



CONSILIUM : Journal Education and Counseling
P-ISSN :[2775-9465]
E-ISSN :[2776-1223]

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN OPTIMISME PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR STIE EKA PRASETYA DALAM MERAHAI PELUANG KERJA OLEH MAHASISWA

Jason Presley Salim¹⁾ Andini Zahrani Lubis²⁾ Estetika Vieby Hagaina³⁾
Eltalina Br. Tarigan⁴⁾ Rina Mirza⁵⁾

PUI-PT Personality Growth Center, Program Studi Sarjana
Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia

Coressponding Author: jasonsalim226688@gmail.com, zahraniandini81@gmail.com,
estetikavieby@gmail.com, elta.tarigan@gmail.com, rinamirza.psi@gmail.com

Abstrak:

Penelitian ini mempunyai tujuan mengetahui hubungan antara efikasi diri serta optimisme pada mahasiswa tingkat akhir STIE Eka Prasetya terutama pada konteks meraih peluang kerja di tengah persaingan kerja yang semakin ketat. Studi ini memakai pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Sampel penelitian terdiri atas 161 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang dipakai ialah skala efikasi diri serta skala optimisme yang sudah melalui uji validitas serta reliabilitas. Hasil analisis memperlihatkan adanya hubungan positif signifikan antara efikasi diri serta optimisme dengan koefisien korelasi $r = 0,634$ serta nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini memperlihatkan semakin tinggi tingkat efikasi diri, maka semakin tinggi pula tingkat optimisme yang dimiliki mahasiswa. Efikasi diri berkontribusi sebesar 40,2% pada tingkat optimisme, sementara 59,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada studi ini. Sebab itu, bisa disimpulkan mengembangkan efikasi diri ialah faktor krusial dalam membentuk optimisme mahasiswa tingkat akhir, terutama dalam menghadapi dunia kerja.

Kata kunci: Efikasi diri, Optimisme, Mahasiswa.

Abstract:

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and optimism among final-year students at STIE Eka Prasetya, specifically regarding their ability to secure job opportunities amidst increasingly intense labor market competition. This research employed a quantitative method with a descriptive correlational design. The research sample consisted of 161 final-year students selected using a purposive sampling technique. Data were collected using self-efficacy and optimism scales that had undergone validity and reliability testing. The results of the analysis indicate a significant positive relationship between self-efficacy and optimism, with a correlation coefficient of $r = 0.634$ and a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These findings suggest that higher levels of self-efficacy correspond to higher levels of optimism among students. Self-efficacy contributes 40.2% to the level of optimism, while the remaining 59.8% is influenced by other factors not examined in this study. In conclusion, enhancing self-efficacy is a vital factor in fostering optimism in final-year students, particularly as they prepare to enter the professional world.

Keywords: Self-efficacy, Optimism, Students

Pendahuluan

Pendidikan ialah wadah bagi setiap individu mendapatkan wawasan yang bukan cuma terbatas pada ilmu akademik namun juga wawasan non-akademik, belajar serta membuat pengalaman belajar sehingga mahasiswa bisa mengembangkan keahliannya (BP, dkk., 2022). Berdasarkan UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003, struktur pendidikan formal di Indonesia dikategorikan tiga tingkatan utama, yakni pendidikan dasar, menengah, serta tinggi. Pendidikan tinggi ialah tahapan lanjutan sesudah jenjang menengah yang mengelola berbagai program studi, mulai dari diploma serta sarjana sampai tingkatan yang lebih spesifik yakni magister, spesialis, serta doktor (Depdiknas, 2003). Perguruan tinggi memegang peranan krusial dalam memajukan pembangunan nasional, terutama mencetak sumber daya manusia (SDM) yang kompeten melalui pilar Tri Dharma: pendidikan, riset, serta pengabdian masyarakat (Abdillah, 2025). Individu yang menempuh studi pada level ini dikenal dengan sebutan mahasiswa. Secara terminologi, KBBI menerangkan mahasiswa sebagai subjek yang tengah menimba ilmu di lingkungan perguruan tinggi (KBBI, 2024). Dalam melaksanakan pendidikan, mahasiswa biasanya menghabiskan 8 semester, di mana puncak masa pendidikan, ada di semester 7 serta 8 atau mahasiswa tingkat akhir. Agustine & Riasnugrahani (2023), mengemukakan mahasiswa tingkat akhir berada pada fase transisi yang sangat krusial, di mana mereka mulai memikirkan serta merencanakan karier. Di tengah persaingan global serta tuntutan pasar kerja, mereka bukan cuma dituntut mempunyai keahlian akademik, namun juga kepercayaan diri serta optimisme menghadapi tantangan pasca kelulusan. Universitas atau pendidikan tinggi ialah tahap akhir proses formal pembelajaran yang mempunyai tujuan mempersiapkan mahasiswa menjadi SDM unggul, kompeten, serta siap bersaing di dunia kerja.

Dunia kerja ialah lingkungan yang dinamis serta kompetitif, kesiapan mahasiswa menghadapi dunia kerja tidak cukup hanya dari sisi akademik, namun juga wajib dilengkapi dengan keahlian non-akademik seperti keahlian komunikasi, kolaborasi tim, serta penyelesaian persoalan secara mandiri (Anthony, dkk., 2020). Persaingan yang ketat menuntut setiap pencari kerja terus mengembangkan diri supaya bisa memenuhi kebutuhan serta keinginan dunia industri yang terus berkembang. Annisa & Alamanda (2021) memperlihatkan tingkat kesiapan karir yang matang cuma ditemukan pada 25% mahasiswa. Sebagian besar, yakni 61%, ada di level persiapan yang cukup, sementara 14% sisanya belum mempunyai kesiapan sama sekali. Keadaan ini diperburuk rendahnya efikasi diri di kalangan mahasiswa, yang menyebabkan mereka merasa kurang percaya diri merancang masa depan profesional sesudah menamatkan masa studi.

Pada laman resminya, Badan Pusat Statistik wilayah Provinsi DKI Jakarta menyebutkan angka pengangguran di wilayah Jakarta bulan Februari 2025 sampai 6.18%, naik 0.15% daripada Februari 2024 (Badan Pusat Statistik, B 2025). Pengangguran ialah dari berbagai tingkat pendidikan salah satunya lulusan perguruan tinggi, Tingginya jumlah pengangguran membuat persaingan antara pencari kerja menjadi tinggi.

Salah satu penyebab tingginya jumlah pengangguran ialah kurangnya keyakinan pada keahlian diri dalam menghadapi dunia kerja. Sebab itu, sebagai calon sarjana, mahasiswa hendaknya mempunyai keyakinan diri atas keahlian yang dipunya sebelum memasuki dunia kerja yang mempunyai persaingan ketat dari berbagai latar belakang jurusan. Keyakinan diri mencapai pekerjaan yang diinginkan bisa mengembangkan

peluang diterima kerja, maka mempunyai potensi menurunkan angka pengangguran lulusan perguruan tinggi. Nastiti (2024) mengemukakan *self-efficacy* mempunyai peran krusial dalam kesiapan individu menghadapi dunia kerja, di mana rendahnya keyakinan diri bisa menyebabkan kecemasan serta menghambat proses mendapatkan kerja. Beberapa kendala dialami mahasiswa meraih peluang kerja. Dilansir dari sebuah portal berita lebih dari satu juta lulusan sarjana di Indonesia masih menganggur, yang memperlihatkan gelar pendidikan tinggi tidak lagi menjadi jaminan kemudahan mendapatkan pekerjaan, terutama di tengah tantangan global seperti digitalisasi serta perubahan kebutuhan industri (Kompas.com).

Beberapa mahasiswa tingkat akhir di STIE Eka Prasetya juga mengalami kendala yang sama. Mereka merasa tidak yakin dengan keahlian pada dirinya untuk bersaing di dunia kerja. Ada juga yang mengatakan walaupun mereka sudah hampir menyelesaikan studi, masih ada keraguan apakah mereka sungguh siap menghadapi dunia kerja yang semakin kompetitif. Mereka juga sering ragu pada keahlian/pengalaman untuk lolos seleksi kerja. Ketidakyakinan dengan keahlian yang dipunya akan masa depan terutama dalam meraih dunia kerja, ialah bentuk dari tidak yakin akan masa depan atau disebut dengan optimisme. Prayoga, dkk (2022) mengemukakan optimisme dianggap sebagai kecenderungan individu memandang masa depan dengan keinginan positif. Optimisme ini juga mempunyai peran sebagai penguat motivasi berprestasi pada mahasiswa yang bekerja, memperlihatkan bagaimana keyakinan pada hasil baik bisa mengembangkan usaha akademik. Seligman, mengemukakan optimisme diartikan sebagai cara pandang yang integral dalam menyikapi keadaan dengan melihat sisi baik, mengedepankan pola pikir baik, serta mempunyai keahlian memaknai diri sendiri secara lebih bermakna (Ghufron & Risnawita, 2022).

Mahasiswa optimis lebih bisa memakai strategi *problem-focused coping* pada tantangan kerja serta akademik, menegaskan optimisme sebagai penumbuh antisipasi hasil baik pada tindakan nyata (Kesuma, 2022). Seligman (2018), dalam teori *Learned Optimism*, mengemukakan individu yang optimis biasanya lebih ulet, lebih bisa bangkit dari kegagalan, serta mempunyai semangat juang tinggi dalam mencapai tujuan. Optimisme mempunyai peran krusial guna membentuk persepsi baik pada masa depan, termasuk dalam menyikapi proses pencarian kerja yang sering kali penuh dengan tantangan serta ketidakpastian.

Ada tiga aspek dari optimisme yakni (1) *permanence*, hal yang berkaitan dengan waktu serta pandangan pada durasi peristiwa – optimis memandang masalah sebagai persoalan sementara. (2) *pervasiveness*, mengacu pada persepsi individu mengenai sampai mana peristiwa negatif memengaruhi berbagai bidang di hidupnya. Karakter individu yang optimis ialah keahliannya mengisolasi kegagalan pada satu bidang saja, tanpa membiarkan hal itu mengganggu atau mengacaukan aspek kehidupan lainnya secara keseluruhan. (3) *personalization*, berkaitan dengan bagaimana individu mengidentifikasi sumber penyebab dari peristiwa yang ia alami. Individu dengan sikap optimis mempunyai kebiasaan melihat kegagalan sebagai akibat dari faktor luar atau situasi eksternal, maka mereka tidak hanya menyalahkan diri sendiri atas hasil yang kurang memuaskan tersebut. (Seligman, dalam Hisbullah & Izzati, 2021; Nur, dkk., 2025).

Affa & Mulyana (2024), mengemukakan yang menjadi pengaruh optimisme terutama konteks karier ialah efikasi diri. Efikasi diri ialah keyakinan individu pada

keahlian yang dipunyai dalam mencapai tujuan serta mengatasi tantangan pada karier. Saat individu mempunyai efikasi diri yang tinggi, maka mempunyai optimisme yang lebih besar tentang keahlian guna menggapai kesuksesan pada karier. Hal ini memperlihatkan keyakinan pada keahlian diri (efikasi diri) memainkan peran krusial membentuk optimisme individu pada prospek masa depannya. Gamlem serta Vattøy (2023), mengemukakan *self-efficacy* ialah keyakinan individu atas keahliannya menata serta melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan yang diinginkan. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi biasanya mempunyai persepsi positif pada keahlian mereka dalam menata strategi karier, menghadapi wawancara kerja, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia profesional. Bandura (2020) mengemukakan efikasi diri bukan cuma mempunyai peran dalam pencapaian akademik, namun juga mengatasi tantangan di luar akademik, termasuk membangun masa depan karier.

Efikasi diri dibedakan tiga aspek, yakni *magnitude* (level)-keyakinan dalam menghadapi tugas dari yang mudah sampai susah; *generality*-keyakinan diri pada semua keahlian dalam menghadapi berbagai keadaan; serta *strength*-seberapa kuat keyakinan itu dipertahankan di tengah tantangan (Monika & Adman, dalam Fortuna, dkk., 2022; Bandura dalam Yudhistira, dkk., 2021; Street, dkk., 2017). Putri serta Fadhilah (2024) juga mengemukakan individu yang mempunyai efikasi diri tinggi biasanya lebih optimis sebab mereka mempunyai keyakinan bisa mengatasi persoalan serta mencapai tujuan, lalu memperkuat harapan serta pandangan positif pada masa depan. Safira dkk. (2024) terhadap 369 narasumber lintas jurusan mengungkapkan hampir separuh mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh (49,6%) mempunyai tingkat optimisme yang tinggi dalam mengejar peluang karir. Data ini merefleksikan kebanyakan mahasiswa mempunyai ekspektasi baik serta kepercayaan diri kuat saat dihadapkan pada tantangan yang berat. Selain itu, temuan itu menegaskan efikasi diri menjadi indikator krusial yang menentukan level optimisme mahasiswa.

Rizal, dkk. (2023) yang melibatkan 234 narasumber dari Fakultas Psikologi, Hukum, serta Ilmu Budaya menyatakan efikasi diri memberikan andil 34,1% pada pembentukan optimisme karir pada mahasiswa tingkat akhir. Angka ini menegaskan perkembangan efikasi diri ialah langkah strategis memperkuat optimisme mahasiswa saat bersiap meniti karir. Sebab itu, program pendukung seperti pelatihan *soft skill*, bimbingan karir, serta layanan konseling psikologis perlu diintensifkan guna memperkokoh keyakinan diri mahasiswa sebelum lulus.

Hipotesis yang diajukan pada studi ini menyatakan adanya korelasi positif variabel efikasi diri dengan tingkat optimisme mahasiswa. Premis dasarnya ialah semakin kuat keyakinan diri (efikasi diri) yang ada pada mahasiswa, maka akan semakin tinggi juga derajat optimisme mereka. Sebaliknya, penurunan pada aspek efikasi diri akan berbanding lurus dengan rendahnya sikap optimis mahasiswa. Dari uraian tersebut, penulis tertarik untuk mengkaji "*Hubungan Efikasi Diri dengan Optimisme pada Mahasiswa Tingkat Akhir STIE Eka Prasetya dalam Meraih Peluang Kerja*" Rumusan masalah pada studi ini ialah apakah ada keterkaitan efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir STIE Eka Prasetya dalam meraih peluang kerja. Dari rumusan itu, tujuan studi ini ialah mengetahui ada atau tidaknya keterkaitan efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi peluang kerja. Adapun manfaat studi ini terbagi dua, yakni manfaat teoritis serta praktis. Secara teoritis, studi ini diinginkan bisa memperkaya literatur mengenai peran efikasi diri dalam mempengaruhi

optimisme mahasiswa dalam meraih peluang kerja. Sementara itu, secara praktis, studi ini diinginkan bisa memberikan data serta wawasan yang berguna bagi pihak universitas dalam mempersiapkan mahasiswa memasuki dunia kerja, misalnya dari program bimbingan karier, pelatihan *soft skills*, atau seminar motivasi.

Metode Penelitian

Studi ini memakai pendekatan kuantitatif yang berakar pada filsafat positivisme. Teknik ini difokuskan pada pengkajian populasi atau sampel tertentu dari pengumpulan data dengan instrumen studi, serta menerapkan teknik analisis statistik guna mengolah data secara kuantitatif (Sugiyono, 2021). Variabel yang dipakai ialah efikasi diri sebagai variabel bebas serta optimisme sebagai variabel terikat. Populasi studi ini ialah mahasiswa tingkat akhir di STIE Eka Prasetya yang ada 300 individu, dengan 161 individu sebagai sampel (berdasarkan tabel Isaac & Michael dengan taraf signifikan 5%). Metode pengambilan sampel memakai *purposive sampling*. Sugiyono (2018), mengemukakan teknik *purposive sampling* ialah teknik penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan spesifik. Hal ini dilaksanakan agar sampel yang dipilih sungguh memenuhi kriteria yang relevan dengan tujuan studi. Adapun ciri atau karakter dari sampel penelitian ialah: a) Mahasiswa aktif di STIE Eka Prasetya, b) Mahasiswa tingkat akhir.

Studi ini menerapkan pendekatan deskriptif korelasional, yang mempunyai tujuan memaparkan serta mengkaji keterkaitan antara dua variabel atau lebih. Sugiyono (2022), mengemukakan pendekatan ini dipakai menggambarkan serta membedah hubungan antarvariabel yang menjadi fokus riset. Pada konteks ini, studi ini diarahkan mengidentifikasi sampai mana keterkaitan efikasi diri serta optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi persaingan dunia kerja. Skala Likert dipakai pada studi ini. Sugiyono (2017), mengemukakan skala Likert diterapkan menilai opini, sikap, serta persepsi individu atau kelompok pada suatu fenomena sosial. Pada penerapannya, variabel penelitian diuraikan terlebih dahulu menjadi indikator yang spesifik. Indikator itu lalu mempunyai fungsi sebagai acuan menyusun butir-butir instrumen, baik bentuk pernyataan atau pertanyaan. Aitem-aitem pada skala ini ialah pernyataan dengan lima jawaban yakni SS (sangat sesuai), S (sesuai), KS (kurang sesuai), TS (tidak sesuai), serta STS (sangat tidak sesuai). Skala ini disajikan pada bentuk pernyataan *favourable* serta *unfavourable*. Skala optimisme disusun 3 aspek (Seligman dalam Hisbullah & Izzati, 2021) yakni *permanence*, *pervasiveness* serta *personalization*, yang nampak pada tabel 2.1:

Tabel 2.1 *Blueprint* skala Optimisme

| No | Aspek | Butir- butir pernyataan | | Jumlah |
|--------|------------------------|-------------------------|---------------------|--------|
| | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | |
| 1 | <i>Permanence</i> , | 2, 8, 14, 20, 28 | 1, 7, 13, 19, 25 | 10 |
| 2 | <i>Pervasiveness</i> | 4, 10, 16, 22, 26 | 3, 9, 15, 21, 29 | 10 |
| 3 | <i>Personalization</i> | 6, 12, 18, 24, 27 | 5, 11, 17, 23, 30 | 10 |
| Jumlah | | 15 | 15 | 30 |

Merujuk tabel 2.1 disusun 3 dimensi dari teori efikasi diri (Bandura dalam Jones, 2011), yakni: *magnitude*, *generality* serta *strength*. Berikut tabelnya,

Tabel 2.2 *Blueprint* skala Efikasi Diri

| No | Aspek | Butir- butir pernyataan | | Jumlah |
|--------|-------------------|-------------------------|---------------------|--------|
| | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | |
| 1 | <i>Magnitude</i> | 1, 7, 13, 19, 26 | 2, 8, 14, 20, 27 | 10 |
| 2 | <i>Strength</i> | 3, 9, 15, 21, 28 | 4, 10, 16, 22, 29 | 10 |
| 3 | <i>Generality</i> | 5, 11, 17, 23, 30 | 6, 12, 18, 24, 25 | 10 |
| Jumlah | | 15 | 15 | 30 |

Sebelum dilaksanakan analisis, skala pada studi ini dicek dulu memastikan skala itu valid serta reliabel. Guna menjamin keabsahan data, pengujian validitas pada studi ini menerapkan teknik *Corrected Item-Total Correlation* dari bantuan perangkat lunak SPSS Statistics 22 for Windows. Merujuk pada kriteria yang ditetapkan Azwar (2019), sebuah butir pernyataan dinyatakan valid jika koefisien korelasi r-hitung mencapai angka minimal 0,30. Sebaliknya, butir yang mempunyai nilai di bawah ambang batas itu akan dianggap gugur atau tidak valid. Sementara itu, guna menguji apakah alat ukur itu reliabel, digunakan *Cronbach's Alpha*, juga dengan bantuan program *SPSS Statistics 22 for Windows*. Hasil reliabilitas diperlihatkan pada koefisien yang berkisar antara 0.00 sampai 1.00; semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1.00, artinya memperlihatkan reliabilitas alat ukur yang semakin tinggi, begitu juga sebaliknya (Azwar, 2019).

Jenis teknik analisis data yang akan dipakai pada studi ini ialah *Pearson Product Moment Correlation* dengan dukungan Program *SPSS Statistics 22 For Windows*. Analisis ini mempunyai tujuan melihat apakah ada keterkaitan pada variabel bebas serta variabel terikat (Sugiyono, 2017). Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilaksanakan pengujian asumsi, yakni uji normalitas serta uji linearitas. Uji normalitas berguna guna mengetahui data terdistribusi secara normal atau tidak. Korelasi *Pearson Product Moment* hanya bisa dipakai jika data memenuhi syarat distribusi normal, yakni saat nilai $P > 0.05$, sebaliknya jika $P < 0.05$; data dianggap tidak terdistribusi normal (Priyatno, 2018). Uji linearitas dipakai mengetahui adakah keterkaitan dua variabel bersifat linier atau tidak. Jika nilai $P < 0.05$; maka hubungan antara kedua variabel dianggap linier. Sebaliknya, jika $P > 0.05$; maka hubungan antara kedua variabel dianggap tidak linier (Priyatno, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Uji Coba

Dilaksanakan pelaksanaan uji coba pada tanggal 12 November 2025 di STIM Sukma. Uji coba dilaksanakan dengan sampel 93 mahasiswa/i STIM Sukma. Ada dua skala yang diberikan secara langsung kepada mahasiswa/i, yakni:

Skala Optimisme

Pada uji coba validitas 30 aitem diuji dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 2025*. Azwar (2015) mengemukakan jika koefisien validitas ($r \geq 0.300$) maka dianggap memuaskan. Hasil uji coba validitas memperlihatkan ada 23 dari 30 aitem sah, yakni aitem nomor 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 25, 26, 27, 29, 30 dinyatakan valid. Uji kesahihan instrumen pada studi ini dilaksanakan dengan memakai teknik *Corrected Item-Total Correlation*, dengan aitem sah dari tabel di mana nilai r minimum 0.300 serta nilai r berkisar 0.310 sampai 0.562. Dari data ini, disimpulkan aitem 4, 8, 12, 17, 22, 24, 28 tidak valid. Selanjutnya untuk uji reliabilitas teknik alpha Cronbach

dipakai serta didapatkan koefisien reliabilitas 0.868 di mana skala ini memadai dipakai sebagai alat pengumpul data penelitian.

Tabel 3.1 Perincian Butir-Butir Skala Optimisme yang Sahih serta Gugur

| No | Aspek Optimisme | Butir – Butir Pernyataan | | | | Jumlah Aitem Sahih |
|--------------|------------------------|--------------------------|----------|--------------------|----------|--------------------|
| | | <i>Favorable</i> | | <i>Unfavorable</i> | | |
| | | Sahih | Gugur | Sahih | Gugur | |
| 1 | <i>Permanence</i> | 2,14,20 | 8,28 | 1,7,13,19,25 | - | 8 |
| 2 | <i>Pervasiveness</i> | 10,16,26 | 4,22 | 3,9,15,21,29 | - | 8 |
| 3 | <i>Personalization</i> | 6,18,27 | 12,24 | 5,11,23,30 | 17 | 7 |
| Total | | 9 | 6 | 14 | 1 | 23 |

Efikasi Diri

Pada uji coba validitas 30 aitem diuji dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 2025*. Azwar (2015) mengemukakan jika koefisien validitas ($r \geq 0.300$) maka dianggap memuaskan. Hasil uji coba validitas memperlihatkan ada 23 dari 30 aitem sah, yakni aitem nomor **1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30** dinyatakan valid. Uji kesahihan instrumen pada studi ini dilaksanakan dengan menerapkan teknik *Corrected Item-Total Correlation*, dengan aitem sah dari tabel di mana nilai r minimum 0.300 serta nilai r berkisar 0.343 sampai 0.570. Dari data ini, disimpulkan aitem 5, 10, 14, 17, 22, 27 tidak valid. Selanjutnya untuk uji reliabilitas teknik alpha Cronbach dipakai serta didapatkan koefisien reliabilitas 0.899 di mana skala ini memadai untuk dipakai sebagai alat pengumpul data penelitian.

Tabel 3.2 Perincian Butir-Butir Skala Efikasi Diri yang Sahih serta Gugur

| No | Aspek Efikasi Diri | Butir – Butir Pernyataan | | | | Jumlah Aitem Sahih |
|--------------|--------------------|--------------------------|----------|--------------------|----------|--------------------|
| | | <i>Favorable</i> | | <i>Unfavorable</i> | | |
| | | Sahih | Gugur | Sahih | Gugur | |
| 1 | <i>Magnitude</i> | 1,7,13,19,26 | - | 2,8,20 | 14,27 | 8 |
| 2 | <i>Strength</i> | 3,9,15,21,28 | - | 4,16,29 | 10,22 | 8 |
| 3 | <i>Generality</i> | 11,23, 30 | 5,17 | 6,12,18,24,25 | - | 8 |
| Total | | 13 | 2 | 11 | 4 | 24 |

Pelaksanaan Penelitian

Penelitian pertama dilaksanakan tanggal 9 Desember 2025 di STIE Eka Prasetya. Pengambilan data dilaksanakan dari penyebaran 161 angket secara langsung pada mahasiswa. Instrumen studi ini memakai skala Likert yang menilai variabel optimisme serta efikasi diri. Skala optimisme terdiri 23 aitem, namun skala efikasi diri terdiri 24 aitem. Penyusunan skala lalu disesuaikan kembali guna keperluan studi sebagaimana nampak pada Tabel 3.3 serta Tabel 3.4.

Tabel 3.3 Penomoran Baru Skala Optimisme

| No | Aspek | Butir- butir pernyataan | | Jumlah |
|---------------|------------------------|-------------------------|---------------------|-----------|
| | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | |
| 1 | <i>Permanence,</i> | 7,8,19 | 4,10,16,20,21 | 8 |
| 2 | <i>Pervasiveness</i> | 2,5,11,15,17 | 3,6,9,13,23 | 10 |
| 3 | <i>Personalization</i> | 1,22 | 12,14,18 | 5 |
| Jumlah | | 10 | 13 | 23 |

Tabel 3.4 Penomoran Baru Skala Efikasi Diri

| No | Aspek | Butir- butir pernyataan | | Jumlah |
|---------------|-------------------|-------------------------|---------------------|-----------|
| | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | |
| 1 | <i>Magnitude</i> | 1,3,10,16,20 | 11,14,15 | 8 |
| 2 | <i>Strength</i> | 8,9,17,21,22,23 | 5,6,7, | 9 |
| 3 | <i>Generality</i> | 12,13,19, | 2,4,18,24 | 7 |
| Jumlah | | 14 | 10 | 24 |

Hasil Analisis Data

Korelasi Pearson Product Moment ialah pendekatan yang ditetapkan menganalisis data pada studi berikut. Penulis memakainya guna mengetahui korelasi efikasi diri serta optimisme. Pemakaian bantuan IBM SPSS Statistics 2025 dipakai guna menganalisis korelasi ini.

Deskripsi Data Penelitian

Hipotetik serta Empirik Skala Optimisme

Skala optimisme mencakup 23 aitem dengan empat pilihan opsi yakni satu sampai empat. Dengan jumlah minimum serta maksimum 23x1 sampai 23x4, yakni 23 sampai 92 dengan mean hipotetik $(23+92) : 2 = 57,5$. Standar deviasi hipotetik pada studi berikut yakni $(92-23) : 6 = 11,5$. Dari skala Optimisme dengan mengisi kuisioner maka didapatkan mean empirik 64 serta standard deviasi 7,466.

Tabel 3.5 Perbandingan Data Empirik serta Hipotetik Optimisme

| Variabel | Empirik | | | SD | Hipotetik | | | SD |
|-----------|---------|-----|-------|-------|-----------|-----|------|------|
| | Min | Max | Mean | | Min | Max | Mean | |
| Optimisme | 8 | 86 | 63,95 | 7,466 | 23 | 92 | 57,5 | 11,5 |

Pada skala optimisme hasil analisis memperlihatkan mean empirik $>$ mean hipotetik yakni $63,95 > 57,5$ disimpulkan optimisme subjek penelitian lebih tinggi daripada dengan populasi umum.

Ada tiga pengkategorian subjek: rendah, sedang, serta tinggi. Tabel kategori nampak pada tabel 3.6:

Tabel 3.6 Kategorisasi Optimisme

| | |
|--|--------|
| $X < (\mu - 1\sigma)$ | Rendah |
| $(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$ | Sedang |
| $X \geq (\mu + 1\sigma)$ | Tinggi |

Ada standar deviasi $\sigma = (92-23) : 6 = 11,5$, $\mu = (23+92) : 2 = 57,5$ sebagai mean hipotetik studi ini. Berdasarkan rumus, didapatkan $x < (57,5-11,5) = x < 46$, $(57,5-11,5) \leq x < (57,5+11,5) = 46 \leq x < 69$, $x \geq (57,5+11,5) = x \geq 69$.

Tabel 3.7 Kategorisasi Skor Optimisme

| No | Pedoman | Skor | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----|-----------------------|----------|----------|-----------|------------|
| 1 | $X < (\mu - 1\sigma)$ | $x < 46$ | Rendah | 0 | 0% |

| | | | | | |
|---|--|------------------|--------|-----|-------|
| 2 | $(\mu-1\sigma) \leq X < (\mu+1\sigma)$ | $46 \leq x < 69$ | Sedang | 126 | 78,3% |
| 3 | $X \geq (\mu+1\sigma)$ | $x \geq 69$ | Tinggi | 35 | 21,7% |
| | | | | 161 | 100% |

Merujuk tabel 3.7 bisa nampak 161 narasumber, didapatkan 0 individu atau 0% yang mempunyai tendensi optimisme rendah, 126 individu atau 78,3% yang punya tendensi optimisme sedang serta 35 individu atau 21,7% mempunyai tendensi optimisme tinggi.

Hipotetik serta Empirik Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri mencakup 24 aitem dengan empat pilihan opsi yakni satu sampai empat. Dengan jumlah paling kecil serta paling besar 24x1 sampai 24x4, yakni 24 sampai 96 dengan mean hipotetik $(24+96) : 2 = 60$. Standar deviasi hipotetik pada studi berikut yakni $(96-24) : 6 = 12$. Dari skala efikasi diri dengan mengisi data sampai didapatkan mean empirik 67,5 serta standard deviasi 7,690.

Tabel 3.8 Perbandingan Data Empirik serta Hipotetik Efikasi Diri

| Variabel | Empirik | | | SD | Hipotetik | | | SD |
|--------------|---------|-----|-------|-------|-----------|-----|------|----|
| | Min | Max | Mean | | Min | Max | Mean | |
| Efikasi Diri | 52 | 89 | 64,48 | 7,474 | 24 | 96 | 60 | 12 |

Pada skala efikasi diri hasil analisis memperlihatkan mean empirik $>$ mean hipotetik yakni $64,48 > 60$ disimpulkan efikasi diri subjek penelitian lebih tinggi daripada dengan populasi umum.

Ada tiga pengkategorian subjek: rendah, sedang, serta tinggi. Tabel kategori bisa nampak dibawah ini.

Tabel 3.9 Kategorisasi Efikasi Diri

| | |
|--|--------|
| $X < (\mu-1\sigma)$ | Rendah |
| $(\mu-1\sigma) \leq X < (\mu+1\sigma)$ | Sedang |
| $X \geq (\mu+1\sigma)$ | Tinggi |

Ada standar deviasi $\sigma = (96-24) : 6 = 12$, $\mu = (24+96) : 2 = 60$ sebagai mean hipotetik studi ini. Dari rumus, diperoleh $x < (60-12) = x < 48$, $(60-12) \leq x < (60+12) = 48 \leq x < 72$, $x \geq (60+12) = x \geq 72$.

Tabel 3.10 Kategorisasi Skor Efikasi Diri

| No | Pedoman | Skor | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----|--|------------------|----------|-----------|------------|
| 1 | $X < (\mu-1\sigma)$ | $x < 48$ | Rendah | 0 | 0% |
| 2 | $(\mu-1\sigma) \leq X < (\mu+1\sigma)$ | $48 \leq x < 72$ | Sedang | 119 | 74,0% |
| 3 | $X \geq (\mu+1\sigma)$ | $x \geq 72$ | Tinggi | 42 | 26,0% |

| | | |
|--|-----|------|
| | 161 | 100% |
|--|-----|------|

Merujuk tabel 3.10 bisa kita lihat 161 narasumber penelitian, didapatkan 0 individu atau 0% yang punya tendensi efikasi diri rendah, 119 individu atau 74,0% yang punya tendensi efikasi diri sedang serta 42 individu atau 26,0% mempunyai tendensi efikasi diri tinggi.

Hasil Uji Asumsi Penelitian

Akan dilaksanakan uji asumsi di awal sebelum uji hipotes guna mengetahui adakah data yang didapatkan ada penyimpangan atau tidak. Maka dipakai uji normalitas serta uji linearitas.

Hasil Uji Normalitas Sebaran

One-Sample Kolmogorov Smirnov Test dipakai pengujian normalitas. Kriteria pengujian normalitas dilandaskan pada nilai signifikansi di mana $p > 0.05$ maka data dikatakan berdistribusi normal (Priyatno, 2018). Ada dua golongan yang diuji yakni variabel Efikasi serta Optimisme. Hasil uji normalitas di atas sudah melewati tahap koreksi dari *Lilliefors Significance* serta transformasi data. Sesudah dilaksanakannya transformasi data, maka dicari data residualnya dengan tetap memakai *regression linear* lalu diuji kembali dengan Uji K-S. Dari tabel di atas ada perubahan signifikan dimana nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* menjadi $0.200 > 0.05$. Artinya, data di di bawah ini sudah berdistribusi normal.

Tabel 3.11 di bawah ialah hasil uji normalitas yang memperlihatkan data kedua variabel terdistribusi secara normal.

Tabel 3.11 Hasil Uji Normalitas

| Nilai Residual | SD | Sig | P | Ket |
|---------------------|-------|-------|------------|----------------|
| Efikasi & Optimisme | 5.797 | 0.200 | $P > 0.05$ | Sebaran Normal |

Hasil Uji Lineritas

Agar mengetahui penyabaran pada data studi antara dua variabel mempunyai pengaruh linear atau tidak uji linearitas digunakan. Variabel efikasi diri & optimisme dinyatakan linear sebab nilai $p < 0.05$. Oleh sebab itu, terdapat korelasi linier yang baik antara variabel independen serta variabel dependen. Hasil uji linearitas ditunjukkan dibawah ini pada tabel 3.12.

Tabel 3.12. Hasil Uji Linearitas Hubungan

| Nilai Residual | F | Sig | Keterangan |
|--------------------------|---------|-------|-------------------|
| Efikasi diri & Optimisme | 115.756 | 0,000 | Linear $P < 0,05$ |

Sesudah dilaksanakannya uji normalitas serta lineriatas antara dua variable serta sudah memenuhi nilai uji asumsi sampai bisa dilanjutkan dengan melaksanakan uji korelasi.

Hasil Uji Hipotesis

Langkah selanjutnya setelah memastikan semua prasyarat uji asumsi terpenuhi ialah melaksanakan pengujian hipotesis guna menarik kesimpulan studi. Pada uji

hipotesis pada studi ini ada korelasi antara efikasi diri & optimisme pada mahasiswa STIE Eka Prasetya. Maka, dilaksanakan uji *Pearson Correlation Product Moment*.

Tabel 3.13. Korelasi antara Efikasi Diri serta Optimisme

| Analisis | Correlation Coefficient | Signifikasi (P) |
|----------|-------------------------|-----------------|
| Korelasi | 0,634 | 0,000 |

Merujuk tabel 3.13, koefisien korelasi *product moment* didapatkan 0.634 dengan sig 0.000 ($p < 0.05$), yang memperlihatkan hipotesis diterima yang artinya ada keterkaitan antara kedua variabel. Dengan artian, perubahan pada variabel pertama bisa dipakai memprediksi atau menerangkan perubahan pada variabel kedua.

Tabel 3.14 Sumbangan Efektif

| | R | R Squared |
|--------------------------|-------|-----------|
| Efikasi Diri & Optimisme | 0,634 | 0,402 |

Merujuk tabel 3.14 sumbangan efektif, nampak nilai R Squared = 0,402 memperlihatkan efikasi diri memberikan sumbangan efektif 40,2% pada optimisme, adapun proporsi selebihnya diterangkan oleh indikator lain di luar model penelitian yang tidak dimasukkan pada observasi kali ini.

Pembahasan

Dari hasil studi yang telah dilaksanakan pada 161 mahasiswa STIE Eka Prasetya, ditemukan hasil yang memperkuat teori psikologi terkait hubungan efikasi diri serta optimisme. Hasil analisis deskriptif memperlihatkan kebanyakan mahasiswa mempunyai tingkat optimisme (78,3%) serta efikasi diri (74,0%) pada kategori sedang. Menariknya, tidak ditemukan satu pun subjek (0%) yang ada di golongan rendah untuk kedua variabel itu. Hal ini mengindikasikan mahasiswa STIE Eka Prasetya biasanya mempunyai cara pandang yang baik pada masa depan serta kepercayaan diri yang cukup pada keahlian mereka dalam menyelesaikan tugas akademik. Nilai Mean Empirik yang lebih besar dari Mean Hipotetik pada kedua variabel ($63,95 > 57,5$ untuk optimisme serta $64,48 > 60$ untuk efikasi diri) mempertegas subjek penelitian mempunyai kecenderungan sikap yang lebih positif daripada rata-rata populasi secara teoritis.

Ada temuan menarik berupa kontras atau paradoks antara asumsi awal penulis dengan hasil data empirik yang didapatkan. Pada observasi awal serta wawancara pada mahasiswa tingkat akhir di STIE Eka Prasetya, ditemukan narasi kebimbangan, ketidakyakinan guna bersaing, serta keraguan akan kesiapan menghadapi dunia kerja yang kompetitif. Namun, kenyataan statistik memperlihatkan hasil yang berbeda secara signifikan, di mana tidak ada satu pun subjek (0%) yang ada pada kategori efikasi diri atau optimisme rendah. Kebanyakan subjek justru ada di golongan sedang (74% - 78,3%).

Keadaan ini mengindikasikan kebimbangan yang dirasakan mahasiswa bukanlah bentuk dari hilangnya keyakinan diri, namun bagian dari optimisme realistis. Avey dkk. (2021), mengemukakan individu dengan modal psikologis yang baik masih bisa merasakan kecemasan, namun mereka mempunyai kapasitas bangkit serta melihat tantangan sebagai hal yang bisa dikelola. Keraguan yang diungkapkan mahasiswa dalam wawancara ialah respon wajar pada transisi karier, namun secara internal mereka tetap mempunyai efikasi diri yang cukup untuk bertahan. Cassidy (2016) juga mengemukakan

efikasi diri akademik mempunyai peran sebagai pelindung yang menjaga mahasiswa masih mempunyai fungsi secara optimal walaupun ada di bawah tekanan atau ketidakpastian masa depan.

Dari uji hipotesis memakai teknik *Pearson Product Moment*, didapatkan koefisien korelasi $r = 0,634$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini memperlihatkan ada hubungan positif signifikan antara efikasi diri dengan optimisme. Arah hubungan yang positif memperlihatkan kian tinggi efikasi diri yang ada pada mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat Optimisme mereka. Sebaliknya, penurunan pada keyakinan diri akan diikuti dengan penurunan sikap optimis dalam menghadapi tantangan. Bandura (dalam Yudhistira dkk., 2021) mengemukakan mengenai efikasi diri serta teori Seligman (dalam Hisbullah & Izzati, 2021) mengenai optimisme. Mahasiswa yang yakin akan keahliannya (*Magnitude, Strength, Generality*) biasanya melihat kegagalan sebagai sesuatu yang bersifat sementara serta tidak meresap ke semua aspek kehidupan (*Permanence, Pervasiveness & Personalization*).

Nilai koefisien korelasi 0,634 termasuk pada golongan hubungan yang kuat. Hal ini memperlihatkan efikasi diri memberikan kontribusi yang besar pada pembentukan sikap optimis mahasiswa STIE Eka Prasetya. Safira dkk., (2024) dalam studi yang berjudul "*Hubungan Efikasi Diri dengan Optimisme pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Malikussaleh dalam Meraih Peluang Kerja*" terhadap 369 mahasiswa yang menerangkan ada dampak positif signifikan antara efikasi diri dengan optimisme, artinya semakin tinggi efikasi diri yang ada maka akan semakin tinggi pula optimisme pada mahasiswa. Keadaan ini sangat menguntungkan bagi lingkungan akademik, sebab mahasiswa dengan kombinasi efikasi diri serta optimisme yang baik biasanya mempunyai resiliensi (daya tahan) yang lebih tinggi pada stres akademik.

Nilai koefisien korelasi yang memperlihatkan adanya keterkaitan efikasi diri serta optimisme pada studi ini memberikan dukungan empiris pada keterkaitan kedua variabel itu pada konteks psikologis mahasiswa. Temuan ini konsisten dengan (Masambe & Purnawinadi, 2024) yang berjudul "*Hubungan Efikasi Diri serta Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama*" pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat yang juga menemukan adanya keterkaitan signifikan antara efikasi diri serta optimisme dalam memengaruhi kesejahteraan subjektif. Kesamaan hasil ini mengindikasikan pada berbagai jenjang pendidikan mahasiswa, baik tingkat awal atau tingkat akhir, efikasi diri serta optimisme ialah konstruk psikologis yang saling berkaitan serta mempunyai peran krusial pada proses adaptasi individu terhadap tuntutan akademik. Secara teoretis, individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi biasanya mempunyai keyakinan pada keahlian dirinya dalam menghadapi berbagai tantangan, yang selanjutnya berkontribusi pada terbentuknya sikap optimis. Sikap optimis ini pada akhirnya bisa mengembangkan resiliensi, keahlian coping pada stres, serta kesiapan mahasiswa dalam menghadapi dinamika perkuliahan serta persaingan di dunia kerja. (Affa & Mulyana, 2024) mengemukakan Optimisme, terutama dalam konteks karier, dipengaruhi bermacam indikator yang secara umum bisa dikelompokkan menjadi faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal ialah aspek dari dalam diri individu yang mempunyai peran langsung dalam membentuk cara pandang pada masa depan. Salah satu indikator utama ialah efikasi diri, yakni keyakinan individu pada keahlian dirinya dalam menyelesaikan tugas serta mencapai tujuan. Individu dengan efikasi diri yang tinggi biasanya mempunyai harapan positif pada

keberhasilan yang akan dicapai. Selain itu, orientasi karier seperti *boundaryless career* serta *protean career* juga ikut memengaruhi optimisme, sebab individu menjadi lebih fleksibel, mandiri, serta adaptif dalam mengelola perkembangan kariernya. Kepercayaan diri juga menjadi faktor krusial, sebab berkaitan dengan keyakinan individu dalam menghadapi tantangan serta mengambil keputusan.

Di sisi lain, faktor eksternal ialah aspek yang berasal dari lingkungan sekitar individu. Dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan akademik, mempunyai peran krusial dalam membentuk optimisme, sebab bisa memberikan dorongan emosional, motivasi, serta bantuan dalam menghadapi kesulitan. Selain itu, ketersediaan layanan karier yang baik, seperti bimbingan karier, pelatihan, serta akses informasi pekerjaan, juga bisa meningkatkan optimisme individu terhadap masa depan kariernya. Dengan demikian, optimisme tidak hanya ditentukan oleh kondisi internal individu, namun juga dipengaruhi oleh lingkungan eksternal yang mendukung perkembangan potensi serta kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja.

Implikasi dari penelitian ini memperlihatkan bahwa efikasi diri mempunyai peran sebagai fondasi psikologis yang krusial dalam membentuk optimisme mahasiswa, sehingga upaya meningkatkan keyakinan diri terhadap keahlian akademik secara otomatis akan memperkuat pandangan positif mereka terhadap masa depan. Meskipun secara statistik mahasiswa berada pada kategori sedang hingga tinggi, adanya kebimbangan realistis terkait dunia kerja memperlihatkan bahwa instansi pendidikan perlu mengintegrasikan program pengembangan diri yang tidak hanya fokus pada kecakapan teknis, namun juga penguatan mentalitas tangguh agar mahasiswa mampu mengubah keraguan menjadi perencanaan karier yang proaktif.

Kesimpulan

Bisa disimpulkan ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa di STIE Eka Prasetya dengan nilai koefisien korelasi *Pearson Product Moment* $r = 0,634$ dengan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Adapun sumbangan efektif efikasi diri pada optimisme, jika dihitung dari nilai koefisien korelasi, mendapatkan nilai *R squared* $0,402$ yang memperlihatkan variabel efikasi diri memberikan andil $40,2\%$ pada tingkat optimisme, namun sisanya $59,8\%$ dipengaruhi indikator lain yang tidak diteliti pada studi ini.

Daftar Rujukan

- Abdillah, F. (2025). *Peran perguruan tinggi dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia*. *Educazione: Jurnal Multidisiplin*, 1(1).
- Affa, A. F., & Mulyana, O. P. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Optimisme Karier: Kajian Literatur. *JURNAL INOVASI serta MANAJEMEN PENDIDIKAN*, 4(1 SE-Articles), 64–71. <https://doi.org/10.12928/jimp.v4i1.10515>
- Agustine, E. A., & Riasnugrahani, M. (2023). *Peran career optimism terhadap career adaptability pada mahasiswa tingkat akhir*. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(2), 824–832.
- Annisa, N., & Alamanda, K. P. (2021). Studi Deskriptif Perencanaan Karir Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Kota Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 3(1), 1101-1107.
- Anthony, A., Sedyono, E., & Iriani, A. (2020). *Analisis kesiapan kerja mahasiswa di era Revolusi Industri 4.0 memakai Soft-System Methodology*. *Jurnal Teknologi Informasi serta Ilmu Komputer*, 7(5), 1041–1050.

- Avey, J. B., Luthans, F., & Smith, W. (2021). *Psychological Capital and Beyond: The Future of Positive Organizational Behavior*. Oxford University Press.
- Azwar, S. (2019). Reliabilitas serta validitas (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Pustaka pelajar.
- Bandura, A. (2020). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- BP, A. R., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani, Y. (2022). Pengertian pendidikan, ilmu pendidikan serta unsur-unsur pendidikan. *Al-Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta. (2025). *Keadaan ketenagakerjaan provinsi DKI Jakarta Februari 2025*. Jakarta: Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta.
- Cassidy, S. (2016). Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 7, 1781.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Fortuna N. D. Marchela, C. Charolina, B. Febrina, S. Mirza, R., 2022. Efikasi Diri Motivasi Berperstasi dalam Pembelajaran Berbasis Online Selama Masa Pandemi COVID-19. Vol.29(1). PP 53-60.
- Ghufron & Risnawita. (2022). TeoriTeori Psikologi (R. Kusumaningratri (Ed.); 2022nd Ed.). Ar-Ruzz Media.
- Gamlem, S. M., & Vattøy, K.-D. (2023). *Self-efficacy*. In *International Encyclopedia of Education* (4th ed.). Elsevier.
- Hisbullah, A. A., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Optimisme dengan Work Engagement Pada Guru. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4.
- KBBI. (2024). KBBI Daring edisi III. Jakarta: Badan Pengembangan serta Pembinaan Bahasa (Pusat Bahasa).
- Kesuma, A. K. (2022). *Hubungan antara optimisme dengan problem-focused coping pada mahasiswa Universitas Medan Area yang bekerja part-time* (Undergraduate thesis). Universitas Medan Area Repository.
- Kompas.com. (2025, Juli 9). *Lebih dari 1 juta sarjana menganggur, apa yang salah?*
- Affa, A. F., & Mulyana, O. P. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Optimisme Karier: Kajian Literatur. *JURNAL INOVASI serta MANAJEMEN PENDIDIKAN*, 4(1 SE-Articles), 64–71. <https://doi.org/10.12928/jimp.v4i1.10515>
- Masambe, O., & Purnawinadi, I. G. (2024). Hubungan Efikasi Diri serta Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama. *Nutrix Journal*, 8(1), 39–47.
- Nastiti, N. Z. (2024). *Kecerdasan emosional, self-efficacy, serta kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada fresh graduate*. *Journal of Social and Economics Research*, 6(1), 312–320.
- Nur, S. P., Hamzah, I. F., Nur'aeni, N., & Wahidah, F. R. (2024). Optimisme pada mahasiswa atlet karate yang menerima beasiswa berprestasi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Jurnal Empati*, 13(5), 436–442.
- Prayoga, F., Sedjo, P., & Wahyuni, M. (2022). *Optimisme serta motivasi berprestasi pada mahasiswa bekerja*. Arjwa: Jurnal Psikologi, 1(1), 25–34.

- Priyatno (2018). *Belajar cepat olah data statistik dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Putri, H. H., & Fadhilah, M. (2024). *Analisis faktor-faktor penyebab rendahnya self-efficacy siswa* [Analysis of factors that caused low student self-efficacy]. *Attending: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(3), 329–338.
- Rizal S, Pratitis N serta Arifiana I. (2023) Peran efikasi diri terhadap optimisme karir pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal psikologi Indonesia*, 1(1) 23-29.
- Safira, Y., Dewi, R., & Hafnidar. (2024). *Hubungan efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja*. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), Artikel 14502.
- Seligman, M.E.P. (2018). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage.
- Street, K. E. S., Malmberg, L.-E., & Stylianides, G. J. (2017). *Level, strength, and facet-specific self-efficacy in mathematics test performance*. *ZDM – International Journal on Mathematics Education*, 49(3), 379–395.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, serta R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian bisnis: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, serta R&D* (Edisi ke-3, cetakan ke-2). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, serta R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, serta R&D*. Alfabeta.
- Yudhistira, S., Deasyanti, & Muzdalifah, F. (2021). *Construct validity of unidimensional General Self-Efficacy using confirmatory factor analysis*. *JP3I – Jurnal Pengukuran Psikologi serta Pendidikan Indonesia*, 10(1), 60–66.
- Yudihartanti, Y. (2018). Analisa korelasi mata kuliah penelitian dengan tugas akhir memakai model Product Moment. *Progresif: Jurnal Ilmiah Komputer*, 13(2), 1691–1696.