

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Optimisme

##### 1. Teori Dasar Optimisme

Optimisme merupakan kebiasaan berfikir positif individu dalam memandang sesuatu yang telah dialami atau belum dialami. Orang yang optimis adalah orang yang sukses dan memiliki kesehatan fisik dan mental yang lebih baik. Individu yang optimis akan memandang peristiwa buruk yang datang bersifat sementara, peristiwa buruk tersebut hanya terjadi karena suatu hal tertentu dan dapat diatasi agar tidak terulang kembali (Seligman, 2006).

Optimisme adalah sebuah harapan individu bahwa sesuatu yang dilakukan dengan baik pasti akan berujung pada kebaikan pula. Sikap optimis membuat individu yakin atas kemampuan yang dimiliki dan membuat individu mempunyai sikap percaya diri yang lebih tinggi (Snyder & Lopez, 2002).

Menurut Puspasari et al. (2020) optimisme adalah kemampuan untuk memandang secara positif suatu peristiwa sehingga membangkitkan sikap dan tindakan yang positif ketika menghadapi kesulitan. Berpikir positif didefinisikan sebagai cara berpikir yang berfokus pada diri sendiri, orang lain, dan keadaan lingkungannya. Masalah yang dihadapi meliputi perhatian positif dan kata-kata (Nurindah et al., 2012).

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa optimisme adalah keyakinan individu atas masa depan, pantang menyerah dalam menghadapi suatu permasalahan, dan selalu berfikir positif setiap menghadapi permasalahan hidup sehingga berdampak pada kesehatan fisik dan mental.

## 2. Dimensi Optimisme

Terdapat dimensi dalam dalam optimisme yaitu : *Permanence*, *pervasive*, *personalization* (Seligman, 2006), dapat mengendalikan perasaan negatif, percaya diri mampu mengatasi masalah, mempunyai pengendalian atas masa depannya, selalu merasa gembira, dan menerima sesuatu hal yang tidak dapat diubah (McGinnis, 1995). Masing-masing dimensi di jelaskan berikut ini:

- a. *Permanence*, yaitu sudut pandang seseorang dalam melihat peristiwa berdasarkan waktu, yang bersifat sementara dan permanen. Individu yang optimis melihat bahwa penyebab masalah bersifat sementara dan dapat segera diatasi (Thanoesya & Ifdil, 2016).
- b. *Pervasif (spesifik versus universal)*, yaitu gaya penjelasan yang terkait dengan skala peristiwa bersifat *universal* (umum) atau *spesifik* (khusus). Orang yang optimis, ketika menghadapi suatu masalah, akan berpikir bahwa masalahnya adalah tentang sesuatu yang istimewa dan akan menganggap bahwa itu tidak akan menyebar ke hal lain (Rizki, 2013).

- c. *Personalization*, yaitu gaya penjelasan masalah yang berhubungan dengan terjadinya penyebab kejadian, meliputi internal (dari dalam individu) dan eksternal (dari luar individu). Orang yang optimis akan berpikir bahwa hal yang baik disebabkan oleh faktor internal (Augustiya et al., 2019).

Terdapat lima dimensi yang berbeda, yaitu dapat mengendalikan perasaan negatif, percaya diri mampu mengatasi masalah, mempunyai pengendalian atas masa depannya, selalu merasa gembira, dan menerima sesuatu hal yang tidak dapat diubah (McGinnis, 1995). Masing-masing dimensi dijelaskan sebagai berikut :

- a. Dapat mengendalikan perasaan negatif, yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan perasaan negatif dan mampu mengalihkan kepada perasaan positif (Nurindah et al., 2012).
- b. Percaya diri mampu mengatasi masalah, yaitu bentuk keyakinan terhadap diri sendiri akan mampu mengatasi masalahnya (Ghufron & Risnawati, 2010).
- c. Mempunyai pengendalian atas masa depannya, yaitu kemampuan individu dalam melakukan prediksi untuk masa depannya dalam hal yang positif (McGinnis, 1995).
- d. Selalu merasa gembira, yaitu kemampuan individu dalam mengelola emosi saat sedang dilanda masalah (Nurindah et al., 2012).
- e. Menerima sesuatu hal yang dapat diubah, yaitu kemampuan individu dalam menerima sesuatu yang terjadi dalam hidupnya (Ghufron & Risnawati, 2010).

Dapat disimpulkan bahwa optimis memiliki beberapa dimensi. Namun dalam penelitian ini yang digunakan peneliti tiga dimensi yaitu *permanence, pervasif, personalization*.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi optimisme, diantaranya yaitu : a) Dukungan sosial (Sari & Thamrin, 2020), b) Konsep diri (Thanoesya & Ifdil, 2016), c) Penerimaan diri (Aidina et al., 2013), d) Efikasi diri (Putri et al., 2015), dan e) Kepribadian *hardiness* (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut :

- a. Dukungan sosial yaitu umpan balik terhadap individu supaya individu tersebut tidak merasa sendiri serta mendapat dukungan dalam berbagai macam bentuk sehingga dapat bertahan pada masa sulit (Sari & Thamrin, 2020).
- b. Konsep diri yaitu kemampuan seseorang untuk mengenal dirinya sendiri, menerima keberadaan orang lain, mengkonstruksi tujuan-tujuan positif bagi dirinya di masa depan (Thanoesya & Ifdil, 2016).
- c. Penerimaan diri merupakan sikap positif individu berupa harga diri dan penerimaan atas segala kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Aidina et al., 2013).
- d. *Self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengembangkan keterampilan untuk meningkatkan motivasi dan menggerakkan pikiran untuk mencapai suatu tujuan (Putri et al., 2015).

- e. Kepribadian *hardiness* merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan kejadian-kejadian negatif, namun selalu memberikan makna positif sehingga tidak menimbulkan stress (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011).

Dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme, yaitu dukungan sosial, konsep diri, penerimaan diri, efikasi diri, dan kepribadian *hardiness*.

## **B. Kepribadian *Hardiness***

### **1. Teori Dasar Kepribadian *Hardiness***

Kepribadian *hardiness* merupakan kepribadian yang berfungsi sebagai akar dari kekuatan saat individu terkena masalah. Individu dengan kepribadian *hardiness* percaya bahwa semua masalah yang dihadapi tidak dapat dihindari. Kepribadian *hardiness* dapat berperan dalam melindungi seseorang dari stres. Orang-orang dengan kepribadian *hardiness* suka membuat keputusan dan menerapkannya karena mereka melihat bahwa hidup harus memiliki makna, dan orang-orang dengan kepribadian *hardiness* sangat antusias tentang masa depan (Kobasa et al., 1982).

Menurut Ivancevich (2004) kepribadian *hardiness* adalah kemampuan individu untuk mengatasi stress sehingga stress dapat dikurangi dengan mengubah persepsi. Setiap individu tidak sama dalam memecahkan masalah hidup, tetapi itu tergantung pada banyak faktor, salah satunya adalah kepribadian. Terdapat individu yang mudah menjadi stress ketika menghadapi peristiwa yang membuat stress, dan ada tipe

kepribadian yang tahan terhadap stres, yaitu kepribadian *hardiness*. Kepribadian *hardiness* merupakan ciri khas seseorang berupa kemampuan seseorang untuk mengendalikan kejadian buruk agar tidak menimbulkan stres pada seseorang. Kepribadian *hardiness* dapat mengurangi stress secara psikologis dan dapat menjadi faktor kebahagiaan (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011).

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* adalah kepribadian yang dimiliki seseorang agar menjadi lebih kuat dan tangguh dalam menghadapi berbagai tantangan yang dihadapinya dan dapat mengatasi dampak negatifnya.

## 2. Aspek Kepribadian *Hardiness*

Terdapat aspek dalam kepribadian *hardiness* yaitu : *control*, *commitment*, *challenge* (Kobasa 1982). Masing-masing aspek dijelaskan sebagai berikut :

- a). *Control*, merupakan keyakinan seseorang dalam kemampuan untuk mempengaruhi peristiwa dalam hidupnya. Individu dengan kontrol yang baik bertindak seolah-olah mereka dapat mempengaruhi peristiwa di sekitar mereka. Individu selalu berusaha untuk mengubah situasi menjadi sesuatu yang berguna untuk mereduksinya menjadi keadaan yang menimbulkan kecemasan (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011).
- b). *Commitment*, merupakan tingkat tanggung jawab atau apa yang sedang dilakukan. Individu yang memiliki komitmen tinggi akan

terlibat dalam segala hal yang dilakukannya dan akan melakukannya dengan sungguh-sungguh (Marwanto & Muti'ah, 2011).

- c). *Challenge*, merupakan keyakinan individu bahwa setiap perubahan adalah bagian alami dari kehidupan dan keyakinan bahwa perubahan bukanlah ancaman. Individu yang menyukai tantangan akan selalu menghadapi perubahan dalam hidupnya dan akan melihat perubahan tersebut sebagai hal yang wajar dan akan mampu mengantisipasi perubahan tersebut sebagai sebuah dorongan (Khairunnisa et al., 2008).

Dapat disimpulkan bahwa aspek dari kepribadian *hardiness* adalah *control* yaitu keyakinan individu dalam mempengaruhi kejadian dalam hidupnya, *commitment* yaitu kemampuan individu untuk bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan, dan *challenge* yaitu tantangan individu menerima perubahan yang ada dalam hidupnya.

## C. Dukungan Sosial

### 1. Teori Dasar Dukungan Sosial

Menurut Sarafino(2006) dukungan sosial yaitu memberikan rasa percaya diri, kenyamanan dan rasa hormat terhadap orang lain. Dukungan sosial dapat dilihat sebagai kondisi yang menguntungkan bagi orang untuk menerimanya dari orang yang dipercaya. Berdasarkan situasi ini, seseorang akan tahu bahwa orang lain peduli padanya, menghormatinya dan mencintainya. Dukungan sosial dapat dipandang sebagai struktur multi dimensi yang terdiri dari elemen fungsional dan struktural.

Dukungan sosial adalah istilah untuk menggambarkan bagaimana hubungan sosial yang memiliki dampak positif bagi kesehatan fisik maupun kesehatan mental individu (Maslihah, 2011). Dukungan sosial adalah dukungan yang diterima orang dari situasi sosial tertentu, atau dari orang tertentu dalam situasi sosial tertentu, seperti orang tua, suami, mertua, teman, tetangga, dll. Dukungan sosial dapat membuat orang lain merasa diperhatikan, diperhatikan, dan dicintai (Maharani & Fakhurrozi, 2014). Utami & Wideasavitri (2013) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial mampu berperan dalam mengurangi stres yang dialami oleh individu.

Dukungan sosial juga memberikan efek yang positif kepada orang lain agar tidak merasakan kesepian sehingga dapat bertahan pada masa sulit yang sedang dialami (Vollman et al., 2010). Dukungan sosial mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain ketika memberikan bantuan (Roberts & Gilbert, 2009).

Dukungan sosial didefinisikan sebagai kegembiraan atas bantuan yang diterima seseorang (Kusrini & Prihartanti, 2014). Dukungan sosial juga dapat dikatakan sebagai bantuan yang diterima seseorang melalui interaksi dengan orang lain. Dukungan sosial terjadi ketika ada orang yang dapat membantu jika terjadi situasi atau peristiwa yang berpotensi bermasalah, dan bantuan dirasakan untuk meningkatkan emosi positif dan harga diri. Keadaan atau kondisi psikologis ini dapat memengaruhi respons dan perilaku seseorang dengan cara yang memengaruhi kesejahteraan orang tersebut secara keseluruhan (Maslihah, 2011).

Dari beberapa pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah sikap nyaman, perhatian, serta bantuan yang diberikan oleh individu untuk individu lainnya.

## 2. Komponen Dukungan sosial

Terdapat beberapa komponen dalam dukungan sosial, yaitu a) dukungan emosional, b) dukungan penghargaan, c) dukungan instrumental, d) dukungan informasi (Sarafino, 2006), *attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, dan *opportunity for nurturance* (Weiss, 1975). Masing-masing komponen dijelaskan sebagai berikut :

- a. Dukungan emosional, yaitu bagaimana seseorang mengekspresikan kepedulian, perhatian, dan rasa empati kepada seseorang yang sedang dalam kondisi sulit (Hanapi & Agung, 2018).
- b. Dukungan penghargaan, yaitu berupa memberikan penghargaan berupa memberikan pengakuan secara positif terhadap ide-ide, pencapaian, dan perasaan yang dirasakan oleh orang lain (Maslihah, 2011).
- c. Dukungan instrumental, yaitu dukungan yang diberikan secara langsung dapat secara financial berupa barang atau membantu dalam permasalahan orang lain secara langsung (Kusrini & Prihartanti, 2014).
- d. Dukungan informasi, yaitu dapat berupa nasihat dan saran untuk orang lain yang sedang dalam kondisi stress (Kumalasari & Ahyani, 2012).

Terdapat enam aspek yang berbeda, yaitu *attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, dan *opportunity for nurturance* (Weiss, 1975). Masing-masing aspek dijelaskan sebagai berikut :

- a) *Attachment* (kelekatan), yaitu kedekatan emosional individu terhadap individu lain yang menerima sehingga menimbulkan rasa aman (Antoxida & Sawitri, 2020).
- b) *Social integration* (integrasisosial), yaitu dukungan dimana individu merasakan bahwa dirinya masuk dalam kelompok sosial. Integrasi sosial sering bersumber pada teman (Maharani & Fakhrurrozi, 2014).
- c) *Reassurance of worth* (penghargaan atau pengakuan), yaitu individu menerima pengakuan dari orang lain atas kompetensi dan hadiah yang diterimanya (Hailitik & Setianingrum, 2019).
- d) *Reliable alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), yaitu kepercayaan individu kepada orang lain untuk membantunya dalam berbagai kondisi (Antoxida & Sawitri, 2020).
- e) *Guidance* (bimbingan), yaitu individu mendapatkan informasi, saran untuk masalah yang sedang dihadapi. Biasanya di dapatkan di keluarga (Maharani & Fakhrurrozi, 2014).
- f) *Opportunity for nurturance* (kesempatan untuk mengasuh), yaitu bentuk tanggungjawab individu terhadap individu lain untuk kesejahteraan orang lain (Hailitik & Setianingrum, 2019).

Dapat disimpulkan bahwa komponen dukungan sosial meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi, *attachment, social integration, reassurance of worth, reliable alliance, guidance, dan opportunity for nurturance*. Namun komponen yang dipakai dalam penelitian ini adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

#### **D. Mahasiswa Penyintas Covid-19**

Mahasiswa adalah status yang diperoleh individu ketika sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Selain itu, status tersebut selalu dipandang dalam masyarakat sebagai golongan elite berpendidikan. Oleh sebab itu status mahasiswa selalu terikat dengan perguruan tinggi.

*Coronavirus Disease* atau yang sering disebut COVID-19 adalah jenis virus yang dapat menjangkit makhluk hidup khususnya hewan, namun baru-baru ini ditemukan bahwa virus tersebut juga bisa menjangkit manusia sehingga menyebabkan penyakit. Terdapat jenis coronavirus yang dapat menyebabkan infeksi saluran pernafasan pada manusia, mulai dari batuk, demam, pilek, hingga penyakit pernafasan yang serius lainnya (Suharmanto, 2020).

Individu yang terkonfirmasi terjangkit virus covid-19 dapat mengalami beberapa gangguan emosional seperti sulit tidur, kecemasan, gejala depresi, putus asa, kesedihan yang mendalam, dan ketidakberdayaan. Masalah kesehatan mental tidak berhenti saat seseorang sudah dinyatakan

negatif covid-19. Penyintas covid masih akan tetap bergejala hingga 60 hari setelah dinyatakan sembuh, hal tersebut juga dapat dirasakan bagi anak dan remaja yang tidak memiliki komorbid. Gejala tersebut bernama *long covid* yang mana *long covid* adalah sisa gejala fisik maupun mental yang dirasakan individu setelah dinyatakan negatif oleh tes swab PCR atau habisnya masa isolasi (Kurniawan & Susilo, 2021).

Penyintas covid adalah seseorang yang pernah atau orang yang berhasil sembuh melawan virus covid-19 (Kurniawan & Susilo, 2021). Mahasiswa penyintas covid akan mengalami masalah-masalah krusial karena akan dihadapkan dengan berbagai tantangan dalam penyesuaian fisik dan mental mereka. Mahasiswa akan mengalami gejala *long covid* berupa gangguan tidur dan gangguan konsentrasi bahkan depresi.

Mahasiswa penyintas covid-19 akan mengalami penurunan motivasi serta semangat dalam hidupnya dikarenakan adanya *long covid*. *Long covid* dapat berupa gampang merasa capek, batuk yang berkepanjangan, kesulitan tidur, dan gejala lainnya yang dapat dirasakan oleh penyintas covid (Febrianti, 2020).

## **E. Kerangka Berpikir**

### **1. Pengaruh Kepribadian *Hardiness* terhadap Optimisme**

Optimisme adalah kebiasaan berpikir positif dari segala sesuatu yang sedang dialami. Orang yang optimis adalah orang yang sukses dan memiliki kesehatan mental serta fisik yang baik. Orang yang optimis akan memandang kejadian buruk yang menimpa dirinya bersifat sementara,

kejadian buruk tersebut hanya terjadi karena suatu hal tertentu dan dapat diatasi agar tidak terulang kembali (Seligman, 2006). Optimisme di pengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kepribadian *hardiness*. Pada mahasiswa penyintas covid-19 kepribadian *hardiness* sangat diperlukan untuk tetap kuat dan dapat menyeimbangkan kesehatan fisik dan mental.

Menurut Kobasa (1982) kepribadian *hardiness* merupakan sifat perlawanan yang dimiliki individu saat terkena masalah. Individu yang mempunyai kepribadian *hardiness* akan berfikir bahwa semua masalah yang dihadapi tidak mungkin di hindari. Kepribadian *hardiness* dapat berperan menjadi pelindung individu dari stres. Individu dengan kepribadian *hardiness* yang kuat suka membuat keputusan dan menerapkannya karena mereka melihat bahwa hidup harus memiliki makna, dan individu dengan kepribadian *hardiness* yang kuat sangat antusias tentang masa depan.

Menurut penelitian Nurtjahjanti & Ratnaningsih (2011) terdapat hubungan yang positif kepribadian *hardiness* dan optimisme. Semakin tinggi individu memiliki kepribadian *hardiness* maka semakin tinggi tingkat optimismenya, begitu pula sebaliknya semakin rendah kepribadian *hardiness* individu maka semakin rendah pula tingkat optimismenya.

## 2. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Optimisme

Untuk membantu individu keluar dari permasalahan yang di hadapi maka dibutuhkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya. Dukungan sosial diyakini dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang (Burešová et al., 2020). Dukungan sosial berarti individu tidak merasa sendiri dan dapat menerima dukungan dengan cara yang berbeda-beda sehingga mampu bertahan dalam masa-masa sulit (Vollman et al., 2010).

Menurut penelitian Sari & Thamrin (2020) terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan optimisme. Oleh karena itu faktor lain yang dapat mempengaruhi optimisme adalah dukungan sosial. Menurut Sarafino (2006) dukungan sosial adalah bentuk dukungan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap individu agar dapat merasa diperhatikan, disayangi, dan dihargai. Fungsi dari dukungan sosial adalah supaya individu yang sedang mengalami masalah dalam hidupnya dapat percaya terhadap kemampuannya serta dapat bangkit dari masalah yang sedang dihadapi.

## 3. Pengaruh Kepribadian *Hardiness* dan Dukungan Sosial terhadap Optimisme pada Mahasiswa Penyintas Covid-19 di Purwokerto

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 mahasiswa adalah peserta didik yang tercatat dalam sebuah perguruan tinggi baik yang negeri ataupun yang swasta. Tugas mereka adalah harus bisa menyelesaikan tugas akademik yang telah ditetapkan oleh universitas atau perguruan tingginya.

Penyintas covid adalah seseorang yang telah berhasil sembuh atau dinyatakan negatif dari covid-19 (Kurniawan & Susilo, 2021). Penyintas covid masih akan tetap bergejala hingga 60 hari setelah dinyatakan sembuh, hal tersebut juga dapat dirasakan bagi anak dan remaja yang tidak memiliki penyakit bawaan atau sering disebut dengan istilah komorbid.

Gejala tersebut bernama *long covid* yang mana *long covid* adalah sisa gejala fisik maupun mental yang dirasakan individu setelah dinyatakan negatif oleh tes swab PCR atau habisnya masa isolasi.

Melawan virus covid-19 dan berusaha sembuh dari covid yang terlebih masih merasakan *long covid* bukanlah hal yang mudah. Mahasiswa harus dapat mengontrol pikiran serta aktifitas yang benar-benar dapat membuatnya cepat sehat kembali.

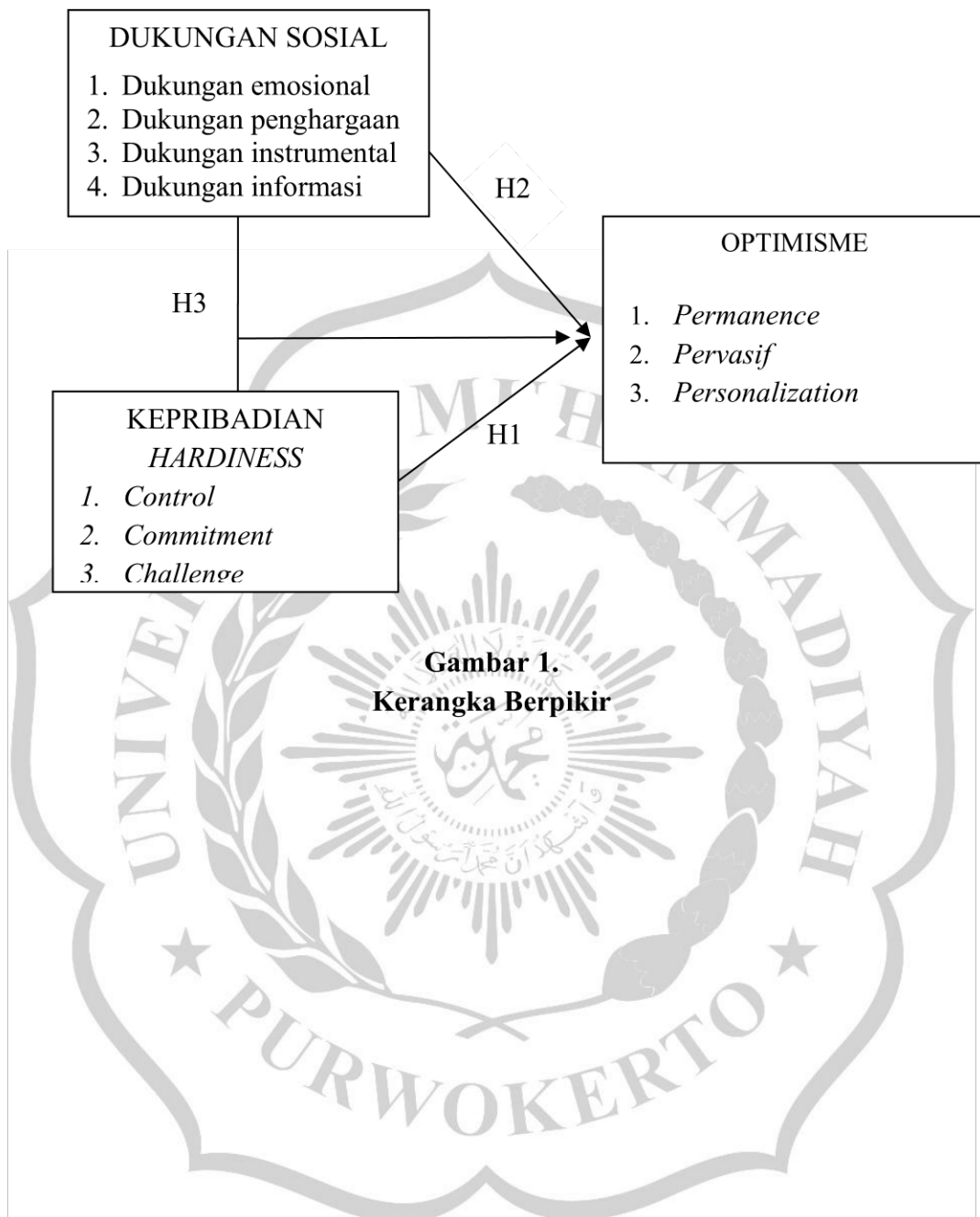
Optimisme merupakan kebiasaan berpikir positif individu dalam memandang sesuatu yang telah dialami atau belum dialami. Orang yang optimis adalah orang yang berprestasi dan memiliki kesehatan yang lebih baik secara fisik maupun mental. Orang optimis akan memandang kejadian buruk yang menimpa dirinya sebagai sesuatu yang bersifat sementara, kejadian buruk tersebut terjadi karena suatu hal tertentu saja, dan bisa diatasi agar tidak terulang kembali (Seligman, 2006). Optimisme

di pengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kepribadian *hardiness*. Pada mahasiswa penyintas covid-19 kepribadian *hardiness* sangat diperlukan untuk tetap kuat dan dapat menyeimbangkan kesehatan fisik dan mental.

Menurut Kobasa et al., (1982) kepribadian *hardiness* merupakan sifat perlawanan individu saat terkena masalah. Individu yang mempunyai kepribadian *hardiness* percaya bahwa semua masalah yang dihadapi tidak mungkin dihindari. Kepribadian *hardiness* dapat berperan dalam melindungi seseorang dari stres. Orang-orang dengan kepribadian *hardiness* tinggi suka membuat keputusan dan mengimplementasikannya karena mereka melihat bahwa hidup harus memiliki makna, dan orang-orang dengan kepribadian *hardiness* sangat bersemangat untuk menatap masa depan.

Menurut penelitian Sari & Thamrin (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dengan dukungan sosial. Oleh karena itu faktor lain yang dapat mempengaruhi optimisme adalah dukungan sosial.

Berdasarkan uraian kerangka berpikir tersebut maka dapat di simpulkan bahwa kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial dapat mempengaruhi optimisme pada mahasiswa penyintas covid-19 di Purwokerto. Peneliti menggambarkan pengaruh kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap optimisme mahasiswa penyintas covid-19 sebagai berikut :



## F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berfikir tersebut, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu :

H1 : Terdapat pengaruh yang signifikan kepribadian *hardiness* terhadap optimisme pada Mahasiswa Penyintas Covid-19 di Purwokerto.

H2 : Terdapat pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap optimisme pada Mahasiswa Penyintas Covid-19 di Purwokerto.

H3 : Terdapat pengaruh yang signifikan secara simultan kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap optimisme pada Mahasiswa Penyintas Covid-19 di Purwokerto.