagaimana seseorang mengkonsep dirinya sendiri. Djaali (2007:129) mengungkapkan

bahwa konsep diri merupakan bayangan seseorang tentang keadaan dirinya sendiri pada saat ini dan bukanlah bayangan ideal dirinya sendiri sebagaimana yang diharapkan atau yang disukai oleh individu yang bersangkutan. Pendapat tersebut mengungkapkan bahwa konsep diri merupakan penilaian positif dan negatif yang dimiliki oleh individu terhadap dirinya sendiri yang merupakan apa adanya diri individu tersebut, jadi konsep diri bukan merupakan pandangan ideal, atau harapan seseorang terhadap dirinya.

Masa dewasa awal merupakan masa terjadinya perubahan nilai, banyak nilai masa kanak-kanak dan remaja yang berubah karena pengalaman dan hubungan sosial yang lebih luas dengan orang-orang yang berbeda usia. Semakin tumbuh dan berkembangnya individu ketahap perkembangan selanjutnya, semakin bertambah peranan individu tersebut. Malcolm Hardy & Steves Heyes (1998:139) mengungkapkan bahwa harapan-harapan dan pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan peran yang berbeda mungkin berpengaruh terhadap konsep diri seseorang.

Berdasarkan uraian mengenai konsep diri oleh beberapa ahli sebelumnya dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan, pemikiran dan penilaian individu terhadap dirinya yang meliputi aspek fisik (materi bentuk tubuh) maupun psikis (aspek sosial, emosional, moral dan kognitif) yang individu peroleh dari lingkungan dan

interaksinya dengan individu lain, dan nantinya keadaan itu menjadi acuan bagaimana individu berperilaku sesuai dengan konsep dirinya.

Dalam menyelesaikan skripsinya, mahasiswa akan termotivasi jika mahasiswa tersebut memiliki pandangan, pemikiran yang positif akan kemampuannya. Konsep dirinya tersebut akan mempengaruhi tingkah lakunya dalam mencapai tujuannya.

2. Dimensi Konsep Diri

Konsep diri merupakan bagaimana individu memiliki pandangan tentang dirinya sendiri. Calhoun & Acocella (1990:67) menyebutkan bahwa konsep diri memiliki tiga dimensi yakni:

a. Pengetahuan.

Yang dimaksud dengan pengetahuan disini adalah informasi apa yang telah dimilikinya tentang dirinya sendiri seperti: jenis kelamin, umur, fisiknya dan lain-lain.

b. Harapan

Yang dimaksud dengan harapan disini adalah ide yang dimiliki individu untuk menjadi apa dia kelak dikemudian hari. Harapan ataupun tujuan individu dimasa depan dapat menjadi kekuatan yang dapat mendorong individu tersebut dalam beraktifitas menjalani kehidupannya

c. Penilaian

Yang dimaksud dengan penilaian terhadap diri sendiri maksudnya adalah bagaimana individu tersebut dapat menilai, mengukur dan menentukan tingkat harga dirinya.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa di dalam konsep diri seseorang terdapat pemahaman, penilaian dan harapan individu terhadap dirinya sendiri yang meliputi kondisi fisik, hubungan sosial, keadaan emosional dan kemampuan intelektual. Selanjutnya konsep diri sendiri menjadi bagian terpenting bagi individu untuk bersikap dan bertindak dalam berbagai situasi dan kondisi.

3. Perkembangan Konsep Diri

Konsep diri tidak terbentuk begitu saja ketika individu tersebut lahir, namun tumbuh dan berkembang melalui proses belajar yang terjadi akibat interaksi individu dengan lingkungan atau individu lain. Djaali (2007:130) mengungkapkan bahwa konsep diri mula-mula terbentuk dari perasaan apakah individu diterima dan diinginkan kehadirannya oleh keluarganya. Konsep diri berkembang melalui adanya perlakuan dan sikap dari keluarga individu tersebut. Djaali(2007:130) menyatakan bahwa proses perkembangan konsep diri disebut dengan proses pembentukan ego.

Dalam kaitan ini, konsep diri menurut Erikson (dalam Djaali, 2007:130) berkembang melalui lima tahap, yakni:

a. Perkembangan dari *sense of trust vs sense of mistrust*.

Perkembangan ini berlangsung pada usia $1^{1/2}$ – 2 tahun. Berlangsung melalui hubungannya dengan orangtua, individu akan memperoleh kesan dasar dari kedua orangtuanya tersebut. Individu yang merasa yakin pada tahap ini bahwa otantuanya mampu memberi perlindungan dan rasa aman baginya akan menimbulkan rasa kepercayaan, dan rasa kepercayaan itu akan berkembang menjadi berbagai perasaan yang bersifat positif.

b. Perkembangan dari *sense of anatomy vs shame and doubt*.

Perkembangan ini berlangsung pada usia 2-4 tahun. Pada perkembangan ini bila individu diberi kesempatan untuk melakukan segala sesuatu menurut kemampuannya akan membentuk kemandiriannya. Kemandiriannya inilah yang akan membentuk konsep diri yang positif baginya.

c. Perkembangan dari *sense of initiative vs sense of guilt*.

Perkembangan ini berlangsung pada usia 4-7 tahun. Jika individu pada tahap perkembangan ini rasa ingin tahunya ditanggapi secara positif tanpa diberikan hukuman, maka individu akan memiliki keberanian untuk mengambil inisiatif.

d. Perkembangan dari *sense of industry vs inferiority*.

Perkembangan ini berlangsung pada usia 7-12 tahun. Pada perkembangan ini individu ingin membuktikan keberhasilan dari usahanya, pada perkembangan ini diperlukan dukungan dari keluarga karena kegagalan yang berulang-ulang dapat mematahkan semangat dan menimbulkan perasaan rendah diri pada individu tersebut.

e. Perkembangan dari *sense of identity diffusion*.

Perkembangan ini terjadi pada masa remaja. Pada perkembangan ini, individu berusaha memperoleh jawaban akan siapa dirinya. Dalam memperoleh jawaban itu, individu akan mengumpulkan berbagai informasi yang berhubungan dengan konsep dirinya dimasa lalu. Dalam hal ini, seluruh informasi kenyataan, perasaan, dan pengalaman akan dirinya sendiri harus mampu diintegrasikan oleh individu yang bersangkutan agar dapat memahami dirinya sendiri.

Malcolm Hardy & Steves Heyes (1988:137) mengungkapkan terdapat tiga faktor yang sangat berkaitan yang berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri:

1) Reaksi dari orang lain

C.H Cooley (dalam Malcolm Hardy&Steves Heyes, 1988:137) membuktikan bahwa dengan mengamati pencerminan perilaku kita terhadap respon orang lain kita dapat mempelajari

diri kita sendiri. Konsep diri terbentuk dalam waktu yang lama, dan pembentukan ini tidak dapat diartikan bahwa adanya reaksi yang tidak biasa dari seseorang akan dapat mengubah konsep diri. Akan tetapi apabila reaksi sangat sering terjadi, atau apabila reaksi ini muncul dari *significant others* (orang lain yang dianggap penting) maka reaksi ini berpengaruh terhadap konsep diri.

2) Perbandingan dengan orang lain

Konsep diri sangat tergantung kepada cara bagaimana kita membandingkan diri kita dengan orang lain.

3) Peranan seseorang

Setiap orang memainkan peran yang berbeda-beda. Didalam setiap peran itu diharapkan akan melakukan perbuatan-perbuatan dengan cara-cara tertentu. Jadi harapan-harapan dan pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan peran yang berbeda berpengaruh terhadap konsep diri seseorang.

4. Jenis-jenis Konsep Diri

Seperti apa yang disimpulkan sebelumnya bahwa konsep diri adalah pandangan, pemikiran dan penilaian individu terhadap dirinya yang meliputi aspek fisik (materi bentuk tubuh) maupun psikis (aspek sosial, emosional, moral dan kognitif) yang individu peroleh dari lingkungan dan interaksinya dengan individu lain, dan nantinya

keadaan itu menjadi acuan bagaimana individu berperilaku sesuai dengan konsep dirinya.

Menurut F. Calhoun dan Joan Ross Acocella (1990:71) konsep diri terbagi dua, yaitu :

1) Konsep Diri Positif.

Dasar dari konsep diri yang positif adalah adanya penerimaan diri. Hal ini disebabkan individu yang memiliki konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik, baik kelebihan yang ia miliki, maupun kekurangannya. Karena konsep diri yang positif dapat menampung seluruh pengalaman dirinya, maka hasil evaluasi dirinya pun positif. Ia dapat menerima dirinya secara apa adanya. Tentang pengharapan diri, individu yang memiliki konsep diri positif merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan kemampuan dan realistis, artinya memiliki kemungkinan besar untuk dapat mencapai tujuan tersebut. Di samping itu tujuan tersebut cukup berharga sehingga kalau ia berhasil mencapainya akan meningkatkan harga dirinya. Pengharapan yang realistis yang dimaksud disini adalah pengharapan tentang kehidupan sebagai individu.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan lima ciri individu dengan konsep diri positif:

- a) Ia yakin akan kemampuannya mengatasi masalah,
- b) Ia merasa setara dengan orang lain,
- c) Ia menerima pujian tanpa rasa malu,
- d) Ia menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku tidak seluruhnya disetujui masyarakat,
- e) Ia mampu memperbaiki dirinya karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.

2) Konsep Diri Negatif

Konsep diri negatif terjadi pada individu yang tidak banyak mengetahui tentang dirinya, tidak melihat dirinya secara utuh kelebihan maupun kekurangannya atau yang dihargai dalam hidupnya. Pandangan individu terhadap dirinya benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan, dan keutuhan diri.

Ciri-ciri individu dengan konsep diri negatif:

- a) Peka terhadap kritik,
- b) Responsif terhadap pujian, bersikap hiperkritis terhadap orang lain, dan tidak sanggup mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain,

- c) Cenderung merasa tidak diperhatikan oleh orang lain,
- d) Bersikap pesimis pada kompetensi.

Jadi dapat disimpulkan bahwa konsep diri negatif membuat individu cenderung berpikiran yang negatif dalam dirinya. Individu dengan konsep diri yang negatif biasanya berpikir tentang diri sendiri dari sisi negatif, dan sulit menemukan hal-hal yang patut mereka hargai dalam diri mereka sendiri.

5. Fungsi Konsep Diri

Mudjiran, dkk (2007:122) mengemukakan ada tiga fungsi konsep diri, yaitu:

a. Fungsi pengarahan atau kontrol

Maksudnya konsep diri menjadi pengarah dalam bertingkah laku, baik bertingkah laku terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain. Dalam mengatasi kesulitan-kesulitan selama proses penulisan skripsi, mahasiswa yang memiliki konsep diri positif mampu mengontrol dan mengarahkan tingkah lakunya, seperti mampu mengatur waktu untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu sesuai dengan target yang ingin dicapainya.

b. Fungsi aktualisasi diri

Maksudnya konsep diri dapat mendorong untuk mengaktualisasikan dirinya sebagaimana orang itu memandang dirinya. Mahasiswa yang memiliki konsep diri yang positif memiliki dorongan untuk dapat mengatasi kesulitan-kesulitan

selama proses penulisan skripsi sebagai bentuk dirinya dalam mengaktualisasikan dirinya sebagai mahasiswa yang memiliki kualitas dan berkompeten.

c. Fungsi penilaian

Maksudnya konsep diri memberikan gambaran tentang diri sendiri yang telah diwarnai oleh penilaian orang yang bersangkutan terhadap dirinya sendiri.

Selain dari fungsi di atas, menurut Elida Prayitno (2006:125) konsep diri menentukan apa yang diharapkan individu untuk terjadi pada dirinya. Pengharapan untuk kemampuan kita menolong menentukan apa yang akan kita capai.

Dari penjelasan-penjelasan tersebut, dapat disimpulkan konsep diri memiliki empat fungsi bagi kehidupan individu yaitu sebagai pengarahan atau kontrol, aktualisasi diri, penilaian, dan sekumpulan harapan-harapan yang menolong individu untuk mencapai tujuannya.

C. Hubungan Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa dalam Proses

Penulisan Skripsi

Skripsimenurut KBBI (dalam Yulianto, 2008)adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Skripsi tersebut adalah bukti kemampuan akademik mahasiswa yang bersangkutan dalam penelitian yang berhubungan dengan masalah pendidikan sesuai dengan bidang studinya. Menurut Djuharie (dalam Ninggrum,

2011:41), skripsi disusun dan dipertahankan untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu. Proses belajar dalam skripsi berlangsung secara individual, hal tersebut berbeda ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lain yang umumnya dilakukan secara klasikal atau berkelompok. Proses belajar secara individual menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari pemecahan dari masalah-masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu diperlukan pola perilaku optimis dari mahasiswa untuk bisa menyelesaikan skripsi yang sedang ditulisnya.

Segerestorm (dalam Adilia, 2010:13) mengungkapkan bahwa optimisme merupakan cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Ia menambahkan bahwa berpikir positif yang dimaksud adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Seligman (2008:181) juga mengungkapkan bahwa orang-orang yang optimis akan cepat pulih dari keputus-asaannya yang sementara. Setelah gagal, mereka berusaha bangkit dan melupakan kegagalan mereka, kemudian mulai berusaha lagi. Seligman (2008:125) menambahkan bahwa kaum optimis adalah kaum yang selalu berpikir positif, dan mempunyai tingkat keberhasilan yang menjajikan dalam bekerja, sekolah, dan di dalam sebuah permainan, tidak pernah menyerah dalam menghadapi masalah, serta mereka melakukan pendekatan terhadap masalah mereka dengan pola pikir mereka sendiri.

Selanjutnya, Seligman (2008:6) mengatakan bahwa orang yang optimis percaya bahwa kegagalan hanyalah suatu kemunduran yang bersifat sementara dan penyebabnya pun terbatas pada satu kasus saja, seorang yang optimis juga percaya bahwa kegagalan bukanlah diakibatkan oleh kesalahan mereka, melainkan karena keadaan, ketidakberuntungan, atau masalah dari orang lain. Scheier dan Carver (dalam Snyder, 2002) menegaskan bahwa individu yang optimis akan berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif, yakin akan kelebihan yang dimiliki. Individu yang optimis biasa berkerja keras menghadapi stress dan tantangan sehari-hari secara efektif, berdoa, dan mengakui adanya faktor keberuntungan dan faktor lain yang turut mendukung keberhasilannya.

Oleh karena itu, mahasiswa harus bisa menjaga dan mempertahankan sikap optimis yang mereka miliki. Nurtjahyati dan Ratnaningsih (2011) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi cara berfikir optimis seseorang, baik faktor dari dalam diri maupun dari luar. Faktor dari dalam diri salah satunya adalah cara individu tersebut memandang dirinya. Lebih lanjut Goodhart (dalam Temtama, 2007) menambahkan bahwa sikap menerima keadaan membuat seseorang lebih positif memandang dirinya. Kesimpulanya cara memandang diri sendiri yang yang dimaksud dari beberapa teori sebelumnya adalah konsep diri yang dimiliki oleh seseorang.

Jess Feist & Gregory J Feist (2010:9) mengungkapkan bahwa konsep diri meliputi seluruh aspek dalam keberadaan dan pengalaman seseorang yang disadari oleh individu tersebut. Menurut Burns (1993:5) menjelaskan konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang dipikirkan, orang-orang lain berpendapat tentang diri yang dimaksud dan seperti apa diri yang diinginkan itu. Djaali (2007:129) mengungkapkan bahwa konsep diri merupakan bayangan seseorang tentang keadaan dirinya sendiri pada saat ini dan bukanlah bayangan ideal dirinya sendiri, sebagaimana yang diharapkan atau yang disukai oleh individu yang bersangkutan. Jadi konsep diri dapat diartikan sebagai bagaimana seseorang mengkonsep dirinya sendiri.

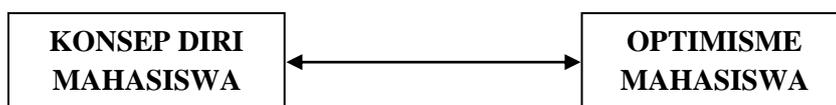
Calhoun & Accocella (1990:71) yang mendefinisikan konsep diri ke dalam dua bagian yaitu konsep diri yang positif dan konsep diri yang negatif. Konsep diri yang positif berhubungan erat dengan kemampuan mengenal dirinya dengan baik, selalu berpikir positif, menerima keberadaan individu lain, merancang tujuan-tujuan yang realistis dan yang dianggapnya berguna dan memiliki pola perilaku optimis. Sedangkan pada konsep diri yang negatif, pengetahuan, evaluasi, dan pengharapan dari seorang individu tentang dirinya sendiri adalah sangat sedikit, menjadikan individu kurang realistis, dan cenderung bersikap pesimis. Senada dengan yang diungkapkan Seligman (2008:203) yang mengungkapkan bahwa optimisme

menyebabkan seseorang menilai lebih baik sedangkan pesimisme membuat seseorang menilai lebih buruk

Berdasarkan teori tersebut, kesimpulannya adalah apabila seseorang memiliki konsep diri yang positif akan mempunyai penerimaan diri yang positif terhadap dirinya sendiri akan memacu timbulnya pola perilaku optimis. Sedangkan individu yang mempunyai konsep diri yang negatif akan berperilaku pesimis yaitu suatu sikap yang cenderung menghindari masalah dan kendala yang tengah dihadapinya. Artinya konsep diri mempengaruhi rasa optimis yang dimiliki oleh seseorang.

D. Kerangka Konseptual

Berdasarkan teori Calhoun, Accocella dan Seligman sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan optimisme mahasiswa saling mempengaruhi satu sama lain dalam proses penulisan skripsi. Jadi, kerangka konseptual dari penelitian ini adalah sebagai berikut:



E. Hipotesis

Dari beberapa teori sebelumnya maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H₁: Terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme mahasiswa dalam mengatasi kesulitan-kesulitan selama proses penulisan skripsi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dikemukakan terdahulu, maka hasilnya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi konsep diri mahasiswa dalam proses penulisan skripsi secara umum berada pada kategori sedang.
2. Kondisi optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi secara umum berada pada kategori sedang.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan optimisme dalam proses penulisan skripsi, berarti semakin tinggi konsep diri mahasiswa maka semakin tinggi pula optimisme dalam proses penulisan skripsi yang dimiliki oleh mahasiswa, demikian sebaliknya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini maka disarankan:

1. Bagi seluruh staf jurusan Bimbingan dan Konseling dapat dijadikan evaluasi kegiatan untuk meningkatkan konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi.
2. Bagi Konselor dapat dijadikan evaluasi dalam menyusun layanan yang akan diberikan kepada mahasiswa sehingga konsep diri dan optimisme mahasiswa dapat dioptimalkan.

3. Bagi mahasiswa yang sedang menjalani proses penulisan skripsi dapat dijadikan evaluasi diri supaya dapat mengarahkan konsep diri yang dimiliki kearah yang positif sehingga dapat memacu timbulnya optimisme dalam proses penulisan skripsi.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat memperkaya penelitian ini dengan mengambil variabel selain konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi.

KEPUSTAKAAN

- Adilia, Muharnia D. 2010. Hubungan Self Esteem dengan Optimisme Meraih Kesuksesan Karir Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara.
- _____. 2006. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2006. *Prosedur Penelitian (Edisi Revisi 2010)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura, Albert. 1986. *Social Foundations Of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Burns. 1993. *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku)*. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Arcan.
- Calhoun & Acocella. 1990. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan jilid ketiga*. Alih bahasa: Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Djaali. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Prayitno. 2007. *Peningkatan Potensi Mahasiswa*. Padang: UNP Press.
- Prayitno, Elida. 2006. *Psikologi Perkembangan Dewasa*. Padang: FIP UNP.
- Feist, J & Feist, J, Gregory. 2008. *Theories of Personality* (Edisi 6). Terjemahan. Jakarta: Pusat Belajar.
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Perkembangan Anak: Jilid 2 Edisi Keenam*. Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Husaini Usman. 2003. *Pengantar Statistika*. Jakarta: Bumi Akasara.
- Januarti, R. 2009. Hubungan antara Persepsi terhadap Dosen Pembimbing dengan Tingkat Stress dalam Menulis Skripsi. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kerley, D.C. 2006. *The Optimist*. Diakses tanggal 20 Oktober 2013, Dari D. Craig Kerley. Psy .D: Licensed Psychologist 1. www.drkerley.com/Files/Newsletter0523.pdf
- Malcolm, Hardy & Heyes, Steves. 1988. *Pengantar Psikologi*. Alih bahasa: Soenardji. Semarang: Erlangga.

- Mc Ginnis, Alan Loy. 1995. *Kekuatan Optimisme : Rencana Tindakan Untuk Menggali yang Terbaik dari Diri Sendiri, Bertanggung Jawab Penuh Atas Hidup, Membangun Cinta Kasih dalam Hidup, dan Menjaga agar Antusiasme Tetap Tinggi.* (Terjemahan). Mitra Utama.
- Mudjiran. 2007. *Perkembangan Peserta Didik.* Padang: UNP Press.
- Ningrum, Dwi Widya. 2011. Hubungan Optimisme dan Coping Stress Pada Mahasiswa UEU Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Skripsi.* Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul.
- Nurtjahjati, H., Ratnaningsih, I. Z. 2011. Hubungan Kepribadian Hardiness dengan Optimisme pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (CTKI) Wanita di BLKLN DISNAKERTRANS Jawa Tengah. *Journal of Psychology of Diponegoro University.* Vol. 10. NO 2.
- Riduwan. 2010. *Pengukuran Variabel-variabel Penelitian.* Bandung: Alfabeta
- Santrock, John W. 2007. *Remaja.* Jakarta: Erlangga.
- Seligman, M.E.P. 1990. *Learned Optimism.* New York: Knopf.
- Seligman, Martin E.P. 2008. *Mengisntal Optimisme.* Bandung: CV. Multi Trust Creative Service.
- Slameto. 2003 . *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Snyder, C.R, & Lopez, S.J. 2002. *Handbook Of Positive Psychology.* Oxfort University Press.
- Subana, Moersetyo Rahadi & Sudrajat. 2005. *Statistik Pendidikan.* Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta.
- Syaodih, Nana S. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan .* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Temtama, F. 2007. Hubungan antara Cara Berpikir Positif dengan Penerimaan Diri pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Akibat Kecelakaan. *Jurnal Psikologi.* Universitas Ahmad Dahlan.
- Ubaedy, AN. 2008. *Berkarier di Era Global.* Jakarta: PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Winarsunu, Tulus. 2001. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan.* Malang: UMM Press.

- Yamin, Sofyan & Kurniawan, Heri. 2009. *SPSS complete*. Jakarta: Salemba Infotek.
- Yulianto, Aries. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. (4th ed). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Yusuf, A Muri. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press