

**Hubungan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif
pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Pangan
Universitas Katolik Soegijapranata
Semarang**

SKRIPSI

Oleh :

Sarah Andreina Nimas Ayu Sekararum

14.E1.0055



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019**

**Hubungan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif
pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Pangan
Universitas Katolik Soegijapranata
Semarang**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat – syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :

Sarah Andreina Nimas Ayu Sekararum

14.E1.0055



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

23 April 2019

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

(Dr. Suparni, M.Si.)

Pembimbing Skripsi

(Drs. Haryo Goeritno, M.Si.)

Dewan Penguji

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.)

(Drs. D.P Budi Susetyo, M. Si)

(Drs. Haryo Goeritno, M.Si.)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.



Semarang, 23 April 2019

Yang menyatakan



Sarah Andreina Nimas Ayu Sekararum
14.E1.0055

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberkati peneliti sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik dalam naungan kasihNya. Peneliti pun tidak lupa dengan berbagai pihak yang telah membantu dan dengan rasa hormat ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
2. Drs. Haryo Goeritno, M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dengan kesabaran dalam menuntun saya dalam penyelesaian skripsi.
3. Th. Dewi Setyorini S.Psi., M.Si selaku dosen wali kelas 01/2014 yang telah memberikan dukungan dan pengarahan dari awal masa kuliah sampai saat ini.
4. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membagi ilmu dan pengetahuannya kepada saya selama ini.
5. Seluruh Tenaga Kependidikan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang selalu membantu saya dalam segala bentuk perizinan dan administrasi selama perkuliahan.
6. Dr. R. Probo Y. Nugrahedhi, S.TP., M.Sc. selaku Dekan Fakultas Teknologi Pertanian yang telah memberikan ijin penelitian di Fakultas dan seluruh tenaga pekerja yaitu Tata Usaha Fakultas Teknologi Pertanian yang sangat ramah dalam melayani saya.

7. Seluruh mahasiswa Teknologi Pertanian yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi subjek penelitian dengan mengisi skala yang di berikan oleh peneliti.
8. Seluruh Staf Perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, yang sudah membantu dalam memberikan pelayanan dan mencari buku – buku referensi yang di butuhkan peneliti.
9. Kedua orang tuaku yang sangat saya sayangi, dr. Yochanan Indroyono dan dra. M.C.N Elok H.E yang selalu berada di samping saya baik suka dan duka, memberikan doa yang tak henti – hentinya dan dukungan sepenuhnya bagi peneliti.
10. Teruntuk Mba Maria dan Adik Andre yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta perhatian kepada saya.
11. Teman – teman paling dekat dengan saya yaitu Diah, Gesta, Telis, Sekar, There, Cilla, Dewi, Vio, Ezra, Bobby, Indah, Klara, Falen dan Stefi serta sekonco KKN ku tercinta yang telah memberikan kenangan indah terbaik selama kuliah dan dukungan doa serta semangat. *Sarangheo and Gomawo.*

Akhir kata, peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini.

Semarang, Maret 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAKSI	xi
ABSTRACT	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.01. Latar Belakang Masalah	1
1.02. Tujuan Penelitian	7
1.03. Manfaat Penelitian	7
1.03.01. Manfaat Teoritis.....	7
1.03.02. Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.01 Kesejahteraan Subjektif (<i>Subjective Well - being</i>).....	8
2.01.01 Pengertian Kesejahteraan Subjektif (<i>Subjective Well - being</i>).....	8
2.01.02 Aspek – Aspek Kesejahteraan Subjektif	9
2.01.03. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif.....	10
2.02. Optimisme.....	12
2.02.01. Pengertian Optimisme.....	12
2.02.02. Aspek – Aspek Optimisme	13
2.03. Hubungan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata	14
2.04. Hipotesis.....	19
BAB 3 METODE PENELITIAN	20
3.01. Metode Pengumpulan Data	20
3.02. Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian	20
1. Kesejahteraan Subjektif	20
2. Optimisme	21
3.03. Populasi dan Teknik Sampling.....	21
3.03.02. Teknik Pengambilan Sampel	21
3.04. Alat Ukur.....	22
3.04.02. Skala Optimisme	23
3.04.03. Uji Validitas Item.....	23
3.04.04. Uji Reliabilitas Alat ukur	24
3.05. Metode Analisis Data	24
BAB 4 PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN	25
4.01. Orientasi Kancha Penelitian.....	25
4.02. Persiapan Penelitian	26
4.02.01. Penyusunan Alat Ukur	27
1. Skala Kesejahteraan Subjektif	27
2. Skala Optimisme	28
4.03. Pelaksanaan Penelitian.....	29
4.04. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	29

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
5.01. Hasil Penelitian.....	32
5.02. Pembahasan	33
BAB 6 PENUTUP	37
6.01. Kesimpulan.....	37
6.02. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	41



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Perbedaan Kemunculan Afeksi Tiap Fakultas	4
Table 2.Blue Print Skala Kesejahteraan Subjektif.....	23
Tabel 3. Blue Print Optimisme.....	23
Tabel 4. Data Jumlah Mahasiswa Aktif Fakultas Teknologi Pangan UNIKA.....	26
Tabel 5. Sebaran <i>Item</i> Skala Kesejahteraan Subjektif.....	27
Tabel 6. Sebaran <i>Item</i> Skala Optimisme.....	28
Tabel 7. Sebaran <i>Item</i> Valid dan Gugur Skala Kesejahteraan Subjektif.....	30
Tabel 8. Sebaran <i>Item</i> Valid dan Gugur Skala Kesejahteraan Subjektif.....	31



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Penelitian	43
A 2. Skala Kesejahteraan Subjektif	44
A 3. Skala Optimisme	48
Lampiran B. Data Uji Coba	53
B 1. Data Uji Coba Kesejahteraan Subjektif	54
B 2. Data Uji Coba Optimisme	58
Lampiran C. Validitas Item Dan Reliabilitas	72
C 1. Validitas Item Dan Reliabilitas Kesejahteraan Subjektif	79
C 2. Validitas Item Dan Reliabilitas Optimisme	77
Lampiran D. Data Penelitian	61
D 1. Data Penelitian Kesejahteraan Subjektif	63
D 2. Data Penelitian Optimisme	67
D 3. Data Penelitian Kesejahteraan Subjektif dan Optimisme	83
Lampiran E. Uji Asumsi	81
E 1. Uji Normalitas	83
E 2. Uji Linearitas	88
Lampiran F. Uji Hipotesis	90
Lampiran G. Surat Penelitian	92
G 1. Ijin Penelitian	93
G 2. Bukti Penelitian	96

**HUBUNGAN OPTIMISME DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF
PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNOLOGI PANGAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

Sarah Andreina Nimas Ayu Sekararum
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
2019

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata. Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan positif antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata. Subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa aktif Teknologi Pangan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*. Jumlah sampel yang diambil adalah 59 mahasiswa. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan korelasi *Product Moment* dari Pearson. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala optimisme dan skala kesejahteraan subjektif. Hasil analisis data diperoleh nilai korelasi sebesar $r_{xy,z} = 0,494$ ($p < 0,01$), artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. Sumbangan efektif variabel optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa sebesar 24,40%.

Kata kunci : optimisme, kesejahteraan subjektif, mahasiswa

THE RELATIONSHIP BETWEEN OPTIMISM AND THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF THE FOOD TECHNOLOGY STUDENTS FROM SOEGIJAPRANATA CATHOLIC UNIVERSITY SEMARANG.

Sarah Andreina Nimas Ayu Sekararum

Faculty of Psychology Soegijapranata Catholic University Semarang
2019

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the relationship between optimism and the subjective well-being of the Food Technology Students from Soegijapranata Catholic University Semarang. The research hypothesized that there would be a positive correlation between optimism and the subjective well-being of the Food Technology Students from Soegijapranata Catholic University Semarang. The subject of this research was the active Food Technology students. Incidental sampling was used as the data collection method, with a sample size of 59 students. The collection data was analyzed using the Pearson product-moment correlation coefficient. Data collection in this study is using two scale, that is the scale of optimism and the scale of subjective well-being. The analysis resulted in a value of $r_{xy.z} = 0,494$ ($p < 0,01$), which indicates that the positive correlation between optimism and the subjective well-being of the Food Technology Students from Universitas Katolik Soegijapranata is very significant. This means that the higher the student optimism, the higher their subjective well-being would be. The effective contribution of the students' optimism variable towards their subjective well-being is 24,40%.

Keywords : Optimism, Subjective well-being, College Student