



DOI: <https://doi.org/10.38035/jgsp.v2i3>
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Pengaruh *Social Support* dan *Self-Esteem* Terhadap Optimisme Mahasiswa Akhir

Raihan Saputra¹, M. Ridho Mahaputra², Gevan Naufal Wala³

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia, raihansaputra0502@gmail.com

²Universitas Mercu Buana, Jakarta, Indonesia, ridhomahaputra26@gmail.com

³Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia, gevannaufall@gmail.com

Corresponding Author: raihansaputra0502@gmail.com¹

Abstract: *This study aims to analyze the influence of social support and self-esteem on the optimism of final year students using the literature study method. This study examines various previous studies that discuss the relationship between social support, self-esteem, and optimism in the context of students. The results of the study indicate that social support, including emotional support, informational support, and appreciative support, has an important role in increasing student optimism. Emotional support from family, friends, and the academic environment can provide a sense of comfort and psychological security, so that students are more confident in facing challenges. Informational support, such as academic guidance and career advice, helps students design their future more focused, while appreciative support in the form of recognition and awards increases students' self-confidence and motivation. In addition, self-esteem also has a significant effect on the optimism of final year students. Students with high self-esteem, which includes self-confidence, self-acceptance, and self-confidence, tend to have positive expectations for the future, are more resilient to obstacles, and are more confident in their own abilities. Self-confidence helps students to be more optimistic in making decisions, self-acceptance allows them to stay motivated despite failure, and self-confidence increases their resilience in achieving goals. Based on these findings, it can be concluded that social support and self-esteem play an important role in increasing the optimism of final year students.*

Keyword: *Social Support, Self-Esteem, Final Year Student Optimism*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap optimisme mahasiswa tingkat akhir dengan menggunakan metode studi pustaka. Penelitian ini mengkaji berbagai penelitian terdahulu yang membahas tentang hubungan antara dukungan sosial, harga diri, dan optimisme dalam konteks mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang meliputi dukungan emosional, dukungan informasional, dan dukungan apresiatif memiliki peran penting dalam meningkatkan optimisme mahasiswa. Dukungan emosional dari keluarga, teman, dan lingkungan akademis dapat memberikan rasa nyaman dan aman secara psikologis, sehingga mahasiswa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan. Dukungan informasional seperti bimbingan akademis dan nasihat karier membantu mahasiswa merancang masa depan mereka dengan lebih terarah,

sedangkan dukungan apresiatif berupa pengakuan dan penghargaan meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi mahasiswa. Selain itu, harga diri juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap optimisme mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa dengan harga diri yang tinggi, yang meliputi rasa percaya diri, penerimaan diri, dan kepercayaan diri, cenderung memiliki harapan yang positif terhadap masa depan, lebih tangguh menghadapi rintangan, dan lebih percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri. Kepercayaan diri membantu mahasiswa untuk lebih optimis dalam mengambil keputusan, penerimaan diri memungkinkan mereka untuk tetap termotivasi meskipun mengalami kegagalan, dan kepercayaan diri meningkatkan ketahanan mereka dalam mencapai tujuan. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan harga diri berperan penting dalam meningkatkan optimisme mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: *Social Support, Self-Esteem, Optimisme Mahasiswa Akhir*

PENDAHULUAN

Siswa mengalami berbagai kesulitan dalam kehidupan akademik, sosial, dan emosional saat mereka beranjak dari masa remaja ke masa dewasa. Beradaptasi dengan konteks sosial yang lebih luas, tekanan untuk berprestasi, dan tanggung jawab akademis yang meningkat adalah beberapa dari kesulitan tersebut. Salah satu elemen kunci yang dapat membuat siswa tetap terlibat dan termotivasi untuk bekerja mencapai tujuan mereka dalam menghadapi rintangan ini adalah optimisme (Nasution et al., 2024). Pandangan penuh harapan akan masa depan dan kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan disebut sebagai optimisme. Siswa dengan tingkat optimisme yang tinggi biasanya memiliki kesehatan mental yang lebih baik, lebih gigih saat menghadapi tantangan, dan lebih percaya diri saat menyelesaikan tugas. Oleh karena itu, sangat penting untuk memahami variabel-variabel yang dapat mempengaruhi optimisme siswa (Fatmawati Halim, 2019).

Harga diri dan dukungan sosial adalah dua elemen psikologis yang mempengaruhi optimisme siswa. Segala bentuk bantuan dari orang lain, baik dalam bentuk dukungan informal, instrumental, atau emosional, disebut sebagai dukungan sosial (Eva et al., 2020). Keluarga, teman, dan komunitas akademis, termasuk instruktur dan rekan kerja, dapat memberikan dukungan ini. Dukungan sosial yang baik dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi anak-anak, membuat mereka merasa dihargai, didukung, dan tidak sendirian saat menghadapi tantangan. Menurut sejumlah penelitian, mereka yang memiliki banyak dukungan sosial cenderung lebih optimis karena mereka percaya bahwa mereka memiliki sumber daya yang cukup untuk melewati berbagai rintangan dalam hidup (Risthathi, 2019).

Optimisme sebagian besar dipengaruhi oleh harga diri selain dukungan sosial. Harga diri adalah pendapat seseorang tentang dirinya sendiri, termasuk tingkat kemampuan dan keuntungannya. Murid yang memiliki harga diri yang tinggi biasanya memiliki persepsi diri yang baik, merasa mampu mencapai tujuan mereka, dan lebih percaya diri dalam menangani berbagai situasi. Selain itu, mereka juga lebih mahir dalam menangani stres dan kegagalan dengan cara yang sehat, yang membantu mereka bertahan dalam menghadapi tantangan. Sebaliknya, siswa yang memiliki harga diri yang rendah, sering mengalami kecemasan, keraguan diri, dan pesimisme tentang masa depan mereka. Oleh karena itu, meningkatkan harga diri siswa dapat membantu mereka menjadi lebih optimis (Nabillah et al., 2024).

Siswa dengan tingkat optimisme yang tinggi cenderung lebih terdorong untuk belajar, lebih tahan terhadap tekanan akademis, dan mampu menghasilkan pendekatan yang lebih fleksibel untuk memecahkan masalah di kelas. Sebaliknya, siswa yang kurang optimis cenderung mengalami stres, khawatir, dan bahkan depresi, yang dapat menghambat pertumbuhan sosial dan akademis mereka. Oleh karena itu, sangat penting untuk memahami

bagaimana optimisme siswa dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harga diri (Andini & Maryatmi, 2020).

Dengan konteks ini, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menyelidiki bagaimana optimisme di kalangan pelajar dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harga diri. Penelitian ini diharapkan dapat membantu institusi pendidikan dan pihak-pihak terkait lainnya dalam mengembangkan langkah-langkah untuk meningkatkan optimisme siswa dengan menjelaskan hubungan antara variabel ketiga tersebut.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat disimpulkan bahwa rumusan masalah sebagai berikut: 1) Apakah *social support* berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir?; 2) Apakah *self esteem* berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir?

METODE

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tinjauan pustaka atau metode penelitian literatur. Studi literatur merupakan salah satu jenis strategi penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang topik tertentu (Mahanum, 2021). Tujuan dari studi literatur adalah untuk mendeskripsikan isi buku dengan menggunakan data yang dikumpulkan (Ridwan et al., 2021). Selain bahan-bahan dari penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian saat ini, pendekatan studi literatur memanfaatkan data dari media akademik daring, seperti buku referensi digital, DOAJ, EBSCO, dan Jurnal Sinta. Perpustakaan dan perpustakaan elektronik di perguruan tinggi ternama seperti Harvard dan Oxford juga menyediakan sumber-sumber ini. Peneliti dapat memilih pendekatan metodologis terbaik, menemukan kesenjangan dalam literatur, dan menemukan bagaimana masalah penelitian telah dipelajari sebelumnya. Topik penelitian menjadi lebih terfokus dan relevan ketika tujuan penelitian eksplorasi ini diingat, dan penelitian baru pasti akan memajukan bidang studi saat ini secara signifikan (Ali, H., & Limakrisna, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah di atas, maka hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Optimisme Mahasiswa Akhir

Optimisme mahasiswa tingkat akhir adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan pandangan optimis mereka tentang masa depan mereka dalam hal akademik, profesional, dan kehidupan pribadi. Mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi biasanya melihat kemunduran sebagai peluang untuk pengembangan diri dan berpikir bahwa mereka dapat melewatinya dengan kerja keras dan taktik yang tepat. Optimisme ini sangat penting bagi mahasiswa tingkat akhir saat mereka menavigasi tuntutan akademis seperti menyelesaikan tesis, bersiap-siap untuk lulus, dan menyesuaikan diri dengan dunia kerja (Yusuf, 2021). Siswa yang optimis lebih tangguh, memiliki keterampilan manajemen stres yang lebih baik, dan lebih mudah beradaptasi dengan perubahan dan ambiguitas. Sebaliknya, anak-anak yang pesimis sering mengalami kecemasan yang berlebihan dan kurang percaya diri akan masa depan mereka. Oleh karena itu, optimisme adalah kualitas yang dapat meningkatkan kesehatan psikologis dan membantu para manula mencapai tujuan mereka dengan lebih sukses (Harpan, 2015).

Indikator atau dimensi yang terdapat pada variabel optimisme mahasiswa akhir antara lain: 1) Harapan Positif terhadap Masa Depan: Mahasiswa yang optimis memiliki keyakinan bahwa masa depan mereka akan berjalan dengan baik dan mereka akan mencapai tujuan yang mereka inginkan; 2) Ketahanan dalam Menghadapi Hambatan: Meskipun mereka menghadapi kesulitan akademis, seperti skripsi, tugas akhir, atau pencarian kerja, mereka tetap teguh dalam

usahanya; 3) Motivasi dan Keyakinan Diri: Mereka memiliki keinginan yang kuat untuk belajar dan percaya pada diri sendiri ketika menghadapi tantangan akademis atau profesional.

Optimisme mahasiswa akhir telah diteliti oleh beberapa peneliti, termasuk: (Muskerina et al., 2018), (Risthathi, 2019), (Nasution et al., 2024), (Kamila et al., 2023).

Social Support

Semua jenis bantuan emosional, praktis, dan informasi yang diterima seseorang dari lingkungan sosialnya-termasuk teman, keluarga, dan pembimbing akademik atau dosen-disebut sebagai dukungan sosial (Aliffatunisa et al., 2021). Dukungan sosial sangat penting untuk memberikan rasa aman, meningkatkan harga diri, dan membantu mereka dalam mengatasi rintangan dalam hidup. Dukungan sosial bagi mahasiswa tingkat akhir dapat berupa bantuan akademis dari teman atau dosen, dukungan moral dari keluarga, dan pengetahuan tentang pilihan pekerjaan dari jaringan sosial mereka. Dibandingkan dengan mahasiswa yang merasa kurang didukung oleh lingkungannya, mereka yang mendapatkan dukungan sosial yang substansial cenderung lebih termotivasi, memiliki ketahanan mental yang lebih besar, dan lebih memiliki harapan akan masa depan (Alnadi & Sari, 2021).

Indikator atau dimensi yang terdapat pada variabel *social support* antara lain: 1) Dukungan Emosional: Perasaan disukai, dihargai, dan dibantu oleh mentor, keluarga, dan teman dekat; 2) Dukungan Informasi: Memberikan nasihat, informasi, atau arahan kepada mahasiswa tingkat akhir mengenai studi, karier, dan kehidupan sosial mereka untuk membantu pengambilan keputusan; 3) Dukungan Apresiatif: Konfirmasi upaya dan pencapaian siswa dengan pujian atau pengakuan.

Social support diteliti oleh beberapa peneliti, termasuk: (Indrawati, 2018), (Fachri et al., 2022), (Khoirunnisa & Dewi Rosiana, 2023).

Self Esteem

Sejauh mana seseorang merasa berharga, mampu, dan aman dalam hidupnya tercermin dalam harga diri mereka, yang merupakan evaluasi mereka terhadap diri mereka sendiri. Siswa yang memiliki harga diri yang tinggi biasanya berpikir tentang diri mereka sendiri, percaya bahwa mereka dapat mengatasi masalah sosial dan akademis, dan cukup optimis tentang masa depan (Andini & Maryatmi, 2020). Di sisi lain, siswa yang memiliki harga diri rendah lebih cenderung mengalami kekhawatiran, ketidakberdayaan, dan kurang percaya diri dengan kemampuan mereka sendiri. Karena mereka lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan menerima kegagalan sebagai bagian penting dari pembelajaran, mahasiswa tingkat akhir yang memiliki harga diri yang tinggi lebih mampu menangani transisi ke dunia kerja dan kehidupan setelah kuliah (Rahmanillah et al., 2018).

Indikator atau dimensi yang terdapat pada variabel *self esteem* antara lain: 1) Kepercayaan Diri: Tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mengatasi rintangan; 2) Penerimaan Diri: Kapasitas seseorang untuk menerima kelebihan dan kekurangannya tanpa merasa tidak mampu atau rendah diri; 3) Keyakinan Diri: Keyakinan siswa akan kemampuan mereka untuk mengatasi hambatan sosial dan akademis serta menghadapi tantangan baru.

Self esteem diteliti oleh beberapa peneliti, termasuk: (Triwahyuningsih, 2017), (Nuryanti & Nuraini, 2023), (Kamila et al., 2023).

Hasil Penelitian Terdahulu

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No	Author	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan/Novelty	Hipotesis
1	(Eva et al., 2020)	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial	Perbedaan pada variabel kesejahteraan	H1

		Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator	berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, namun religiusitas tidak meningkatkan kontribusi dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis tersebut	psikologis dan religiusitas	
2	(Kamila et al., 2023)	Pengaruh Social Support Dan Self-Esteem Terhadap Optimisme Freshgraduate S-1 Yang Sedang Mencari Kerja	Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh social support dan self-esteem secara bersama-sama sebesar 0.232 atau 23.2% berperan terhadap optimisme pada freshgraduate S1 yang sedang mencari kerja di Karawang sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini.	Perbedaan pada variabel optimisme fresh graduate S-1 yang sedang mencari kerja	H1
3	(Rahmanillah et al., 2018)	Pengaruh social support dan self-esteem terhadap subjective well being remaja korban bullying di pondok pesantren	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan social support dan self-esteem terhadap subjective wellbeing. Proporsi varians dari subjective wellbeing yang dijelaskan oleh semua independent variable adalah sebesar 22,6%, sedangkan 77,4% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.	Perbedaan pada variable subjective well being remaja korban bullying dipondok pesantren	H2

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka pembahasan artikel ini yaitu dengan dilakukan review terhadap penelitian terdahulu yang relevan, analisis pengaruh antar variabel serta membuat kerangka konseptual penelitian:

Pengaruh *Social Support* terhadap Optimisme Mahasiswa Akhir

Optimisme mahasiswa tingkat akhir sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, terutama dalam hal mengatasi hambatan akademis, menyesuaikan diri dengan dunia kerja, dan menghadapi ketidakpastian masa depan. Kepercayaan diri mahasiswa tingkat akhir, ketahanan dalam menghadapi kesulitan, dan aspirasi yang optimis untuk masa depan dapat ditingkatkan dengan dukungan sosial, yang mencakup dukungan emosional, informasi, dan penghargaan.

Teman dekat, keluarga, dan mentor dapat memberikan dukungan emosional kepada mahasiswa dalam bentuk hiburan, kasih sayang, dan dorongan psikologis. Mahasiswa tingkat akhir biasanya memiliki aspirasi yang optimis untuk masa depan ketika mereka merasa didengar, dipahami, dan diterima oleh lingkungannya. Mereka dapat mengembangkan pandangan positif terhadap berbagai kemungkinan yang akan muncul karena mereka merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi kendala akademik, seperti menyelesaikan

tesis atau mempersiapkan diri untuk sebuah profesi. Selain itu, mahasiswa yang menerima dukungan emosional akan lebih tangguh ketika menghadapi tantangan. Kehadiran orang-orang yang memberikan dukungan moral dapat membantu mereka untuk mengatasi kemunduran dan rintangan dan terus bekerja untuk mencapai tujuan mereka.

Meningkatkan optimisme mahasiswa tingkat akhir juga melibatkan dukungan informasi selain dukungan emosional. Memberikan bimbingan, rekomendasi, atau informasi yang berkaitan dengan kebutuhan akademis dan profesional mahasiswa adalah salah satu cara untuk mendukung mereka. Misalnya, saran dari profesor mengenai penelitian atau saran dari alumni mengenai prospek kerja dapat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam membuat rencana yang lebih efektif untuk mencapai tujuan mereka. Mahasiswa yang menerima informasi yang memadai akan lebih mampu membuat keputusan yang bijaksana, membuat rencana yang lebih matang, dan menghadapi tantangan yang ada di depan mata.

Dengan mengakui dan menghargai usaha dan pencapaian mahasiswa, dukungan yang apresiatif juga berkontribusi pada peningkatan optimisme. Mahasiswa akan merasa lebih percaya diri dengan kemampuan mereka sendiri ketika mereka menerima pengakuan atas usaha mereka, baik dari penghargaan akademik, teman, atau profesor. Ketika menghadapi rintangan, keyakinan diri mereka memotivasi mereka untuk bertahan dan tidak mudah menyerah. Selain itu, kepercayaan diri mahasiswa bahwa mereka dapat berhasil di masa depan diperkuat oleh pengakuan yang mereka terima dari lingkungan sosial mereka.

Secara keseluruhan, dukungan sosial yang kuat dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan optimisme para siswa. Mahasiswa dapat menjadi lebih optimis tentang masa depan mereka, memiliki ketahanan yang lebih besar ketika dihadapkan pada tantangan, dan merasa lebih percaya diri ketika mengejar aspirasi akademis dan profesional mereka ketika mereka mendapatkan dukungan emosional, informasi, dan penghargaan.

Social support berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir, hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh: (Rahmanillah et al., 2018), (Khairani & Purwanti, 2023).

Pengaruh *Self Esteem* terhadap Optimisme Mahasiswa Akhir

Salah satu komponen psikologis yang secara signifikan memengaruhi optimisme mahasiswa tingkat akhir adalah rasa harga diri mereka, khususnya dalam hal mengatasi hambatan akademis dan menyesuaikan diri dengan dunia kerja. Harga diri, yang meliputi penerimaan diri, kepercayaan diri, dan rasa percaya diri, memiliki pengaruh besar terhadap ketahanan mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi kesulitan, harapan positif untuk masa depan, dan rasa percaya diri dalam menjalani kehidupan akademis dan profesional mereka.

Salah satu komponen utama harga diri yang secara langsung memengaruhi optimisme mahasiswa tingkat akhir adalah rasa percaya diri. Mahasiswa dengan rasa percaya diri yang tinggi biasanya berpikir bahwa mereka dapat mengatasi hambatan dalam karier akademis mereka dan berhasil di masa depan. Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan lebih berani dalam mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan mereka, seperti menyelesaikan tugas akhir, melamar magang, atau menghadiri wawancara kerja. Mahasiswa yang merasa percaya diri juga cenderung memiliki harapan optimis untuk masa depan karena mereka yakin bahwa mereka dapat mengendalikan hidup mereka dan mengarahkan mereka ke jalan yang lebih baik.

Penerimaan diri sama pentingnya dalam meningkatkan optimisme siswa seperti halnya kepercayaan diri. Siswa akan lebih siap menghadapi tekanan sosial dan akademis dengan cara yang sehat jika mereka dapat mengenali bakat dan kelemahan mereka. Siswa yang menerima diri sendiri mampu bersikap tidak terlalu keras pada diri mereka sendiri saat menghadapi kesulitan atau kegagalan. Sebaliknya, anak-anak akan memandang kegagalan sebagai komponen penting dalam pembelajaran dan terus terinspirasi untuk mencoba lagi. Siswa yang

mengadopsi pola pikir ini akan lebih tangguh saat menghadapi tantangan, mencegah mereka untuk cepat menyerah dan mempertahankan keyakinan mereka pada pencapaian masa depan mereka.

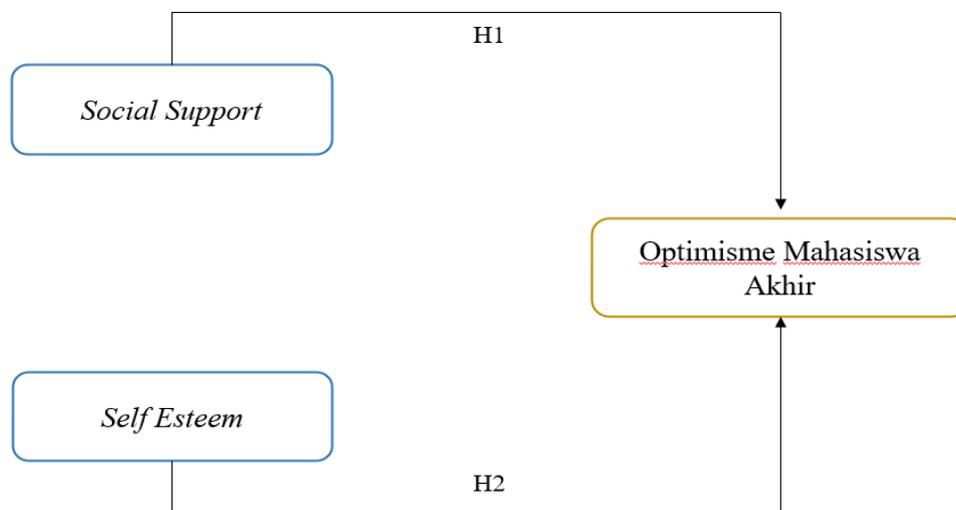
Pada saat yang sama, optimisme secara langsung terkait dengan kepercayaan diri, yang merupakan komponen harga diri. Saat menghadapi situasi yang menantang, siswa yang percaya pada keterampilan mereka sendiri akan merasa lebih mudah untuk tetap fokus dan berpikir optimis. Siswa yang memiliki kepercayaan diri ini lebih mampu membuat keputusan dan tidak mudah terpengaruh oleh ketidakpastian atau ketakutan terkait kegagalan. Siswa akan lebih ulet dalam upaya mereka dan lebih berharap tentang masa depan mereka saat mereka berpikir mereka dapat mencapai tujuan mereka.

Jika mempertimbangkan semua hal, mahasiswa tingkat akhir yang memiliki rasa harga diri yang tinggi lebih optimis tentang banyak aspek kehidupan. Mereka memiliki harapan yang tinggi untuk masa depan dan cukup percaya diri. Ketika orang menerima diri mereka dengan baik, mereka lebih mampu bangkit kembali dari kemunduran. Mereka lebih percaya diri dalam kapasitas mereka untuk berhasil ketika mereka memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Agar mahasiswa dapat menghadapi masa depan dengan harapan dan keyakinan, sangat penting bagi mereka untuk terus memupuk rasa harga diri mereka.

Self esteem berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir, hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh:

Kerangka Konseptual

Berdasarkan rumusan masalah, pembahasan serta penelitian terdahulu yang relevan serta pokok dalam pembahasan pengaruh antar variabel. Oleh karena itu, diperoleh kerangka konseptual di bawah ini:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Berdasarkan gambar 1 kerangka konseptual diatas, maka diperoleh: *Social Support* (X1), *Self Esteem* (X2) berpengaruh terhadap Optimisme Mahasiswa Akhir (Y). Selain dari variabel independen diatas yang memengaruhi variabel dependen, terdapat faktor lainnya yang memengaruhi optimisme mahasiswa akhir, antara lain:

1. Resiliensi: (Marannu¹ et al., 2023), (Dwi Adiyanto & Nusantoro, 2021), (Salim & Fakhrurrozi, 2020).
2. *Self-Regulation*: (Fauzi & Purnama Sari, 2018), (Puspita, 2019), (Riyani, 2022).
3. Lingkungan: (Larastrini & Adnyani, 2019), (Irpan & Spalanzani, 2020)

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan serta pembahasan diatas, maka kesimpulan dari penelitian ini yaitu guna merumuskan hipotesis untuk penelitian selanjutnya, sebagai berikut:

1. *Social Support* berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir
2. *Self-esteem* berpengaruh terhadap optimisme mahasiswa akhir

REFERENSI

- Ali, H., & Limakrisna, N. (2013). Metodologi Penelitian (Petunjuk Praktis Untuk Pemecahan Masalah Bisnis, Penyusunan Skripsi (Doctoral dissertation, Tesis, dan Disertasi. In *In Deppublish: Yogyakarta*.
- Aliffatunisa, F., Putri, N. R. I. A. T., Dewi, F. K., & Apriliyani, I. (2021). Hubungan Aspek Dukungan Sosial Keluarga terhadap Tekanan Darah Terkontrol pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 3(2), 1–10. <https://doi.org/10.33088/jkr.v3i2.695>
- Alnadi, A., & Sari, C. A. K. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera Di Uin Sayyid Ali Rahmatullah. *Proyeksi*, 16(2), 153. <https://doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>
- Andini, P., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Prestasi Akademik dengan Subjective Well Being pada Mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(3), 127–134. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/822>
- Dwi Adiyanto, L. S., & Nusantoro, E. (2021). Pengaruh Resiliensi terhadap Orientasi Karir Siswa Kelas XII SMA Se-Kecamatan Candisari Semarang. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 3(1), 43–49. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i1.533>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Fachri, D., Purna, R. S., & Rahayuningsih, T. (2022). Pengaruh perceived social support terhadap career adaptability pada Mahasiswa Psikologi Universitas Andalas yang berada di tahun akhir selama pandemi Covid – 19. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(2), 97–106. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i2.8476>
- Fatmawati Halim. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswa Pendidikan Dasar. *PiJIES: Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 2, No.2(2), 129–146.
- Fauzi, T., & Purnama Sari, S. (2018). Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Siswa Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*, 1(1), 1–10. [https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/prosiding/article/view/1497%0Afile:///C:/Users/Lenovo/Downloads/admin,+KEMAMPUAN+MENGENDALIKAN+EMOSI+PADA+SISWA+DAN+IMPLIKASINYA \(3\).pdf](https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/prosiding/article/view/1497%0Afile:///C:/Users/Lenovo/Downloads/admin,+KEMAMPUAN+MENGENDALIKAN+EMOSI+PADA+SISWA+DAN+IMPLIKASINYA%20(3).pdf)
- Harpan, A. (2015). Peran Religiusitas dan Optimisme terhadap kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Jurnal Empati*, 3(1), 1–18.
- Indrawati, T. (2018). Peranan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka di Cirebon. *Edukasia Islamika*, 2(2), 172–190.
- Irpan, A., & Spalanzani, W. (2020). Penyuluhan Minimasi Pencemaran Air di Lingkungan Masyarakat Kampung Kedaung Bekasi. *Jurnal Sains Teknologi Dalam Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 111–116. <https://doi.org/10.31599/jstpm.v1i2.438>
- Kamila, L., Simatupang, M., & Singadimedja, H. G. (2023). Pengaruh Social Support Dan Self-Esteem Terhadap Optimisme Freshgraduate S-1 Yang Sedang Mencari Kerja.

- Psikologi Prima*, 6(2), 86–92. <https://doi.org/10.34012/psychoprime.v6i2.3878>
- Khairani, W., & Purwanti, N. S. (2023). Pengaruh social support dengan peer leader untuk meningkatkan self management diabetis pada sesama penderita DM tipe II di Posyandu Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(5), 451–457. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i5.40579>
- Khoirunnisa, A., & Dewi Rosiana. (2023). Pengaruh Perceived Social Support terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(2), 874–881. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i2.7404>
- Larastrini, P. M., & Adnyani, I. G. A. D. (2019). Pengaruh Kepuasan Kerja, Lingkungan Kerja Dan Work – Life Balance Terhadap Loyalitas Karyawan. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 8(6), 3674–3700. <https://doi.org/10.24843/ejmunud.2019.v08.i06.p14>
- Mahanum, M. (2021). Tinjauan Kepustakaan. *ALACRITY: Journal of Education*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v1i2.20>
- Marannu¹, G. M., Huwae², A., Psikologi, F., Kristen, U., & Wacana, S. (2023). Resiliensi Dan Kebahagiaan Pada Caregiver Odg. *Psikologi Prima*, 6(1), 36–42. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/Psikologi/article/view/3716>
- Muskerina, A., Zainuddin, K., & Ridfah, A. (2018). Gaya Humor terhadap Optimisme Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 2(1), 55. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v2i1.1140>
- Nabillah, J. L., Saputra, R., Saputra, E., & Satriawan, N. (2024). *Literature Review: The Relationship between Optimism and Psychological Well-being in Fresh Graduate Students Who Are Looking for Work*. 1(1), 26–32.
- Nasution, A. S., Al-Ghifari, A. F., Abdilah, M. A., & Purwantini, L. (2024). Pengaruh Optimisme Dan Kemampuan Penyelesaian Masalah Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa. *Ilmu Psikologi*, 02(1). <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.183>
- Nuryanti, M., & Nuraini, N. (2023). Pengaruh Social Support Terhadap Self Esteem Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Negeri 3 Cibinong. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 595. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.18013>
- Puspita, S. M. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *SELING: Jurnal Program ...Jurnal Program Studi PGRA*, 5, 82–92.
- Rahmanillah, C., Pratiwi, E. Y., & Sari, F. H. (2018). Pengaruh social support dan self-esteem terhadap subjective well being remaja korban bullying di pondok pesantren. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(3), 269–276.
- Ridwan, M., AM, S., Ulum, B., & Muhammad, F. (2021). Pentingnya Penerapan Literature Review pada Penelitian Ilmiah. *Jurnal Masohi*, 2(1), 42. <https://doi.org/10.36339/jmas.v2i1.427>
- Risthathi, U. N. (2019). *Hubungan Optimisme dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) pada Remaja di Panti Asuhan*.
- Riyani, N. U. (2022). Konsep Sikap Bijaksana sebagai Bentuk Pengendalian Emosi dalam Perspektif Taoisme. *Jurnal Riset Agama*, 2(3), 122–137. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i3.17992>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Efikasi Diri dan Resiliensi Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16 No 2, 175–187. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf>
- Triwahyuningsih, Y. (2017). Kajian Meta-Analisis Hubungan antara Self Esteem dan Kesejahteraan Psikologis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 26–35. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.9382>
- Yusuf, M. (2021). The Effects of the Intrinsic Motivation and Extrinsic Motivation on

Employee Performance with Job Satisfaction as an Intervening Variable at PT. Alwi Assegaf Palembang. *Mbia*, 20(1), 18–31. <https://doi.org/10.33557/mbia.v20i1.1221>