

Profil Kesejahteraan Psikologis
pada Mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta



2020

PROFIL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA ASRAMA ISLAM SULTHON AULIA JAKARTA

Indira Royana Zamzami

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil kesejahteraan psikologis mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia. Metode penelitian yang digunakan adalah survey dengan responden sebanyak 45 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan jenis *sampling* jenuh. Instrumen yang digunakan adalah *Scale of Psychological Well-Being* yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebesar 56% mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Kesejahteraan psikologis tinggi ditandai dengan kemampuan dalam penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, mandiri, mengalami pertumbuhan pribadi, memiliki tujuan dalam hidup, serta menguasai lingkungannya. Sebesar 44% mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Hal ini ditandai dengan kemampuan yang kurang dalam penerimaan diri, berhubungan dengan orang lain, tidak dapat mandiri, tidak mengalami pertumbuhan pribadi yang baik, serta tidak mampu menguasai lingkungannya. Dimensi tertinggi yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, dan tujuan dalam hidup. Dimensi terendah yaitu pertumbuhan pribadi dan penguasaan lingkungan.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Dewasa Awal, Mahasiswa, Asrama Islam.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PROFILE OF SULTHON AULIA ISLAMIC BOARDING SCHOOL STUDENTS IN JAKARTA

Indira Royana Zamzami

Abstract

This study aims to describe psychological well-being profile among Sulthon Aulia Islamic Boarding School students. The sampling technique used is nonprobability sampling with saturated technique sample. The research method used is surveyed on 45 students at Sulthon Aulia Islamic Boarding School. The instrument used is Scale of Psychological Well-Being which has adapted to Bahasa and has been analyzed using descriptive analysis. The result of this study shows that 56% of students at Sulthon Aulia Islamic Boarding School have high psychological well-being. Student who gets high psychological well-being is characterized by the ability to accept themselves as they are, to build a positive relationships toward others, to be independent, to experience personal growth, to have a purpose in life, and to have control in their environment. Another result shows that 44% of students have lower psychological well-being that characterized by a lack of ability in self-acceptance, relating to other people, not being able to be independent, not experiencing personal growth, and not being able to control the environment. The highest dimensions are self-acceptance, positive relationships, autonomy, and purpose in life. The lowest dimensions are personal growth and environmental mastery.

Keywords: Psychological Well-Being, Early Adulthood, College Student, Islamic Boarding School.

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
UJIAN / SIDANG SKRIPSI**

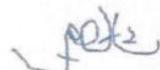
Judul Skripsi : Profil Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa
Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta
Nama Mahasiswa : Indira Royana Zamzami
No. Registrasi : 1715162200
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : 18 Agustus 2020

Dosen Pembimbing I



Dr. Aip Badrujaman, M.Pd.
NIP. 197911292008121002

Dosen Pembimbing II



Karsih, M.Pd.
NIP.197909052010122002

Panitia Ujian / Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sofia Hartati, M.Si (Penanggung jawab)*		28 - 08 - 20
Dr. Anan Sutisna, M.Pd (Wakil penanggung jawab)**		28 - 08 - 20
Dr. Happy Karlina Marjo,M.Pd., Kons (Ketua Pengujii)***		27 - 08 - 2020
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD (Anggota)****		24-08-2020
Dr. Herdi, M.Pd (Anggota)****		24 - 08 - 2020

Catatan :

* Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

** Pembantu Dekan I

*** Kepala Program Studi

**** Dosen penguji selain pembimbing dan Ketua Jurusan / Program Studi

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta :

Nama Mahasiswa : Indira Royana Zamzami

Nomor Registrasi : 1715162200

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul : **"Profil Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta"** adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian di Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta.
2. Bukan merupakan duplikat skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan tulisan orang lain dan bukan terjemahan karya tulisan orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 31 Juli 2020



SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Indira Royana Zamzami
NIM : 1715162200
Fakultas/Prodi : FIP/Bimbingan dan Konseling
Alamat email : indiraroyanazamzami.irz@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Profil Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara fulltext untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 04 September 2020

Penulis

(Indira Royana Zamzami)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

"Tidak ada daya dan tidak ada kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah yang Maha Tinggi lagi Maha Agung"

"It is during our darkest moments that we must focus to see the light."

-Aristotle

Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya, Syamsul Hilal dan Darwani Yuningsih, serta kepada kakak dan adik saya, Amira Hilda dan Ahmad Lintang.



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat nikmat dan hidayah-Nya, saya selaku peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Asrama Islam Sulthon Aulia Jakarta”. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari adanya dukungan yang diberikan kepada saya. Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada: Dr. Sofia Hartati, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan izin kepada saya dalam melakukan penelitian; Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mendapatkan ilmu melalui penelitian ini; Dr. Aip Badrujaman, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan dorongan kepada saya selama penyusunan penelitian; Mamah dan Papah yang selalu memberikan do'a dan dorongan baik berbentuk materil ataupun fisik kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini. Kepada kakak, adik, serta kakak ipar saya yang telah memberikan do'a dan semangatnya kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa juga saya ucapkan terima kasih kepada Danial yang telah hadir untuk menghibur tantenya ini. Tak lupa kepada sahabat-sahabat Gebe ku yaitu Rahma, Salsa, Maura, Maul, Nanda, Vieky dan Fidela yang selalu mengingatkan saya agar terus menyelesaikan penelitian ini dan memberikan saran serta bantuannya dikala saya kesulitan

dalam menyelesaikan sebuah persoalan dan semua orang yang turut membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN / SIDANG SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORITIK DAN KERANGKA BERPIKIR	12
A. Deskripsi Teoritik	12
1) Kesejahteraan Psikologis	12
2) Asrama Mahasiswa Islam Sulthon Aulia	28
B. Hasil Penelitian yang Relevan	31
C. Kerangka Berpikir	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35

A.	Tujuan Penelitian	35
B.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
1.	Tempat Penelitian.....	35
2.	Waktu Penelitian.....	35
C.	Metode Penelitian.....	35
D.	Populasi dan Sampel.....	36
1.	Populasi.....	36
2.	Sampel	37
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	37
1.	Definisi Konseptual	38
2.	Definisi Operasional	38
3.	Instrumen Penelitian.....	38
4.	Kisi-kisi Instrumen	46
5.	Tahapan Adaptasi Instrumen.....	47
F.	Teknis Analisis Data.....	55
1.	Analisis Deskriptif	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		58
A.	Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	58
1.	Deskripsi Data Responden	58
2.	Deskripsi Data Profil Kesejahteraan Psikologis Responden.....	59
3.	Deskripsi Data Berdasarkan Dimensi	61
4.	Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	75
B.	Pembahasan Hasil Penelitian	81
1.	Pembahasan Profil Kesejahteraan Psikologis Responden	81
2.	Pembahasan Dimensi Kesejahteraan Psikologis	89
3.	Pembahasan Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin	
	94	
C.	Keterbatasan Penelitian.....	96
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....		97

A.	Kesimpulan	97
B.	Implikasi.....	98
C.	Saran	100
	DAFTAR PUSTAKA.....	102
	LAMPIRAN	111
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	138



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Jumlah Responden Penelitian	62
Tabel 4. 2 Profil Kesejahteraan Psikologis Responden	64
Tabel 4. 3 Profil Dimensi Penerimaan Diri	66
Tabel 4. 4 Profil Dimensi Hubungan Positif.....	68
Tabel 4. 5 Profil Dimensi Penguasaan Lingkungan	70
Tabel 4. 6 Profil Dimensi Otonomi	72
Tabel 4. 7 Profil Dimensi Tujuan Hidup.....	74
Tabel 4. 8 Profil Dimensi Pertumbuhan Pribadi	76
Tabel 4. 9 Hasil Perbandingan Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	78
Tabel 4. 10 Profil Kesejahteraan Psikologis Laki-laki.....	80
Tabel 4. 11 Profil Kesejahteraan Psikologis Perempuan	82
Tabel 4. 12 Perbandingan Berdasarkan Jenis Kelamin	84

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Jumlah Responden Penelitian.....	63
Grafik 4. 2 Profil Kesejahteraan Psikologis Responden.....	65
Grafik 4. 3 Profil Dimensi Penerimaan Diri.....	67
Grafik 4. 4 Profil Dimensi Hubungan Positif	69
Grafik 4. 5 Profil Dimensi Penguasaan Lingkungan.....	71
Grafik 4. 6 Profil Dimensi Otonomi.....	73
Grafik 4. 7 Profil Dimensi Tujuan dalam Hidup	75
Grafik 4. 8 Profil Dimensi Pertumbuhan Pribadi.....	77
Grafik 4. 9 Hasil Perbandingan Dimensi Kesejahteraan Psikologis	79
Grafik 4. 10 Profil Kesejahteraan Psikologis Laki-laki	81
Grafik 4. 11 Profil Kesejahteraan Psikologis Perempuan.....	82
Grafik 4. 12 Perbandingan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Matriks Adaptasi Instrumen.....	111
Lampiran 2 : Instrumen Penelitian	116
Lampiran 3 : Hasil Uji Validitas Instrumen	123
Lampiran 4 : Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	124
Lampiran 5 : Data Hasil Penelitian.....	125
Lampiran 6 : Uji Validitas Konstruk oleh Ahli	128
Lampiran 7 : Surat Pengantar Penelitian	136
Lampiran 8 : Surat Balasan Penelitian	137

