

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagian besar individu telah menamatkan pendidikan pada tingkat Sekolah Menengah Atas atau sederajat, memutuskan untuk meneruskan pendidikan pada tingkat yang lebih tinggi yakni pendidikan di perguruan tinggi. Individu yang bertempat tinggal jauh dari kawasan perguruan tinggi akan memilih untuk merantau dan seringkali perguruan tinggi di Pulau Jawa termasuk dalam tujuan yang banyak dipilih individu untuk melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi. Ridha (2018) mengatakan bahwa, mahasiswa yang memutuskan untuk pergi merantau pada dasarnya memiliki niat untuk memperoleh kualitas pendidikan yang lebih unggul. Mahasiswa memilih untuk merantau dengan tujuan agar memperoleh mutu pendidikan yang lebih unggul di bidang yang diinginkan.

Ketika berada di perantauan, mahasiswa akan merasakan perubahan dalam hidupnya. Baik dari segi lingkungan, pendidikan maupun pertemanan yang berbeda dengan daerah asalnya sehingga mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Seperti halnya yang di katakan oleh Hurlock (2008), penyesuaian hal baru akan dialami oleh mahasiswa yang memilih untuk merantau. Penyesuaian ini meliputi tidak adanya orang tua di dekatnya, perbedaan dalam cara berteman, dan berkomunikasi dengan teman baru, serta penyesuaian terhadap norma sosial di lingkungan tersebut. Dengan demikian, ketika mahasiswa memutuskan untuk merantau, maka mahasiswa tersebut harus siap dengan tantangan yang akan dihadapinya. Jauh dari orang tua, keluarga dan teman lama, menjadikan mahasiswa yang merantau dituntut untuk mandiri. Tekanan psikologis cenderung dihadapi oleh mahasiswa yang berada di perantauan dan berada terpisah dari orang tua serta keluarga dekat (Fauzia, Asmaran & Komalasari, 2020). Mahasiswa yang meninggalkan rumah dapat merasa kurangnya dukungan dari orang lain yang dianggap dekat, sehingga dapat memberikan pengaruh negatif pada kesehatan mental dan proses penyesuaian diri. Ketika mahasiswa berada jauh dari keluarga dan teman lama, hal ini dapat menyebabkan rasa kesepian dan *homesick*

(rindu rumah) serta merasa kurangnya dukungan perasaan. Handayani dan Nirmalasari (2020) pernah melakukan penelitian dan hasilnya mengatakan bahwa stres tingkat berat lebih banyak dialami oleh mahasiswa perantau daripada mahasiswa bukan perantau. Hal tersebut, dikarenakan individu berada jauh dari rumah dan merasa kesulitan beradaptasi dengan hal-hal baru, pola hidup dan kebiasaan yang berubah serta sulitnya interaksi yang dilakukan oleh mahasiswa rantau sehingga mahasiswa mengalami tekanan.

Selama berada di perguruan tinggi, ada dua kegiatan belajar yang dapat dilakukan oleh mahasiswa yaitu kegiatan belajar akademik dan non akademik. Kegiatan akademik dilaksanakan melalui proses pembelajaran di perkuliahan, sementara kegiatan non akademik dilaksanakan melalui kegiatan organisasi kemahasiswaan yang bertujuan sebagai tempat penyampaian aspirasi serta pengembangan minat dan bakat untuk menunjang keberhasilan hidup individu (Jaliil, Dewi & Wahyuni, 2020). Secara umum, setiap perguruan tinggi setidaknya memiliki satu organisasi yang biasa disebut dengan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) menjadi media untuk mengembangkan kapasitas individualitas. Begitu pula dengan Universitas Trunodjoyo Madura yang terdapat beberapa UKM yang dapat diikuti oleh mahasiswa. Dalam setiap organisasi, pastinya memiliki suatu program kerja yang dibuat dengan tujuan untuk menjalankan suatu organisasi dan program kerja ini wajib dilaksanakan oleh tiap anggotanya. Nastiti (2023) berpendapat bahwa dengan adanya program kerja, mempunyai makna jika organisasi merupakan wadah untuk menghadirkan dan mengembangkan sikap disiplin, tanggung jawab, demokratis serta berlapang dada. Semua ketetapan yang telah dibuat oleh organisasi, dilaksanakan sesuai dengan kesepakatan bersama yang ujungnya dapat menciptakan sikap toleransi, sabar, dan ikhlas dalam melaksanakan tugas yang dilaksanakan sesuai dengan keputusan yang telah disepakati bersama.

Untuk mengikuti kegiatan nonakademik harus dipikirkan secara matang karena mahasiswa yang aktif mengikuti kegiatan organisasi akan jauh lebih sibuk dibandingkan dengan mahasiswa yang pasif ataupun tidak mengikuti organisasi. Keadaan ini dikarenakan, selain dibebankan bersama kegiatan di organisasi yang jumlahnya banyak, mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi juga harus

menjalankan tugas utamanya sebagai seorang mahasiswa yaitu mengikuti seluruh proses pembelajaran yang ditetapkan oleh perguruan tinggi sesuai dengan program studi yang telah diambil. Novi (2019) mengatakan bahwa status mahasiswa sebagai kelompok akademis di perguruan tinggi senantiasa dihadapkan dengan berbagai tugas baik yang bersifat akademik maupun nonakademik. Dalam lingkup akademik, mahasiswa tidak terlepas dari penugasan yang diberikan oleh dosen pada setiap mata kuliah. Bahkan dalam satu semester, jumlah tugas dapat mencapai sekitar sepuluh hingga lima belas makalah yang harus mahasiswa selesaikan secara optimal dan sesuai dengan batas waktu yang ditentukan. Semaraputri dan Rustika (2018) menyebutkan beberapa kendala yang biasanya dialami oleh mahasiswa yang aktif berorganisasi yaitu merasa sulit untuk menetapkan skala prioritas antara tugas perkuliahan atau tanggung jawab di organisasi, merasa sulit untuk mengelola waktu. Hal ini sejalan dengan pendapat Saputri, Puspita dan Sembiring (2020) yang mengatakan bahwa beberapa kendala yang dialami oleh mahasiswa yang aktif berorganisasi adalah ketertinggalan materi pembelajaran dan kesulitan dalam mengerjakan tugas perkuliahan dikarenakan padatnya kegiatan organisasi yang mengakibatkan mahasiswa menjadi kurang istirahat. Oleh karena itu, mahasiswa yang mengikuti organisasi diharapkan mampu bertanggung jawab atas keputusan yang dipilih.

Selain melaksanakan tugas akademik, tugas organisasi juga harus dilakukan oleh mahasiswa yang aktif berorganisasi berdasarkan program kerja yang telah disusun oleh organisasi yang diikuti. Febrianti, Nuqul dan Khotimah (2020) mengatakan bahwa mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi adalah mahasiswa yang selalu terlibat dalam pelaksanaan dari aktivitas-aktivitas yang dibuat oleh organisasi tempatnya bergabung. Salah satu contohnya adalah dengan menjadi komisi acara maupun pengurus organisasi dimana mahasiswa tersebut terlibat aktif, bersosialisasi, bersatu, bekerja sama secara logis dan terstruktur, tersusun, tertata, terpimpin, dan terkendali untuk memperoleh tujuan yang telah disetujui bersama. Dengan banyaknya kegiatan di dalam organisasi, mahasiswa yang aktif berorganisasi harus pandai dalam mengatur waktu antara menjalankan tugas akademik, tugas organisasi dan kehidupan sosial. Maka dari itu, menjadi mahasiswa

yang aktif berorganisasi bukanlah hal yang mudah terlebih lagi saat sedang merantau. Hal ini disebabkan karena mahasiswa organisasi mempunyai tugas yang lebih banyak dan bermacam-macam. Selain itu pengelolaan waktu yang efisien dan tenaga yang lebih harus dimiliki oleh mahasiswa yang aktif berorganisasi. Individu mempunyai dua peran yaitu sebagai mahasiswa dan juga sebagai aktivis organisasi. Dengan demikian, mahasiswa yang aktif dalam organisasi diminta untuk bisa mengelola waktu yang dimiliki agar dapat menyelesaikan tugas perkuliahan maupun aktivitas dalam organisasi.

Banyak perubahan-perubahan yang akan dialami oleh mahasiswa dan tentu beberapa permasalahan yang didapat saat menjalankan pendidikan, seperti jauh dari keluarga, adaptasi dengan budaya dan lingkungan baru, adaptasi dengan cara belajar yang disesuaikan dengan banyaknya tugas-tugas, hubungan dengan teman hingga kewajiban yang dipikul dari aktivitas di perkuliahan ataupun organisasi tempatnya bergabung akibatnya mahasiswa merasa kesulitan untuk mengelolanya dan kesulitan melakukan penyesuaian diri dengan baik (Najah, 2024). Beban tugas akademik yang berat ditambah dengan tuntutan dalam organisasi disaat mahasiswa sedang merantau, dapat menyebabkan mahasiswa menjadi stres dan kelelahan. Mahasiswa akan merasa tertekan, disaat berada jauh dari keluarga dan harus menyelesaikan tugas perkuliahan maupun organisasi. Mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi dituntut untuk melakukan penyesuaian dari berbagai peralihan keadaan yang terjadi, kondisi tersebut dapat menjadi sebagian sumber stres. Stres merupakan salah satu aspek utama yang menjadi perhatian yang dapat dinilai sebagai dampak dari tekanan berberapa masalah yang dihadapi oleh individu. Sehingga stres dimanifestasikan ketika individu dihadapkan dengan lebih dari satu *stressor* yang dapat mempengaruhi tingkah laku normal (Ani, Wartini, Maharani, Nurbaya & Sartika, (2023). Aspek psikologis dan fisiologis akan mendapatkan dampak dari stres yang dialami oleh mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi, sehingga perlu melakukan upaya untuk menangani stres, dan aksi yang biasanya dikerjakan disebut dengan strategi *coping*.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping* adalah suatu kondisi di mana individu melakukan upaya-upaya untuk mengurangi stres atau melewati tekanan-

tekanan yang mengancam atau melebihi kemampuan individu dan dilakukan secara sadar melalui sisi kognitif yang kemudian tertuang dalam suatu tindakan, sehingga stres yang dialami dapat berkurang. Maka dari itu, mekanisme *coping* dapat menjadi suatu alternatif pembebasan stres yang dapat dilakukan oleh mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) strategi *coping* dikelompokkan menjadi dua yaitu *problem focused coping*, perilaku yang fokus utamanya terletak di upaya penyelesaian masalah sedangkan *emotional focused coping*, perilaku yang fokus utamanya terletak di emosi tanpa melakukan upaya untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan tersebut. Dan berdasarkan pendapat dari Valentsia dan Wijono (2020), yang berkata bahwa untuk menyelesaikan masalah, mahasiswa sering kali memilih untuk melakukan *problem focused coping* dalam penyelesaian masalah.

Problem focused coping adalah suatu bentuk strategi *coping* sebagai usaha mengatasi stres yang berorientasi pada sumber kendala seperti mendeskripsikan suatu permasalahan, menciptakan beberapa jalan keluar yang dapat dijadikan pilihan dan memilih serta memikirkan strategi pilihan secara efisien dan bertindak (Lazarus & Folkman, 1984). Herman dan Tetrick (2009) menyatakan bahwa *problem focused coping* memiliki tujuan untuk meminimalisir dampak *stressor* yang dikarenakan oleh reaksi emosional. Hal ini selaras dengan gagasan dari Smet (1994) yang mengartikan bahwa *problem focused coping* adalah suatu mekanisme pertahanan diri yang dilakukan individu untuk meminimalisir tekanan dengan cara mengkaji, mengamati, dan mengembangkan kemampuan-kemampuan yang mana dapat dipakai sebagai amunisi menghadapi situasi menekan, mengubah keadaan menjadi lebih baik atau menghilangkan akar permasalahan.

Terdapat beberapa aspek *problem focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984), diantaranya : (1) *Planful problem solving*, sebuah metode yang diterapkan oleh individu untuk menyelesaikan permasalahan dengan melakukan analisa dan membuat suatu rancangan dengan demikian situasi yang dihadapi dapat diubah; (2) *confrontative coping*, melakukan penyelesaian secara konkret atau nyata dan tidak menghindar dari masalah; (3) *seeking informational support*, usaha

untuk mencari bantuan melalui pihak lain berupa nasihat maupun masukan, seperti kepada dokter, psikolog, keluarga, atasan, rekan, dan lain-lain.

Faktor lingkungan juga berpengaruh terhadap strategi *coping* individu. Mahasiswa yang aktif berorganisasi sering dihadapkan dengan berbagai tanggung jawab, seperti menjalankan program kerja yang telah dibuat, bekerja sama dengan anggota yang lain, hingga menyelesaikan permasalahan di dalam organisasi. Kondisi tersebut menuntut individu untuk menyelesaikan masalah dengan cepat dan efektif, sehingga *problem focused coping* menjadi pilihan yang tepat. Penelitian mengenai strategi *coping* pada mahasiswa yang mengikuti organisasi pernah dilakukan oleh Nisrina (2016) dan memperoleh hasil bahwa *coping* mahasiswa yang ikut organisasi cenderung tinggi pada *problem focused coping*, sementara *coping* mahasiswa yang tidak ikut organisasi cenderung pada *emotional focused coping*. Keikutsertaan dalam berorganisasi membuat individu sering dihadapkan dengan berbagai permasalahan yang ada di dalamnya, seperti perbedaan pendapat antar anggota, acara yang tidak sesuai dengan perencanaan, tekanan deadline ataupun permasalahan yang lainnya. Pengalaman-pengalaman tersebut secara tidak langsung membuat individu terlatih untuk melakukan analisis dan menyusun pemecahan masalah sehingga individu terbiasa untuk mencari solusi dari masalah dengan mencari penyebab permasalahan. Hasil penelitian dari Bachtiar dan Asriani (2015) menunjukkan bahwa *problem focused coping* terbukti efektif meningkatkan pengelolaan stres pada remaja.

Mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi akan dihadapkan dengan berbagai tantangan, seperti penyesuaian terhadap lingkungan baru, tuntutan akademik yang tinggi, serta tanggung jawab dalam organisasi. Situasi tersebut menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan menyelesaikan masalah secara tepat dan terarah. Dengan demikian, *Problem focused coping* sangat dibutuhkan oleh mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Kresnawan, Hambali, dan Hidayah (2021) menjelaskan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi yang digunakan untuk mengurangi tekanan dengan memusatkan pada sumber tekanan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. *Problem focused coping* memungkinkan mahasiswa untuk tidak

hanya memberikan respons terhadap tekanan, tetapi juga secara aktif menangani situasi yang menjadi sumber tekanan. Individu akan cenderung untuk lebih berfokus pada akar permasalahan dan berupaya untuk menyelesaikan permasalahan secara baik tanpa menimbulkan masalah baru. Hal ini dapat individu lakukan dengan cara mempelajari, mengamati, serta mengembangkan keterampilan-keterampilan baru yang mana hal tersebut akan digunakan untuk amunisi dalam menghadapi situasi yang menekan dan mengubahnya menjadi lebih baik atau bahkan menghilangkan akar permasalahan. Selain itu, dalam menghadapi masalah, mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi memerlukan sikap berfikir positif dalam menghadapinya. Maka dari itu, dengan menggunakan *problem focused coping*, individu dapat membantu mengontrol emosi ketika dihadapkan dengan situasi yang menekan dan tetap fokus pada penyelesaian masalah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Virgianto, Pranida, Liana, Atmaja dan Avezahra, (2022) mengenai strategi *coping* pada mahasiswa yang mengikuti organisasi, dimana terdapat tiga fase yang dilalui oleh mahasiswa yang mengikuti organisasi ketika dihadapkan pada suatu masalah atau kondisi yang dapat menimbulkan rasa stres, yaitu mengekspresikan emosi, membangun suatu strategi, dan melakukan aksi *problem solving*.

Setriawati dan Fikry (2023) mengatakan bahwa apabila mahasiswa memiliki sikap optimisme yang tinggi maka hal-hal yang menjadi permasalahan dalam organisasi dapat diatasi dengan baik. Karena, mahasiswa yang memiliki sikap optimis biasanya pantang menyerah saat dihadapkan dengan kegagalan dalam menyelesaikan masalah, individu tersebut akan tetap berusaha mencari jalan keluar yang tepat dan yakin bahwa semua hal yang terjadi pasti akan terlampaui dengan baik. Hal ini sejalan dengan gagasan dari Lazarus dan Folkman (1984) yang mengatakan sikap optimis adalah salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya *problem focused coping*.

Menurut Sidabalok, Marpaung dan Manurung (2019), Optimisme yakni suatu metode dimana individu berpikir secara positif untuk menghadapi masalah - masalah yang dihadapi oleh individu. Dengan demikian, optimisme membuat individu mengetahui apa yang diperlukan dan segera menyesuaikan diri agar

masalah yang dihadapi bisa dengan mudah diselesaikan (Ghufron & Rini, 2010). Selanjutnya, Seligman (2008) mengartikan optimisme sebagai suatu kepercayaan bahwa kejadian buruk sifatnya hanya sementara, tidak mempengaruhi semua kegiatan diri secara keseluruhan dan tidak sepenuhnya dikarenakan oleh kesalahan diri sendiri tetapi bisa juga dikarenakan keadaan lingkungan, nasib, ataupun individu lain. Saat terjadi peristiwa yang membahagiakan, individu yang optimis akan meyakini bahwa keadaan tersebut akan terjadi lama, seluruh aktivitas dapat dipengaruhi dan hal itu terjadi karena diri sendiri. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Rakhmat, Budiman dan Mudrikah (2024) yang mengatakan jika optimisme adalah cara pandang positif kepada masa depan yang ditandai dengan mempercayai bahwa hal-hal baik akan bertahan lama, sedangkan hal-hal buruk dipersepsikan sebagai sesuatu yang bersifat sementara dan berada di luar kontrol individu.

Terdapat beberapa aspek optimisme menurut Seligman (2008), diantaranya : (1) *Permanence*, Aspek *permanence* memiliki makna bagaimana individu melihat suatu peristiwa terjadi, apakah bersifat tetap atau sementara; (2) *Pervasiveness*, Aspek *pervasiveness* menunjukkan dimensi ruang dari suatu kejadian atau peristiwa; (3) *Personalization*, Aspek *personalization* mendeskripsikan mengenai setiap pemicu dari suatu kegagalan itu bersumber dari internal (diri sendiri) atau eksternal (individu lain).

Adanya sikap optimis dalam diri mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi dapat berperan untuk mengurangi beban dan permasalahan yang tidak baik seperti stres, ataupun permasalahan lain yang mungkin akan dialami untuk kedepannya. Menurut Sulistyowati, Wismanto dan Utami (2015), Individu optimis akan mempunyai pandangan yang baik terhadap masa depan dan memiliki pola pikir yang positif dan realistis dalam melihat suatu permasalahan. Ketika mahasiswa sedang dihadapkan dengan permasalahan dalam organisasi dan membutuhkan dukungan sosial maupun emosional dari orang terdekat, terutama keluarga sedangkan individu dalam kondisi sedang merantau, maka diperlukan sikap optimis dalam menyelesaikan permasalahan dengan cara tetap berpikir positif dan percaya bahwa peristiwa buruk hanya tidak akan bertahan selamanya. Arief dan Habibah

(2015) mengatakan bahwa sikap optimisme mampu menuntun individu untuk mendapatkan berbagai tujuan yang telah direncanakan, serta menambah kepercayaan akan kemampuan yang individu dimiliki, yang akan membantu individu untuk terlepas dari banyaknya halangan dan rintangan yang menyongsong.

Penelitian dengan tema yang hampir serupa pernah dilakukan sebelumnya. Walaupun mengangkat tema yang hampir serupa, namun terdapat persamaan dan perbedaan dalam isi penelitian yang akan peneliti lakukan, baik dari karakteristik subjek maupun lokasi. Seperti halnya penelitian yang pernah dilakukan oleh Setriawati dan Fikry pada tahun 2023 yang berjudul “Hubungan antara Optimisme dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi dan Aktif Berorganisasi di Universitas Negeri Padang”. Hasil penelitian tersebut melaporkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *problem focused coping*. Pada penelitian yang telah dilakukan, terdapat persamaan dan perbedaan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan. Penelitian yang telah dilakukan memiliki kesamaan dalam variabel dan perbedaan terletak pada tujuan penelitian, karakteristik subjek dan lokasi. Tujuan pada penelitian sebelumnya adalah untuk melihat hubungan antara optimisme dengan *problem focused coping* sedangkan pada penelitian yang akan diteliti memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping*. Selanjutnya, subjek pada penelitian sebelumnya adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan aktif berorganisasi dan berlokasi di Universitas Negeri Padang. Sedangkan pada penelitian yang akan diteliti, memilih subjek mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi dan berlokasi di Universitas Trunodjoyo Madura.

Penelitian ini berkenaan dengan realita yang diketahui melalui berbagai hasil penelitian terdahulu mengenai stres yang dialami mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Handayani dan Nirmalasari (2020) diketahui bahwa stres tingkat berat lebih banyak dialami oleh mahasiswa perantau daripada mahasiswa bukan perantau, terlebih lagi yang aktif dalam berorganisasi. Selain melaksanakan tugas akademik, tugas organisasi juga harus dilakukan oleh mahasiswa yang aktif berorganisasi berdasarkan program kerja yang telah disusun oleh organisasi yang diikuti. Beban tugas akademik yang berat ditambah dengan

tuntutan dalam organisasi dapat menyebabkan mahasiswa menjadi stres dan kelelahan. Aspek psikologis dan fisiologis akan mendapatkan dampak dari stres yang dialami oleh mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi, sehingga perlu melakukan upaya untuk menangani stres, dan aktivitas yang biasanya dilakukan disebut dengan strategi *coping*. Strategi *coping* yang kerap dilakukan oleh mahasiswa untuk memecahkan masalah adalah *problem focused coping*. Adapun faktor yang mempengaruhi munculnya *problem focused coping* adalah sikap optimis. Nurkahfi dan Supraptiningsih (2022) mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki sikap optimisme cenderung memilih *coping* yang fokus utamanya terletak pada penyelesaian masalah (*problem focused coping*) dengan demikian stress yang dirasakan akan mereda. Hal ini berlandaskan dari pandangan mahasiswa yang optimis dalam melihat masalah yang ada sebagai tantangan. Tantangan yang dihadapi harus dituntaskan dengan metode-metode yang fokus utamanya terletak pada solusi penyelesaian masalah tersebut. Berdasarkan dari uraian permasalahan, peneliti merasa tertarik untuk mengerjakan sebuah penelitian yang lebih jauh dan mendalam tentang pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi di Universitas Trunodjoyo Madura.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi di Universitas Trunodjoyo Madura ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian yang dilakukan yaitu untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi di Universitas Trunodjoyo Madura.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang diperoleh baik secara teoritis maupun praktis :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber literatur dan menambah wawasan keilmuan di bidang ilmu psikologi positif dan psikologi klinis serta memperluas informasi, pembaruan wawasan, dan pengembangan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *problem focused coping* dan optimisme.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat membantu subjek dalam memahami pentingnya sikap optimisme dalam menghadapi permasalahan akademik maupun organisasi dan mampu menyelesaikan permasalahan dengan menggunakan strategi *coping* yang lebih efektif, yakni strategi *problem focused coping*. Selain itu, subjek juga diharapkan mampu meyakini bahwa segala sesuatu akan berjalan dengan baik dan semua masalah atau kesulitan dapat diatasi dengan usaha dan sikap positif.

2. Bagi Organisasi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan referensi bagi organisasi mengenai pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping* sehingga organisasi dapat mendorong pembentukan sikap optimis pada anggota organisasi agar mampu menghadapi permasalahan organisasi secara lebih fokus pada pemecahan masalah dan pengambilan keputusan yang efektif sehingga dapat meningkatkan kinerja anggota.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan sumbangan referensi bagi institusi mengenai pengaruh optimisme terhadap *problem focused coping* sehingga dapat menjadi dasar dalam penyusunan suatu kebijakan, program akademik, serta layanan pendukung yang berfokus pada peningkatan kesejahteraan psikologis dan kemampuan *coping* mahasiswa sehingga mahasiswa semakin optimis menjalankan tugas akademik dan non akademik dengan baik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik dengan pembahasan variabel sejenis yaitu optimisme dan *problem focused coping*. Dapat menambah referensi serta informasi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan fenomena yang dialami oleh mahasiswa rantau yang aktif berorganisasi sehingga diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitiannya dengan adanya informasi baru.