

ABSTRAK

GAMBARAN OPTIMISME PADA PEREMPUAN PENDAKI GUNUNG DI KOMUNITAS *BACKPACKER* JAKARTA

Dinda Aprilia
Program Studi Psikologi

Mendaki Gunung adalah kombinasi olahraga dan kegiatan rekreasi yang dilakukan di alam terbuka dengan berbagai tantangan dan kesulitan. Olahraga mendaki gunung identik dengan olahraga untuk kaum laki-laki karena laki-laki dianggap fisiknya lebih kuat, lebih berotot, dan lebih tangguh. Sedangkan perempuan cenderung lebih sedikit yang tertarik serta ikut berpartisipasi dalam olahraga mendaki gunung karena “medan” yang dihadapi tidak mudah dan sering membuatnya kurang optimis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran optimisme pada perempuan pendaki gunung di komunitas BPJ. Penelitian ini bersifat kuantitatif deskriptif non eksperimental dengan jumlah sample 100 subjek, menggunakan *teknik non-probability sampling*. Alat ukur optimisme menggunakan teori Seligman (2008) dengan 26 aitem valid dan reliabilitas (α) = 0,918. Hasil penelitian menunjukkan lebih banyak perempuan pendaki gunung di komunitas BPJ yang memiliki tingkat optimisme tinggi (57%). Pendaki gunung Perempuan di komunitas BPJ dengan optimisme tinggi dominan pada *pervasiveness*. Sedangkan pendaki gunung perempuan di komunitas BPJ dengan optimisme rendah dominan pada *personalization*. Tidak ada hubungan antara optimisme dengan usia, pendidikan, profesi/pekerjaan, lama bergabung, frekuensi mendaki.

Kata kunci: Optimisme, Perempuan Pendaki Gunung, Komunitas

ABSTRACT

DESCRIPTION OF OPTIMISM IN FEMALE MOUNTAIN CLIMBERS IN THE BACKPACKER JAKARTA COMMUNITY

Dinda Aprilia
Psychology Study Program

Mountain climbing is a combination of sports and recreational activities carried out in the open with various challenges and difficulties. Mountain climbing is synonymous with sports for male because male are considered physically stronger, more muscular, and tougher. Meanwhile, female tend to be less interested and participate in mountain climbing because the "terrain" they face is not easy and often makes them less optimistic. The purpose of this study was to determine the picture of optimism in female mountain climbers in the BPJ community. This research is a non-experimental descriptive quantitative with a sample of 100 subjects, using a non-probability sampling technique. The measuring instrument for optimism uses the theory of Seligman (2008) with 26 valid items and reliability (α) = 0.918. The results showed that more female mountain climbers in the BPJ community had a high level of optimism (57%). Female mountain climbers in the BPJ community with high optimism are dominant in Pervasiveness, while female mountain climbers in the BPJ community with low optimism are dominant in personalization. There is no relationship between optimism with age, education, profession/occupation, length of time joining, the frequency of climbing.

Keywords: Optimism, Mountain Climbers, Community

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	I
Halaman Pernyataan Keaslian.....	II
Halaman Pengesahan	III
Ucapan Terimakasih.....	IV - V
Halaman Persetujuan Publikasi Ilmiah	VI
Abstrak	VII - VIII
Daftar Isi.....	IX - X
Daftar Tabel	XI
Daftar Gambar.....	XII
Daftar Lampiran.....	XIII
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1 - 6
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Penelitian	6
1.3.2 Manfaat Penelitian	7
1.4 Kerangka Berfikir.....	7 - 8
BAB II. LANDASAN TEORI	9
2.1 Optimisme	9
2.1.1 Definisi Optimisme	9
2.1.2 Aspek Optimisme.....	9 - 10
2.1.3 Faktor Optimisme	10
2.1.4 Dampak Optimisme	11
2.2 Pendaki Gunung	11
2.2.1 Definisi Pendaki Gunung (Mountain Climbers)	11
2.2.2 Komunitas Backpacker Jakarta	11
2.2.3 Kelebihan dan kekurangan BPJ	11
2.3 Dewasa Awal	11
2.4 Definisi Perkembangan Kognitif.....	12
2.4.1 Tahapan Perkembangan Kognitif.....	12 - 13
BAB III. METODE PENELITIAN	14
3.1 Rancangan Penelitian	14
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	14
3.2.1. Populasi Penelitian	14
3.2.2 Sampel Penelitian.....	14
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	15
3.3 Definisi Variabel	15
3.3.1 Definisi Konseptual.....	15
3.3.2 Definisi Operasional.....	15