

The Difference of Optimism in Terms of Problem Focus Coping and Emotional Focus Coping on Psychology Student Who is Working On Thesis in Andalas University

Dian Trisnawati , Yantri Maputra ,Fitria Rahmi ,
Psychology's Student, Medical Faculty, University of Andalas

ABSTRACT

Coping stress is required by college student as it reduce the effect that come from stressor while accomplish an essay of final assignment. Two type of the coping stress are problem focus coping and emotional focus coping. While commit a coping stress, the optimism is required as a positive faith to solve the problem that can happen along the essay's process. This research aims to find out the presence of difference in student's optimism, in a process of accomplishing their thesis at Psycology Department of Andalas University while using problem focus coping and emotional focus coping.

This research is a quantitative method and analyze the data with t-test comparative analysis. The research using a population of 62 samples with saturated sampling method. Data Accumulation is worked by using scale LOT-R from Scheier for observed the optimism that consist of 10 items ($\alpha = 0,716$) and The Brief Cope from Carver which consisted of 28 items with two types of Coping Stress such as Problem Focus Coping and Emotionl Focus Coping.

The result of measurement showed the difference of optimism between the used of problem focus coping and emotional focus coping for the thesis at Psycology Department of Andalas University, the result of significance measurement is 0.012 ($p < 0.05$). the research also showed that the number of students which are used problem focus coping are greater than the emotional focus coping user. This result is verified by the mean problem value of problem focus coping (27,31) is greater than the emotional focus coping (25,35).

Keyword : Optimism, Coping Stress, Problem Focus Coping, Emotional Focus Coping

Perbedaan Optimisme ditinjau dari *Problem focus coping* dan *emotional focus coping* pada Mahasiswa di Prodi Psikologi Universitas Andalas yang Sedang Menyusun Skripsi

Dian Trisnawati, Yantri Maputra, Fitria Rahmi

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

ABSTRAK

Coping stress diperlukan mahasiswa untuk mengurangi efek dari *stressor* ketika mengerjakan skripsi. Tipe dari *coping stress* tersebut adalah *problem focus coping* dan *emotional focus coping*. Dalam melakukan *coping stress* dibutuhkan optimisme sebagai keyakinan positif untuk dapat mengatasi permasalahan yang terjadi ketika mengerjakan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada perbedaan optimisme seseorang ditinjau dari yaitu *problem focus coping* dan *emotional focus coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Prodi Psikologi Unand.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analisis data menggunakan uji Independent T-test. Sampel pada penelitian ini berjumlah 62 orang dengan teknik sampling jenuh. Pengumpulan data dilakukan melalui alat ukur yang berupa Skala LOT-R dari Scheier untuk melihat optimisme yang terdiri dari 10 aitem ($\alpha = 0,716$) dan Skala Briefcope dari Carver yang terdiri dari 28 aitem ($\alpha = 0,785$) dengan dua tipe *coping stress* yaitu *Problem Focus Coping* dan *Emotional Focus Coping*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan optimisme bila ditinjau dari penggunaan *problem focus coping* dan *emotional focus coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Psikologi Unand dengan signifikansi 0,012 ($p < 0,05$). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Unand lebih menggunakan *problem focus coping* dari pada *emotional focus coping*. Hal ini dibuktikan dengan nilai *mean problem focus coping* (27,31) lebih tinggi dari pada nilai *mean emotional focus coping* (25,35).

Kata Kunci : Optimisme, *Coping Stress*, *Problem Focus Coping*, *Emotional Focus Coping*