

**OPTIMISME DALAM MENGHADAPI MASA DEPAN PADA
FRESH GRADUATE**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

YAHYA KHOIRUL HUDA

F100 170 160

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**OPTIMISME DALAM MENGHADAPI MASA DEPAN PADA FRESH
GRADUATE**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

Yahya Khoirul Huda

F100 170 160

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen
Pembimbing



Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog

NIK.NIDN: 637/ 0629116401

HALAMAN PENGESAHAN

**OPTIMISME DALAM MENGHADAPI MASA DEPAN PADA FRESH
GRADUATE**

OLEH :

Yahya Khoirul Huda

F100 170 160

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Senin, 28 Maret 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji:

1. **Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog**
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Dra. Partini, M. Si, Psikolog**
(Anggota I Dewan Penguji)
3. **Wisnu Sri Hertinjung, S. Psi, M. Si, Psikolog**
(Anggota II Dewan Penguji)

()

()

()

Dekan,



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIK/NIDN: 799/ 0629037403

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 29 Maret 2022

Penulis



Yahya Khoirul Huda

F100 170 160

OPTIMISME DALAM MENGHADAPI MASA DEPAN PADA FRESHGRADUATE

Abstrak

Optimisme adalah pandangan individu yang berhubungan dengan peristiwa. Fresh graduate adalah sebutan bagi para lulusan baru perguruan tinggi. Optimisme dalam menghadapi masa depan pada fresh graduate adalah keyakinan lulusan baru dalam memperoleh suatu hasil yang dirasa baik serta mempunyai harapan yang positif ketika dihadapkan dengan kesulitan di masa yang akan datang. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan optimisme pada fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta dalam menghadapi masa depannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan informan didalam penelitian ini berjumlah 6 orang fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan 5 orang berjenis kelamin perempuan dan 1 orang berjenis kelamin laki-laki, rentan usia dari 6 informan tersebut berusia 21-22 tahun. Metode pengumpulan data dengan wawancara semi terstruktur dengan panduan berupa guide dalam pengumpulan data dan menggunakan teknik tahapan model interaktif. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa para freshgraduate memiliki optimisme didalam diri mereka, hal tersebut dibuktikan dari bentuk-bentuk optimisme pada diri mereka seperti rasa yakin terhadap rencana mereka dalam menghadapi masa depan, sikap tidak mudah stress dan pantang menyerah ketika mengalami kegagalan, dan kemampuan dalam mengatasi masalah ketika menemui hambatan. Faktor optimisme freshgraduate yaitu dukungan sosial, kepercayaan diri, dan harga diri. Sikap optimisme tersebut menimbulkan dampak positif untuk para freshgraduate yaitu mereka menjadi lebih produktif dalam menjalankan kehidupannya.

Kata Kunci : optimisme, freshgraduate, masa depan

Abstract

Optimism is an individual view related to events. Fresh graduate is a term for new college graduates. Optimism in facing the future for fresh graduates is the confidence of new graduates in obtaining results that are considered good and have positive expectations when faced with difficulties in the future. This study aims to describe the optimism of fresh graduates of the University of Muhammadiyah Surakarta in facing their future. This study uses a qualitative approach with the informants in this study totaling 6 fresh graduates from the University of Muhammadiyah Surakarta with 5 female gender and 1 male gender, the age range of the 6 informants aged 21-22 years. The method of collecting data is semi-structured interviews with a guide in the form of a guide in data collection and using an interactive model stage technique. The results of the study show that fresh graduates have optimism in themselves, this is evidenced by the forms of optimism in themselves such as confidence in their plans in facing the future, an

attitude that is not easy to stress and never give up when experiencing failure, and the ability to cope. problems when encountering obstacles. Fresh graduate optimism factors are social support, self-confidence, and self-esteem. This optimistic attitude has a positive impact on fresh graduates, namely they become more productive in carrying out their lives.

Keyword : optimism, fresh graduate, future

1. PENDAHULUAN

Masa depan adalah suatu periode kehidupan yang akan datang. Pada periode kehidupan setelah menyelesaikan studi dan wisuda, para fresh graduate tentunya memiliki pandangan ingin kemana dan bagaimana. Menurut Islahuddin (2021) dalam survei yang dilakukan oleh Sakernas 2020 BPS yang dilakukan pada bulan Agustus 2019 hingga Agustus 2020 dengan jumlah responden 1,25 juta lulusan perguruan tinggi terkait upaya yang dilakukan setelah lulus dari perguruan tinggi. Terdapat 40 persen lulusan perguruan tinggi memilih bekerja dan sudah mendapatkan pekerjaan sedangkan sisanya 60 persen terdiri dari 32,9 persen sedang mencari pekerjaan, 10,3 persen sedang memiliki kegiatan lain, 6,9 persen takut terinfeksi corona, 1 persen kurang infrastruktur, 0,3 persen putus asa, 0,2 persen tidak mampu untuk bekerja, dan 8,5 persen lainnya. Dari survey tersebut menunjukkan bahwa banyak dari lulusan perguruan tinggi memiliki minat untuk bekerja setelah lulus kuliah. Namun masih banyak lulusan perguruan tinggi yang belum bisa mewujudkan minat tersebut, selain itu terdapat berbagai kendala seperti takut terinfeksi virus, kurangnya infrastruktur, merasa putus asa, dan tidak mampu untuk bekerja yang menghambat para lulusan perguruan tinggi dalam upaya mewujudkan impian masa depannya. Menurut Admin (2021) dalam survei yang dilakukan program studi Hukum Ekonomi Syariah Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tahun 2021 terkait dengan penelusuran jejak alumni Hukum Ekonomi Syariah tahun 2019/2020 menghasilkan bahwa waktu yang dibutuhkan alumni dalam mendapatkan pekerjaan rata-rata 1 sampai 3 bulan setelah lulus dari perguruan tinggi, rata-rata alumni juga menyatakan bahwa mendapat bidang kerja yang sesuai dengan apa yang dipelajari saat kuliah. Survey lain menurut Informatika FKI UMS (2020) yang dilakukan program studi Informatika Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tahun 2020 terkait

dengan pelacakan jejak alumni dan kepuasan pengguna lulusan tahun 2015 sampai 2017 menghasilkan bahwa rata-rata alumni mendapatkan pekerjaan sekitar 1 sampai 3 bulan setelah lulus dari perguruan tinggi, namun tidak sedikit alumni yang menyatakan bidang kerja kurang sesuai dengan apa yang dipelajari saat kuliah. Dari survei tersebut ternyata masih terdapat lulusan perguruan tinggi yang mendapatkan bidang kerja kurang sesuai dengan apa yang dipelajari selama kuliah. Pada akhirnya fenomena-fenomena tersebut memberikan gambaran bahwa dalam mewujudkan impian dan meraih masa depan ternyata tidak selalu berjalan dengan mulus, terdapat kendala-kendala yang menghambat freshgraduate, dan hal tersebut menjadi tantangan bagi para fresh graduate dalam menghadapi masa depannya.

Fresh graduate adalah seorang yang baru saja lulus dari jenjang sarjana dan sebelumnya belum memiliki pengalaman bekerja (Sagita et al., 2020). Fresh graduate yaitu individu yang baru saja selesai dari studi sarjana dan tidak memiliki pengalaman yang banyak terkait dengan dunia pekerjaan (Nindytasari et al., 2020). Definisi lain dari fresh graduate yaitu seseorang lulusan dari perguruan tinggi yang baru saja bergelar sarjana dalam waktu tidak lebih dari enam bulan (Nindytasari et al., 2020). Rasa optimis dalam memandang kehidupan setelah lulus dari perguruan tinggi diperlukan oleh fresh graduate. Menurut Seligman (2008) orang yang optimis memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam memilih karier daripada orang yang pesimis, walau orang yang pesimis tersebut memiliki kesamaan minat dan bakat. Optimisme adalah harapan bahwa hal-hal baik akan datang di masa depan (Mohammadi et al., 2018). Optimisme adalah pandangan individu dengan rasa yakin untuk menghadapi berbagai hal. Menurut Irianti (2020) optimisme yaitu sikap yakin individu dalam menghadapi suatu peristiwa yang baik maupun buruk dan percaya bahwa akan ada banyak hal baik yang didapat dimasa mendatang. Optimisme merupakan keyakinan yang terdapat pada individu untuk memperoleh suatu hasil yang dirasa baik serta mempunyai harapan yang positif ketika dihadapkan suatu kesulitan. Optimisme adalah keyakinan individu lalu individu tersebut akan melakukan segala upaya untuk mencapai tujuan, yaitu untuk sukses dimasa sekarang dan di masa depan (Irawan

& Rahayu, 2019). Optimisme adalah pandangan individu yang berhubungan dengan peristiwa, orang yang cenderung optimis akan melihat segala hal baik yang berhubungan dengan masa depan (Fitri & Indriana, 2018). Optimisme dapat menjadi faktor pelindung untuk mengurangi efek stres pada kesehatan mental individu (Arslan & Yıldırım, 2021). Orang yang optimis berfikir bahwa segala sesuatu akan berjalan baik di masa depan dan terlepas dari keputusan yang dibuat sekarang (Boehm et al., 2018). Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa rasa optimisme memiliki pengaruh terhadap individu dalam menghadapi kehidupan yang akan datang, optimisme membuat individu mampu berfikir positif dan merasa lebih siap dengan apa yang akan dihadapinya. Oleh karena itu rasa optimisme penting dimiliki oleh fresh graduate dalam menghadapi kehidupan setelah lulus dari perguruan tinggi.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Seligman menunjukkan bahwa orang yang mempunyai sikap optimis lebih berhasil di sekolah, sering memenangkan pemilihan, dan lebih berhasil dibandingkan orang yang pesimis didalam dunia pekerjaan (Seligman, 2008). Penelitian dengan judul Hubungan Antara Kepribadian *Hardiness* dengan Optimisme Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang dilakukan oleh (Kusuma, 2018). dengan responden mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta memperlihatkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki optimisme masa depan dengan kategori yang sedang berdasarkan rerata empirik (RE) sebesar 130,81 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 67,7. Menurut penelitian tersebut hal itu dapat diartikan bahwa masih terdapatnya permasalahan-permasalahan pada optimisme masa depan mahasiswa tingkat akhir. Kelemahan penelitian tersebut adalah alat pengumpulan data yang digunakan hanya menggunakan skala sehingga belum mampu mengungkapkan aspek karakteristik kepribadian, oleh karena itu diharapkan pada penelitian selanjutnya perlu menggunakan teknik pengumpulan data lain seperti wawancara. Penelitian lain dengan judul Profil Optimisme Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mathla'ul Anwar Angkatan 2018, dengan sampel 90 orang dan menunjukkan bahwa terdapat 5 orang sangat optimis, 14 orang optimis, 32 orang memiliki optimisme kategori

rata-rata, 27 orang cukup pesimis, dan 12 orang sangat pesimis. Hal tersebut dikarenakan beberapa faktor seperti faktor kepercayaan diri, lingkungan, dukungan moral keluarga, dan sebagainya (Widiatmoko et al., 2020).

Ciri-ciri individu yang optimis yaitu percaya diri, berharap sesuatu yang baik akan terjadi, memiliki gaya solusi yang fleksibel, dan ketika menghadapi situasi sulit maka individu tersebut jarang mengalami stres (Carver & Scheier, 2010). Dalam menjalankan hidupnya orang yang optimis memiliki ciri-ciri seperti ketika dihadapkan dengan kesulitan maka orang optimis tidak mudah terkejut, berusaha memperbaiki diri, mampu tersenyum disegala kondisi, dapat mengembangkan kemampuan atau potensi didalam dirinya, dapat memecahkan suatu permasalahan, tidak mudah menyerah, meyakini bahwa dirinya mampu meraih tujuan, memiliki pikiran yang positif terhadap kegagalan, mampu menerima segala kondisi, dan memiliki sikap peduli terhadap orang lain (Sari dan Eva 2021). Terdapat 3 aspek optimisme menurut Seligman (2008) yaitu yang pertama adalah permanensi atau ketetapan yang berkaitan dengan waktu ketika individu memandang suatu peristiwa, dibedakan menjadi waktu sementara dan permanen, dimana orang yang pesimis ketika menjelaskan kejadian buruk akan beranggapan kejadian buruk tersebut akan selalu ada di kehidupan mereka, sedangkan orang yang optimis ketika menjelaskan suatu kejadian buruk akan beranggapan bahwa kejadian buruk yang menimpa dirinya hanyalah sementara saja selain itu orang yang optimis menganggap kejadian baik bersifat permanen atau akan selalu ada didalam hidupnya. Yang kedua adalah Pervasive atau hal yang mudah menyebar, berkaitan dengan ruang lingkup individu dalam memandang suatu peristiwa, dibedakan menjadi 2 yaitu ruang lingkup spesifik dan secara universal, orang yang pesimis akan membuat penjelasan secara menyeluruh atau universal dari sebab kegagalan, mereka menganggap kehidupan lainnya akan gagal ketika mengalami suatu kegagalan dan beranggapan kejadian baik terjadi di situasi tertentu saja, sedangkan individu yang memiliki rasa optimis melihat peristiwa buruk terjadi di situasi tertentu dan tidak akan meluas ke kehidupan lainnya, ketika mengalami kejadian baik, individu optimis menganggap kejadian baik akan terjadi atau meluas di berbagai usaha lain yang dikerjakan.

Yang ketiga adalah Personalisasi atau hal yang berhubungan dengan pribadi, berkaitan dengan faktor internal serta eksternal atau penyebab dari suatu peristiwa, orang yang pesimis akan menyalahkan diri sendiri saat menerima kegagalan dan membuat penghargaan diri menjadi rendah dikarenakan berfikir bahwa mereka tidak berguna dan jika menerima keberhasilan maka beranggapan bahwa keberhasilan tersebut bukan berasal dari dirinya, sedangkan individu yang merasa optimis akan menganggap keberhasilan tersebut merupakan bagian dari suatu keahlian yang dimilikinya dan ketika mengalami kegagalan maka beranggapan bahwa kegagalan berasal dari luar dirinya. Faktor-faktor optimisme menurut Seligman (2008) yaitu dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, dan akumulasi pengalaman.

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa optimisme dalam menghadapi masa depan pada freshgraduate adalah keyakinan dari lulusan baru dalam memperoleh suatu hasil yang dirasa baik serta mempunyai harapan yang positif ketika dihadapkan dengan suatu kesulitan di masa yang akan datang. Peneliti ingin mengetahui apakah fresh graduate memiliki rasa optimis terhadap masa depannya oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan yaitu dengan memberikan gambaran sesuai fakta yang terjadi terkait dengan optimisme pada fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta dalam menghadapi masa depannya. Pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teori maupun praktik. Manfaat teoritis, dapat menambah khasanah keilmuan tentang optimisme pada freshgraduate sedangkan manfaat praktis diharapkan dapat memberikan gambaran tentang optimisme pada freshgraduate pada mahasiswa, pada lembaga pendidikan tinggi, dan pemangku kebijakan sehingga bisa digunakan sebagai pijakan bagi penyusunan kebijakan. Dengan adanya kajian terkait optimisme ini diharapkan dapat memberi informasi kepada disiplin ilmu psikologi khususnya yang mengambil tema sejenis.

2. METODE

Penelitian dengan judul “Optimisme Dalam Menghadapi Masa Depan Pada Freshgraduate” yaitu merupakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah

penelitian yang memahami fenomena yang dihadapi oleh subjek penelitian (Sidiq & Choiri, 2019). Pendekatan diskriptif-kualitatif dipilih karena pendekatan ini yang memberikan gambaran dan menganalisis dari suatu kejadian. Pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik menentukan dan pengambilan sampel yang ditentukan oleh peneliti dalam pertimbangan tertentu (Maharani & Bernard, 2018). Sampel ditentukan agar peneliti mudah dalam mengeksplorasi suatu fenomena. Oleh karena itu peneliti menentukan informan yang dibutuhkan adalah fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta. Informan penelitian ini berjumlah 6 fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta. 5 berjenis kelamin perempuan dan 1 berjenis kelamin laki-laki, rentan usia 6 informan tersebut adalah 21-22 tahun. Jurusan dari 6 informan tersebut bervariasi antara lain teknik elektro, farmasi, pendidikan bahasa inggris, psikologi, dan kesehatan masyarakat. Wawancara semi-terstruktur dipilih dalam metode dan alat pengambilan data pada penelitian ini, wawancara semi-terstruktur adalah jenis wawancara yang bertujuan untuk menemukan masalah secara lebih dalam dan terbuka (Sugiyono, 2012). Uji Validitas Transferabilitas menggunakan triangulasi member check dengan keterangan informan menunjukkan interpretasi peneliti terhadap data yang diperoleh sudah sesuai dengan apa yang dimaksudkan oleh informan. Transferabilitas menunjukkan tingkat keakuratan atau sejauh mana suatu penelitian dapat diterapkan. Peneliti harus memberikan penjelasan secara rinci, jelas, sistematis, dan terpercaya di dalam laporan penelitian (Sidiq & Choiri, 2019). Member check yaitu proses peninjauan data kepada informan (Sidiq & Choiri, 2019).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Informan SNF dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan Agustus, selisih satu bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan September. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan kegiatan atau rutinitas berupa mencoba peruntungan mendaftar PNS dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan menyenangkan seperti menonton film. Dalam

menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin melanjutkan pendidikan S2 dan mendaftar CPNS, informan merasa yakin apabila mau berusaha pasti akan ada jalan. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut antara lain belajar dan berlatih mengerjakan soal. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan merasa sedih namun informan tidak memilih untuk berlarut-larut dalam meratapi kegagalannya tersebut dan memilih untuk segera bangkit dengan cara mencoba kembali. Cita-cita informan yaitu menjadi dosen, psikolog, atau PNS, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan dalam memilih cita-cita tersebut karena faktor penghasilan yang dirasa mampu menjamin kehidupan informan. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, rasa malas ketika belajar merupakan hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab rasa malas tersebut berasal dari rasa mengantuk informan apabila informan sedang membaca, namun informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu dengan berusaha memotivasi diri. Informan beranggapan dukungan dari lingkungan dan orang lain mampu membuat informan merasa optimis.

Informan TU dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan Juli, selisih dua bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan September. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan kegiatan atau rutinitas berupa mengikuti pelatihan kerja dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan menyenangkan seperti bermain bersama teman-temannya. Dalam menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin menggali potensi diri terlebih dahulu, informan merasa yakin apabila mau belajar pasti bisa. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut yaitu belajar. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan memilih untuk segera bangkit dengan membuat rencana yang baru. Cita-cita informan yaitu menjadi HRD, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan dalam memilih cita-cita tersebut karena informan suka mempelajari karakter seseorang. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, kurangnya bekal menjadi

hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab hambatan tersebut berasal dari terlambatnya informan dalam merencanakan sesuatu, namun informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu mencari pengalaman terlebih dahulu. Informan beranggapan dukungan dari orangtua dan teman-teman mampu membuat informan merasa optimis.

Informan HL dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan Agustus, selisih dua bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan Oktober. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan kegiatan atau rutinitas dengan membuka les dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan serius yaitu belajar. Dalam menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin melanjutkan pendidikan S2, informan merasa yakin apabila memiliki bekal pasti bisa. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut yaitu dengan berlatih menjadi seorang guru atau mengajar. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan merasa kecewa namun informan tidak memilih untuk berlarut-larut dalam meratapi kegagalannya tersebut dan memilih untuk segera bangkit dengan mencoba rencana lain. Cita-cita informan yaitu menjadi dosen, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan dalam memilih cita-cita tersebut karena informan merasa ilmu yang sudah didapatkan akan menjadi bermanfaat. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, rasa malas ketika belajar merupakan hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab rasa malas tersebut berasal dari rasa kurangnya semangat informan dalam belajar, namun informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu dengan berusaha memotivasi diri. Informan beranggapan dukungan penyemangat dan orang lain mampu membuat informan merasa optimis.

Informan DM dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan Juni, selisih empat bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan Oktober. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan kegiatan atau rutinitas yaitu kegiatan kuliah profesi dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan menyenangkan seperti mendengarkan musik. Dalam menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin memaksimalkan potensi diri

terlebih dahulu, informan merasa yakin dan akan mudah menggapainya. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut antara lain menambah pengetahuan dan berbagai informasi baik akademik maupun non akademik. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan merasa sedih namun informan tidak memilih untuk berlarut-larut dalam meratapi kegagalannya tersebut dan memilih untuk segera bangkit dengan cara mencoba kembali. Cita-cita informan yaitu menjadi apoteker, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan dalam memilih cita-cita tersebut karena informan suka berbaur dengan masyarakat. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, perasaan takut gagal dan kurang percaya diri menjadi hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab hambatan tersebut berasal dari kurangnya bekal informan dalam mewujudkan cita-citanya. namun informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu dengan cara belajar. Informan beranggapan dukungan moral dan spiritual mampu membuat informan merasa optimis.

Informan YTP dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan April, selisih enam bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan Oktober. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan kegiatan atau rutinitas yaitu dengan mencari pekerjaan dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan serius berupa belajar. Dalam menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin mendapatkan pekerjaan, informan merasa yakin dengan rencananya tersebut. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut yaitu dengan belajar. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan merasa ikhlas dan meyakini apabila keberhasilan ada jalan lain. Cita-cita informan yaitu menjadi peyuluh kesehatan, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan dalam memilih cita-cita tersebut karena informan merasa tertarik didalam kehidupan masyarakat. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, kurangnya bekal menjadi hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab hambatan tersebut berasal dari diri informan yang menganggap bahwa dirinya dulu tidak serius saat kuliah. namun

informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu dengan cara belajar. Informan beranggapan dukungan materi, moril, dan orangtua mampu membuat informan merasa optimis.

Informan MRH dinyatakan lulus dari perguruan tinggi pada bulan Agustus, selisih dua bulan dari wawancara yang dilakukan pada bulan Oktober. Dalam menjalankan kehidupannya informan melakukan aktivitas kegiatan rumah dan dalam mengisi waktu luangnya informan melakukan kegiatan menyenangkan berupa olahraga. Dalam menghadapi masa depannya informan memiliki rencana yaitu ingin mendapatkan pekerjaan, informan merasa yakin apabila informan akan mendapatkan pekerjaan. Usaha yang dilakukan informan dalam mewujudkan rencananya tersebut yaitu dengan belajar tips melamar pekerjaan. Apabila rencana yang dibuat informan tersebut gagal, informan merasa sedih namun informan segera bangkit dan tidak akan berlarut-larut dalam meratapi kegagalannya. Terkait dengan cita-cita sebenarnya informan tidak menentukan dirinya ingin menjadi apa akan tetapi informan ingin dirinya bekerja ditempat yang nyaman dan ingin bekerja di perusahaan SDA, cita-cita tersebut sesuai dengan apa yang direncanakan oleh informan. Alasan informan memilih cita-cita tersebut karena informan ingin mendalami bidang tersebut. Dalam upaya mewujudkan cita-cita tidaklah selalu berjalan dengan mulus, kurangnya pengetahuan dan pengalaman menjadi hambatan dalam mewujudkan cita-cita informan, penyebab hambatan tersebut berasal perbedaan bidang jurusan dengan pekerjaan yang diinginkannya, namun informan memiliki cara dalam mengatasi hambatan tersebut yaitu dengan cara mempelajari terkait dengan persyaratan kerja. Informan beranggapan dukungan orangtua, keluarga, dan spiritual mampu membuat informan merasa optimis.

3.2 Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan optimisme pada fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta dalam menghadapi masa depannya. Penelitian ini berdasarkan hasil dari wawancara terhadap 6 informan fresh graduate Universitas Muhammadiyah Surakarta. Optimisme menghadapi masa depan pada fresh graduate adalah pandangan yang baik dari fresh graduate

terkait dengan masa yang akan datang atau masa setelah lulus dari perguruan tinggi. Definisi fresh graduate yaitu seseorang lulusan dari perguruan tinggi yang baru saja bergelar sarjana dalam waktu tidak lebih dari enam bulan (Nindyasari et al., 2020). pengambilan data dilakukan pada bulan September sampai dengan bulan Oktober tahun 2021, hasil penelitian menunjukkan bahwa keenam informan lulus dari perguruan tinggi pada bulan April (W5.YTP/29-30), Juni (W4.DM/42), Juli (W2.TU/39), hingga Agustus (W1.SNF/30-31) (W3.HL/23) (W6.MRH/24-26) tahun 2021. Hal tersebut menunjukkan bahwa selisih wawancara yang dilakukan dengan kelulusan informan tidak lebih dari enam bulan karena hanya berjarak antara satu bulan, dua bulan, empat bulan, dan enam bulan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bentuk-bentuk optimisme dalam menghadapi masa depan dan hal yang mendukung optimisme.

Bentuk-bentuk optimisme freshgraduate dalam menghadapi masa depan, menurut Irawan and Rahayu (2019) menyebutkan bahwa optimisme adalah keyakinan individu lalu individu tersebut akan melakukan segala upaya untuk mencapai tujuan, yaitu untuk sukses dimasa sekarang dan di masa depan. Optimisme adalah keyakinan bahwa sesuatu hal baik akan terjadi dimasa depan yang membuat seseorang memiliki harapan dengan semangat dan kerja keras bahwa keinginan akan tercapai dan optimisme adalah kekuatan psikologis dalam mencapai masa depannya (Rosada, 2020). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan keyakinan para freshgraduate terkait dengan masa depannya, para informan merasa yakin bahwa rencana yang dimiliki dalam menghadapi masa depan akan tercapai, seperti informan SNF merasa yakin apabila jika sudah berusaha pasti ada jalan, informan TU yakin jika mau belajar dan menambah *skill* pasti mudah mendapat pekerjaan, informan HL merasa yakin karena merasa sudah memiliki bekal dalam mewujudkan rencananya, informan DM merasa yakin akan mudah menggapai rencananya, informan YTP merasa yakin akan menjalankan kehidupannya sesuai dengan rencana yang telah dibuat, dan informan MRH merasa yakin akan diterima disuatu pekerjaan. Tersirat pada ungkapan informan dalam wawancara sebagai berikut :

Ee kalau aku kalau punya keinginan itu ya yakin sih gimanapun caranya pasti nanti ada jalannya ya walaupun nggak mudah itu misalkan kalau kita terus berusaha itu pasti bisa (W1.SNF/108-111)

Emm saya yakin kalau misalkan dengan saya mau belajar dan menambah skill ini nanti ee bisa mendapatkan pekerjaan dengan mudah insyaallah (W2.TU/104-106)

Eee yakin karena udah mempersiapkan buat belajar tes TPA buat syarat ambil s2 itu juga udah tanya tanya kating gimana proses belajarnya udah itu aja si mas hehe (W3.HL/50-53)

Kalo dibilang seberapa yakin emm ya mendekati seratus persen gitu karna kan kadang apa yang udah kita rencanain baik-baik kalo emang bukan takdir atau jalannya ya ga sesuai gitu tapi emm mungkin kalo dibilang udah seberapa yakin ee ya hampir seratus persen gitu karena kalo misalkan dari awal udah yakin pasti InsyaAllah kesannya bakal gampang gitu mas buat ngegapainya gitu (W4.DM/75-82)

Ini menandakan keyakinan sama rencana saya maksudnya saya akan menjalankan kehidupanku sesuai rencana yang udah tak buat gitu..... (W5.YTP/104-106)

Yakin (iter : yakin) merasa yakin diterima (W6.MRH/83)

Individu yang terus mencari jalan keluar dari setiap permasalahan dan menganggap hambatan bukan sebagai akhir dari segalanya adalah individu yang memiliki sikap optimis (Augustiya et al., 2019). Arslan and Yildirim (2021) menyebutkan bahwa optimisme dapat menjadi faktor pelindung untuk mengurangi efek stres pada kesehatan mental individu. Ciri-ciri individu yang optimis yaitu percaya diri, berharap sesuatu yang baik akan terjadi, memiliki gaya solusi yang fleksibel, dan ketika menghadapi situasi sulit maka individu tersebut jarang mengalami stres (Carver & Scheier, 2010). Dari teori tersebut menyatakan bahwa individu yang optimis adalah individu yang memiliki sikap pantang menyerah dan tidak mudah stres. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa para freshgraduate memiliki sikap yang pantang menyerah dan tidak mudah stress ketika mengalami suatu kegagalan, para informan merasakan kesedihan ketika mengalami suatu kegagalan namun para informan tidak memilih untuk berlarut-larut dalam meratapi kegagalan tersebut dan memilih untuk lekas bangkit kembali. informan SNF menjelaskan apabila rencana tersebut tidak berhasil maka informan akan merasa sedih sebentar dan akan mencobanya

kembali, informan TU dan HL merasa sedih dan akan berusaha membuat rencana baru, informan DM merasa sedih dan akan lekas bangkit kembali, informan YTP merasa ikhlas dan percaya akan ada jalan lain menuju keberhasilan, informan MRH merasa sedih dan akan kembali bangkit. Tersirat pada pernyataan informan didalam wawancara sebagai berikut :

Ee mungkin bakalan sedih sebentar terus nanti mencoba cara yang lain mungkin coba lagi di tahun depan atau (iter : atau bagaimana mbak maaf) atau membuat rencana yang baru (W1.SNF/134-137)

Kalau misalkan sampai pada akhirnya saya tidak bisa apa namanya ee bekerja gitu untuk apply apply di perusahaan kaya gitu saya pengen ee ini aja mas bisnis gitu pengen usaha (iter : oh pengen melakukan usaha) iya (iter : oh baik baik) (W2.TU/143-147)

Eee kalo kecewa pasti kecewa ya mas tapi harus apa ya harus siap aja kalo engga jadi yang saya inginkan mungkin saya beralih profesi menjadi guru kalo engga ya buka bimbel dirumah (W3.HL/64-67)

Pengaruhnya pasti ke perasaan ya sedih itu pasti gitu tapi ya kayaknya kita engga boleh berlarut-larut sama keadaan gitu ee sehari dua hari buat jatuh itu ga masalah tapi jangan pernah buat ee berhenti trus berusaha gitu (W4.DM/110-114)

..... ketika sesuatu yang engga bisa sesuai sama harapanku aku udah bisa ee ndak ndak memberatkan gitu lho karna tadi ee kita udah ikhtiar kita udah berusaha selanjutnya Allah yang nentuin prinsipku gitu sih jadi kalo misalnya engga sesuai sama yang tak rencanain yaudah gapapa mungkin jalanannya dikasih yang lain gitu (W5.YTP/163-169)

Ee se kal ee respon saya menerima kegagalan ya yang pertama ee sedih si iyaa ee karna kan ga sesuai ekspektasi ya yang tadinya begini malah begini otomatis kita juga sedih trus ee melihat dari usaha yang kita lakukan juga kan kayak nihil gitu pernah sih ngrasa gitu tapi ya ee kan engga apa engga seterusnya kita diposisi tersebut gitu kan kita juga harus bangkit gitu ee harus mulai ee belajar lagi apa apa yang kurang misal dari diri kita sendiri (W6.MRH/115-123)

Ketika dihadapkan suatu permasalahan maka individu yang memiliki sikap optimis akan mampu menyelesaikan masalah tersebut dengan cepat dikarenakan pemikiran dan keyakinan terhadap kemampuannya (Widiatmoko et al., 2020). Selain itu optimisme juga mampu meningkatkan prestasi akademis, keterampilan,

kemampuan dalam mengatasi suatu permasalahan, dan keberhasilan dalam merencanakan sesuatu (Widiatmoko et al., 2020). Menurut teori tersebut individu yang memiliki kemampuan dalam mengatasi permasalahan dapat menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki sikap optimis didalam dirinya. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian, para informan mengalami hambatan atau permasalahan dalam mewujudkan cita-citanya, namun para informan tersebut mampu mengatasi berbagai permasalahan dengan cara mereka masing-masing, seperti yang dilakukan oleh informan SNF dalam mengatasi rasa malas yaitu berusaha memotivasi diri sendiri dan melihat video motivasi, informan TU dalam mengatasi kurangnya pengalaman menjadi HR yaitu dengan mencoba mendaftar magang dan bekerja agar mendapatkan pengalaman terlebih dahulu, informan HL dalam mengatasi rasa malas dengan memotivasi diri sendiri apabila dirinya mampu meraih cita-citanya, informan DM mengatasi perasaan takut akan kegagalan dengan cara belajar, informan YTP mengatasi kurangnya persiapan untuk bekerja dengan cara belajar, informan MRH mengatasi kurangnya pengetahuan dan pengalaman yaitu dengan mempelajari terkait persyaratan pekerjaan yang diinginkan. Tersirat dalam ungkapan informan pada wawancara sebagai berikut :

Ya buat inget tujuan awalnya mau ngapain gitu sih mas kalau pengen diterima ya yaudah jangan males malesnya jangan lama-lama gitu terus biasanya sering itu suh banyak-banyak ngelihat video motivasi gitu-gitu sih terus nanti mesti apa ya jadi semangat lagi buat belajar (W1.SNF/197-202)

Ee ini nanti rencananya saya ke depan ya kalau misalkan saya nggak apa namanya saya akan apply peker saya akan apply kerjaan sama apply magang juga jadi ya nanti yang diterima yang mana ya itu yang akan saya ambil kaya gitu (W2.TU/185-189)

Itu eee kayak apa ya meyakinkan diri saya bilang ke diri sendiri kalo kamu harus bisa setidaknya buat mecapai cita-citamu kalo engga mendapat pekerjaan yang tepat kayak gitu bantu orangtua (W3.HL/154-157)

Mulai nyicil buat belajar-belajar ujian gitu ujian-ujian kompetensi nasional gitu ee mulai belajar trus nyicil juga sama banyak nanya sama kakak tingkat yang sebelumnya pernah ujian gitu untuk tips and trick itu seperti apa (W4.DM/162-166)

Belajar udah itu aja belajar Alhamdulillah nya aku suka belajar sih makanya belajar (W5.YTP/279-280)

Ee yang pertama si saya ee pertama ee melihat dari persyaratannya ya kalo mudah ee mungkin bisa untuk dimasukan lah disitu tapi kalo untuk yang sulit-sulit yang memakan banyak waktu itu saya engga dulu jadi saya memilih yang mudah persyaratannya..... (W6.MRH/193-197)

Menurut Seligman (2008) yang menyatakan bahwa optimisme membuat individu jarang mengalami depresi, memiliki kesehatan yang lebih baik, dan produktivitas kerja yang tinggi apabila dibandingkan dengan individu yang pesimis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap optimisme memunculkan dampak positif bagi para freshgraduate yaitu menjadikan freshgraduate produktif dalam menjalankan kehidupannya. hal tersebut ternyata sesuai dengan dampak optimisme yang diungkapkan oleh Seligman. Ditunjukkan dari beberapa kegiatan yang dilakukan oleh para informan selama menjadi freshgraduate, seperti informan SNF melakukan kegiatan atau aktivitas dengan mencoba peruntungan mendaftar menjadi CPNS, informan TU mencoba mengikuti pelatihan kerja, informan HL mencoba membuka les, informan DM melakukan kegiatan kuliah profesi, informan YTP mencoba peruntungan mendaftar pekerjaan dan CPNS, dan informan MRH mengurus berbagai kegiatan rumah. Terserah dalam ungkapan informan pada wawancara sebagai berikut :

Ee kalau selama ini kegiatan yang saya lakukan saya coba daftar ee CPNS terus coba daftar di mapro juga tapi ee ini alhamdulillah kalau yang di mapronya udah diterima ee tapi ini juga sambil nunggu itu apa namaya mas CPNSnya kalau dua duanya diterima ya alhamdulillah gitu (W1.SNF/41-46)

Ee kalau ini sebenarnya ^{jadi} saya belum apply pekerjaan kemana-mana (iter : heeh) soalnya ee masih banyak belajar gitu lo mas ikut kaya pelatihan gitu loh sekarang kan banyak tuh kaya kelas-kelas online kaya gitu kaya skill academy terus kelas ee word kaya gitu nah saya ikut itu untuk mendapat ee skill tambahan sama buat nambah sertifikat nanti biar bisa dimasukin ke dalam cv (W2.TU/44-51)

Ini saya baru nyoba apa itu ngajar anak SMP les dirumah seminggu sekali sama kalo sore ngajar TPA (W3.HL/26-27)

Kalo kalo pekerjaan kan saya belum kerja (iter : iyaa) jadi karena sekarang lagi ngambil profesi kegiatannya yah cuma kelas biasa kayak masih S1 kemarin Cuma bedanya untuk jadwalnya lebih padat gitu sama tugas-tugasnya lebih banyak daripada S1 kemarin gitu mas (W4.DM/47-51)

Ohh emm kegiatan selama ini setelah saya lulus emm saya melamar pekerjaan tentunya sejauh ini saya baru melamar pekerjaan sih kemudian baru mencoba juga daftar CPNS nah itu (W5.YTP/37-40)

Eee kalo dirumah biasanya yaa berhubung ga ada kegiatan saya nyari-nyari kegiatan kayak bantu-bantu orangtua misalkan disuruh nyiram tanaman gitu juga sering (iter : iyaa lalu untuk iyaa silahkan mas) oh trus dirumah juga ada peliharaan kucing banyak jadi saya juga ngurusin kucing tiap hari (W6.MRH/36-41)

Faktor-faktor yang dapat meningkatkan optimisme menurut Seligman (2008) yaitu dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, dan akumulasi pengalaman. Menurut Wardani dan Sugiharto (2020) optimisme yang tinggi berasal dalam diri sendiri dan dukungan yang berbentuk penghargaan dari orang lain yang membuat individu merasa berarti dan dihargai. Selain itu dampak dari dukungan sosial yaitu membuat orang yang optimis menjadi lebih sehat dibandingkan dengan orang yang pesimis (Widiatmoko et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian, dukungan sosial seperti dukungan keluarga, lingkungan, teman dekat, dorongan penyemangat, dukungan moral mampu membuat para informan merasa optimis. Kepercayaan diri ditunjukkan dari sikap yakin akan berhasil di masa depan dengan sesuai rencana yang sudah dibuat. Harga diri ditunjukkan dari sikap informan ketika mengalami suatu permasalahan atau kegagalan, informan tidak berlarut-larut dalam meratapi kegagalannya dan memilih untuk bangkit. hal tersebut sesuai dengan teori yang sudah disebutkan bahwa dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri mampu membuat individu menjadi optimis. Informan SNF mengungkapkan motivasi dari lingkungan sekitar atau dari orang lain mampu membuatnya merasa optimis, informan TU menganggap dukungan nyata dari keluarga dan teman dekat mampu membuatnya merasa optimis, informan HL menganggap dorongan penyemangat dari orang lain mampu membuat dirinya menjadi optimis, informan DM mengungkapkan dukungan moral dan spiritual mampu membuat dirinya merasa optimis, informan YTP mengungkapkan

dukungan materi, moril dukungan orangtua mampu membuatnya merasa optimis, informan MRH mengungkapkan dukungan keluarga dan spiritual mampu membuat dirinya merasa optimis. Tersirat pada ungkapan informan dalam wawancara sebagai berikut :

Oh dukungan yang saya butuhkan itu dukungan dari lingkungan sekitar sih kaya ya semangat ya motivasi gitu aja sih..... (W1.SNF/243-245)

Ee itu tadi kaya kan tentang dukungan yang nyata ya maksudnya kaya support yang nyata dari keluarga dari teman-teman dekat terus habis itu ee mungkin saling terbuka dalam ee ngasih tahu adanya lowongan pekerjaan di suatu perusahaan kaya gitu (W2.TU/213-217)

Eee apa ya mendukung apa yang saya lakukan eee engga bikin down ngasih semangat walaupun belum dapet pekerjaan atau saya masih seperti ini kayak gitu aja si mas (W3.HL/161-164)

Dukungan dukungan moral trus spiritual itu sih mas (W4.DM/173)

Dukungan emm dukungan dukungan apa ya semuanya sih dukungan materi dukungan moril doa semuanya juga pasti kita butuh tapi yang bener-bener tak butuhin dukungan dari siapa tentunya dari orangtua..... (W5.YTP/288-291)

Ee yang pertama itu keluarga si support dari keluarga itu memang penting dari ayah ibu mungkin dari pacar mungkin kalo ada ehehe trus ee jangan lupa juga sering sering berdoa kan kan kembali lagi kita udah berusaha tapi Allah yang menentukan kita nah jadi itu juga penting dalam mencari perkerjaan semangat dan optimis juga si jangan mudah menyerah biasanya kalo udah udah banyak ee apa ditolak tolak gitu kan kayak aduh harapannya pupus gitu kan ehehe nah itu sebisa mungkin jangan lah (W6.MRH/205-214)

Kepercayaan diri ditunjukkan, informan SNF merasa yakin apabila jika sudah berusaha pasti ada jalan, informan TU yakin jika mau belajar dan

menambah *skill* pasti mudah mendapat pekerjaan, informan HL merasa yakin karena merasa sudah memiliki bekal dalam mewujudkan rencananya, informan DM merasa yakin akan mudah menggapai rencananya, informan YTP merasa yakin akan menjalankan kehidupannya sesuai dengan rencana yang telah dibuat, dan informan MRH merasa yakin akan diterima disuatu pekerjaan. Tersirat pada ungkapan informan dalam wawancara sebagai berikut :

Ee kalau aku kalau punya keinginan itu ya yakin sih gimanaapun caranya pasti nanti ada jalannya ya walaupun nggak mudah itu misalkan kalau kita terus berusaha itu pasti bisa (W1.SNF/108-111)

Emm saya yakin kalau misalkan dengan saya mau belajar dan menambah skill ini nanti ee bisa mendapatkan pekerjaan dengan mudah insyaallah (W2.TU/104-106)

Eee yakin karena udah mempersiapkan buat belajar tes TPA buat syarat ambil s2 itu juga udah tanya tanya kating gimana proses belajarnya udah itu aja si mas hehe (W3.HL/50-53)

Kalo dibilang seberapa yakin emm ya mendekati seratus persen gitu karna kan kadang apa yang udah kita rencanain baik-baik kalo emang bukan takdir atau jalannya ya ga sesuai gitu tapi emm mungkin kalo dibilang udah seberapa yakin ee ya hampir seratus persen gitu karena kalo misalkan dari awal udah yakin pasti InsyaAllah kesannya bakal gampang gitu mas buat ngegapainya gitu (W4.DM/75-82)

Ini menandakan keyakinan sama rencana saya maksudnya saya akan menjalankan kehidupanku sesuai rencana yang udah tak buat gitu..... (W5.YTP/104-106)

Yakin (iter : yakin) merasa yakin diterima (W6.MRH/83)

Harga diri ditunjukkan, informan SNF menjelaskan apabila rencana tersebut tidak berhasil maka informan akan merasa sedih sebentar dan akan mencobanya kembali, informan TU dan HL merasa sedih dan akan berusaha membuat rencana baru, informan DM merasa sedih dan akan lekas bangkit kembali, informan YTP merasa ikhlas dan percaya akan ada jalan lain menuju keberhasilan, informan MRH merasa sedih dan akan kembali bangkit. Tersirat pada pernyataan informan didalam wawancara sebagai berikut :

Ee mungkin bakalan sedih sebentar terus nanti mencoba cara yang lain mungkin coba lagi di tahun depan atau (iter : atau bagaimana mbak maaf) atau membuat rencana yang baru (W1.SNF/134-137)

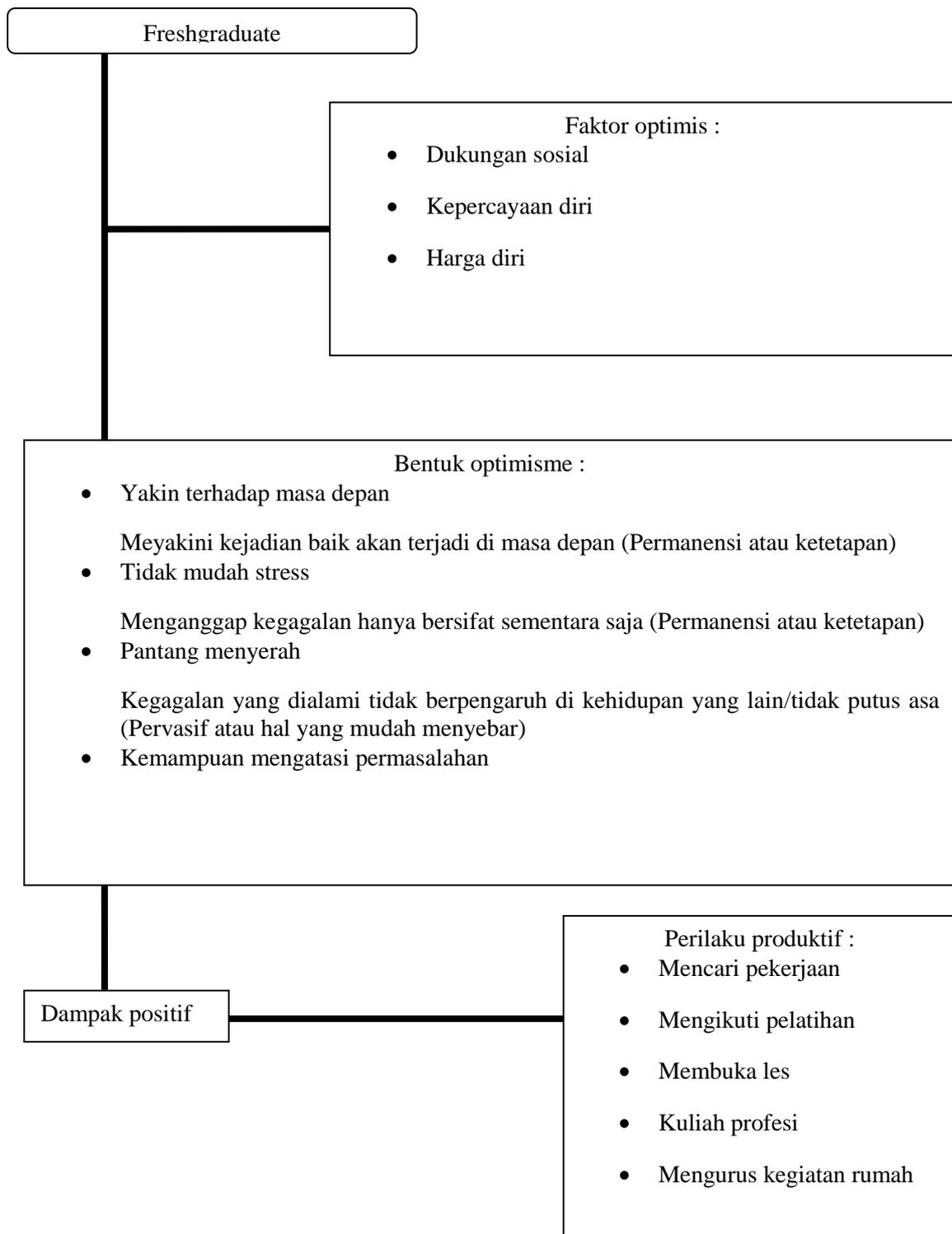
Kalau misalkan sampai pada akhirnya saya tidak bisa apa namanya ee bekerja gitu untuk apply apply di perusahaan kaya gitu saya pengen ee ini aja mas bisnis gitu pengen usaha (iter : oh pengen melakukan usaha) iya (iter : oh baik baik) (W2.TU/143-147)

Eee kalo kecewa pasti kecewa ya mas tapi harus apa ya harus siap aja kalo engga jadi yang saya inginkan mungkin saya beralih profesi menjadi guru kalo engga ya buka bimbel dirumah (W3.HL/64-67)

Pengaruhnya pasti ke perasaan ya sedih itu pasti gitu tapi ya kayaknya kita engga boleh berlarut-larut sama keadaan gitu ee sehari dua hari buat jatuh itu ga masalah tapi jangan pernah buat ee berhenti trus berusaha gitu (W4.DM/110-114)

..... ketika sesuatu yang engga bisa sesuai sama harapanku aku udah bisa ee ndak ndak memberatkan gitu lho karna tadi ee kita udah ikhtiar kita udah berusaha selanjutnya Allah yang nentuin prinsipku gitu sih jadi kalo misalnya engga sesuai sama yang tak rencanain yaudah gapapa mungkin jalanannya dikasih yang lain gitu (W5.YTP/163-169)

Ee se kal ee respon saya menerima kegagalan ya yang pertama ee sedih si iyaa ee karna kan ga sesuai ekspektasi ya yang tadinya begini malah begini otamatis kita juga sedih trus ee melihat dari usaha yang kita lakukan juga kan kayak nihil gitu pernah sih ngrasa gitu tapi ya ee kan engga apa engga seterusnya kita diposisi tersebut gitu kan kita juga harus bangkit gitu ee harus mulai ee belajar lagi apa apa yang kurang misal dari diri kita sendiri (W6.MRH/115-123)



Gambar 1. Gambaran optimisme dalam menghadapi masa depan pada fresh graduate

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait dengan optimisme menghadapi masa depan pada fresh graduate dapat disimpulkan bahwa informan memiliki sifat optimis dalam menghadapi masa depannya. Sikap optimisme tersebut ditunjukkan dari bentuk-bentuk optimisme freshgraduate yaitu berupa, yang pertama adalah keyakinan terhadap masa depan, berbagai rencana dalam menghadapi masa depan telah dipersiapkan oleh para informan, dalam mempersiapkan rencana tersebut para informan meyakini bahwa rencana yang dimiliki akan berhasil dan tercapai di masa depan. Yang kedua bentuk optimisme ditunjukkan dari sikap tidak mudah stress dari freshgraduate. Ketika mengalami suatu permasalahan atau kegagalan, para informan merasakan kesedihan dan kekecewaan, akan tetapi para informan tidak akan berlarut-larut dalam meratapi kesedihannya dan memilih untuk bangkit kembali. Yang ketiga ditunjukkan dari sikap pantang menyerah dari freshgraduate, dalam upaya mewujudkan rencananya, ketika tiba-tiba rencana tersebut gagal maka para informan tidak berputus asa, para informan lebih memilih untuk bangkit kembali dengan menyusun berbagai rencana lain. Yang keempat adalah kemampuan dalam mengatasi suatu permasalahan. Dalam upaya mewujudkan cita-citanya, para informan menemui hambatan atau kendala, namun para informan mampu mengatasi hambatan tersebut dengan caranya sendiri, hal tersebut menunjukkan bahwa informan memiliki kemampuan dalam mengatasi suatu permasalahan. Agar merasa optimis dan mampu mempertahankan sikap optimisme, berdasarkan hasil penelitian faktor yang membuat freshgraduate merasa optimis antara lain dukungan sosial seperti dukungan keluarga, lingkungan, teman dekat, dorongan penyemangat, dukungan moral, selanjutnya kepercayaan diri, dan harga diri yang dimiliki oleh freshgraduate. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, sikap optimisme freshgraduate menghasilkan dampak positif pada diri freshgraduate, seperti freshgraduate menjadi produktif dalam menjalankan kehidupannya.

Untuk freshgraduate diharapkan agar menumbuhkan dan tetap memiliki perasaan optimis ketika dihadapkan dengan hal apapun dimasa yang akan datang. Dengan cara meyakini segala hal yang dilakukan akan terwujud dimasa depan.

Penulis menyarankan ketika harus dihadapkan dengan suatu kejadian buruk maka jangan pernah menyerah untuk menghadapinya, terus berusaha, dan selalu yakin bahwa bisa melewati kejadian buruk tersebut.

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya. Peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan mengaitkan peristiwa terkini sehingga dapat menjadi keunikan pada penelitian selanjutnya, selain itu pada penelitian selanjutnya diharapkan untuk menggunakan ruang lingkup yang lebih luas dan menggunakan informan yang lebih bervariasi seperti jumlah informan antara laki-laki dan perempuan yang setara.

DAFTAR PUSTAKA

- Admin. (2021). *Hasil Pelacakan Alumni HES 2019/2020*.
<https://hes.ums.ac.id/2021/10/01/hasil-pelacakan-alumni-hes-2019-2020/>
- Arslan, G., & Yildirim, M. (2021). *Coronavirus stress , meaningful living , optimism , and depressive symptoms : a study of moderated mediation model*. 1–12. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1882273>
- Augustiya, T., Nurislamiaty, Q., Al-fatoni, M. D., & Rachma, L. N. (2019). Hubungan Orientasi Karier dengan Optimisme pada Mahasiswa Jurusan Keagamaan UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(1), 31–42. <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i1.4014>
- Boehm, J. K., Chen, Y., Koga, H., Mathur, M. B., Vie, L. L., & Kubzansky, L. D. (2018). Is optimism associated with healthier cardiovascular-related behavior? Meta-analyses of 3 health behaviors. *Circulation Research*, 122(8), 1119–1134. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.117.310828>
- Carver, & Scheier. (2010). *Optimism*. Clinical Psychology Review.
- Fitri, E. R., & Indriana, Y. (2018). Hubungan Antara Optimisme Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Kelas Xi Smk Cut Nya'Dien Semarang. *Empati*, 7(3), 47–51.
- Informatika FKI UMS. (2020). *Hasil Tracer Study dan Survey Kepuasan Pengguna Lulusan Tahun 2015-2017*.

<https://informatika.ums.ac.id/2020/12/22/sosialisasi-data-hasil-tracer-study-prodi-informatika-tahun-2020/>

- Irawan, D. H., & Rahayu, A. (2019). Kepribadian Hardiness dan Optimisme Hubungannya Dengan Subjective Well Being Pemulung Barang Bekas di Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 33–46.
- Irianti, S. (2020). Gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif pada ibu tunggal di usia dewasa madya. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 107–116. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4865>
- Islahuddin. (2021). *Cuma 1 Dari 3 Sarjana Baru Yang Mencari Kerja, Kemana Sisanya?* Lokadata.Id. <https://lokadata.id/artikel/cuma-1-dari-3-sarjana-baru-yang-mencari-kerja-ke-mana-sisanya>
- Kusuma, C. A. (2018). *HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN HARDINESS DENGAN OPTIMISME MASA DEPAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis Hubungan Resiliensi Matematik Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Pada Materi Lingkaran. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 819. <https://doi.org/10.22460/jpmi.v1i5.p819-826>
- Mohammadi, N., Aghayousefi, A., Nikrahan, G. R., Adams, C. N., Alipour, A., Sadeghi, M., Roohafza, H., Celano, C. M., & Huffman, J. C. (2018). A randomized trial of an optimism training intervention in patients with heart disease. *General Hospital Psychiatry*, 51(October 2017), 46–53. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2017.12.004>
- Nindyasari, N., Sidiq, F. U., & Santosa, T. D. (2020). Role Of Citizens And Entrepreneurship Unemployment Rate In Pressing College Graduates. *JURNAL LIGA HUKUM*, 1(1), 111–119.
- Rosada, P. dan A. (2020). SIKAP OPTIMIS DIMASA PANDEMI COVID-19. *Al-Insiyroh: Jurnal Studi Keislaman*, 6(2), 112–126.
- Sagita, M. P., Hami, A. El, & Hinduan, Z. R. (2020). Development of Indonesian Work Readiness Scale on Fresh Graduate in Indonesia. *Jurnal Psikologi*,

19(3), 297–314. <https://doi.org/10.14710/jp.19.3.297-314>

- Sari, A. T., & Eva, N. (2021). Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan : Sebuah Literature Review. *Seminar Nasional Psikologi UM, April*, 143–148. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1136>
- Seligman, M. E. P. (2008). *Menginstal Optimisme* (T. Salamadani (ed.)). Momentum.
- Sidiq, U., & Choiri, M. M. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. In M. A. Dr. Anwar Mujahidin (Ed.), *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. CV. NATA KARYA.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.
- Wardani, I. A., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Hubungan Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Dengan Optimisme Akademik Pada Siswa SMP Negeri 1 Wanadadi. *KONSELING EDUKASI “Journal of Guidance and Counseling,”* 4(2), 160–178. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i2.7975>
- Widiatmoko, M., Ardni, F. M., Setyowati, A., & Misjaya. (2020). Profil Optimisme Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mathla ’ ul Anwar Angkatan 2018. *Terapeutik*, 4(2), 94–100. <https://doi.org/10.26539/terapeutik-42455>