

## Hubungan Efikasi Diri dengan Optimisme pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Malikussaleh dalam Meraih Peluang Kerja

*The Relationship between Self-Efficacy and Optimism among Final Year Students at Malikussaleh University in Achieving Job Opportunities*

Yola Safira<sup>1</sup>, Rahmia Dewi<sup>2\*</sup>, Hafnidar<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh  
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

\*Correspondence author: [rahmia.dewi@unimal.ac.id](mailto:rahmia.dewi@unimal.ac.id)

**Abstract:** This research aims to see the relationship between self-efficacy and optimism in final year students of Malikussaleh University in achieving job opportunities. This research uses quantitative methods with a correlational approach. This research was conducted on final year students at Malikussaleh University with a sample size of three hundred and sixty-nine subjects using accidental sampling technique. The data collection method used in this research uses the self-efficacy and optimism scale which was prepared by the researcher himself based on Bandura's self-efficacy aspects and Seligman's optimism aspects. Data analysis used Spearman's Rho technique. The results of the research show that the majority of final year students at Malikussaleh University in achieving job opportunities have high optimism of 49.6%, meaning that the majority of final year students at Malikussaleh University are able to have good self-confidence, a positive outlook, and have self-confidence in facing assignments, the hard one. It can be concluded that one of the factors that influences optimism is self-efficacy. Self-efficacy plays a role in influencing a person's optimism and pessimism. So the higher the self-efficacy, the higher the optimism of final year students at Malikussaleh University and vice versa

**Keywords:** Self-Efficacy, Optimism, Final Year Students

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir universitas malikussaleh dalam meraih peluang kerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir universitas malikussaleh dengan jumlah sampel sebanyak tiga ratus enam puluh sembilan subjek dengan menggunakan teknik accidental sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala efikasi diri dan optimisme yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek efikasi diri dari Bandura dan aspek optimisme dari Seligman. Analisis data menggunakan teknik Spearman's Rho. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja memiliki optimisme yang tinggi 49,6%, artinya sebagian besar mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh mampu mempunyai percaya diri yang baik, pandangan yang positif, dan memiliki keyakinan diri dalam menghadapi tugas yang sulit. Dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme adalah efikasi diri. Efikasi diri mempunyai peran dalam memengaruhi optimisme dan pesimisme seseorang. Sehingga semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula optimisme mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh begitupula sebaliknya.

**Kata Kunci:** Efikasi Diri, Optimisme, Mahasiswa Tingkat Akhir.

## Pendahuluan

Keterbatasan lapangan kerja di Indonesia merupakan salah satu faktor yang menyulitkan individu untuk mendapatkan pekerjaan (Susilarini, 2022). Semakin sulitnya tingkat persaingan dalam mencari pekerjaan, bahkan tidak jarang mahasiswa bekerja tidak sesuai dengan bidang pendidikan dan bidang keahliannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nabilah dan Indianti (2019) bahwa banyak sarjana yang bekerja tidak sesuai dengan latar belakang pendidikan yang ditempuh sehingga individu tidak dapat bekerja secara efektif. Pada akhirnya individu mengalami kecemasan dan adanya rasa takut terhadap kegagalan, hal ini dapat mempengaruhi optimisme individu dalam meraih peluang kerja (Putri & NRH, 2015).

Masalah yang terjadi saat ini dalam dunia pendidikan yaitu menyangkut ketidaksiapan mahasiswa dalam memasuki dunia kerja. Berdasarkan penelitian Yuwanto, dkk (2014) mengatakan mahasiswa di semester 7 ini dikatakan calon sarjana yang sudah memiliki arah dan tujuan dalam menjalankan tugas perkembangan, yaitu dengan bekerja pada bidang pekerjaan yang sesuai dengan minat dan keinginan dirinya.

Namun, pada kenyataannya tantangan dunia kerja yang dihadapi mahasiswa setelah lulus dapat menimbulkan perasaan negatif terutama pada mahasiswa semester akhir,

cemas, serta tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Maka dari itu, perlu untuk meningkatkan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir guna mengurangi sikap cemas maupun pesimis (Yunita, 2013).

Menurut Seligman (2008) optimisme merupakan pandangan menyeluruh individu dalam melihat hal yang baik dan positif, serta individu yang mudah dalam memaknai dirinya sendiri. Individu yang memiliki keyakinan bahwa ia akan memperoleh hasil baik dalam kehidupan, maka memiliki kecenderungan menjadi optimis, sedangkan individu yang memiliki keyakinan bahwa ia akan memperoleh hasil yang buruk dalam kehidupannya, maka memiliki kecenderungan menjadi pesimis (Riziq & Musabiq, 2015).

Berdasarkan penelitian Aprilia & Khairiyah (2018) ketika menghadapi sebuah tantangan, individu yang memiliki tingkat optimis tinggi akan percaya dan tekun dalam berjuang meskipun usaha yang dilakukan berjalan lambat. Tingkat kesulitan tantangan dalam menghadapi persaingan dunia kerja akan semakin memperbesar perbedaan diantara mahasiswa yang memiliki tingkat optimis tinggi dan mahasiswa yang memiliki tingkat optimis rendah (Carver & Scheier, 2002).

Ciri-ciri individu yang memiliki optimisme tinggi adalah dimana tidak mudah depresi sehingga ia akan meraih kesuksesan, pandangan/harapan terhadap

hal-hal yang lebih baik serta pemikiran untuk terus berusaha mencapai tujuandalam hidupnya (Augustiya, dkk, 2019). Menurut Safarina (2016) mahasiswa yang optimis tidak menganggap masalah sebagai akhir dari usaha, melainkan berusaha menyelesaikannya dan orang yang optimis cenderung sehat karena memiliki keinginan untuk berprestasi dan memiliki harapan yang positif.

Menurut Roellyana dan Listiyandini (2016) optimisme pada mahasiswa sangat penting dikarenakan mahasiswa merupakan generasi muda harapan bangsa, dituntut untuk memiliki rasa optimis, mencapai prestasi yang optimal, pengetahuan yang luas serta ketrampilan sehingga mampu bersaing dalam dunia kerja nantinya.

Menurut Seligman (2008) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi optimisme adalah efikasi diri. Efikasi diri menurut Bandura (1997) merupakan keadaan dimana individu yakin akan kemampuannya dalam mengatur serta melaksanakan berbagai tindakan guna mencapai tujuan tertentu. Menurut Latif, dkk (2017) efikasi diri juga merupakan faktor penting dalam diri individu terutama dalam meraih peluang kerja, dengan kata lain efikasi diri juga mengarah pada keyakinan atau kemampuan individu dalam mengatur segala tindakan yang diperlukan guna mengelola situasi tertentu. Efikasi diri juga dapat mempengaruhi bagaimana seseorang

berfikir, merasa, memotivasi diri mereka dan segala bentuk tindakan. Individu dengan efikasi diri tinggi ditandai dengan ia dapat mengatasi masalah secara baik sehingga mereka yakin dapat sukses dan berhasil dengan kemampuan yang dimiliki (Wijikapindho & Hadi, 2021).

Namun demikian, menurut Seligman (2008) individu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya, secara langsung akan meningkatkan optimisme di dalam dirinya. Namun berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti dilapangan menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa tingkat akhir memiliki pandangan positif terhadap peluang kerja di masa depan sedangkan sebagian besar dari mereka merasa mampu untuk mendapatkan pekerjaan di masa depan nanti, merasa mampu mempersiapkan diri untuk mendapatkan pekerjaan serta mampu mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan potensi yang mereka miliki.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh memiliki permasalahan terkait optimisme dan efikasi diri. Lebih lanjut, adanya keterbatasan saat ini mengenai penelitian yang membahas tentang efikasi diri dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir dalam meraih peluang kerja, maka dari itu penelitian ini menarik untuk dilakukan sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang

berjudul “Hubungan Efikasi Diri dengan Optimisme pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Malikussaleh dalam Meraih Peluang Kerja”.

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel (Sugiyono, 2013). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Efikasi Diri (X) dan Optimisme (Y).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 369 mahasiswa yang terdiri dari 94 laki laki dan 275 perempuan. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*.

Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis yang berbentuk skala Likert dengan empat

alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penelitian ini menggunakan skala Efikasi Diri dan Skala Optimisme. Skala Efikasi Diri di susun berdasarkan teori dan aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1997). Skala Optimisme di susun berdasarkan teori dan aspek yang dikemukakan oleh Seligman (2008).

Setelah melakukan uji coba terhadap skala Efikasi Diri dari 48 item terdapat 35 item yang valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,942, sedangkan skala Optimisme dari 48 item terdapat 32 item yang valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,905. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi Spearman rho's dengan menggunakan bantuan SPSS versi 26,0.

### Hasil

Selesai melakukan penyebaran skala dengan menggunakan item-item yang valid dan reliabel, selanjutnya peneliti melakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas yang telah dilakukan pada data penelitian sebanyak 369 subjek dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov* dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1.

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Ket
Efikasi Diri	.049	Tidak normal
Optimisme	.000	Tidak normal

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan optimisme tidak berdistribusi normal dengan nilai signifikansi  $p > 0.05$  yaitu  $p = .049$ . hal ini mengarahkan peneliti untuk menggunakan uji statistik non parametrik pada penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan pada data penelitian sebanyak 369 subjek diperoleh nilai linearitas 0,000. Oleh karena itu, diketahui signifikan kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel efikasi diri dan optimisme terdapat hubungan linear.

Tabel 2.

Hasil Uji Linearitas

Variabel	f	Sig.	Ket
<u>Efikasi Diri</u>	489.121	.000	Linear
<u>Optimisme</u>			

Selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis dengan metode analisis korelasi *Spearman rho'*. Metode analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir universitas malikussaleh dalam meraih peluang kerja. Berdasarkan hasil analisis diketahui nilai signifikansi sebesar  $.000 < 0.05$  maka dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan optimisme menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3.

Hasil Uji Korelasi Spearman Rho's

Variabel	P	Sig.	Ket
<u>Efikasi Diri</u>	0.714	.000	Diterima
<u>Optimisme</u>			

Berdasarkan hasil output di atas, telah diketahui bahwa nilai korelasi *Spearman* dengan tingkat korelasi 0,714. Besarnya korelasi yang terjadi antara variabel efikasi diri dengan optimisme sebesar 0,714 dengan angka Sig.(2-tailed) yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel ( $0,000 < 0,05$ ).

### Diskusi

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang menggunakan uji korelasi *Spearman* yang dilakukan pada 369 mahasiswa tingkat akhir menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan optimisme pada

mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja. Hal ini terlihat dari nilai koefisien korelasi antara efikasi diri dengan optimisme yang memperoleh nilai signifikansi 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ), artinya  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak. Selain itu, berdasarkan pedoman

interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2009), nilai korelasi sebesar 0,714 tergolong ke dalam rentang 0,600-0,799, artinya memiliki hubungan yang sangat kuat.

Nilai korelasi yang terdapat dalam penelitian ini bernilai positif yaitu sebesar 0,714, artinya arah hubungan yang terjadi antara kedua variabel yaitu arah positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2020) "*Hubungan antara Self-Efficacy dan Hardiness dengan Optimisme Santri di Pesantren An-Nur II Bululawang Kabupaten Malang*" yang dilakukan pada 100 santri menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan optimisme, artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula optimisme pada santri.

Optimisme merupakan suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak mempengaruhi aktivitas secara penuh dan tidak sepenuhnya disebabkan karena adanya bentuk kecerobohan diri, tetapi bisa karena situasi, nasib, maupun orang lain. Optimisme tentu menjadi hal yang penting bagi mahasiswa terutama para mahasiswa tingkat akhir guna membantu dalam mencari peluang kerja pasca sarjana nantinya (Seligman, 2008). Faktor-

faktor yang mampu mempengaruhi optimisme menurut Seligman (2008) antara lain: dukungan sosial, kepercayaan diri atau efikasi diri, harga diri, serta akumulasi pengalaman.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mampu mempengaruhi optimisme adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan bentuk keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki guna melihat pengaturan diri individu terhadap peristiwa di lingkungan sekitarnya (Bandura, 1997).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu pendekatan secara kuantitatif yang digunakan hanya diinterpretasikan ke dalam angka persentase yang kemudian dideskripsikan berdasarkan dari hasil yang diperoleh sehingga tidak mampu melihat secara lebih detail dinamika psikologi yang terjadi. Skala yang digunakan dengan pernyataan yang banyak dapat menyebabkan subjek bosan dalam proses penelitian juga menjadi salah satu keterbatasan dalam penelitian ini karena nantinya dapat mempengaruhi validitas item.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas (efikasi diri) dengan variabel terikat (optimisme) pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh. Penelitian ini juga

melibatkan sebanyak 369 mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan optimisme mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja, dengan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,714 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi pula optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam meraih peluang kerja.

### *Saran*

Adapun saran yang dapat peneliti berikan sebagai berikut:

Mahasiswa Akhir : peneliti menyarankan kepada mahasiswa akhir dapat

meningkatkan efikasi diri sehingga memiliki tingkat optimisme yang tinggi dalam meraih peluang kerja di masa depan. Tak hanya itu, mahasiswa akhir juga dapat melakukan eksplorasi mengenai kemungkinan karir yang dijalani setelah lulus kuliah.

Instansi terkait : peneliti menyarankan untuk memberikan pelatihan kepada mahasiswa akhir agar dapat mempersiapkan diri menghadapi peluang kerja di masa depan.

Peneliti Selanjutnya : bagi peneliti selanjutnya juga disarankan untuk dapat meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi optimisme. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan dapat menyusun alat ukur dengan efektif.

## Referensi

- Aprilia, E. D., & Khairiyah, Y. (2018). Optimisme menghadapi persaingan dunia kerja dan adversity quotient pada mahasiswa. *Seurune jurnal psikologi unsyiah*, 1(1), 18-33. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v1i1.9922>.
- Augustiya, T., Nurislamiaty, Q., Al-fatoni, M. D., & Rachma, L. N. (2019). Hubungan orientasi karier dengan optimisme pada mahasiswa jurusan keagamaan UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal psikologi islam dan budaya*, 2(1), 31-42.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise Of Control*, New York, Lilbrary Of Congress Cataloging-In-Publication Data
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.). *Hanbook of positive psychology*. pp. 231-243. New York: Oxford University Press.
- Latif, A., Yusuf, A. M., & Efendi, Z. M. (2017). Hubungan perencanaan karier dan efikasi diri dengan kesipankerja mahasiswa. *Konselor*, 6(1), 29. <https://doi.org/10.24036/02017616535-0-00>.
- Nabilah, A., & Indianti, W. (2019). Peran efikasi diri dalam keputusan karier terhadap hubungan antara future work self dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal psikologi teori dan terapan*, 9(2), 160-174.
- Putri, A. R., & Nrh, F. (2015). Self esteem dan optimisme raih kesuksesan karir pada fresh graduate fakultas teknik universitas diponegoro. *Empati*, 4(4), 15-19.
- Rahmawati, F. F. (2020). "Hubungan antara self-efficacy dan hardiness dengan optimisme santri di Pesantren An-Nur II Bululawang Kabupaten Malang." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951-952.
- Riziq, F., & Musabiq, S. A. (2015). Optimisme dan efikasi diri pengambilan keputusan karier pada mahasiswa program diploma III kebidanan. *Jurnal ilmu kebidanan*, 3(3), 137-152.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Jurnal prosiding konferensi nasional peneliti mudah psikologi indonesia*, 1(1), 29-37.
- Safarina, N. A. (2017). *Hubungan harga diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Seligman, M. (2008). Menginstal optimisme. CV. Multi Trust Creative service.
- Sugiyono. (2009). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Susilarini, T. (2022). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari self efficacy dan jenis kelamin pada mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. *Jurnal ikraith-humaniora*, 6(1), 88-93.

Yunita, E. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir universitas muhammadiyah surakarta.1-18. <https://doi.org/10.1190/segam2013-0137.1>

Yuwanto, D., Mayangsari, M. D., & Anward, H. H. (2014). Hubungan efikasi diri dengan kesiapan kerja pada mahasiswa yang sedang mempersiapkan skripsi. *Jurnal ecopsy*, 1(4). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v1i4.506>