

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *FRESH GRADUATE* DI INDONESIA**



Masya Lastzaina

No Reg. 1801622272

**SKRIPSI**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2026**

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *FRESH GRADUATE* DI INDONESIA**



Masya Lastzaina

No Reg. 1801622272

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana  
Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2026**

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

GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *FRESH GRADUATE* DI  
INDONESIA

Nama Mahasiswa : Masya Lastzaina  
NIM : 1801622272  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : Senin, 20 Juli 2026

**Pembimbing I**

Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc

**NIP: 199206162019032038**

**Pembimbing II**

Dewi Fransiska Simanjuntak, S.Psi.,  
M.Si

**NIP: 199101072024062001**

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

| Nama                                                               | Tanda Tangan | Tanggal  |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|----------|
| Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman,<br>M.Si. (Dekan/Penanggungjawab) |              | 7/8/2026 |
| Mira Ariyani, Ph.D<br>(Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)          |              | 7/8/2026 |
| Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd<br>(Ketua Sidang)                 |              | 7/8/2026 |
| Mira Ariyani, Ph.D (Dosen Penguji I)                               |              | 7/8/2026 |
| Fildzah Rudyah Putri, S.Psi., M.Si (Dosen<br>Penguji II)           |              | 7/8/2026 |

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Masya Lastzaina

NIM : 1801622272

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA FRESH GRADUATE DI INDONESIA*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 20 Juli 2026



Masya Lastzaina



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN  
Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Masya Lastzaina  
NIM : 1801622272  
Fakultas/Prodi : Psikologi  
Alamat email : masyalastzaina27@gmail.com

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

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

yang berjudul :

**GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *FRESH GRADUATE* DI  
INDONESIA**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 18 Agustus 2026



( Masya Lastzaina )

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

Keberhasilan bukanlah milik orang pintar, keberhasilan adalah milik mereka yang selalu berusaha

(BJ Habibie)

Orang pintarpun akan kalah dengan orang yang beruntung

### PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa cinta dan syukur, saya mempersembahkan karya ilmiah ini untuk (Alm) papa dan mama, sumber kekuatan saya untuk tetap bertahan dalam menghadapi tantangan hidup; untuk dosen pembimbing saya, mba Rara dan mba

Siska yang telah sabar membimbing saya selama pengerjaan skripsi; kepada sahabat-sahabat yang setia menguatkan hingga titik akhir perjuangan ini; untuk diri sendiri yang telah mampu menyelesaikan penelitian ini.

MASYA LASTZAINA

GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *FRESH GRADUATE* DI  
INDONESIA

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta,  
2026.

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada kelompok individu *fresh graduate* di Indonesia selama masa transisi dari dunia perkuliahan menuju dunia kerja. Pendekatan kuantitatif deskriptif digunakan dengan melibatkan 202 responden akhir yang memenuhi kriteria pengumpulan data secara daring yang tersebar di berbagai provinsi di Indonesia, dengan konsentrasi domisili terbanyak di DKI Jakarta dan Jawa Barat. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen *Ryff's Psychological Well-Being Short Scale* (18 item) yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa *fresh graduate* di Indonesia secara umum memiliki tingkat *psychological well-being* yang cenderung tinggi dengan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 51,98 pada rentang skor 18–72. Ditinjau dari analisis per dimensi, dimensi pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, kemandirian, dan hubungan positif dengan orang lain menunjukkan kecenderungan skor yang tinggi. Sementara itu, dimensi tujuan hidup dan penguasaan lingkungan berada pada kategori sedang. Tingginya tingkat kesejahteraan psikologis ini didukung oleh indikasi *unemployment normalization*, di mana mayoritas responden (78,7%) menganggap wajar apabila lulusan baru belum mendapatkan pekerjaan tetap serta memandang durasi masa tunggu 6 bulan hingga 1 tahun sebagai fase transisi kehidupan yang normal.

**Kata kunci:** *Psychological Well-Being*, *Fresh Graduate*, Transisi Kerja, *Unemployment Normalization*.

**MASYA LASTZAINA**

**A PROFILE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN INDONESIAN FRESH  
GRADUATE**

*Undergraduate's Thesis*

*Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Jakarta State  
University, 2026*

**ABSTRACT**

*This study aims to examine the profile of psychological well-being among fresh graduates in Indonesia during the transition period from university to the workforce. A descriptive quantitative approach was employed, involving 202 eligible respondents through online data collection across various provinces in Indonesia, with the majority residing in DKI Jakarta and West Java. Data were gathered using the adapted Indonesian version of Ryff's Psychological Well-Being Short Scale (18 items). Descriptive analysis revealed that Indonesian fresh graduates generally exhibit a high level of psychological well-being, indicated by a mean score of 51.98 within a potential score range of 18–72. Dimension-specific analysis showed that personal growth, self-acceptance, autonomy, and positive relations with others fall into the high category, whereas purpose in life and environmental mastery are categorized as moderate. This high level of psychological well-being is heavily supported by the phenomenon of unemployment normalization, as the majority of respondents (78.7%) view being unemployed post-graduation as a natural phase and consider a job-waiting period of 6 months to 1 year as an acceptable part of the transitional journey.*

**Keywords:** *Psychological Well-Being, Fresh Graduate, Career Transition, Unemployment Normalization.*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanahu wa ta'ala atas seluruh rahmat dan keruniannya sehingga penulis masih diberikan umur dan kesehatan untuk dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran *Psychological Well-Being* pada *Fresh Graduate* di Indonesia” sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan strata satu pada program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada beberapa pihak yang telah membantu seperti:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Koordinator Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A., selaku Dosen pembimbing akademik
7. Mba Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Pembimbing I yang kebersamaan penulis sejak awal skripsi ini dimulai. Penulis ingin mengucapkan terimakasih banyak atas segala bimbingan, arahan, ilmu, motivasi, kesabaran yang telah diberikan, serta waktu dan energi yang diluangkan untuk penulis dalam penyusunan karya ini.
8. Mba Dewi Fransiska Simanjuntak, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa mendukung dan membimbing penulis dengan sabar dari awal hingga akhir skripsi ini, serta memberikan masukan selama proses skripsi.
9. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen, Staff Tata Usaha serta Karyawan di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan memberi banyak bantuan kepada penulis selama masa perkuliahan.

10. Kepada kedua orang tua tercinta, papa (alm) yang insyaallah melihat dari atas, walaupun tidak kebersamai penulis dalam menyelesaikan penelitian ini namun penulis mengetahui bahwa alm akan sangat bangga jika berada disini. Terimakasih karena ketidak adanya kehadiranmu disini memberikan banyak sekali pelajaran hidup yang sangat sulit, namun tidak menjadi alasan bagi penulis untuk berhenti bermimpi dan terus berjuang untuk apa yang penulis inginkan. Untuk mama terimakasih banyak karena selalu mendukung, memotivasi, memberikan kepercayaan, kesabaran yang luas, kekuatan, pengorbanan yang tiada henti, dan selalu mendoakan dalam setiap langkah yang ingin penulis lakukan. Terimakasih karena telah menjadi alasan penulis untuk tetap kuat dan terus bertahan. Terimakasih telah menjadi ibu sekaligus ayah dalam satu jiwa. Terimakasih telah kebersamai penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga pencapaian ini dapat menjadi salah satu bentuk kebahagiaan dan kebanggaan bagi (alm) papa dan mama.
11. Kepada kakak-kakak tercinta, Diana Aprilia terimakasih karena telah mengajarkan penulis untuk selalu sabar dan menjadi contoh yang sangat baik bagi penulis. Huzaima Aulia terimakasih karena telah menjadi role model bagi penulis dan mengajarkan untuk selalu tetap kuat, tidak akan pernah kalah dengan keadaan, dan berdiri di kaki sendiri, meskipun kita bukan kaka beradik yang bisa berbicara dari hati ke hati, namun penulis mengetahui bahwa dibalik keheningan itu tersimpan kepedulian dan doa yang tak pernah putus untuk penulis.
12. Kepada sahabat-sahabat tercinta “Biji Ketumbar” (Revita, Ica, Zalva, Abel, Efrian, Alfian) yang senantiasa memberikan canda tawa dari kita di bangku SMK. Kalian bukan sekedar teman, melainkan keluarga yang tumbuh bersama dalam suka duka perjalanan hidup. Kehadiran kalian selalu menjadi tempat berbagi cerita, pendengar setia. Walaupun cara penyampaian kita tidak layak untuk di dengar dan di sampaikan, namun hanya kita yang mengerti, tetapi justru di sanalah letak hangatnya persahabatan kita.
13. Suci Amelia Putri, Putri Syahira, Syifa Fajriah yang telah menemani dan membantu banyak hal selama perjalanan penulis sejak awal menjadi mahasiswa baru hingga proses penyusunan skripsi ini selesai. Kehadiran kalian menjadi bagian yang sangat berarti dalam perjalanan akademik dan kehidupan penulis. Serta menjadi tempat aman bagi penulis untuk bercerita banyak hal.
14. Kepada Ardhito, Ardy yang telah banyak membantu selama proses penyusunan skripsi ini, serta kepada Zila, Freya Elleifine Lee, Asia dan

lainnya yang sudah memberikan kenangan indah selama masa perkuliahan.

15. Kepada Chelsea dan teman-teman “Gas Ngeng” yang telah memberikan warna baru dalam hidup penulis, pertemanan kita tidak berhenti di bimbel kepolisian namun berlanjut hingga sekarang. Terimakasih kepada Chelsea yang selalu siap untuk memberikan bahunya untuk penulis, menjadi tempat penulis berkeluh kesah, menjadi pendengar tanpa menghakimi, dan selalu menjadi garda terdepan untuk penulis. Penulis sangat bersyukur atas kehandirannya yang senantiasa membawa ketenangan, dukungan, dan semangat di setiap langkah perjalanan ini. Kehadirannya menjadi pengingat bahwa penulis tidak pernah benar-benar sendiri dalam menghadapi berbagai tantangan. Terima kasih telah menjadi sahabat yang tulus, selalu percaya pada kemampuan penulis, serta memberikan kekuatan di saat penulis merasa lelah dan hampir menyerah.
16. Kepada bimbel kepolisian Arya Pandawa, Kresna, Gema Wira Kastara. Terimakasih telah menjadi tempat penulis untuk belajar dan berkembang, dari awal penulis belum memulai perkuliahan hingga telah menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas bimbingan yang telah diberikan.
17. Teman-teman kelas F angkatan 2022 yang senantiasa menjadi tempat awal belajar penulis dan tempat berbagi cerita.
18. Kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi penulis.
19. Kepada seseorang yang belum bisa penulis tulis namanya dengan jelas disini, dibelahan manakah kehadiranmu? Entah kita pernah berpapasan atau bahkan belum pernah bertemu sekalipun. Jika Allah mengizinkan, kupersembahkan karya ini untuk berdampingan denganmu kelak. Tanpa rasa takut, apakah sudah ada seseorang di masa penantian ini yang sudah masuk kehatimu? Semoga itu hanya ujian. Seperti kata B.J. Habibie “Kalau memang dia di lahirkan untuk saya, mau kamu jungkir balikpun saya yang dapat” semoga setiap usaha dan doa ini menjadi bekal yang menyatukan kita diwaktu yang telah ditetapkan-nya dan semoga dita diberi kesempatan bertemu terlebih dahulu sebelum panggilannya datang.
20. *Last but not least*, terimakasih untuk Masya Lastzaina, diri penulis sendiri atas perjuangan yang sangat luar biasa yang mungkin tidak banyak terlihat oleh orang lain, atas mimpi tentang karir besar yang diam-diam kamu perjuangankan meskipun belum menjadi takdirmu untuk berjalan kearah sana. Namun kamu membuktikan bahwa kamu mampu mengimbangi segalanya dengan baik dan menyelesaikan perjalanan ini tepat waktu. Setiap lelah, air mata, dan setiap doa yang terucap dalam diam adalah bukti keteguhan hatimu. Kamu telah melakukan yang terbaik. Teruslah

melangkah dengan penuh keyakinan, dan jangan pernah meragukan kekuatan yang ada dalam dirimu. Kamu layak bangga, dan kamu layak bahagia. Dan izinkan penulis berkata: *I'm so proud of you*, Masya Lastzaina.



## DAFTAR ISI

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| DAFTAR ISI .....                                                  | i  |
| BAB I PENDAHULUAN .....                                           | 1  |
| 1.1 Latar Belakang .....                                          | 1  |
| 1.2. Identifikasi Masalah .....                                   | 5  |
| 1.3. Batasan Masalah .....                                        | 5  |
| 1.4. Rumusan Masalah .....                                        | 6  |
| 1.5. Tujuan Penelitian .....                                      | 6  |
| 1.6. Manfaat Penelitian .....                                     | 6  |
| 1.6.1. Manfaat Teoritis .....                                     | 6  |
| 1.6.2. Manfaat Praktis .....                                      | 6  |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....                                     | 7  |
| 2.1 <i>Psychological Well-Being</i> .....                         | 7  |
| 2.1.1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i> .....             | 7  |
| 2.1.2. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> .....              | 8  |
| 2.1.3. Faktor – Faktor <i>Psychological Well-Being</i> .....      | 10 |
| 2.1.4 Pengukuran <i>Psychological Well-Being</i> .....            | 12 |
| 2.2 <i>Fresh Graduate</i> .....                                   | 13 |
| 2.2.1. Definisi <i>Fresh Graduate</i> .....                       | 13 |
| 2.2.2. Karakteristik <i>Fresh Graduate</i> .....                  | 14 |
| 2.2.3. Masalah pada <i>Fresh Graduate</i> .....                   | 15 |
| 2.3 Kerangka Berpikir .....                                       | 17 |
| 2.4 Penelitian Relevan .....                                      | 18 |
| BAB III METODE PENELITIAN .....                                   | 21 |
| 3.1. Tipe Penelitian .....                                        | 21 |
| 3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....  | 21 |
| 3.2.1. Definisi Konseptual <i>Psychological Well-Being</i> .....  | 21 |
| 3.2.2. Definisi Operasional <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 21 |
| 3.3. Populasi dan Sampel .....                                    | 22 |
| 3.3.1. Populasi .....                                             | 22 |

|                                              |                                                                                                                |    |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.3.2.                                       | Sampel Penelitian.....                                                                                         | 22 |
| 3.3.3.                                       | Teknik <i>Sampling</i> .....                                                                                   | 22 |
| 3.4.                                         | Teknik Pengumpulan Data .....                                                                                  | 23 |
| 3.4.1.                                       | Teknik Pengambilan Data .....                                                                                  | 23 |
| 3.4.2.                                       | Instrument Penelitian .....                                                                                    | 23 |
| 3.4.2.1.                                     | Instrument Psychological Well-Being.....                                                                       | 23 |
| 3.4.2.1.1.                                   | Latar Belakang Instrument.....                                                                                 | 23 |
| 3.4.2.1.2.                                   | Kisi-kisi Instrument .....                                                                                     | 23 |
| 3.4.2.1.3.                                   | Proses Adopsi instrument.....                                                                                  | 24 |
| 3.5                                          | Analisis Data.....                                                                                             | 26 |
| 3.5.1.                                       | Analisis Deskriptif .....                                                                                      | 26 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... |                                                                                                                | 27 |
| 4.1                                          | Gambaran Partisipan Penelitian .....                                                                           | 27 |
| 4.1.1.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....                                                             | 27 |
| 4.1.2.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....                                                                       | 27 |
| 4.1.3.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Provinsi Domisili.....                                                          | 28 |
| 4.1.4.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Tahun Masuk Perkuliahan ....                                                    | 30 |
| 4.1.5.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Tahun Lulus Perkuliahan .....                                                   | 31 |
| 4.1.6.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Status Bekerja .....                                                            | 31 |
| 4.1.7                                        | Gambaran Responden Berdasarkan Status pekerjaan saat ini .....                                                 | 32 |
| 4.1.8.                                       | Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Perbulan.....                                                       | 33 |
| 4.1.9.                                       | Gambaran persepsi responden tentang kewajaran durasi waktu<br>menganggur pada <i>fresh graduate</i> .....      | 33 |
| 4.1.10.                                      | Gambaran pendapat responden terkait kewajaran <i>fresh graduate</i><br>belum mendapatkan pekerjaan tetap ..... | 34 |
| 4.2.                                         | Prosedur Penelitian .....                                                                                      | 35 |
| 4.2.1.                                       | Persiapan Penelitian .....                                                                                     | 35 |
| 4.2.2.                                       | Pelaksanaan Penelitian .....                                                                                   | 36 |
| 4.3.                                         | Hasil Analisis Deskriptif .....                                                                                | 36 |
| 4.3.1.                                       | Hasil Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i> .....                                                         | 36 |
| 4.3.2.                                       | Hasil Dimensi Penerimaan diri ( <i>Self Accptance</i> ).....                                                   | 38 |
| 4.3.3.                                       | Hasil Dimensi Hubungan Positif dengan Individu Lain (Positive<br>Relations wirh Other).....                    | 38 |

|                                             |                                                                            |    |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.3.4.                                      | Hasil Dimensi Kemandirian ( <i>Autonomy</i> ).....                         | 39 |
| 4.3.5.                                      | Hasil Dimensi Penguasaan Lingkungan ( <i>Environmental Mastery</i> )<br>40 |    |
| 4.3.6.                                      | Hasil Dimensi Tujuan Hidup ( <i>Purpose in Life</i> ) .....                | 40 |
| 4.3.7.                                      | Hasil Dimensi Pertumbuhan Pribadi ( <i>Personal Growth</i> ).....          | 41 |
| 4.4.                                        | Pembahasan.....                                                            | 41 |
| 4.5                                         | Keterbatasan Penelitian.....                                               | 45 |
| BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN ..... |                                                                            | 46 |
| 5.1.                                        | Kesimpulan .....                                                           | 46 |
| 5.2.                                        | Implikasi .....                                                            | 47 |
| 5.2.1.                                      | Implikasi Teoritis .....                                                   | 47 |
| 5.2.2.                                      | Implikasi Praktis .....                                                    | 47 |
| 5.3.                                        | Saran .....                                                                | 47 |
| 5.3.1.                                      | Bagi Fresh Graduate .....                                                  | 47 |
| 5.3.2.                                      | Bagi Peneliti.....                                                         | 48 |
| 5.3.3.                                      | Bagi Penelitian Selanjutnya .....                                          | 48 |



## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3. 1 Blueprint <i>Psychological Well-Being</i> .....                                                                 | 24 |
| Tabel 3. 2 Penilaian <i>Psychological Well-Being</i> .....                                                                 | 24 |
| Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                               | 27 |
| Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia .....                                                                       | 28 |
| Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Provinsi Domisili .....                                                          | 28 |
| Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Tahun Masuk Perkuliahan .....                                                    | 30 |
| Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Tahun Lulus Perkuliahan .....                                                    | 31 |
| Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Status Bekerja .....                                                             | 31 |
| Tabel 4. 7 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan saat ini .....                                                  | 32 |
| Tabel 4. 8 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Perbulan .....                                                       | 33 |
| Tabel 4. 9 Gambaran persepsi responden tentang kewajaran durasi waktu<br>menganggur pada <i>fresh graduate</i> .....       | 34 |
| Tabel 4. 10 Gambaran pendapat responden terkait kewajaran <i>fresh graduate</i> belum<br>mendapatkan pekerjaan tetap ..... | 34 |
| Tabel 4. 11 Hasil Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i> .....                                                         | 37 |
| Tabel 4. 12 Hasil Dimensi Penerimaan diri ( <i>Self Accptance</i> ) .....                                                  | 38 |
| Tabel 4. 13 Hasil Dimensi Hubungan Positif dengan Individu Lain ( <i>Positive<br/>Relations wirh Other</i> ).....          | 38 |
| Tabel 4. 14 Hasil Dimensi Kemandirian ( <i>Autonomy</i> ) .....                                                            | 39 |
| Tabel 4. 15 Hasil Dimensi Penguasaan Lingkungan ( <i>Environmental Mastery</i> ) ...                                       | 40 |
| Tabel 4. 16 Hasil Dimensi Tujuan Hidup ( <i>Purpose in Life</i> ) .....                                                    | 40 |
| Tabel 4. 17 Hasil Dimensi Pertumbuhan Pribadi ( <i>Personal Growth</i> ).....                                              | 41 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir..... | 17 |
|------------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Perizinan Adopsi Instrument .....   | 54 |
| Lampiran 2. <i>Expert Judgement</i> .....       | 54 |
| Lampiran 3. Instrument Penelitian.....          | 54 |
| Lampiran 4. Bukti Kuesioner Penelitian.....     | 57 |
| Lampiran 5. Gambaran Demografi Penelitian ..... | 57 |
| Lampiran 6. Gambaran Hasil Deskriptif.....      | 62 |
| Lampiran 7. Gambaran Hasil Perdimensi .....     | 63 |

