

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN DUKUNGAN  
SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA  
POLISI LALU LINTAS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**SALSABILA BALOIS PRAWINDA**  
**NBI: 1512100306**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2024**

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN DUKUNGAN  
SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA  
POLISI LALU LINTAS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**SALSABILA BALQIS PRAWINDA**

**NBI: 1512100306**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN DUKUNGAN  
SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA  
*POLISI LALU LINTAS***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**SALSABILA BALQIS PRAWINDA**

**NBI: 1512100306**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 17 Desember 2024

  
METERAI  
TEMPEL  
0311CAMX205451070  
Salsabila Balqis Prawinda  
NBI: 1512100306



**UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA**

**BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)**

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,  
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salsabila Balqis Prawinda

NBI/ NPM : 1512100306

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**Hubungan Antara Optimisme dan Dukungan Sosial dengan  
Subjective Well-Being pada Polisi Lalu Lintas**

Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Nonexclusive Royalty - Free Right*), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya  
Pada tanggal : 17 Desember 2024

Yang Menyatakan  
  
METERAI  
TEMPEL  
BF 8AAMX205451005  
(Salsabila Balqis Prawinda)

## HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

**NAMA** : Salsabila Balqis Prawinda

**NBI** : 1512100306

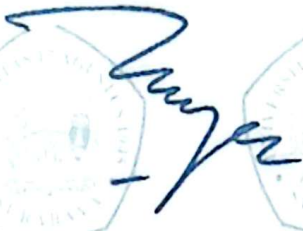
**JUDUL** : Hubungan Antara Optimisme dan Dukungan Sosial dengan  
*Subjective Well-Being* pada Polisi Lalu Lintas

Surabaya, 17 Desember 2024

Disetujui oleh:

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**



(Dr. IGAA Noviekayati, MSi., Psikolog)



(Antherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog)

**HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 3 Januari 2024**

**Dewan Penguji :**

**1. Dr. Mamang Efendy, S.Pd.,M.Psi**



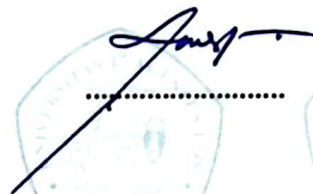
.....

**2. Dr. IGAA Noviekayati, MSi., Psikolog**



.....

**3. Amherstia Pasca Rina S.Psi., M.Psi., Psikolog**



.....

**Mengesahkan**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**Dekan,**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**

**NPP. 20510020552**

## **HALAMAN MOTTO**

Kekuatan kita terletak pada hubungan kita dengan orang lain  
Maka dari itu wajib menerapkan 3 SM:  
“Saling Menghargai, Saling Memahami dan Saling Membantu”

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, saya memanjatkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya yang telah mengiringi setiap langkah saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa, saya mendedikasikan rasa terima kasih yang mendalam kepada Almarhum Papa, yang selalu menginginkan saya melanjutkan pendidikan tinggi dan meraih kesuksesan. Meski beliau tidak lagi hadir secara fisik, semangat, doa, dan harapannya senantiasa menjadi pendorong dan motivasi terbesar dalam perjalanan saya.

Terima kasih yang tak terhingga juga saya sampaikan kepada Mama tercinta, yang dengan penuh kasih sayang selalu memberikan kekuatan, motivasi, serta doa yang tiada henti agar saya mampu menyelesaikan perjalanan ini. Kakak dan adik saya, yang tidak hanya menjadi teman berbagi dalam suka maupun duka tetapi juga memberikan dukungan moral dan semangat tanpa henti, telah menjadi bagian penting dalam setiap langkah saya. Sahabat-sahabat dan pasangan hidup saya pun tak luput dari rasa syukur ini, karena mereka tak pernah membiarkan saya merasa kesusahan, selalu ada di saat-saat sulit, dan menjadi sumber semangat yang luar biasa. Ucapan terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada dosen pembimbing serta para asisten yang dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, dan ilmu hingga akhirnya saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semua ini tidak akan tercapai tanpa dukungan, doa, dan kontribusi dari orang-orang baik yang ada di sekitar saya.

## CURRICULUM VITAE

### 1. Identitas Diri

Nama : Salsabila Balqis Prawinda  
Tempat/Tgl Lahir : Surabaya, 14 Mei 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jl. Sukolilo Sejahtera I No.16  
Keputih, Kec. Sukolilo,  
Surabaya, Jawa Timur 60111  
Kewarganegaraan : Warga Negara Indonesia (WNI)  
No. Telp : 082110948183  
Email : [salsa.prawinda@gmail.com](mailto:salsa.prawinda@gmail.com)



### 2. Riwayat Pendidikan

- SDN 13 Pagi Bintaro
- SMP 161 Jakarta & SMPN 3 Sidoarjo
- SMK PGRI 2 Sidoarjo (2016 – 2018)
- Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (2021-2025)

### 3. Riwayat Pekerjaan

- UI & UX Designer Intern at OY! INDONESIA (Sep 2018 – Des 2018)
- UI & UX Designer & Customer Service at PCI Digital (Feb 2019 – Nov 2019)
- Social Media Manager at TOKOBOX (Nov 2019 – Mar 2020)

### 4. Riwayat Organisasi

- 2021-2023 UKM Esport (Ketua Divisi talent & Brand Ambassador)
- 2024 BEM Fakultas Psikologi (Ketua Departemen Pengembangan Prestasi)
- 2024 BKK-UKM (Ketua Divisi Olahraga)

### 5. Kemampuan

- Kemampuan Komunikasi
- Kerja Tim
- Manajemen Waktu
- Design Interface
- Adaptasi dan Fleksibilitas

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas Rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Optimisme dan Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Polisi Lalu Lintas” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk menyelesaikan studi.
3. Dr. Mamang Efendy, S.Pd.,M.Psi selaku Kaprodi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan fasilitas dan dukungan selama masa perkuliahan dan penulisan skripsi ini.
4. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan studi sampai dengan skripsi ini.
5. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini.
6. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini.
7. Orang tua dan keluarga tercinta atas doa, dukungan moral dan material yang senantiasa menguatkan penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
8. Staff TU Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu dalam mengurus segala administrasi.
9. Pak Dita Rifqi selaku Polisi Lalu Lintas yang telah membantu dan mendampingi selama melakukan penelitian.
10. Kak Rizal selaku Asisten Dosen Pembimbing yang telah membantu dan menuntun dalam proses pengerjaan penelitian ini.

11. Tirta Dwi Anggara selaku Teman Hidup yang selalu menemani dan membantu serta memberikan dukungan selama mengerjakan skripsi ini.
12. Teman-teman, Dyah Asih Wulandari, Dieva Putri Sefira, Meicha Lady Rosstiana, Devinta Ratna, Mauris Firdaus, Bagus Wahyu, Bomantara Haryono yang telah menemani dan memberikan dukungan dari perjalanan kuliah dari semester I sampai sekarang.
13. Sabila Bening selaku Teman Dekat yang telah membantu dan memberikan motivasi selama mengerjakan skripsi.
14. Keluarga BEM Fakultas Psikologi Kabinet Perubahan 2024 yang telah memberikan motivasi serta dukungan selama proses mengerjakan skripsi ini.
15. Anak-anak Depratemen Pengembangan Prestasi BEM Fakultas Psikologi yang telah memberikan dukungan, kepercayaan dan motivasi saat mengerjakan skripsi ini.
16. Rekan-rekan peneliti yang telah membantu dalam menyebarkan skala penelitian.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat disebut satu persatu

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun bagi pembaca yang membutuhkannya.

Surabaya, 17 Desember 2024

Penulis



Salsabila Balqis Prawinda

## Hubungan Antara Optimisme dan Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Polisi Lalu Lintas

Salsabila Balqis Prawinda  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
[salsa.prawinda@gmail.com](mailto:salsa.prawinda@gmail.com)

### Abstrak

Kesejahteraan subjektif merupakan indikator yang mencakup kepuasan hidup dan pengalaman emosi positif serta rendahnya emosi negatif. Polisi lalu lintas menghadapi tuntutan pekerjaan yang tinggi, seperti paparan stres, risiko kecelakaan, dan interaksi yang menantang dengan masyarakat. Faktor psikologis seperti optimisme dan dukungan sosial diduga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif pada profesi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif *being* pada polisi lalu lintas. Subjek penelitian adalah 111 polisi lalu lintas di Jawa Timur yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data diperoleh melalui skala optimisme, skala dukungan sosial, dan skala kesejahteraan subjektif, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi rank spearman untuk menguji hubungan antara variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme dan dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *subjective well-being* pada polisi lalu lintas. Hubungan yang signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$ , yang berarti optimisme berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dengan nilai signifikansi  $0.011 < 0.05$ , namun berkorelasi negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kesejahteraan subjektif individu.

Kata Kunci: kesejahteraan subjektif, optimism, dukungan sosial, polisi lalu lintas

***The Relationship Between Optimism and Social Support with Subjective Well-Being Among Traffic Police Officers***

Salsabila Balqis Prawinda  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
[salsa.prawinda@gmail.com](mailto:salsa.prawinda@gmail.com)

***Abstract***

*Subjective well-being is an indicator that includes life satisfaction, the experience of positive emotions, and low levels of negative emotions. Traffic police face high job demands, such as exposure to stress, the risk of accidents, and challenging interactions with the public. Psychological factors like optimism and social support are believed to play an important role in enhancing subjective well-being in this profession. This study aims to examine the relationship between optimism and social support with subjective well-being among traffic police. The subjects of the study were 111 traffic police officers in East Java, selected using accidental sampling techniques. Data were collected using an optimism scale, a social support scale, and a subjective well-being scale, all of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using Spearman's rank correlation to test the relationships between the variables. The results showed that optimism and social support have a significant positive relationship with subjective well-being among traffic police. The significant relationship between optimism and subjective well-being, with a significance value of  $0.000 < 0.05$ , indicates that optimism plays an important role in enhancing subjective well-being. There is a significant relationship between social support and subjective well-being, with a significance value of  $0.011 < 0.05$ , but it is negatively correlated, meaning that the higher the social support, the lower the individual's subjective well-being.*

*Keywords: subjective well-being, optimism, social support, traffic police*

## DAFTAR ISI

|   |           |
|---|-----------|
| HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN  | ii        |
| LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ..... | iii       |
| HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI .....  | iv        |
| HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....   | v         |
| HALAMAN MOTTO.....  | vi        |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....   | vii       |
| CURRICULUM VITAE .....  | viii      |
| KATA PENGANTAR .....  | ix        |
| Abstrak .....   | xi        |
| DAFTAR ISI .....  | xiii      |
| DAFTAR TABEL .....  | xv        |
| DAFTAR GAMBAR .....   | xvi       |
| DAFTAR LAMPIRAN.....  | xvii      |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>  | <b>1</b>  |
| A. Permasalahan.....  | 1         |
| 1. Latar Belakang Masalah.....  | 1         |
| 2. Rumusan Masalah Penelitian.....  | 6         |
| B. Tujuan dan Manfaat.....  | 7         |
| 1. Tujuan Penelitian.....   | 7         |
| 2. Manfaat Penelitian.....  | 7         |
| C. Keaslian Penelitian .....  | 8         |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>  | <b>11</b> |
| A. Subjective Well-Being .....  | 11        |
| 1. Definisi Subjective Well-Being.....  | 11        |
| 2. Aspek Subjective Well-Being.....   | 12        |
| 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i> .....                 | 13        |
| B. Optimisme .....  | 16        |
| 1. Definisi Optimisme.....  | 16        |
| 2. Aspek Optimisme .....  | 16        |
| 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme.....                                     | 18        |
| C. Dukungan Sosial.....   | 21        |
| 1. Definisi Dukungan Sosial.....  | 21        |

|   |           |
|---|-----------|
| 2. Aspek Dukungan Sosial .....                      | 21        |
| 3. Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial .....   | 23        |
| D. Kerangka Berpikir .....                          | 25        |
| E. Hipotesis Penelitian .....                       | 28        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>               | <b>29</b> |
| A. Populasi dan Partisipan .....                    | 29        |
| 1. Populasi.....                                    | 29        |
| 2. Sampel.....                                      | 29        |
| B. Desain Penelitian.....                           | 29        |
| 1. Jenis penelitian .....                           | 29        |
| 2. Variabel penelitian .....                        | 29        |
| C. Instrumen Pengumpul Data .....                   | 30        |
| 1. Skala Subjective Well-Being .....                | 31        |
| 2. Skala Optimisme.....                             | 36        |
| 3. Skala Dukungan Sosial.....                       | 41        |
| D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....             | 46        |
| 1. Uji Prasyarat .....                              | 46        |
| 2. Analisis Data.....                               | 48        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>49</b> |
| A. Hasil Penelitian.....                            | 49        |
| 1. Pelaksanaan Penelitian .....                     | 49        |
| 2. Gambaran Subjek .....                            | 49        |
| 3. Hasil Analisis Data Deskriptif.....              | 52        |
| 4. Hasil Uji Hipotesis .....                        | 53        |
| B. Pembahasan.....                                  | 54        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>              | <b>63</b> |
| A. Kesimpulan.....                                  | 63        |
| B. Saran.....                                       | 63        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                         | <b>65</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                               | <b>69</b> |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 1 Skor Penilaian Skala.....                                  | 31 |
| Tabel 2 Blue Print Sebaran Aitem Skala Subjective Well-Being ..... | 33 |
| Tabel 3 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Subjective Well-Being..... | 35 |
| Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Subjective Well-Being.....    | 36 |
| Tabel 5 Blue Print Sebaran Aitem Skala Optimisme .....             | 38 |
| Tabel 6 Hasil uji validitas Skala Optimisme .....                  | 40 |
| Tabel 7 Hasil uji reliabilitas Skala Optimisme.....                | 41 |
| Tabel 8 Blue Print Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial.....        | 43 |
| Tabel 9 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial.....       | 45 |
| Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala Dukungan Sosial .....  | 46 |
| Tabel 11 Hasil Uji Normalitas.....                                 | 47 |
| Tabel 12 Hasil Uji Linearitas.....                                 | 47 |
| Tabel 13 Hasil Uji Multikolonieritas.....                          | 48 |
| Tabel 14 Rentang Umur Subjek .....                                 | 50 |
| Tabel 15 Rata-rata Masa Kerja Subjek.....                          | 51 |
| Tabel 16 Hasil Analisis Deskriptif .....                           | 52 |
| Tabel 17 Jumlah Pada Masing-masing Katgeori.....                   | 52 |
| Tabel 18 Hasil Uji Korelasi Optimisme dengan SWB.....              | 53 |
| Tabel 19 Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan SWB .....       | 53 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir ..... | 27 |
| Gambar 2. Bagan Kerangka Variabel.....  | 30 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   |    |
|---|----|
| Lampiran I Skala pengukuran optimisme, dukungan sosial, dan subjective well-being ..... | 69 |
| Lampiran II Uji Validitas & Uji Reliabilitas.....                                       | 76 |
| Lampiran III Uji prasyarat.....   | 81 |
| Lampiran IV Hasil analisis regresi linear berganda (SPSS).....                          | 82 |
| Lampiran V Surat Pengantar .....  | 84 |
| Lampiran VI Hasil Turnitin.....   | 85 |