

Gambaran *Self Efficacy* Pada Mahasiswa KIPK yang Mengalami Impostor Phenomenon

An Overview of Self efficacy Among KIPK Students with Impostor Phenomenon

Dwi Syifa Ananda¹, Nur Afni Safarina², Yulia Nanda Safitri³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: nurafni.safarina@unimal.ac.id

Abstract: *This study aims to see the relationship between optimism and hardiness in Malikussaleh University students who live in Dayah. The research method used is a quantitative method with a correlational research type. The data collection method in this research uses a hardiness scale and an optimism scale compiled by the researcher himself. The subjects in this research were 226 Malikussaleh University students who were staying at Dayah using a sampling technique, namely simple random sampling. Data analysis used Spearman's rho and the results obtained were that there was a strong and positive relationship with a correlation coefficient of 0.693 and a significance of $0,000 < 0,05$. The results of this research show that the lower the optimism, the lower the hardiness, and vice versa, the higher the optimism, the higher the hardiness. Thus it can be concluded that the hypothesis proposed in this research is acceptable.*

Keywords: *Hardiness, Optimism, Students*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan *optimism* dengan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *hardiness* dan skala *optimism* yang disusun sendiri oleh peneliti. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 226 mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Analisis data menggunakan *Spearman's rho* dan hasil yang diperoleh ialah terdapat hubungan yang kuat dan positif dengan koefisien korelasi sebesar 0,693 dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan semakin rendah *optimism* maka semakin rendah *hardiness*, begitupun sebaliknya semakin tinggi *optimism* maka semakin tinggi *hardiness*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.

Kata kunci: *Hardiness, Optimism, Mahasiswa*

Pendahuluan

Dayah merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari tradisi masyarakat Aceh. Keberadaan dayah memiliki sejarah yang panjang, mengakar kuat dalam masyarakat, baik dalam pola kehidupan sosial, budaya dan keagamaan (Silahuddin, 2016). Menurut Mastuhu (1994) dayah merupakan lembaga pendidikan Islam tradisional untuk mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Izah, Aini dan Bukhori (2023) menyatakan santri yang tinggal di dayah bukan hanya dari kalangan biasa, melainkan juga berasal dari kalangan mahasiswa yang berkuliah dan juga mencari ilmu di dayah.

Mahasiswa yang mondok di dayah atau disebut mahasantri (mahasiswa santri) adalah mahasiswa yang memilih tinggal di pondok pasantren/dayah dan menimba ilmu untuk mengembangkan potensi dirinya selain dari bangku kuliah (Alfinnas, 2018). Sebagai mahasiswa yang mondok aktivitas sehari-hari lebih banyak dikarenakan mahasiswa yang mondok harus ikut serta dengan berbagai kegiatan di dayah, tentu hal tersebut akan mengurangi waktu untuk istirahat dan mengerjakan tugas kuliah (Izah, Aini & Bukhori, 2023).

Menurut Rahmawati (2019) mahasiswa yang mondok di dayah

walaupun jauh dari pengawasan orang tua namun kehidupannya tidak sebebaskan mahasiswa yang tinggal diluar dayah, mahasiswa yang mondok di dayah dituntut untuk lebih disiplin dan harus pandai mengatur waktu sendiri. Mahasiswa yang mondok di dayah juga memiliki rutinitas lebih banyak seperti bangun lebih subuh, mengaji, hafalan, mengikuti kegiatan pondok yang beraneka ragam seperti *muhadarah amm*, *muhadarah khos*, *talaran* kosa kata, *hadron* dan kegiatan eksternal pondok, piket harian.

Sementara itu menurut Febrianti, Nuqul dan Khotimah (2020) sebagai mahasiswa ada kebanggaan sekaligus tantangan karena harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi mahasiswa begitu besar. Menurut Risana dan Kustanti (2020) mahasiswa dalam menjalani perkuliahannya akan mendapatkan berbagai tugas untuk menjadi bagian dari penilaian akademik, dimana tugas yang diberikan memiliki batas waktu dan bisa saja waktu yang ditentukan bersamaan dengan tugas kuliah lainnya, ditambah lagi tingkat kesulitan dalam mengerjakannya berbeda-beda bagi mahasiswa. Hal ini menyebabkan jam istirahat semakin berkurang, waktu mengerjakan tugas kuliah semakin sedikit dan kondisi tersebut dapat menjadi stressor bagi mahasiswa (Rahmawati, 2019).

Febrianti, Nuqul dan Khotimah (2020) menyatakan banyaknya tuntutan akan berat apabila seorang mahasiswa tidak memiliki kepribadian tahan banting (*hardiness*). Menurut Maddi (2013) *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek stres yang dialami, *hardiness* juga akan memandang hidup sebagai sesuatu yang harus dihadapi. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Maddi (2013) dapat disimpulkan yang membuat individu menjadi lebih kuat adalah sikap yang optimis.

Didukung oleh penelitian yang dilakukan Rachman dan Indriana (2013) membahas terkait “*Hardiness* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi ditinjau dari Tingkat Optimisme” hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat optimisme dan *hardiness* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Dalam penelitian ini juga dijelaskan semakin tinggi tingkat optimisme maka semakin tinggi *hardiness* begitupun sebaliknya. Seligman (2006) mendefinisikan *optimism* sebagai suatu keyakinan yang dimiliki individu dengan memandang bahwa setiap peristiwa buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara, tidak akan mempengaruhi diri dan bukan diri sendiri yang menjadi penyebabnya tetapi hal-hal diluar dirinya

seperti situasi, takdir atau bisa karena individu lain yang menjadi penyebab peristiwa tersebut.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh peneliti di Dayah Al-Huda Malikussaleh, Dayah Misbahudh Dhulam Al-Aziziyah, Dayah Darul Mu’arrif Al-Aziziyah dan Dayah Nurul Muhtadie Al-Aziziyah terhadap 50 mahasiswa UNIMAL yang mondok di dayah. Hasil survei menunjukkan pada aspek *commitment* sebanyak 98% mahasiswa ketika memilih untuk kuliah dan mondok di dayah mereka akan bersungguh-sungguh untuk menjalaninya karena mereka percaya bahwa itu merupakan salah satu jalan untuk meraih tujuan hidup mereka. Kemudian 100% mahasiswa memilih untuk melewati setiap proses yang mereka hadapi meskipun berat karena mereka percaya akan ada waktu dimana semuanya dapat memberikan hasil yang memuaskan.

Sebanyak 72% mahasiswa akan terlibat dan mengikuti semua kegiatan pembelajaran atau acara-acara yang dibuat oleh pihak kampus dan dayah. Sebanyak 94% mahasiswa akan melewati semua proses yang harus mereka hadapi di kampus dan dayah sampai selesai. Menurut Rachman dan Indriana (2013) hal ini dikarenakan adanya komitmen yang kuat juga mengarahkan individu untuk menghadapi permasalahan yang muncul dibanding lari atau beralih ke aktivitas lain. Perilaku yang mudah beralih

ketika menghadapi masalah merupakan indikasi kurangnya komitmen mahasiswa, individu mempunyai cara yang berbeda dalam merespon masalah yang ditemuinya dan kepribadian mempunyai pengaruh besar dalam hal ini.

Pada aspek *control* sebanyak 90% mahasiswa merasa mampu melewati setiap proses dan mengontrol setiap tekanan yang mereka hadapi di kampus dan dayah. Sebanyak 92% mahasiswa mengendalikan dan mengubah situasi yang tidak menyenangkan dapat memberikan pengaruh yang positif untuk diri mereka. Kemudian ada 94% mahasiswa mengaku dengan menerima, mengerjakan dan berusaha menyelesaikan dengan baik setiap tugas yang diberikan oleh kampus dan dayah akan mengurangi beban dan tekanan pada diri mereka. Sebanyak 82% mahasiswa yakin dapat membagi waktu antara kuliah dan dayah dengan baik. Rachman dan Indriana (2013) menjelaskan individu dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi mempunyai perilaku-perilaku yang membuat mereka lebih kuat dalam menahan stres dan juga percaya bahwa mereka dapat mengontrol atau mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidup mereka.

Pada aspek *challenge*, 98% mahasiswa percaya setiap tekanan yang mereka hadapi di kampus dan dayah merupakan tantangan yang harus dihadapi. Kemudian 92%

mahasiswa merasa yakin bahwa setiap tugas, proses dan tekanan yang mereka hadapi di kampus dan dayah merupakan kesempatan untuk mengembangkan diri dan bukan suatu ancaman untuk diri mereka. Sebanyak 96% mahasiswa dalam menghadapi tugas atau masalah yang sangat berat mereka akan berjuang dan berusaha untuk menyelesaikan serta mencari solusi terbaik. Sebanyak 96% mahasiswa setiap tugas yang sulit membuat mereka harus berusaha lebih keras dalam mengerjakan dan menyelesaikannya.

Terakhir sebanyak 90% mahasiswa tidak pernah merasa takut untuk mempelajari hal-hal baru. Menurut Febrianti, Nuqul dan Khotimah (2020) hal ini dikarenakan individu memiliki *challenge* yang tinggi, mahasiswa dengan rasa *challenge* yang lemah berpikir bahwa tantangan atau perubahan dalam hidup adalah hal yang mengancam dan jauh dari rasa nyaman, bukan memandang suatu perubahan dalam hidup sebagai suatu stimulus sebagai suatu yang wajar dan berguna bagi perkembangan.

Tyas dan Cahyadi (2022) dalam penelitiannya tentang “Keterkaitan Kepribadian *Hardiness* dengan Optimisme dalam Mencari Pekerjaan pada Dewasa Awal” hasil penelitian menyatakan bahwa kepribadian *hardiness* memainkan peran penting dalam meningkatkan sikap optimis.

Menurut Rachman dan Indriana (2013) optimisme mengharapakan hal baik akan terjadi dan masalah yang terjadi akan terselesaikan dengan hasil akhir yang baik. Individu optimis juga mempunyai area kepuasan hidup yang lebih luas. Safarina (2016) mahasiswa yang optimis tidak memandang masalah sebagai akhir dari usahanya tetapi justru akan berusaha menyelesaikan dan keluar dari masalah tersebut.

Pada aspek *permanence* sebanyak 98% mahasiswa mengakui bahwa kegagalan atau situasi buruk merupakan tantangan yang harus dihadapi. Kemudian sebanyak 96% mahasiswa merasa yakin dapat menjalani serta menyelesaikan kuliah dan dayah sekaligus dalam waktu yang bersamaan. Sebanyak 96% mahasiswa meyakini peristiwa yang buruk, penuh dengan tekanan dan situasi yang tidak menyenangkan akan terlewatkan seiring berjalannya waktu. Sebanyak 98% mahasiswa merasa yakin bahwa peristiwa yang baik akan selalu datang dan ada di waktu-waktu yang tepat. Menurut Seligman (2006) hal ini dikarenakan individu yang optimis percaya bahwa penyebab peristiwa buruk tersebut bersifat sementara. Individu yang percaya bahwa kejadian-kejadian baik mempunyai penyebab yang permanensi akan berusaha lebih keras setelah keberhasilannya.

Pada aspek *pervasiveness*, 56% mahasiswa meyakini bahwa peristiwa buruk atau masalah-masalah yang dihadapi tidak akan mempengaruhi diri dan kegiatan di kampus maupun dayah. Selanjutnya sebanyak 86% mahasiswa mengakui bahwa keterbatasan waktu hanyalah masalah kecil yang dapat diatur dan di cari solusinya. Sebanyak 98% mahasiswa meyakini hal-hal baik yang terjadi akan memberikan dampak yang positif pada kehidupan. Seligman (2006) menjelaskan hal ini dikarenakan individu yang optimis memandang peristiwa buruk itu tidak mempengaruhi hal lainnya dari diri individu.

Pada aspek *personalization*, 84% mahasiswa mengakui bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas, melewati proses, tantangan dan tekanan kampus maupun dayah karena kemampuan yang dimiliki. Kemudian sebanyak 60% mahasiswa meyakini bahwa setiap peristiwa buruk yang dialami bukan karena kesalahan diri sepenuhnya. Sebanyak 78% mahasiswa mengaku tidak semua kegagalan yang dialami penyebabnya karena kelemahan dari diri sendiri.

Terakhir sebanyak 90% mahasiswa merasa yakin bahwa keberhasilan dan prestasi yang baik di kampus maupun dayah merupakan hasil dari usaha dan kerja keras mereka. Seligman (2006) menyatakan hal ini dikarenakan individu yang optimis tidak

akan menyalahkan dirinya sebagai penyebab terjadinya peristiwa buruk tersebut, mereka akan mengatakan bahwa hal-hal diluar dirinya yang menjadi penyebab peristiwa tersebut. Individu yang optimis tidak akan berpikir bahwa mereka tidak berharga, tidak bermartabat, dan tidak dapat dicintai. Mereka menyukai diri mereka sendiri lebih baik dari pada orang yang menyalahkan diri sendiri.

Tyas dan Cahyadi (2022) menyatakan seseorang yang memiliki kepribadian *hardiness* juga memiliki sikap optimisme, paling tidak dalam hal memandang sebuah perubahan sebagai tantangan yang pasti bisa dilalui dengan hasil yang positif. Dengan demikian, berdasarkan uraian diatas penelitian tentang *optimism* dan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah penting untuk dilakukan agar dapat memperoleh data yang lebih valid, sehingga tujuan dari penelitian ini dapat tercapai.

Metode

Penelitian Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang mana tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk melihat hubungan *optimism* dengan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah.

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 226 mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini termasuk dalam *probability sampling* yakni *simple random sampling*.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *hardiness* dan skala *optimism*. Skala *hardiness* yang digunakan merupakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari teori Maddi (2013) yakni *commitment* (komitmen), *control* (pengendalian) dan *challenge* (tantangan). Sedangkan skala *optimism* yang digunakan merupakan skala yang juga disusun oleh peneliti berdasarkan aspek- aspek dari teori Seligman (2006) yakni *permanence* (ketetapan suatu peristiwa), *pervasiveness* (keluasan suatu peristiwa) dan *personalization* (sumber suatu peristiwa).

Setelah dilakukan uji validitas dengan menggunakan teknik *corrected item total*, untuk skala *hardiness* dari 70 aitem terdapat 42 aitem yang dinyatakan valid dan 28 aitem yang dinyatakan gugur. Hasil uji coba skala *hardiness* diperoleh nilai dengan rentang 0.348 – 0.708, hal ini menunjukkan bahwa skala *hardiness* valid. Kemudian untuk skala optimisme dari 34 aitem terdapat 13 aitem yang dinyatakan valid dan 21 aitem yang dinyatakan gugur. Hasil uji coba skala optimisme diperoleh

nilai dengan rentang 0.345 – 0.873, hal ini menunjukkan bahwa skala *optimism* valid. Berdasarkan hasil uji reliabilitas untuk skala *hardiness* sebesar 0,940. Sedangkan pada skala *optimism* sebesar 0,878.

Hasil

Peneliti melakukan kategorisasi skor kepada setiap subjek penelitian untuk variabel *hardiness*. Kategorisasi *hardiness* terbagi menjadi dua yakni kategori tinggi dan rendah, hal ini dijelaskan berdasarkan penelitian yang dilakukan Kobasa, Maddi dan Kahn (1982). Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.
Kategorisasi *Hardiness*

Skor	Kategorisasi	Jumlah	Persentasi
X > 145,94	Tinggi	80	35,4%
X < 131,94	Rendah	65	28,8%
145,93 – 131,95	Fluktuasi skor mean	81	35,8%
Total		226	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kategori *hardiness* yang tinggi memiliki komitmen dan kontrol yang baik dalam menghadapi setiap tantangan baik di kampus maupun dayah. Sedangkan mahasiswa dengan kategori *hardiness* yang rendah tidak mampu berkomitmen dengan baik dan memiliki kesulitan dalam mengontrol setiap tantangan yang dihadapi baik di kampus maupun dayah.

Peneliti melakukan kategorisasi skor kepada setiap subjek penelitian untuk variabel *optimism*. Kategorisasi *optimism* terbagi menjadi dua yakni kategori tinggi dan rendah, hal ini dijelaskan berdasarkan penelitian yang dilakukan Dewi, Nasir dan Salma (2019). Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2.
Kategorisasi Optimisme

Skor	Kategorisasi	Jumlah	Persentasi
X > 46,25	Tinggi	68	30,1%
X < 40,25	Rendah	66	29,2%
46,24 – 40,26	Fluktuasi skor mean	92	40,7%
Total		226	100%

Hasil Berdasarkan hasil kategorisasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kategori *optimism* yang tinggi meyakini akan ada hasil yang baik untuk dapat mencapai harapan baik dan percaya penyebab dari peristiwa buruk hanya bersifat sementara dan tidak akan mempengaruhi hal lainnya. Sedangkan mahasiswa dengan kategori

optimism yang rendah memandang hidup sebagai hal yang sulit untuk dilewati, sehingga mahasiswa merasa tidak yakin dapat memperoleh hasil yang baik dalam mencapai harapan yang baik itu.

Diskusi

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah dengan jumlah subjek sebanyak 226 subjek. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk melihat hubungan antara *optimism* dengan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Berdasarkan uji nonparametrik yang dilakukan menggunakan pendekatan *spearman's rho* ditemukan hasil *correlation coefficient* sebesar 0,693 dengan keeratan hubungan kuat karena koefisien korelasi lebih dari 0,5.

Terdapat tanda bintang berjumlah dua pada level 0,01 dengan uji 2 sisi yang artinya terdapat hubungan yang positif antara *optimism* dengan *hardiness*. Dengan demikian, semakin rendah *optimism* maka semakin rendah *hardiness*, begitupun sebaliknya semakin tinggi *optimism* maka semakin tinggi *hardiness*. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara *optimism* dengan *hardiness* mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Pengaruh *optimism* dengan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah sebesar 69,3%, dimana

30,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Berdasarkan uraian diatas hasil penelitian dalam penelitian ini memberikan makna bahwa mahasiswa dengan *optimism* yang baik akan memiliki *hardiness* yang baik, sehingga ketika mahasiswa menghadapi kesulitan atau hambatan dalam mencapai tujuan yang ada di perkuliahan dan dayah mereka akan mampu menghadapi dan bertahan hingga tujuan mereka dapat tercapai. Hal ini dikarenakan individu sudah mampu mengendalikan setiap kejadian dengan memandang kejadian-kejadian tersebut sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi dengan komitmen yang baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tyas dan Cahyadi (2022) seseorang yang memiliki kepribadian *hardiness* juga memiliki sikap optimisme paling tidak dalam hal memandang sebuah perubahan sebagai tantangan yang pasti bisa dilalui dengan hasil yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* memainkan peran penting dalam meningkatkan sikap optimisme seseorang. Rachman dan Indriana (2013) berpendapat yang sama dalam hasil penelitiannya, dimana

hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa tingkat optimisme mempengaruhi *hardiness* mahasiswa.

Hasil kategorisasi dalam penelitian ini menunjukkan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah dalam kategori tinggi. Risana dan Kustanti (2020) menyatakan bahwa *hardiness* yang tinggi pada mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki komitmen untuk tetap mengerjakan tugas dan menyelesaikan tugas meskipun sulit dan berat, mahasiswa mampu menekan kesulitan yang dialami dan mahasiswa berusaha untuk belajar lebih giat lagi ketika memperoleh hasil yang tidak sesuai target. Hal ini sejalan dengan pendapat Nurtjahjanti dan Ratnaningsih (dalam Tyas dan Cahyadi, 2022) yang menyatakan seseorang yang memiliki kepribadian *hardiness* yakin bahwa peristiwa yang mereka temui dapat dikendalikan dengan baik, mereka juga memegang komitmen atas setiap aktivitas yang mereka lakukan dan mereka juga menganggap setiap perubahan sebagai sebuah tantangan yang harus dilalui.

Namun dalam penelitian ini *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah ada juga yang termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *hardiness* yang rendah akan memiliki daya tahan yang lemah dalam mengendalikan

setiap kejadian yang menekan dan menyebabkan stres, sehingga mahasiswa dengan *hardiness* yang rendah akan memandang kejadian tersebut sebagai suatu tantangan yang akan sulit untuk dihadapi. Hal ini sejalan dengan pernyataan Arieska (dalam Tyas dan Cahyadi, 2022) mereka yang memiliki *hardiness* yang rendah akan merasa kurang yakin terhadap kemampuan dirinya dalam mengendalikan sesuatu, sehingga dapat menyebabkan kurangnya harapan dan mudah menyerah saat mengalami kesulitan.

Selanjutnya, pada hasil kategorisasi *optimism* dalam penelitian ini menunjukkan *optimism* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan dalam memandang hidup sebagai hal yang harus dilewati meski banyak tantangan dan kesulitan, namun dirinya yakin akan selalu ada hasil yang baik untuk dapat mencapai harapan baik tersebut. Mahasiswa juga percaya penyebab dari peristiwa buruk hanya bersifat sementara dan tidak akan mempengaruhi hal lainnya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Rachman dan Indriana (2013) mahasiswa dengan optimisme yang tinggi memiliki pemikiran bahwa segala masalah/peristiwa buruk dalam hidup ini akan dapat dilewati dan sesuatu yang baik akan terjadi meskipun terdapat rintangan

yang mungkin akan menghambat usahanya. Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Nurtjahjanti dan Ratnaningsih (dalam Tyas dan Cahyadi, 2022) seseorang yang memiliki sikap optimis akan selalu mengharapkan hasil yang positif, meskipun peristiwa yang dihadapi cukup berat. Putri dan Frieda (dalam Tyas dan Cahyadi, 2022) menyatakan dengan memiliki sikap optimisme individu akan mampu menghadapi masalahnya, sehingga mereka mampu meraih pencapaian yang lebih baik lagi.

Namun kategorisasi *optimism* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah ada juga yang termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan yang dimiliki mahasiswa dalam memandang hidup sebagai hal yang sulit untuk dilewati karena banyaknya tantangan dan kesulitan, sehingga mahasiswa merasa tidak yakin dapat memperoleh hasil yang baik dalam mencapai harapan yang baik itu. Hal ini sejalan dengan pendapat Maramis dan Cong (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *optimism* dalam kategori rendah memiliki kekhawatiran terhadap sesuatu yang tidak sesuai dengan harapan dan keahlian. Mahasiswa dengan *optimism* yang rendah cenderung memaknai perkuliahan sebagai sumber stresor yang menekan (Rachman & Indriana, 2013).

Berdasarkan hasil uji korelasi aspek *optimism*, salah satu aspek yang memiliki hubungan paling kuat dengan *hardiness* ialah aspek *pervasiveness*. Sedangkan aspek *optimism* yang memiliki hubungan paling lemah dengan variabel *hardiness* ialah aspek *permanence*. Seligman (2006) dalam aspek *pervasiveness* menyatakan individu yang optimis akan memandang suatu kejadian buruk tidak akan mempengaruhi hal lain dari dirinya. Dalam aspek *permanence*, individu yang kurang optimis akan percaya bahwa penyebab peristiwa buruk yang menimpa mereka akan bertahan dan akan selalu ada untuk mempengaruhi kehidupan mereka.

Kemudian pada hasil uji korelasi aspek *hardiness*, salah satu aspek yang memiliki hubungan paling kuat dengan *optimism* ialah aspek *commitment*. Sedangkan aspek *hardiness* yang memiliki hubungan paling lemah dengan variabel *optimism* ialah aspek *challenge*. Maddi (2013) dalam aspek *commitment* menyatakan individu dengan *commitment* yang baik akan melibatkan diri dalam hal apapun yang sedang dihadapi. Dalam aspek *challenge*, individu dengan *challenge* yang lemah akan memandang perubahan yang terjadi sebagai ancaman terhadap rasa amannya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Febrianti, Nuqul dan Khotimah (2020) mahasiswa dengan *commitment* yang tinggi akan mampu

melakukan pengorbanan pribadi untuk meraih prestasi yang tinggi, ia juga memiliki kecenderungan untuk melibatkan diri ke dalam apapun yang dihadapi, ia juga akan mengerjakan tugas-tugas dengan maksimal untuk mendapatkan hasil yang memuaskan. Kemudian individu dengan *challenge* yang lemah akan khawatir dengan adanya perubahan dan menganggapnya sebagai ancaman. Ancaman yang dimaksud adalah dukungan yang menjadi motivasi dari lingkungan sosial dalam keberlangsungan mahasiswa mencapai prestasi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *optimism* dengan *hardiness* pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah dengan nilai korelasi 0,693 termasuk dalam hubungan yang kuat dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya hipotesis diterima. Sehingga, semakin tinggi *optimism* mahasiswa maka semakin tinggi pula *hardiness* mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Begitu pun sebaliknya semakin rendah *optimism* mahasiswa maka semakin rendah pula *hardiness* mahasiswa Universitas Malikussaleh yang mondok di dayah. Hal ini memberikan makna bahwa mahasiswa dengan *optimism* yang baik akan memiliki *hardiness* yang baik, sehingga ketika

mahasiswa menghadapi kesulitan atau hambatan dalam mencapai tujuan yang ada di perkuliahan dan dayah, mereka akan mampu menghadapi dan bertahan hingga tujuan mereka dapat tercapai. Hal ini dikarenakan individu sudah mampu mengendalikan setiap kejadian dengan memandang kejadian-kejadian tersebut sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi dengan komitmen yang baik.

Saran

Bagi mahasiswa mondok di dayah yang memiliki *optimism* dan *hardiness* yang rendah diharapkan untuk lebih mempersiapkan diri secara optimal baik fisik maupun psikis dalam menghadapi tugas dan kegiatan yang ada di kampus maupun dayah dengan memperbanyak ibadah atau lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT serta memandang segala sesuatu kearah yang lebih positif seperti meyakini sesuatu yang sedang dijalani akan memberikan makna, tujuan, hasil yang baik dan menjadi sebuah peluang untuk tumbuh. Sedangkan bagi mahasiswa mondok di dayah yang memiliki *optimism* dan *hardiness* yang tinggi diharapkan dapat mempertahankan *optimism* dan *hardiness*-nya dengan cara untuk tetap melanjutkan hal-hal yang dapat meningkatkan *optimism* dan *hardiness*-nya.

Saran bagi dayah agar lebih memperhatikan mahasiswa yang mondok di dayah tersebut dengan menerapkan pendidikan dan pengasuhan yang dapat meningkatkan *optimism*

dan *hardiness* pada santri yang sedang berkuliah. Pihak dayah juga dapat membuat kegiatan seperti ceramah atau pelatihan yang dapat meningkatkan *optimism* dan *hardiness* santri yang sedang berkuliah.

Bagi perguruan tinggi diharapkan dapat melakukan pendataan untuk mengetahui jumlah mahasiswa yang mondok di dayah. Adanya data tersebut pihak perguruan tinggi dapat memberikan bimbingan berupa seminar, pelatihan atau membuka layanan konseling yang dapat meningkatkan *optimism* dan *hardiness* mahasiswa yang mondok di dayah.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian dengan metode lainnya seperti metode kualitatif, kuantitatif deskriptif dan kuantitatif eksperimen agar dinamika permasalahan lebih terlihat serta data yang diperoleh akan lebih detail dan mendalam. Bagi peneliti selanjutnya ketika membuat atau mengadopsi alat ukur diharapkan agar dapat memperbanyak jumlah aitem, sehingga di setiap aspek terdapat aitem yang mewakili.

Referensi

- Alfinnas, S. (2018). Membangun *Academic Self-Concept* Mahasantri Pasantren Nawesea. *Education and Human Development Journal*, 3(2), 191-197. <https://doi.org/10.33086/ehdj.v3i2.59>
- Dewi, I. K., Nasir, M., & Salma. (2019). Optimisme dan *Hardiness* pada Dokter Muda di Rumah Sakit Umum Daerah Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4 (1), 48 - 56. <https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/6349/3836>
- Febrianti, Y. P., Nuqul, F. L., & Khotimah, H. (2020). *Academic Hardiness* pada Mahasiswa Aktivistis dan Mahasiswa yang Bekerja. *Psyche 165 Journal*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i1.65>
- Izah, N., Aini, D. K., & Bukhori, B. (2023). Stres dan Strategi *Coping* pada Mahasiswa yang Bertempat Tinggal di Pondok Pasantren. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1s), 231-242. <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12364>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. Springer Briefs in Psychology.
- Maramis, J. R., & Cong, J. C. (2020). Hubungan antara Kepribadian *Hardiness* dengan Optimisme Masa Depan pada Mahasiswa Profesi *Ners* di Universitas Klabat. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(1), 49-55. <https://doi.org/10.35974/jsk.v6i1.2259>
- Mastuhu. (1994). *Dinamika Sistem Pendidikan Pasantren: Suatu Kajian tentang Unsur dan Nilai Sistem Pendidikan Pasantren*. Indonesian Netherlands Cooperation in Islamic Studies
- Rachman, A. M. P., & Indriana, Y. (2013). *Hardiness* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi ditinjau dari Tingkat Optimisme. *Jurnal Empati*, 2(4), 1-10. <https://doi.org/10.14710/empati.2013.7390>
- Rahmawati, Y. (2019). Perbedaan Tingkat Stres antara Mahasiswa Indekos dan Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pasantren dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Angkatan 2015 UIN Walisongo Semarang. Skripsi. Semarang: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Risana, I. W., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara *Hardiness* dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9(5), 370-374. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.29255>
- Safarina, N. A. (2016). Hubungan Harga Diri dan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 8(2), 99-107. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i1.273>
- Silahuddin. (2016). Budaya Akademik dalam Sistem Pendidikan Dayah Salafiyah di Aceh. *MIQOT: Jurnal Ilmu-ilmu Keislaman*, 11(2), 349-369. <https://doi.org/10.30821/miqot.v40i2.296>

Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage Books.

Tyas, R. C. R., & C, A. (2022). Keterkaitan Kepribadian *Hardiness* dengan Optimisme dalam Mencari Pekerjaan pada Dewasa Awal. *Psycho Idea*, 20(2), 118-127.
<https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA>