

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI: PERAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN
TEMAN SEBAYA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
mencapai gelar Sarjana Program Studi Psikologi
Universitas Sahid Surakarta



Di susun oleh :

FAUZI ROCHMAN

2025034004

**PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA DAN SENI
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI: PERAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA

Disusun oleh:

FAUZI ROCHMAN

2025034004

Skripsi ini telah disetujui untuk dipresentasikan di hadapan dewan penguji pada
tanggal : 13 Juni 2026

Pembimbing I



Anniez Rachmawati, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0623068501

Pembimbing II



Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si
NIDN: 0602058801

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A
NIDN: 0607018803

LEMBAR PENGESAHAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA
YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI: PERAN
OPTIMISME DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA

Disusun oleh:

FAUZI ROCHMAN

2025034004

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Pada tanggal : 27 Juli 2026

Penguji I. Dr. Anniez Rachmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIDN. 0623068501

(.....)

Penguji II. Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si.

NIDN.0602058801

(.....)

Penguji III. Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A.

NIDN. 0607018803

(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas

Studi Sosial Humaniora dan Seni

Ketua Program Studi

Psikologi


Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0602058801


Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A.
NIDN.0607018803

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fauzi Rochman

NIM : 2025034004

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Penyusun Skripsi: Peran Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya" adalah benar-benar karya yang telah saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/karya orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas, termasuk pencabutan gelar yang saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila kemudian hari saya terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung konsekuensinya.

Surakarta, 31 Juli 2026



menyatakan,

Fauzi Rochman
2025034004

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fauzi Rochman
NIM : 2025034004
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Sosial Humaniora dan Seni
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul:

"KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA PENYUSUN SKRIPSI: PERAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA."

Beserta instrumen/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalihbentuk, mengalihkan media, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *coauthor* atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Ciptanya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 31 Juli 2026

nenyatakan,


Fauzi Rochman
2025034004

MOTTO

**"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."
(QS. Al-Insyirah: 6)**

**"Kesabaran menjaga langkah, optimisme menumbuhkan harapan, dan ilmu
menjadi jalan kebermanfaatan."**



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul

"Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Penyusun Skripsi: Peran Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya". Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad saw., keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.) pada Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora dan Seni, Universitas Sahid Surakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bimbingan, motivasi, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa hormat, penghargaan, dan ucapan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Sri Huning Anwariningsih, S.T., M.Kom., selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Sahid Surakarta.
2. Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan dukungan serta fasilitas selama penulis menempuh pendidikan.

3. Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan arahan, motivasi, dan dukungan selama proses studi.
4. Dr. Anniez Rachmawati Musslifah, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, serta memberikan bimbingan, arahan, motivasi, kritik, dan saran yang sangat berarti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan inspirasi selama proses perkuliahan, serta seluruh tenaga kependidikan yang telah membantu penulis dalam berbagai urusan akademik.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Rekognisi Pembelajaran Lampau (RPL) Psikologi Universitas Sahid Surakarta Angkatan 2025, yaitu Dr. Shinta, M.Si., M.A., Dr. Fitriah M. Suud, M.Ag., Dr. Muhammad Imam Najmudin, S.Pd.I., M.Si., dan Imam Akbar, S.Kep., Ns., M.Kep. Terima kasih telah menjadi teman seperjalanan yang saling menguatkan dalam setiap proses belajar. Di tengah padatnya aktivitas, tanggung jawab, dan dinamika kehidupan, kebersamaan, diskusi, serta saling memberi semangat menjadi

pengingat bahwa perjalanan akademik tidak pernah benar-benar ditempuh sendirian. Semoga persahabatan yang terjalin tetap terjaga dan menjadi bagian dari ikhtiar bersama dalam menebarkan manfaat melalui ilmu

8. Kepada adik-adik mahasiswa Program RPL Psikologi Universitas Sahid Surakarta Angkatan 2026, yaitu Dr. Yessi Handriyani, M.Kes., Dr. Hafizh Zain Abdillah, S.Pd.I., M.Psi., Dr. Linda Ardiya Waroka, S.Pd., M.Psi., Uswatun Hasanah, M.Pd.I., dan Dr. Abdul Kadir, S.Pd.I., M.Psi., teruslah melangkah dengan semangat dan keyakinan. Nikmati setiap proses pembelajaran, karena setiap tantangan akan membentuk ketangguhan, dan setiap usaha yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan menemukan waktunya untuk berbuah. Semoga perjalanan akademik yang sedang ditempuh menjadi jalan menuju kebermanfaatan bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan umat.
9. Kedua orang tua Drs Zaenudin Basyar dan Nur Wijayanti, S.Pd serta adik tercinta Annisa Nurul Alam, S.IP., M.I.Kom serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai

kesejahteraan psikologis mahasiswa, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Surakarta,

Yang menyatakan,

Fauzi Rochman
2025034004

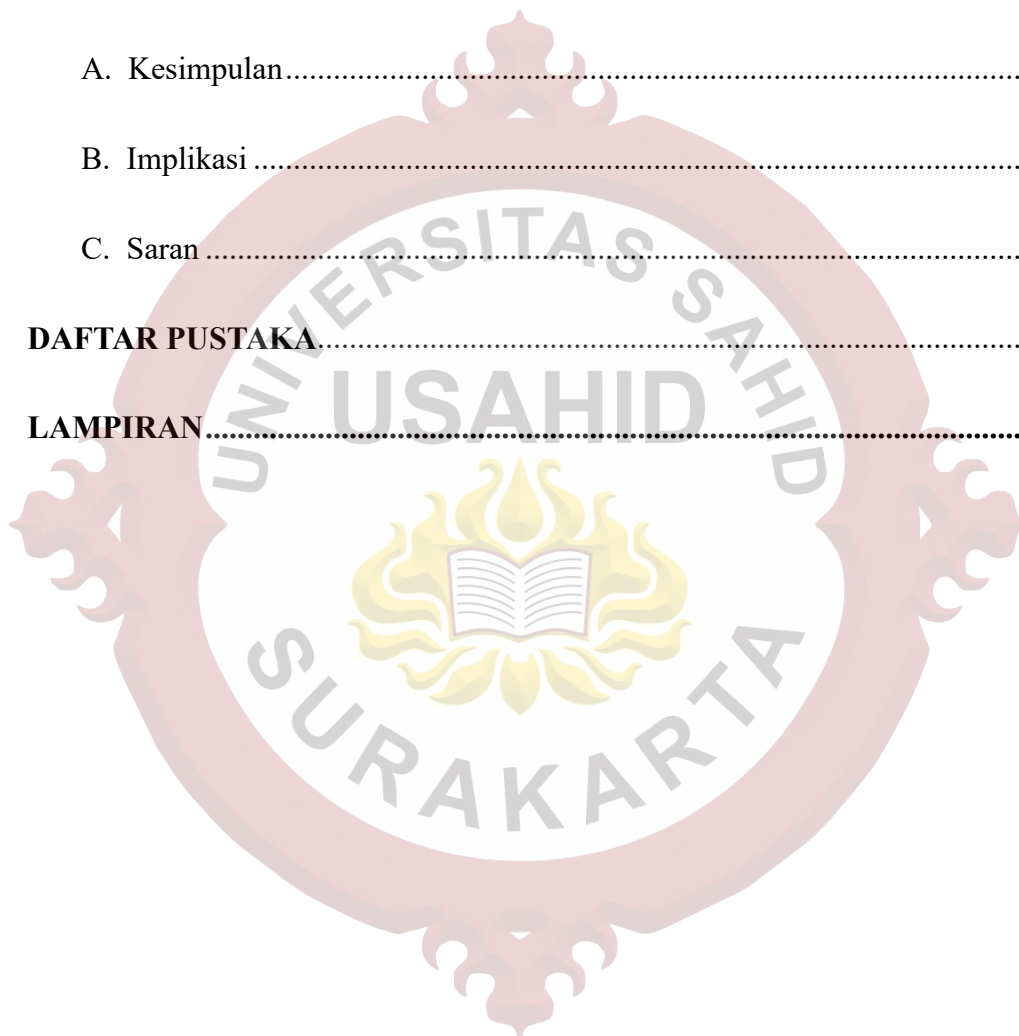


DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Kebaharuan Penelitian (Novelty)	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Kesejahteraan Psikologis	13
B. Optimisme	21
C. Dukungan Teman Sebaya	27
D. Temuan Penelitian yang Relevan.....	31
E. Hipotesis	48
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Identifikasi Variabel Penelitian	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	50
C. Populasi dan Sampel Penelitian	52
D. Instrumen Penelitian	54
E. Prosedur Penelitian	61
F. Validitas dan Reliabilitas	62
G. Teknik Analisis Data	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	71
A. Deskripsi Penelitian	71
B. Karakteristik Responden	73
C. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	76
D. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	78
E. Evaluasi Model Pengukuran (Outere Model)	81

F. Evaluasi Model Struktural (Inner Model)	90
G. Pengujian Hipotesis	96
H. Pembahasan	99
BAB V PENUTUP	109
A. Kesimpulan.....	109
B. Implikasi	110
C. Saran	112
DAFTAR PUSTAKA.....	114
LAMPIRAN.....	123



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kebaruan Penelitian	9
Tabel 2.1 Temuan Penelitian yang Relevan	41
Tabel 3.1 Ukuran Sampel.....	53
Tabel 3.2 Blue Print <i>Psychological Well-Being</i>	56
Tabel 3.3 Blue Print Optimisme	58
Tabel 3.4 Blue Print Dukungan Teman Sebaya	60
Tabel 3.5 Kriteria Evaluasi Model PLS-SEM	69
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian	74
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	76
Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	78
Tabel 4.4 Ringkasan Hasil Uji Convergent Validity Berdasarkan Outer Loading	82
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Average Variance Extracted (AVE)	84
Tabel 4.6 Hasil Pengujian Reliabilitas Konstruk	86
Tabel 4.7 Hasil Pengujian Discriminant Validity Menggunakan (HTMT) .	88
Tabel 4.8 Hasil Pengujian Koefisien Determinasi (R^2)	91
Tabel 4.9 Hasil Pengujian Effect Size (f^2)	92
Tabel 4.10 Hasil Pengujian Model Fit (SRMR)	94
Tabel 4.11 Hasil Pengujian Hipotesis	98

GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoritik	47
Gambar 4.1 Model Struktural Hasil Analisis PLS-SEM	97



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian	124
Lampiran 2. Tabulasi Responden Skala Optimisme	136
Lampiran 3. Tabulasi Responden Skala Dukungan Teman Sebaya	145
Lampiran 4. Tabulasi Responden Skala Psychological Well-Being	154
Lampiran 5. Reliabilitas dan Validitas Skala Optimisme	163
Lampiran 6. Reliabilitas dan Validitas Skala Dukungan Teman Sebaya	166
Lampiran 7. Reliabilitas dan Validitas Skala Psychological Well-Being	169
Lampiran 8. Hasil Pengujian AVE	173
Lampiran 9. Hasil Pengujian HTMT	174
Lampiran 10. Hasil Pengujian Koefisien Determinasi (R^2)	174
Lampiran 11. Hasil Pengujian Effect Size (f^2)	174
Lampiran 12. Hasil Pengujian Model Fit (SRMR)	175
Lampiran 13. Hasil Struktural Hasil Analisis PLS-SEM	176
Lampiran 14. Hasil Uji Hipotesis	177
Lampiran 15. Uji Turnitin	178
Lampiran 16. LOA Jurnal IJEVSS	179
Lampiran 17. Artikel yang sudah Publish di Jurnal IJEVSS	180

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI: PERAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penyusunan skripsi merupakan salah satu tahap akademik yang sering menimbulkan berbagai tekanan psikologis, sehingga diperlukan faktor-faktor protektif yang mampu membantu mahasiswa mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 233 mahasiswa Program Studi Teknik Sipil Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan Universitas Islam Indonesia yang sedang menyusun skripsi, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Optimisme, Dukungan Teman Sebaya, dan *Psychological WellBeing* yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan Structural Equation Modeling-Partial Least Squares (SEM-PLS) dengan bantuan SmartPLS 4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0,396$; $t = 4,697$; $p < 0,001$). Dukungan teman sebaya juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0,565$; $t = 6,636$; $p < 0,001$), serta memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan optimisme. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,755$) menunjukkan bahwa optimisme dan dukungan teman sebaya secara simultan mampu menjelaskan 75,5% variasi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa penyusun skripsi dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal berupa optimisme dan faktor eksternal berupa dukungan teman sebaya. Oleh karena itu, upaya peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa perlu dilakukan melalui penguatan optimisme serta penciptaan lingkungan sosial yang suportif.

Kata kunci: *kesejahteraan psikologis, optimisme, dukungan teman sebaya, mahasiswa penyusun skripsi, SEM-PLS.*

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS WRITING THEIR UNDERGRADUATE THESES: THE ROLE OF OPTIMISM AND PEER SUPPORT

ABSTRACT

This study aims to analyze the roles of optimism and peer support in the psychological well-being of students currently writing their undergraduate theses. Writing a thesis is an academic stage that often generates various psychological pressures; therefore, protective factors are needed to help students maintain their psychological well-being. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The subjects consisted of 233 students from the Civil Engineering programs at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta and Universitas Islam Indonesia who were actively writing their theses, selected using purposive sampling. Data collection utilized scales for Optimism, Peer Support, and Psychological Well-being that met validity and reliability criteria. Data analysis was conducted using Structural Equation Modeling-Partial Least Squares (SEM-PLS) with the aid of SmartPLS 4 software. The results indicate that optimism has a positive and significant effect on psychological well-being ($\beta = 0.396$; $t = 4.697$; $p < 0.001$). Peer support also has a positive and significant effect on psychological well-being ($\beta = 0.565$; $t = 6.636$; $p < 0.001$) and exerts a greater influence than optimism. The coefficient of determination ($R^2 = 0.755$) indicates that optimism and peer support simultaneously explain 75.5% of the variation in students' psychological well-being. These findings demonstrate that the psychological well-being of students writing their theses is influenced by a combination of internal factors (optimism) and external factors (peer support). Consequently, efforts to enhance students' psychological well-being should focus on strengthening optimism and fostering a supportive social environment.

Keywords: Psychological Well-Being, Optimism, Peer Support, Thesis-Writing Students, SEM-PLS.

