

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN
SUBJEKTIF PADA PASIEN ASMA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi



Oleh:

DAYU ARYA PAMBUDIARTI

13320150

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2017

HALAMAN PERSEMBAHAN



Syukur Alhamdulillah atas kehadiran Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga karya sederhana ini dapat diselesaikan. Terima kasih untuk segala cinta, perhatian, doa dan dukungan dari orang-orang terdekat di hati.

Karya ini dipersembahkan kepada:

Bapak Sandi M.Pd. dan Ibu Dayaningsih S.AB.

Atas segala cinta, kasih sayang, perhatian, doa, dukungan dan bantuan yang Bapak dan Ibu berikan selama ini. Terimakasih atas segala perjuangan Bapak dan Ibu yang telah menginspirasi agar tetap terus berjuang dan berusaha.

Rio Arif Tama A.Md.

Terimakasih atas segala doa, dukungan, motivasi, bantuan dan kasih sayang yang telah diberikan selama ini.

HALAMAN MOTTO



فَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَىٰ

Artinya: “Maka sabarlah kamu atas apa yang mereka katakan, dan bertasbihlah dengan memuji Tuhanmu, sebelum terbit matahari dan sebelum terbenamnya dan bertasbih pulalah pada waktu-waktu di malam hari dan pada waktu-waktu di siang hari, supaya kamu merasa senang.” (Q.S Thaha: 130)

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦)

Artinya: “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.” (Q.S Al-Insyiraah: 5-6)

If the whole world was blind, how many people would you impress?

(Boonaa Mohammed)

*Berhati-hatilah dengan pikiranmu karena itu akan menjadi ucapanmu
Berhati-hatilah dengan ucapanmu karena itu akan menjadi tindakanmu
Berhati-hatilah dengan tindakanmu karena itu akan menjadi kebiasaanmu
Berhati-hatilah dengan kebiasaanmu karena itu akan menjadi karaktermu
Berhati-hatilah dengan karaktermu karena itu akan menjadi tujuan hidupmu
Apa yang kita pikirkan itulah apa jadinya kita*

(Margaret Roberts, The Iron Lady)

PRAKATA



Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillah rabbi'l'alamin. Puji syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada kita semua. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi besar Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan pengikut Beliau hingga akhir zaman. Terima kasih atas semua yang telah Allah berikan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Penulis bukanlah apa-apa tanpa adanya bantuan dari semua pihak. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr.rer.nat Arief Fahmie, MA., HRM., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Dr. Hepi Wahyuningsih, S.Psi., M.Si, selaku Wakil Dekan Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
4. Bapak Ahmad Rusdi, Dr., S.Psi., S.Sos., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendampingi dan memberikan bimbingan serta nasihat-nasihat selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
5. Ibu Rr. Indahria Sulistyarini, S.Psi., MA., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, memberikan perhatian, bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh dosen-dosen pengajar di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat.

7. Seluruh karyawan beserta staf Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah membantu kelancaran dalam mengurus administrasi selama masa kuliah maupun dalam proses penyelesaian skripsi.
8. Seluruh subjek penelitian yaitu pasien-pasien yang menderita asma, terima kasih telah bersedia membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.
9. Bapakku tercinta Bapak Sandi, terima kasih untuk doa, nasihat, saran, dukungan, bantuan dan kasih sayang Bapak, karena Bapak penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Terima kasih sudah menjadi Bapak yang hebat bagi penulis, selalu menginspirasi penulis dengan sikap-sikap dan pelajaran-pelajaran yang Bapak berikan.
10. Ibuku tercinta Ibu Dayaningsih, terima kasih untuk doa, kesabaran, perhatian, pengertian, dukungan, motivasi, bantuan dan kasih sayang yang selalu diberikan. Tanpa Ibu, penulis belum tentu mampu menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih sudah menjadi Ibu yang kuat dan sabar.
11. Kakakku tercinta Rio Arif Tama, terima kasih atas doa, dukungan, motivasi dan kasih sayang yang diberikan selama penulis menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi orang yang selalu mengulurkan tangan untuk membantu penulis setiap saat dan tiada hentinya memberikan semangat.
12. Keluarga besarku, terima kasih atas semua doa, dukungan, motivasi yang diberikan kepada penulis.
13. Teman bimbingan seperjuangan yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas segala dukungannya dan saling memotivasi satu sama lain. Semoga kita bisa sukses dengan jalannya masing-masing aamin.
14. SWB (*Subjective Well Being*) squad, Eka Ayu Pratiwi, Diah Anggun Kesumawardhani, dan Desy Anjani. Terima kasih atas segala dukungan, semangat, dan perhatian yang diberikan selama penulis menyelesaikan skripsi. Terima kasih telah bersedia membantu penulis dengan sabar dan menjadi “kakak” bagi penulis.

15. Teman-teman yang telah mengisi hidup penulis yang tidak bisa disebutkan satu-satu. Terima kasih atas semua pelajaran berharga, pengalaman dan kenangan yang kalian berikan. Semoga kita selalu dilindungi Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dan bisa sukses menjadi orang yang berguna bagi orang lain.
16. Sahabat LDR-ku, Ega Siwi Ditya dan Ni Putu Striratna Devi Wedayanti yang selalu ada di saat penulis sedang sedih dan bahagia. Terima kasih atas segala canda tawa, semangat, dukungan, motivasi yang telah kalian berikan. Semoga persahabatan kita selalu langgeng dan cita-cita kita bisa tercapai semuanya.
17. Teman-teman KKN UII Unit Angkatan 53 Unit 404: Hidayatul Fitri, Wardhatunnisa Saputri Megananda, Rifqi Prasetya Yuniawan, Yazid Luthfil Khaliq, Satya Mernugraha Loka, Dian Indriyani, dan Putry Bayu Rini. Terima kasih atas kebersamaan dan pengalaman hidup yang kalian berikan. Terima kasih atas dukungan kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini.
18. Puskesmas Sungai Jingah dan Puskesmas Cempaka di Banjarmasin yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
19. Rumah Sakit Khusus Paru “Respira” yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
20. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala bantuan yang diberikan kepada penulis.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak dan semoga Allah *Subhanahu wa Ta'ala* melimpahkan rahmatNya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, Mei 2017

Dayu Arya Pambudiarti