

Abstrak

Dalam perkuliahan, mahasiswa akan mengalami berbagai macam tantangan serta tuntutan, *problem focused coping* merupakan salah satu metode untuk menghadapi tantangan serta tuntutan tersebut. Individu yang berorientasi pada strategi *problem focused coping* akan memiliki usaha yang baik, teliti, cermat, peduli, pantang menyerah, tidak pasrah terhadap permasalahan yang terjadi pada dirinya dan usaha tersebut mengarah pada optimisme yang merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *problem focused coping*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara optimisme dengan kecenderungan *problem focused coping* pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 110 mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan Skala *problem focused coping* dan Skala optimisme. Metode analisis data menggunakan metode analisis korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh korelasi sebesar sebesar 0.772 dan ($p \leq 0.01$) Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping*. Sumbangan efektif optimisme terhadap *problem focused coping* sebesar 0. 596% persen sisanya 40,4 persen berhubungan dengan variable lain.

Kata kunci : Optimisme, Mahasiswa, *Problem focused coping*

Abstract

In lectures students will experience various kinds of challenges and tensions, problem-focused coping is one method for dealing with these challenges and tensions. Individuals who are oriented towards problem-focused coping strategies will have a good, conscientious, careful, caring, unyielding effort, not giving up on the problems that occur to them and these efforts lead to optimism which is one of the factors that can affect problem-focused coping. This study aims to determine the relationship between optimism and the tendency of problem focused coping in students. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between optimism and the tendency of problem focused coping in students. Subjects in this study found 110 students. Data collection method using problem focused coping scale and optimism scale. The data analysis method uses the Product Moment correlation analysis method from Karl Pearson. results Based on the analysis of the data obtained by 0.772 and ($p \leq 0.01$). These results indicate that there is a positive and significant relationship between optimism and problem focused coping. The effective contribution of optimism to problem focused coping is 0.596% percent, the remaining 40.4 percent is related to other variables

Keywords: *Problem focused coping, Optimism, Students*