**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN KEMAMPUAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA PENGEMUDI OJEK *ONLINE* DI YOGYAKARTA**

***THE RELATION BETWEEN OPTIMISM AND PROBLEM FOCUSED COPING SKILLS ON ONLINE MOTORCYCLE TAXI DRIVERS IN YOGYAKARTA***

**Maria Fina br Saragi Tinambunan1, Nina Fitriana, S.Pd., S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog 2**

12Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[118081154@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:118081154@student.mercubuana-yogya.ac.id)[2nina@mercubuana-yogya.ac.id](mailto:2nina@mercubuana-yogya.ac.id)

12083145194990

**Abstrak**

Sektor transportasi akhir-akhir ini ramai dengan moda transportasi berbasis aplikasi atau yang biasa dikenal dengan transportasi online. Pengemudi online menyediakan beberapa jenis layanan yang dapat membantu masyarakat dalam aktivitas sehari-hari, antara lain layanan transportasi, makanan, pesan antar, dan layanan berbelanja. Driver online pun menjadi salah satu bidang pekerjaan yang banyak diminati. Padahal, driver online juga memiliki masalah tersendiri yang menyebabkan stres.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan ada hubungan positif antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Subjek penelitian melibatkan 132 pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dengan minimal 3 bulan sudah bekerja. Pengumpulan data menggunakan skala optimisme dan *problem focused coping*. Metode analisis data menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson.* Hasil analisis diperoleh (rxy) = 0,273 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Koefesien determinasi (R²) yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,075 yang artinya variabel optimisme memberikan sumbangan terhadap *problem focused coping* sebesar 7,5% dan sisanya 92,5% disebabkan oleh faktor lain.

**Kata Kunci:** *problem focused coping, optimisme, pengemudi ojek online*

***Abstract***

*Transportation sector lately has been enlivened by application-based transportation or commonly known as online transportation. Online driver provide several types of services that may help people in daily activity, including transportation, food, delivery, and shopping service. Online driver become one of the fields of work that has great demand. Besides, driver onlines has their own problem that cause stress.The proposed hypothesis is a positive relationship between optimism and problem focused coping abilities in online motorcycle taxi drivers in Yogyakarta. The research subjects involved 132 online motorcycle taxi drivers in Yogyakarta with a minimum of 3 months working. Collecting data using a scale of optimism and problem focused coping. The data analysis method uses Product Moment correlation analysis from Karl Pearson. The results of the analysis obtained (rxy) = 0.273 (p < 0.05). This shows that positive relationship between optimism and problem focused coping abilities among online motorcycle taxi drivers in Yogyakarta. The coefficient of determination (R²) obtained in this study is 0.075, which means that the optimism variable contributes to problem focused coping of 7.5% and other factors cause the remaining 92.5%.*

***Keyword:*** *problem focused coping, optimism, online motorcycle taxi driver*

**PENDAHULUAN**

Saat ini moda transportasi *online* di Indonesia terdiri dari beberapa perusahaan yaitu PT Gojek, Grab, Maxim dan *Shopee Food* (dalamBurhan Fahmi*,* 2022*)*. PT GoJek Indonesia didirikan pada tahun 2010 di Jakarta (Gojek, 2019). Selanjutnya adalah perusahaan Grab yang merupakan pesaing terbesar GoJek. Layanan ojek *online* ini diluncurkan di Jakarta pada Mei 2015 (Kristiani, 2020). Selain itu, Maxim merupakan layanan ojek *online* yang diperkenalkan di Jakarta pada Juli 2018 (Arsanto, 2019). Perusahaan lain *Shopee Food*, menurut situs Koran Sindo (2015) saat ini *Shopee Food* sudah tersebar di seluruh wilayah Yogyakarta, fitur ini juga menjadi salah satu saingan terbesar dari berbagai perusahaan yang telah dijelaskan di atas.

Moda transportasi *online* menyediakan beberapa jenis layanan yang menjadi tugas-tugas dalam bekerja, di antaranya yaitu kendaraan, makanan, pengiriman, dan belanja. Pada layanan kendaraan, pengemudi harus mengantarkan pelanggan dari tempat penjemputan sampai ke tempat tujuan, menjadi transportasi yang memberikan layanan kecepatan, kemudahan dan kenyamanan dalam pemesanan. Kemudian layanan maknan, pada layanan ini pengemudi harus membelikan makanan yang di pesan oleh pelanggan dan mengantarkannya ke lokasi pelanggan sesuai dengan keterangan di aplikasi. Pelayanan pengiriman, layanan ini mewajibkan pengemudi untuk mengantarkan barang dari pelanggan ke tempat tujuan sesuai dengan keterangan di aplikasi. Selanjutnya merupakan layanan belanja, yang mana layanan ini merupakan layanan ini mewajibkan pengemudi untuk membeli barang atau makanan di toko yang tidak terdaftar pada layanan makanan (Ramadhan, 2019).

Pengemudi ojek *online* adalah orang yang pekerjaannya mengemudikan kendaraan seperti mobil dan motor, serta memiliki surat izin mengemudi yang disewakan dengan cara mengantarkan penumpang dari satu tujuan ke tujuan yang lain, dengan menggunakan fasilitas jaringan internet berupa *e-commerce* untuk proses pemesanan jasa ojek *online* (Putra, 2020). Menurut Afrina (2018) beberapa masalah yang dihadapi pengemudi ojek *online* adalah: (1) tentang pendapatan, pendapatan yang diterima pengemudi ojek *online* tidak sebesar yang diharapkan. Meski meningkat, pendapatan pengemudi ojek *online* dibandingkan dengan ojek pangkalan dasar tidak signifikan. Hal ini dikarenakan biaya operasional yang cukup tinggi dan harus ditanggung oleh pengemudi. (2) pengemudi ojek *online* cenderung bersandar di pinggir jalan, yang dapat menyebabkan kemacetan dan membahayakan diri sendiri dan orang lain. (3) pekerjaan dan jaminan sosial, yang harus ditanggung sendiri oleh pengemudi, hampir setengah dari pengemudi ojek *online* berakhir tanpa asuransi. Pengemudi ojek *online* hanya menerima asuransi kecelakaan saat mengangkut penumpang atau mengambil pesanan.

Masalah lain yang di dapatkan yaitu apabila pengemudi ojek *online* tidak menjalankan peraturan yang berlaku maka pengemudi akan mendapat sanksi dari perusahaan berdasarkan tingkatan sanksi rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi dan maksimum sangat tinggi. Sanksi tersebut berasal dari laporan pelanggan dan pelanggaran yang terdeteksi sistem. Salah satu pelanggaran dari laporan pelanggan pada tingkatan rendah yaitu berbicara kasar atau tidak opan kepada pelanggan, dan pelanggaran dari laporan pelanggan yang mendapat sanksi tingkatan maksimum sangat tinggi salah satunya yaitu menyelesaikan pesanan yang tidak di jalankan. Kemudian sanksi yang berasal dari pelanggaran yang terdeteksi system pada tingkatan rendah salah satunya yaitu pengemudi terlalu banyak melakukan pembatalan pemesanan, sedangkan salah satu pelanggaran yang mendapat sanksi tingkatan maksimum sangat tinggi yaitu melakukan kecurangan dengan membuat pemesanan palsu. Pengemudi harus menjalankan peraturan dan pelayanan dengan baik, agar tidak mendapat sanksi dari perusahaan (Ramadhan, 2019). Carolina dkk., (2021) menjelaskan bahwa masalah-masalah yang dialami oleh ojek *online* tersebut dapat menyebabkan stres.

Menurut Richard (2010) stress adalah mekanisme yang menilai suatu situasi berbahaya atau mengancam dan orang bereaksi terhadap situasi itu pada tingkat fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Menurut *World Health Organization* (WHO), stress mempengaruhi sekitar 450 juta orang di seluruh dunia. Diperkirakan 10% atau kurang dari penduduk Indonesia mengalami stres. Menurut statistik dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, sebanyak 1,33 juta orang tinggal di DKI Jakarta dan dilaporkan mengalami stres. Tingkat stress akut mencapai 14% dari populasi umum, sedangkan tingkat stress berat mencapai 7-10%.

Handoko (2014) menyatakan bahwa stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang dalam menghadapi lingkungan dan berbagai macam gejala stres yang dirasakan dapat mengganggu pelaksanaan kerja. Sehingga stres perlu segera ditangani dengan menggunakan strategi *coping.* Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Tiar, 2019) terdapat dua strategi *coping* untuk menangani stress yaitu, *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Strategi *problem focused coping* ini sering disebut sebagai strategi kognitif karena melibatkan pengambilan tindakan untuk mengatasi kesulitas dengan menerapkan alasan. Sedangkan *emotion focused coping* adalah Teknik untuk mengelola emosional terhadap keadaan yang sangat menegangkan. Ketika orang tidak berdaya untuk mengubah keadaan yang tidak menyenangkan, mereka sering beralih ke e*motion focused coping*. Teknik *problem focused coping* lebih efetif daripada e*motion focused coping*, menurut Cosway dkk., (dalam Khairani, 2021). Oleh karena itu peneliti menggunakan strategi *problem focused coping* sebagai variabel terikat pada penelitian ini.

Strategi *problem focused coping* dapat menjadi cara untuk meminimalkan dan melemahkan pemicu dari stres kerja (Brande dkk., 2017). Lazarus & Folkman (1984) juga menggambarkan bahwa *problem focused coping* mirip dengan strategi yang digunakan orang untuk memecahkan masalah, hal ini erat kaitannya dengan tugas-tugas yang dapat dilakukan dan pada umumnya karyawan menggunakan strategi *problem focused coping* untuk mengatasi stres kerja. Menurut Carver, Scheier, Weintraub (1989) *problem focused coping* adalah strategi atau upaya untuk menghilangkan stres dengan mengembangkan kapasitas atau mempelajari keterampilan baru untuk menghadapi masalah. Carver, Scheier, & Weintraub (1989) mengemukakan beberapa aspek *problem focused coping* yaitu (1) *active coping* (koping aktif), (2) *planning* (perencanaan), (3) *suppression of competing activities* (mengurangi aktivitas persaingan), (4) *restraint coping* (kontrol diri), dan (5) *seeking social support for instrumental reasons* (mencari dukungan sosial).

Peneliti melakukan wawancara pada hari selasa 11 Mei 2022 kepada 7 subjek dengan kriteria pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dan sudah bekerja minimal 3 bulan. Dari hasil wawancara di peroleh bahwa 4 dari tujuh subjek melakukan *coping* yaitu *problem focused coping*. Sebagaimana analisis dari hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa pengemudi yang kerap mengalami stress karena kurang antusias menerima pesanan makanan yang harus antri banyak, merasa kurang bisa memberikan sikap yang ramah membuat sebagian dari mereka mencoba untuk tetap *proffesioanal* sebagai mitra, menyelesaikan permasalahan dengan mencoba menjalani keduanya dengan semampunya bahkan kerap sekali mereka menganggap bahwa masalah itu akan hilang begitu saja. Serta pengemudi juga mencoba untuk menerima segala permasalahan yang terjadi dan belajar dari pengalaman untuk meningkatkan semangat kerja. Selain itu pengemudi juga mencoba untuk mencari dukungan dari orang terdekat atau dukungan sosial sekitar mereka. Pernyataan dan analisis penggunaan *problem focused coping* yang di lakukan pengemudi ojek *online* tersebut di dukung oleh Carver, Scheier, Weintraub (1989) yaitu dimana metode *problem focused coping* yang sering di lakukan oleh pengemudi ojek *online.*

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* yakni, kesehatan dan energi*,* optimisme atau keyakinan positif*,* kemampuan dalam memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial dan sumber material*.* Dari sekian banyak faktor diatas, dalam penelitian ini peneliti berkonsentrasi pada faktor optimisme yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984), karena optimisme tinggi memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang positif, berkolaborasi dengan orang lain, dan umumnya memberi individu kendali atas perilaku untuk interaksi sosialnya dengan orang lain. Sebaliknya, pandangan hidup yang pesimis mempersulit seseorang untuk membentuk ikatan yang kuat dengan orang lain, bekerja sama dengan mereka, dan umumnya tidak memberikan kontrol perilaku kepada orang lain atas interaksi sosial.

Lopez dan Snyder (2003) berpendapatoptimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan, perasaan optimisme membaca individu pada tujuan yang diinginkan yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Menurut Seligman (2006) optimisme adalah keseluruhan cara pandang seseorang terhadap sesuatu, orang tersebut melihat aspek-aspek positif, dapat memikirkannya dengan baik, dan dapat memilih tempat untuk dirinya sendiri. Seligman (2006) menjabarkan optimisme kedalam tiga aspek yaitu, (1) *permanence* merujuk bagaimana individu melihat peristiwa berdasarkan waktu, yaitu bersifat sementara dan menetap, (2) *pervasiveness* berkaitan dengan ruang lingkup peristiwa tersebut, meliputi universal maupun spesifik, dan (3) *personalization* berkaitan dengan sumber dari penyebab kejadian tersebut, meliputi dari dalam dirinya dan dari luar dirinya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang sejalan dengan fenomena yang akan diteliti memiliki fungsi untuk memperkuat data-data diatas. Penelitian terdahulu dilaksanakan oleh Asih (2020) bahwa *coping* stress yang positif sangat berpengaruh signifikan terhadap optimisme. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi optimisme, maka kemampuan *coping stress* semakin tinggi. Sebaliknya semakin rendah optimisme, maka kemampuan *coping* stress juga semakin rendah. Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Azmi (2016) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara optimisme dan *problem focused coping*. Ketika skor optimisme tinggi maka skor *problem focused coping* cenderung tinggi, begitu pula sebaliknya, apabil skor optimisme rendah maka *problem focused coping* cenderung rendah. Hasil penelitian tersebut didukung dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Putra (2020) bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan optimisme dan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online*. Artinya semakin tinggi optimisme pengemudi ojek *online*, maka akan semakin baik *problem focused coping* pengemudi ojek *online* dalam menghadapi masalah,Perbedaan penelitian dengan Putra (2020) yaitu latar belakang penelitian, lokasi penelitian, waktu pelaksanaan penelitian, jumlah subjek penelitian, dan hasil penelitian. Lopez (2009) menyatakan bahwa pada saat menghadapi masalah, individu yang optimis akan menggunakan strategi *problem focused coping.*

Adapun hipotesis yang diajaukan dalam penelitia ini adalah terdapat hubungan positif antara optimismedengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Semakin tinggi optimisme yang dimiliki subjek, maka semakin tinggi *problem focused coping* yang dimiliki subjek. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah optimisme yang dimiliki subjek, semakin rendah *problem focused coping* yang dimiliki subjek.

**METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dan sudah bekerja minimal 3 bulan. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 132 orang, dengan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala. Skala yang digunakan yaitu Skala Likert untuk menilai sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2019). Terdapat empat alternatif jawaban pada skala *likert,* yaitu SS (sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Pengumpulan data mengenai *problem focused coping* menggunakan skala *problem focused coping* yang disusun oleh peneliti dari Putra (2020). Skala optimisme pada penelitian ini adalah Skala optimisme yang disusun oleh peneliti dari Cahyani (2020). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis korelasi *Product Moment* dari Karl *Pearson* dengan menggunakan bantuan program SPSS *(Statistical Package for Social Science*) versi 26. Analisis korelasi *Product Moment* ini dapat digunakan dalam menguji hipotesis: Hubungan antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sikap optimisme dengan kemampuan *problem focused copin*g pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,273 dengan p = 0,001 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi optimisme, maka semakin tinggi juga kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online.* Sebaliknya, semakin rendah optimisme, maka semakin rendah juga kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online*.

Berdasarkan data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian pada kedua variabel. Berdasarkan mean dan standar deviasi, peneliti membagi skala *problem focused coping* dan optimisme pada pengemudi ojek *online* menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah, perhatikan tabel 1 dibawah.

Tabel 1. Kategori *Problem Focused Coping*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Pedoman** | **Interval** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1.σ) | X ≥ 90 | 94 | 71,2% |
| Sedang | (µ-1.σ) ≤ X < (µ+1.σ) | 60 ≤ X < 90 | 38 | 28,8% |
| Rendah | X < (µ-1.σ) | X < 60 | 0 | 0% |
| **Total** |  |  | **132** | **100%** |

Adapun hasil kategorisasi skor subjek pada skala *problem focused coping* yaitu kategori tinggi sebesar 71,2% (94 subjek) dan kategori sedang sebesar 28,8% (38 subjek) dan kategori rendah 0% (0 subjek). Pada hasil kategorisasi variabel *problem focused coping* tidak ada responden dengan kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta tergolong ke dalam kategori tinggi.

Tabel 2. Kategori Optimisme

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Pedoman** | **Interval** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1.σ) | X ≥ 27 | 111 | 84,1% |
| Sedang | (µ-1.σ) ≤ X < (µ+1.σ) | 18 ≤ X < 27 | 21 | 12,9% |
| Rendah | X < (µ-1.σ) | X < 18 | 0 | 0% |
| **Total** |  |  | **132** | **100%** |

Pada skala optimisme, hasil kategorisasi skor subjek adalah kategori tinggi sebesar 84,1% (111 subjek), kategori sedang sebesar 12,9% (21 subjek) dan kategori rendah 0% (0 subjek). Pada hasil kategorisasi variabel optimisme tidak ada responden dengan kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa optimisme pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta tergolong ke dalam kategori tinggi.

Penelitian ini mendapatkan hasil analisis data yang juga mengungkapkan nilai koefisien determinasi (R²) yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,075. Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan variabel optimisme memberi kontribusi 7,5% terhadap variabel *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dan sisanya 92,5% dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi *problem focused copin*g menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu kesehatan dan energi, kemampuan dalam memecahkan masalah, dukungan sosial, keterampilan sosial, dan sumber material. Selain itu faktor lain menurut Schafer (1998) yaitu optimisme *(optimism),* pengalaman menghadapi kondisi stress *(experience to face stressor),* kemampuan pemecahan masalah *(problem solving skills),* dukungan sosial *(social support)* dan kemampuan berkomunikasi *(communication skill).*

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara optimisme dengan kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi pula kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah optimisme maka semakin rendah pula kemampuan *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta.

Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikan dengan adanya koefisien korelasi (rxy) = 0,273 dengan p = 0,001 (p < 0,05). Kemudian dari hasil kategorisasi data di ketahui bahwa subjek pengemudi ojek *online* cenderung memiliki *problem focused coping* yang tergolong tinggi dengan jumlah 94 orang (71,2%) dan sedang 38 orang (28,8%), kemudian kategori optimisme termasuk dalam kategori tinggi dengan jumlah 111 orang (84,1%) dan sedang 21 orang (12,9%). Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (*R Squared*) sebesar 0,075 yang berarti bahwa variabel optimisme memberi kontribusi 7,5% terhadap variabel *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dan sisanya 92,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, peneliti mengajukan saran yang diharapkan dapat berguna bagi proses penelitian selanjutnya. Adapun saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

### Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diketahui bahwa optimisme pengemudi ojek *online* berada dalam kategori tinggi, maka subjek perlu untuk mempertahankannya. Bagi subjek penelitian dalam hal ini pengemudi ojek *online* diharapkan mampu untuk selalu berpikiran positif, mengambil hal baik dari setiap kejadian dan meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah dengan *problem focused coping*. Subjek juga diharapkan lebih dapat menyelesaikan masalah-masalah dengan cara *coping* aktif, perencanaan, mengurangi aktivitas bersaing, kontrol diri dan mencari dukunan sosial. Individu yang memiliki *problem focused coping* yang tinggi dapat mengatasi tingkatan stres dan menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dengan demikian maka subjek dapat mengatasi masalah-masalah yang muncul dalam pencapaian target sehingga dapat meningkatkan kemampuan kualitas hidup.

### Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilanjutkan dan disempurnakan lagi sehingga bisa memberikan sumbangan yang kaya pada ilmu psikologi. Selain itu, berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang di alami dan dapat menjadi faktor yang lebih di perhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus di perbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya.

Adanya sumbangan efektif variabel optimisme 7,5% terhadap variabel *problem focused coping* pada pengemudi ojek *online* di Yogyakarta dan sisanya 92,5% dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi *problem focused copin*g yaitu kesehatan dan energi, kemampuan dalam memecahkan masalah, dukungan sosial, keterampilan sosial, dan sumber material. Maka peneliti mengharapkan bahwa peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada faktor-faktor lainnya dalam memilih subjek dengan populasi yang lebih besar agar hasil yang didapatkan bisa lebih komprehensif

**DAFTAR PUSTAKA**

Achroza, F. H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dosen pembimbing mahasiswa dan *problem focused coping* dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa FKIP bimbingan dan konseling Universitas Muria Kudus*. Skripsi.* Universitas Muara Kudus. Kudus.

Adimas. (2016). Hubungan strategy *emotion focused copin*g dan *aggressive driving* pada remaja. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.

Afrina, E. (2018). 5 Masalah Kesejahteraan yang Dikeluhkan Sopir Ojek “*Online”*. Diakses pada tanggal 24 Oktober 2019, dari <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20180410195433-185-289823/5-masalah-kesejahteraan-yang-dikeluhkan-sopir-ojek-online>.

Amelia, D. (2019). Hubungan antara *problem focused coping* dan *burnout* pada guru sekolah dasar. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.

Asih, D. R. (2020). HUbungan antara optimisme dengan coping stress pada individu generasi milenial. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.

Atkinson, R. L., Richard, C. A., Edward, E. S., Darly, J. B., & Susan Nolen-Hoeksema. (1996). *Hilgard’s introduction to psychology*. USA: Harcourt Brace College Publishers.

Avey, J. B., Wernsing, T. S., & Luthans, F. (2008). Can positive employees help positive organizational change?: Impact of psychological capital and emotions on relevant attitudes and behaviors. *Journal of Applied Behavioral Science,* 44 (1), 48-70. <https://doi.org/10.1177/0021886307311470>.

Azmi, S. F. (2016). Hubungan antara *optimisme* dengan kemampuan *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja part time. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.

Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (Edisi II). Pustaka Belajar.

Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi III*)*. Pustaka Belajar.\Bakhtiar, M. I., & Asrani. (2015). Efektivitas strategi *problem focused coping* dan *emotion focused coping* dalam meningkatkan pengelolaan stres siswa di SMA Negeri 1 Barru. *Jurnal Ilmu pendidikan, psikologi, bimbingan dan konseling,* 5(2).

Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and coping mechanisms: A historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. 6 (2 S1).

Brande, W. V. D., Baillien, E., Elst, T. VAnder, Witte, H. De, Boeck, A. Van Den, &Godderis, L. (2017). Exposure to workplace bullying: the role of coping strategies in dealing with work stressors. *BioMed Research International.* <https://doi.org/https://doi.prg/10.1155/2017/1019529>.

Cahyani, M. D. (2020). Hubungan antara optimisme dengan work engagement pada karyawan parkson department store. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana Yogyakarta. Yogyakarta.

Cahyo, K. A. A. (2021). Adversity Quotient Pada Driver Ojek Online. Sebuah studi kasus pada wak joki dan ngah jek kabupaten lingga. *Skripsi.* Universita Mercubuana yogyakarta.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology,* 56(2), 267-283.

Carver, C. & Scheier, M. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1).102-111.

Chen, S. M., & Sun, P. Z. (2019). Gender differences in the interaction effect of cumulative risk and problem focused coping on depression among adult employees*. Journal Plos One*.

Cosway, R., Endler, N. S., Sadler, A. J., & Deary, I. J. (2000) The coping inventory for stressful situations: Factorial structure and associations with personality traits and psychological health. *Applied Biobehavioral Research*, 5(2), 121-143.

Dewangga, D. O. T. (2022). Hubungan antara persaingan kerja dengan kepuasan kerja pada driver ojek online di Yogyakarta. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana Yogyakarta.

Diener, E. F., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfacation, 25(8), 980-990.

Fink, G. (2016). Stress: concepts, cognition, emotion, and behavior: *handbook of stress series*, Volume I (Vol 1). Academic Press.

Hakim, M. L. (2019). Peran transportasi online di kalangan mahasiswa Universitas Indonesia Depok. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.

Handoko. (2014). *Manajemen personalia sumber daya manusia* edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Hapsari, V. C., Sovitriana, R., & Santosa, A. D. (2021). Stress pada pengemudi ojek *online* di pandemic COVID-19 masa new normal di jakarta. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1).

Ismayanti, Y. T. (2022). Hubungan antara level alexithymia dengan strategi emotion focused coping pada usia dewasa awal. *Skripsi.* Universitas Mercubuana yogyakarta., N., & Indawati. (2017). Hubungan antara optimism dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi,* 4(1), 19-25.

Jayusman, R. A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa perantau di Yogyakarta. *Skripsi.* Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta.

Khairani,M. A. (2021). Hubungan antara kemampuan *problem focused coping* dengan *burnout* pada karyawan studi lanjut Strata 1 di Yogyakarta. *Skripsi.* Universitas Mercubuana Yogyakarta.

Koran SINDO. (2015). 10 jasa transportasi online di Indonesia, dari GO-JEK hingga Uber. DIakses pada tanggal 24 Oktober 2019. <https://economy.okezone.com/read/2015/09/23/320/1219859/10-jasa-transportasi-online-di-indonesia-dari-go-jek-hingga-uber>

Lazarus, R. R., &Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.*

Liang, F., & Cao, L. (2021). *Linking employee resilience with organizational resilience:* The roles of coping mechanism and managerial resilience. *Journal Psychology Research and Behavior Management.*

Listiana, W. (2009). Hubungan antara Optimisme dan Problem Focused Coping pada Mahasiswa. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Jakarta.

Lopez, &Snyder, R. R. (2003). Positive psychological assessment a *handbook of models & measures,* Washington. DC : APA.

Martoyo, S. (2007). *Manajemen sumber daya manusia* edisi kelima. Yogyakarta : BPFE Yogyakarta.

McGinnis, A. L. (1995). *Kekuatan Optimis.* Jakarta: Mitra Utama.

Nes, L. S., & Segerstrom, S. C. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analytic review. *Journal Personality and Socil Psychology Review.* 10 (3), 235-251.

Ogoma, S. O. (2020). Problem-focused coping controls burnout in medical students: The case of a selected medical school in Kenya*. Journal pf Psychology and Behavioral Science.* 8 (1), 69-79.

Prayascitta, O. (2010). Hubungan antara coping stress dan dukungan sosial dengan motivasi belajar remaja yang orangtuanya bercerai. *Jurnal Psikologi Udayana,* 69.210-221.

Purba, H. T. (2022). Hubungan psychological capital dengan problem focused coping pada mahasiswa yang bekerja part time. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana Yogyakarta. Yogyakarta.

Putra, E. (2015). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan problem focused coping pada remaja. *Skripsi.* Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Riau.

Putra, G. S. (2020). Hubungan optimisme dengan problem focused coping pada pengemudi ojek online. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma. Jakarta.

Revenson, T. A., & Aldwin, C. M. (1987). Does coping help? a reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social PSychology*, 53(2), 337-348.

Riani, A. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dan problem focused coping dengan psychological well-being pada mahasiswa FIP UNY. *Skripsi.* Fakultas ilmu pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.

Richard. (2010). *Coping with stress in a changing world*. New York: McGraw-Hill.

Safitri, R. M. (2019). *Modul Praktikum Analisis Data.*

Sarafina, E. P., Timothy, W. S. (2011). *Health psychology biopsychosocial interactions seventh edition*. New York: Problem & Puzzle.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health psychology biopsychosocial interactions (C. Johnson (ed); Seventh Ed*). Jay O’Callaghan.

Sari, V. Y., & Rachmahana. (2007). Hubungan antara optimisme dengan problem focused coping pada mahasiswa pengambilan skripsi. J*urnal Psikologi*, 8(2), 132-143.

Sarikandi, N. S. (2020). Mengojek sambil kuliah (studi terhadap driver ojek online di kalangan mahasiswa UIN Ar-Rainy Banda Aceh). *Skripsi*. Fakultas Ushuluddin dan Filsafat. Universitas Islam Negeri Ar-Aniry Darussalam. Banda Aceh.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2018). Dispositional optimism and physical health: A long look back, a quick look forward. *American Psychologist*. 73 (9), 1082-1094.

Schueller, S. M., & Seligman, M. E. P. (2008). *Optimism and pessimism*. Risk Factors in Depression, 171-194. doi:10.1016/b978-0-08-045078-0.00008-3

Sukasni, S. S. I. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan problem focused coping pada remaja yang tinggal di panti asuhan budi mulya muhammadiyah sukarame bandar lampung*. Skripsi.* Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Universitas Islam Negeri Raden Intan. Lampung.

Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R7D*. Bandung: Alfabeta.

Suwarsi, S., & Handayani, A. (2017). Hubungan antara optimisme dan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. 12 (1), 35-44.

T. Muhonen, et al. (2011). Exploring coping effectiveness and optimism among municipal employees. *Journal Psychology*. 2 (6), 584-589.

Tiasningsih., T. A. (2021). Hubungan antara strategi problem focused coping dengan resiliensi psikologis pada pelaku usaha travel, perjalanan*. Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Islam Riau. Pekanbaru.

Unuvar, S., & Uslu, M. (2012). An evaluation of optimism and life satisfaction of undergraduate school of tourism and hotel management. *Journal Asian Social Science.* 8 (12).

Valentsia, G. K. D., & Wijoyono, S. (2020). Optimisme dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir*. Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2 (1), 15-22.

Wahyudin, S. M. N. (2020). Strategi driver ojek daring menghadapi korporasi, e-commerce, konsumen di kota Makassar. *Tesis.* Program Pascasarjana Antropologi. Universitas Hasanuddin. Makassar.

Waskito. A. M. (2013). *The power of optimism*. Jakarta: Pustaka Al Kautsar.