HIV/AIDS secara nasional di Indonesia agar tidak ada generasi muda produktif yang harus musnah karena wabah ini.

Dari uraian diatas permasalahan yang akan diteliti adalah nampaknya ada keterkaitan antara kepercayaan diri dengan sikap optimisme dalam memandang hidup pada penderita HIV/AIDS yang akan dibuktikan secara empiris melalui penelitian ini.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kepercayaan diri dan sikap optimisme dalam memandang hidup pada orang yang terinfeksi HIV/AIDS.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian ini adalah:

a. Manfaat teoritis:

Hasil penelitian ini secara teoritis dapat menambah referensi karya ilmiah untuk bidang psikologi kesehatan maupun psikologi sosial.

b. Manfaat praktis:

1. Menjadi masukan bagi orang yang sudah terinfeksi HIV agar lebih mengerti aspek aspek yang dapat membimbing ke arah yang lebih optimis dalam memandang hidup.
2. Menjadi masukan bagi organisasi organisasi yang bergerak dalam bidang dukungan terhadap orang-orang yang telah terinfeksi HIV/AIDS agar dapat

j. Optimis membina banyak cinta dalam kehidupan mereka

Orang optimis mempunyai kemampuan untuk mengagumi dan menikmati banyak hal pada diri orang lain. Mereka menyentuh banyak hal dan membuat cinta mengandung banyak arti.

k. Optimis suka bertukar berita baik

Orang optimis selalu bangkit semangatnya untuk melakukan sesuatu hal yang positif ketika mendengar berita baik.

l. Optimis menerima apa yang tidak bisa diubah

Orang optimis tidak selalu merasa bahwa mereka pasti selalu berhasil dalam segala hal. Mereka bisa mengukur kemampuan mereka sehingga cukup realistis untuk melihat hal mana yang bisa diubah dan menerima hal-hal yang memang tidak bisa diubah.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang optimis adalah orang yang mampu mengatur hidup mereka, mengelola masalah yang muncul, dan pantang menyerah dalam menjalani hidup. Kedua belas ciri orang optimis menurut Ginnis (1995) ini juga yang akan dipakai oleh peneliti sebagai dasar pembuatan angket optimisme yang akan digunakan dalam penelitian ini.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Menurut Seligman (1991) ada beberapa faktor yang mempengaruhi Optimisme yaitu:

a. Lingkungan

Kritik pesimis yang diberikan oleh orang-orang yang dihormati akan membuat seseorang mulai melakukan kritik terhadap dirinya dengan gaya penjelasan yang pesimis pula. Pengalaman interaksi antara orang tua dan anak akan mempengarushi pembentukan gaya penjelasan anak ketika besar nanti. Gaya penjelasan yang dipakai orang tua akan cenderung ditiru oleh anak.

b. Konsep Diri

Pengalaman-pengalaman individu pada masa kanak-kanak akan membentuk kepribadiannya ketika dewasa. Kegagalan dan ketidakberdayaan yang melebihi batas kemampuan penerimaan anak-anak akan terbawa sampai besar, misalnya kematian ibu, penganiayaan fisik atau pertengkarang orang tua yang kerap disaksikan oleh anak, dapat merusak konsep diri seseorang dan membuatnya sulit untuk memiliki pandangan yang optimis. Namun sebaliknya, tantangan tidak terduga dapat menjadi titik awal perubahan ke dalam pola pikir optimisme yang bisa terjadi sepanjang waktu.

d. Pekerjaan

Orang yang optimis cenderung lebih giat dalam berusaha dan menghadapi tantangan dalam menyelesaikan masalah. Hal ini membuat orang optimis biasanya lebih sukses dalam bidangnya diabndingkan dengan orang pesimis. Orang optimis biasanya dapat mengerjakan pekerjaannya dengan lebih baik baik dalam sekolah maupun pekerjaan.

Skala Optimisme ini disusun dalam bentuk skala empat tingkat yang terdiri dari: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini dibuat bervariasi antara pernyataan memihak/*favourable* dan pernyataan tidak memihak *unfavourable*. Aitem *favourable* berjumlah 33 dan *unfavourable* berjumlah 27 aitem.

Tabel 5
Blue Print Skala Optimisme Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favourable	*Unfavourable*	
1.	Jarang merasa terkejut oleh kesulitan	1,25,49	13,37	5
2.	Mencari pemecahan sebagian	2,26,50	14,38	5
3.	Merasa yakin bahwa mereka mempunyai pengendalian atas masa depan	3,27,52	15,39	5
4.	Memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur	4,28,52	16,40	5
5.	Menghentikan alur pemikiran mereka yang negatif	5,29	17,41,58	5
6.	Meningkatkan kekuatan apresiasi mereka	6,30	18,42,59	5
7.	Menggunakan imajinasi mereka untuk melatih sukses	7,31	19,43,60	5
8.	Selalu gembira bahkan ketika mereka tidak bisa merasa bahagia	8,32,53	20,44	5
9.	Merasa yakin bahwa mereka memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk diulur	9,33,54	21,45	5
10.	Membina banyak cinta dalam kehidupan mereka	10,34,55	22,46	5
11.	Suka bertukar berita baik	11,35,56	23,47	5
12.	Menerima apa yang tidak bisa diubah	12,36,57	24,48	5
	Jumlah	33	27	60

Skoring diberikan pada tingkat 1-4, untuk pernyataan yang *favourable* STS mendapat nilai 1, TS mendapat nilai 2, S mendapat nilai 3, SS mendapat nilai 4.

e. Pendidikan

Dalam sebuah bidang dimana orang pesimis dan orang optimis memiliki kemampuan yang sebanding, biasanya orang optimis akan lebih berprestasi dibanding dengan orang yang pesimis. Hal ini dikarenakan orang pesimis selalu berada dibawah potensi yang sebenarnya mereka miliki, sedangkan orang optimis biasanya melebihi potensi yang mereka miliki.

Senada dengan Seligman, Solso (Kurniawati, 2000) juga berpendapat bahwa lingkungan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang, interaksi sehari-hari antara orang tua dengan anak akan mempengaruhi anak dalam membentuk gaya penjelasannya, orang tua dapat berperan sebagai model dalam pembentukan kognitif anak. Selain itu Solso juga menjelaskan bahwa terdapat faktor lain yang mempengaruhi optimisme seseorang, yaitu faktor personal.

Karakter psikologis individu yang termasuk dalam faktor personal ini adalah harga diri dan refleksi diri. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan selalu menjaga pandangannya tentang hidup agar tetap positif, sedangkan dalam refleksi diri, seseorang yang dianggap mampu melakukan refleksi diri apabila dia dapat mengambil pelajaran dari pengalaman-pengalaman yang dialaminya.

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi optimisme diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme adalah lingkungan