**Adaptasi Skala Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa**

**Dewang Sulistiana1, Aam Imaddudin2, Imey Meilani3**

1Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

| **Article Info** |  | **ABSTRACT** |
| --- | --- | --- |
| **Article history:**Received July 15th, 2021Revised July 25th, 2021Accepted August 15th, 2021 |  | This study aims to test the goodness of the Psychological Well-Being Scale Psychological Well-Being Scale adapted as a psychological measurement tool in college students. Research this research uses a mixed methodology method, namely combining qualitative and quantitative approaches. Qualitative and quantitative approaches. Qualitative methods are carried out when conducting the stages of translation and expert judgment. While the quantitative method was conducted during the data analysis process. The research was conducted in 5 universities in Tasikmalaya. Tasikmalaya by taking research subjects, namely students who were determined through Probability Sampling, namely with Simple Random Sampling technique. Sampling technique, the research instrument used is the Psychological Well-Being Scale. Psychological Wellbeing Scale the results showed empirically, that the Psychological Well-Being Scale is suitable for use as a psychological measurement tool for students in college students. |
| **Keyword:**Psychological Well-Being ScaleStudent |
| © 2023 The Authors. Published by Department of Guidance and Counseling. http://journal.redwhitepress.com/public/site/images/admin/ccbyncsa.pngThis is an open access article under the CC BY-NC-SA license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0 |
| **Corresponding Author:**Dewang Sulistiana, M.Pd, Universitas Muhammadiyah Tasikmalayadewangsulistiana@gmail.com |

**Introduction**

Mahasiswa merupakan individu yang mengalami transisi dari jenjang sekolah lanjutan tingkat atas (SLTA) baik dari sekolah menengah atas (SMA) ataupun sekolah menengah kejuruan (SMK). Menurut Hartaji (2012 : 5) menyatakan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang sedang menjalani proses belajar dan menimba ilmu pada jenjang perguruan tinggi. Menjadi mahasiswa adalah suatu kebanggaan tersendiri dan sekaligus menjadi tantangan karena akan mendapatkan tanggung jawab yang besar yakni diharapkan bisa lebih mandiri dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi.

Menimba ilmu di jenjang perguruan tinggi tidak mudah. Selama menjalani proses pembelajaran mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai permasalahan. Hal ini diungkapkan oleh Udhaya khumar & Illango (2018) yang mengatakan bahwa “masalah – masalah yang terjadi pada mahasiswa yaitu tekanan waktu, ketakutan akan kegagalan, perjuangan untuk membangun identitas, tekanan keunggulan akademik dan kompetensi yang kuat”. Adanya permasalahan yang dialami dapat menyebabkan kesulitan pada mahasiswa dalam mencapai potensi yang optimal.

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi yang dibutuhkan oleh mahasiswa agar dapat menghadapi permasalahan sehingga mampu mencapai keberhasilan. Turashvili & Japaridze (2012) bahwa ketika mahasiswa tidak bisa menghadapi permasalahan yang dialaminya maka akan berdampak pada kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis bukan hanya sekedar kebahagiaan atau terpenuhinya segala kebutuhan individu melainkan aktivitas jiwa yang selaras dengan kebajikan, dan diuraikan Aristoteles yaitu berjuang untuk mencapai yang terbaik dalam diri kita (Ryff, 2014). Artinya bahwa individu yang mampu bertahan saat dihadapkan dengan keadaan sulit serta mampu berjuang untuk terus mencapai apa yang diharapkan adalah individu yang memiliki kesejahteraan psikologis. Punia & Malaviya (2018) mengungkapkan bahwa “memiliki kesejahteraan psikologis bukan berarti individu harus merasa baik sepanjang waktu, pengalaman emosi yang menyakitkan misalnya kekecewaan, kegagalan, kesedihan adalah bagian normal dari kehidupan, dan mampu mengelola emosi negatif atau menyakitkan ini sangat penting untuk kesejahteraan jangka panjang”.

Membantu individu dalam mencapai perkembangan optimal merupakan tujuan dari bimbingan dan konseling sebagai bagian dari kompenen pendidikan. Nastiti & Habibah (2016) mengatakan bahwa “layanan bimbingan dan konseling di tingkat perguruan tinggi dibutuhkan dan secara umum bertujuan membantu mahasiswa dengan mengiringi proses perkembangannya melewati masa-masa perguruan tinggi, sehingga terhindar dari kesulitan, dapat mengatasi kesulitan, membuat penyesuaian yang baik dan membuat arah diri sampai mencapai perkembangan optimal”. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat dikembangkan yaitu layanan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis sebagai sarana dalam mengatasi berbagai permasalahan yang terjadi pada mahasiswa. Yusuf (Yuliani, 2018) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis pada dasarnya termasuk tujuan dari layanan bimbingan dan konseling, yakni memberikan bantuan kepada individu agar mencapai kehidupan yang bermakna dan berbahagia baik secara personal maupun sosial. Langkah awal yang dapat dilakukan dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa yaitu intrumentasi atau pengukuran psikologis.

Pengukuran kesejahteraan psikologis dalam bimbingan dan konseling utamanya sebagai fungsi pemahaman serta dasar untuk pengembangan program bimbingan dan konseling dalam upaya mengembangkan potensi mahasiswa. Keberadaan alat ukur yang valid dan reliabel dalam bidang bimbingan dan konseling merupakan hal yang penting.

Skala kesejahteraan psikologis merupakan alat ukur psikologis yang digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis individu. Skala kesejahteraan psikologis yang dikonsepkan oleh Ryff adalah yang paling sering digunakan (Well, 2010: 89). Skala ini memecah konstruksi menjadi 6 dimensi berbeda dan dianalisis secara terpisah, masing-masing dengan subskala mereka sendiri. Dimensi yang dianalisis adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup dan pengembangan pribadi. Skala kesejahteraan psikologis asli terdiri dari 20 item per skala dan mencakup total 120 item (Henn et al., 2016). Versi yang singkat memuat 84 item (14 item per skala), 54 item (9 per item per skala), 42 item (7 item per skala) dan 18 item (3 item per skala) juga telah digunakan dalam penelitian (Abbott et al., 2006).

Skala kesejahteraan psikologis sudah digunakan di Indonesia. Peneliti menemukan beberapa penelitian yang menggunakan adaptasi skala kesejahteraan psikologis di Indonesia. Adaptasi tersebut menunjukkan skala kesejahteraan psikologis memiliki reliabilitas alpha cronbach dan korelasi item total yang beragam. Penelitian yang di Indonesia sebagian besar menggunakan skala kesejahteraan psikologis 42 item (Brebahama & Listyandini, 2016; Awaliyah & Listiyandini,2017; Erpiana & Fourianalistyawati, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Savitri & Listiyandini (2017) menggunakan skala asli terdiri dari 42 item yang sudah diadaptasi sebelumnya oleh penelitian lain. Hasil perhitungan analisis item pada uji coba skala skala kesejahteraan psikologis, terdapat 6 item tidak dapat berfungsi dengan baik (r<0.2), sehingga hanya 36 item yang digunakan dalam proses pengambilan data. Dari hasil uji coba setelah menghapus 6 item, skala kesejahteraan psikologis memiliki nilai reliabilitas setiap dimensinya berkisar antara α=0,812-0,892, dengan korelasi item total yang memadai (r>0.2). Selain itu peneliti belum menemukan penelitian yang secara khusus mengembangkan atau mengadaptasi skala kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Indonesia.

Kesejahteraan psikologis adalah konsep yang berkembang dari konsep utamanya yakni kesejahteraan. Dua perspektif tentang kesejahteraan pribadi dibedakan dalam Psikologi: perspektif hedonis dan perspektif eudaimonisme, Ryan end Decy (Viejo, 2018). Pandangan eudaimonisme menempatkan fokus pada kesejahteraan psikologis dan menganggap penyebaran keterampilan dan pertumbuhan pribadi sebagai indikator utama keberfungsian positif, sedangkan pandangan hedonisme yang lebih menekankan pada kesejahteraan subjektif yang dipahami dalam hal keseimbangan antara positif dan negatif yang mempengaruhi kepuasan hidup dan menggaris bawahi menjadi kebahagiaan yang bertujuan untuk mendapatkan kenikmatan secara optimal (Viejo, 2018).

Teori kesejahteraan psikologis dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. Akar filosofis yang lebih dalam dari model kesejahteraan yang baru berada dalam formulasi Aristoteles tentang tujuan tertinggi manusia dalam bukunya yang berjudul “Nichomachean Ethics” ia sebut eudaimonisme. Buku tersebut menjelaskan mengenai kesejahteraan dan mengklaim bahwa yang tertinggi dari tujuan manusia adalah bukan kebahagiaan, merasakan nafsu makan yang baik atau memuaskan. Sebaliknya kesejahteraan merupakan aktivitas jiwa yang selaras dengan kebajikan yang berarti berjuang untuk mencapai yang terbaik yang ada dalam diri (Ryff, 2014).

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi dimana seseorang dapat berfungsi secara optimal sehingga mampu mencapai hal yang diharapkan.

Kesejahteraan psikologis memiliki enam dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989).

1. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*). Menurut Ryff (1989) menjelaskan bahwa seseorang dikatakan memiliki self – acceptance yang rendah apabila ia tidak merasa puas dengan dirinya, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi di masa lalu, memiliki masalah dengan kualitas dirinya, dan berharap untuk menjadi orang yang berbeda dari dirinya sendiri.
2. Hubungan Positif dengan Orang Lain *(Positive Relation with Others*). Teori self – actulization menjelaskan dimensi ini sebagai memiliki rasa empati yang tinggi dan afeksi kepada orang lain serta memiliki kemampuan untuk membina hubungan yang mendalam dan identifikasi yang lengkap terhadap orang lain. Individu yang memiliki dimensi hubungan positif yang tinggi dengan orang lain mampu membina hubungan yang hangat, memuaskan dan penuh kepercayaan kepada orang lain.
3. Otonomi (*Autonomy*). Dimensi ini membahas kualitas mengenai determinasi diri, kemandirian, dan regulasi tingkah laku dari dalam diri sendiri. Teori self – actualiztion menjelaskan dimensi ini dengan mengemukakan otonomi dan resistensi terhadap terhadap perubahan yang terjadi di lingkungannya. Seseorang yang berfungsi secara optimal dalam dimensi ini dilihat sebagai seseorang yang memiliki internal locus of evaluation, dimana ia tidak membutuhkan pandangan orang lain untuk diterima, namun ia mengevaluasi berdasarkan standar pribadi yang ditetapkan.
4. Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery). Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya dikatakan sebagai karakteristik dari kesehatan mental.
5. Tujuan Hidup (Purpose in Life). Teori kesehatan mental mendefinisikan dimensi ini sebagai sebuah keyakinan bahwa ada sebuah tujuan dan makna hidup. Salah satu ciri kematangan individu adalah adanya tujuan hidup, memiliki rasa keterarahan (a sense of directedness) dan rasa bertujuan (intentionality).
6. Pertumbuhan Pribadi (Personal growth). Kebutuhan akan aktualisasi diri dan pemahaman akan potensi yang dimiliki merupakan hal penting dalam perspektif pada dimensi pertumbuhan pribadi. Teori perkembangan manusia menekankan pada pentingnya pertumbuhan dan menghadapi tantangan baru dalam setiap periode kehidupan.

Menurut Ryff (2014) kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri usia, jenis kelamin dan kepribadian. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari staus sosial ekonomi, budaya, religiusitas, dan dukungan sosial.

Skala kesejahteraan psikologis merupakan alat ukur multidimensi yang digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis. Skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff merupakan alat ukur yang paling sering digunakan (Well, 2010: 89). Skala kesejahteran psikologis ini berjumlah 120 item pernyatan yang ditargetkan pada populasi orang dewasa (Viejo, 2018). Skala kesejahteraan psikologis memecah konstruksi menjadi 6 dimensi yang berbeda dianalisis secara terpisah, masing-masing dengan subskala mereka sendiri. Dimensi yang dianalisis adalah: Penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, Otonomi, Penguasaan lingkungan, Tujuan dalam kehidupan dan pertumbuhan pribadi. Masing-masing subskala ini memiliki 20 item tipe likert dimana individu menilai dirinya sendiri dengan memilih dari enam kemungkinan tanggapan, dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Versi yang singkat memuat 84 item (14 item per skala), 54 item (9 per item per skala), 42 item (7 item per skala) dan 18 item (3 item per skala) juga telah digunakan dalam penelitian (Abbott et al., 2006).

Pengukuran merupakan pemberian angka atas objek atau kejadian dengan menggunakan seperangkat peraturan, Stevens (Coaley, 2010: 4). Pengertian lain menyebutkan bahwa “*measurement is rules for assigning numbers to object in such a way as to represent quantities of attributes*” (Nunnaly, 1978: 3). Aturan dalam pengukuran yaitu harus distandarisasi, jelas, mudah dipahami dan mudah diterapkan Lebih lanjut, menurut Hays (2007: 5) menjelaskan bahwa pengukuran sebagai deskripsi sejauh mana klien memiliki karakteristik. Campbell (Michell, 2017) menambahkan definisi pengukuran sebagai *“the assignment of numerals to represent properties of material systems other than number, in virtue of the laws governing these properties”*.

Pengembangan alat ukur dapat dilakukan dengan membuat alat ukur atau melakukan adaptasi terhadap alat ukur yang telah dibuat di luar negeri (Suharsono & Istiqomah, 2014). Ketika mengembangkan alat ukur, tentu harus memperhatikan kebudayaan dimana suatu alat ukur dibuat karena perbedaan budaya dapat memberikan sumbangan terhadap pembentukan konsep psikologi dari seorang individu yang berbeda pula.

Adaptasi tes adalah suatu proses dimana suatu tes diantar dari bahasa sumber dan / atau budaya ke dalam satu atau lebih bahasa target dan / atau budaya (Matthew & Lopez, 2003: 15). Adaptasi tes berbeda dengan penerjemahan tes. Penerjemahan tes hanya salah satu langkah dalam proses adaptasi tes. Adaptasi tes mencakup semua kegiatan mulai dari memutuskan apakah suatu tes dapat mengukur konstruk yang sama dalam bahasa dan budaya yang berbeda, hingga memilih penerjemah, hingga memutuskan akomodasi yang tepat untuk dibuat dalam menyiapkan tes untuk digunakan dalam bahasa kedua, hingga beradaptasi menguji dan memeriksa ekivalensinya dalam bentuk yang disesuaikan.

Keterkaitan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, menurut Kasih (2019) mengatakan bahwa pelayanan bimbingan dan konseling di Perguruan Tinggi bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam menyelesaikan perkuliahan tepat waktu dan pengembangan potensi mahasiswa seoptimal mungkin. Menurut Young (1970), tujuan konseling di perguruan tinggi adalah:

1. Membantu mahasiswa untuk mengambil keputusan mengenai pilihan karier, pilihan program pendidikan, dan masalah lain yang bersangkutan dengan keputusan pendidikan.
2. Memungkinkan mahasiswa lebih aktif dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti teman sebaya, dosen, orang tua.
3. Membantu mahasiswa mendapatkan pemahaman diri dan penerimaan diri.
4. Membantu mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan dari segi akademik maupun sosial.
5. Memberikan dukungan kepada mahasiswa untuk mengatasi krisis emosional.

**Method**

Penelitian ini akan menggunakan mixed methodology, yaitu menerapkan unsur kuantitatif dan kualitatif secara berkesinambungan (Cresswell, 2017: 288). Metode kualitatif dilakukan ketika melakukan tahapan penerjemahan dan *expert judgment* terhadap adaptasi alat ukur Skala Kesejahteraan Psikologis. Sedangkan metode kuantitatif dilakukan ketika proses analisis data. Data deskriptif yang terkumpul dari lapangan dan penjelasan dari interpretasi data hasil analisis statistik, kemudian dijadikan dasar untuk menguji kecocokan Skala Kesejahteraan Psikologis pada mahasiswa di Kota Tasikmalaya.

Standarisasi alat ukur yang dikembangkan memerlukan sampel standarisasi. Kriteria penentuan sampel adalah untuk penyetaraan sampel, hal ini dilakukan karena tujuan dari penelitian ini adalah menguji kecocokan skala kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Kota Tasikmalaya., oleh karena itu pertimbangan khusus yang diambil agar sampel penelitian dapat mewakili seluruh populasi adalah sebagai berikut, 1) Berdasarkan status jenis perguruan tingi dipilih kriteria dari Universitas; 2) Berdasarkan Lokasi dipilih perguruan tinggi dari wilayah Kota Tasik. Ada 5 Universitas yang menjadi Lokasi responden penelitian.

Tabel 1

*Populasi Penelitian Berdasarkan Perguruan Tinggi*

******

Tabel 2

*Sampel Penelitian Berdasarkan Perguruan Tinggi*

**Analisis dan Penafsiran Data**





Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian ini adalah seluruh item yang terdapat dalam Skala Kesejahteraan Psikologis yang mengungkap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Pengujian validitas butir item menggunakan rumus korelasi pearson product-moment sebagai berikut:

Selanjutnya dengan mencari thitung dengan menggunakan rumus t sebagai berikut.



Setelah diperoleh nilai t hitung, Langkah selanjutnya adalah membandingkan dengan t tabel untuk mengetahui tingkat signifikansinya dengan ketentuan t hitung > t table.

Pengujian reliabilitas dilakukan untuk melihat konsistensi internal instrument yang digunakan atau ketepatan alat ukur (Sugiono, 2018). Metode yang digunakan dalam uji reabilitas adalah metode alpha.

Rumus yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah rumus alpha Cronbach. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai alpha Cronbach ≥ r tabel, dan apabila nilai alpha Cronbach ≤ r tabel maka dinyatakan tidak reliabel. Rumus alpha Cronbach dapat diuraikan sebagai berikut:



Sugiono (2018) menyatakan bahwa titik tolak ukur koefisien reabilitas digunakan klasifikasi rentang koefisien reabilitas sebagai berikut:

Tabel 3

*Pedoman Penafsiran Koefisien Reabilitas*



Pedoman untuk melakukan skoring pada penelitian ini menggunakan Skala Likert. Hal ini sesuai dengan Skala Kesejahteraan Psikologis yang asli dikonsepkan oleh Ryff (2014). Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena social (Sugiono, 2016: 93).

Skala Likert dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang terdiri dari enam pilihan jawaban yaitu:

a. STS (Sangat Tidak Setuju)

b. TS (Tidak Setuju)

c. ATS (Agak Tidak Setuju)

d. AS (Agak Setuju)

e. S (Setuju)

f. SS (Sangat Setuju)

Tabel 4

*Kategori Pemberian Skor Skala Kesejahteraan Psikologis*



Pernyataan penelitian tentang adaptasi skala kesejahteraan psikologis pada mahasiswa menggunakan presentasi dari jawaban mahasiswa tentang kesejahteraan psikologis yang dilakukan dengan cara menjumlah jawaban setiap mahasiswa kemudian mencari rata-rata (M) dan standar deviasi (SD) untuk memberikan makna diagnotik terhadap skor.

Langkah ini dilakukan untuk memberikan kategori kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan patokan 3 kategori skor ideal yakni tinggi, sedang dan rendah. Perhitungan kategorisasi tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

1. Menentukan skor maksimal ideal (SMI) yakni skor maksimal x jumlah item
2. Menentukan rata-rata/mean ideal (MI) yakni (skor maksimal ideal/2)
3. Menetukan standar deviasi ideal yakni (mean ideal/3)

Tabel 5

*Pemberian 3 Kategori Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa*

******

Analisis Varians digunakan untuk mengetahui pengaruh perbedaan skor yang didapatkan mahasiswa pada skala kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin. Dalam penelitian ini akan dilakukan analisis berdasarkan program komputer SPSS 16 dengan rumus One-Way ANOVA.

**Results and Discussions**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dalam upaya pengujian skala kesejahteraan psikologis terhadap mahasiswa di Tasikmalaya sebagai subjek penelitian adalah sebagai berikut:

Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan data yang terkumpul dari 342 sampel penelitian, diperoleh profil Validitas Skala Kesejahteran Psikologis pada setiap sub itemnya. Hasil pengumpulan data tersebut dijadikan bahan pertimbangan untuk menganalisis tingkat kebaikan Skala Kesejahteraan Psikologis bagi masiswa di Tasikmalaya. Secara lebih rinci data hasil perhitungan validitas skala tersebut diuraikan sebagai berikut:

Table 6 <Hasil Uji Validitas >

Hasil pengujian validitas Skala Kesejahteraan Psikologis menunjukkan bahwa 54 item pernyataan yang disusun dari 6 subskala dinyatakan valid dan tidak ada satu item pernyataan pun dinyatakan tidak valid. Berdasarkan data tersebut jumlah data item yang valid dari setiap sub skala sebagai berikut:

Pada subskala pertama yaitu otonomi dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Pada subskala kedua yaitu penguasaan lingkungan dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Pada subskala ketiga yaitu pertumbuhan pribadi dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Pada subskala keempat yaitu hubungan positif dengan orang lain dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Pada subskala kelima yaitu otonomi dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Pada subskala keenam yaitu otonomi dari 9 item pernyataan yang ditampilkan semua dinyatakan valid 100 %.

Reabilitas Skala Kesejahteraan PsikologisBerdasarkan data yang terkumpul, diperoleh gambaran Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis untuk menganalisis tingkat kebaikan Skala Kesejahteraan Psikologis pada mahasiswa. Secara lebih rinci data tersebut ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 7 <Hasil Tingkat Reliabilitas Skala>



Hasil perhitungan menggunakan SPSS for windows versi 16 pada 54 item pernyataan diperoleh harga reabilitas (r hitung) sebesar 0, 849 pada α = 0.05. Berdasarkan pada Tabel 4.1, diketahui harga reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis berada pada derajat keterandalan sangat tinggi, artinya mampu menghasilkan skor-skor pada setiap item dengan konsisten serta layak untuk digunakan dalam penelitian.

Hanya saja, terdapat permasalahan dalam bentuk dan sifat Skala Kesejahteraan Psikologis itu sendiri. Skala Kesejahteraan Psikologis merupakan sebuah alat ukur multidimensional dengan dimensi yang saling berkorelasi. Bentuk alat ukur tersebut menuntut peneliti untuk memeriksa reliabilitas setiap dimensi dalam Skala Kesejahteraan Psikologis. Hal tersebut dikarenakan konsep reliabilitas alpha cronbach merupakan konsep reliabilitas yang cocok untuk alat ukur unidimensional (Furr & Bacharach, 2014). Alpha cronbach hanya memeriksa konsistensi internal sebuah alat ukur, sehingga kurang sesuai dengan alat ukur multidimensional seperti Skala Kesejahteraan Psikologis.

Melihat kekurangan tersebut, peneliti kemudian mencoba memeriksa alpha Cronbach dari setiap dimensi Skala Kesejahteraan Psikologis, berikut merupakan hasil alpha cronbach setiap dimensi dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 7 <Reliabilitas Setiap Dimensi>



Pada sub skala pertama yaitu otonomi diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,852 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala pertama pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pada sub skala kedua yaitu penguasaan lingkungan diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,841 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala kedua pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pada sub skala ketiga yaitu pertumbuhan pribadi diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,839 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa Tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala ketiga pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pada sub skala keempat yaitu hubungan positif dengan orang lain diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,856 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala keempat pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pada sub skala kelima yaitu tujuan hidup diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,838 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa Tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala kelima pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pada sub skala keenam yaitu penerimaan diri diperoleh harga reliabilitas (r hitung) sebesar 0,851 pada α = 0.05. hal ini mengindikasikan bahwa Tingkat kepercayaan atau reliabilitas sub skala keenam pada Skala Kesejahteraan Psikologis termasuk kedalam kategori sangat tinggi.

Pengkategorian Skala Kesejahteran Psikologis Versi Adaptasi Pada MahasiswaKategori kesejahteraan psikologis versi adaptasi pada mahasiswa menggunakan patokan 3 kategori skor ideal yakni tinggi, sedang dan rendah. Perhitungan kategorisasi diuraikan sebagai berikut:

1. Menentukan skor maksimal ideal (SMI) yakni 54 x 6 = 324
2. Menentukan rata-rata/mean ideal (MI) yakni (324/2) = 162
3. Menetukan standar deviasi ideal yakni (162/3) = 54

Tabel 9 <Pemberian 3 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis Versi Adaptasi Pada Mahasiswa>



Berdasarkan nilai mean ideal dan standar deviasi ideal dapat ditentukan pengkategorian skala kesejahteraan psikologis versi adaptasi yang digunakan oleh peneliti kepada 342 mahasiswa maka menghasilkan perolehan data sebagai berikut:

Tabel 10 <Deskripsi Hasil 3 Kategorisasi Ideal>



Pada tabel diatas menujukkan 33 % mahasiswa berada pada kategori tinggi dan 67% mahasiswa berada pada kategori sedang dan 0 % dalam kategori rendah.

PembahasanPada prinsipnya pelayanan bimbingan dan konseling di Perguruan Tinggi bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam menyelesaikan perkuliahan tepat waktu dan pengembangan potensi mahasiswa seoptimal mungkin (Kasih, 2019). Bidang bimbingan yang akan dikembangkan adalah bidang pengembangan pribadi, pengembangan sosial, pengembangan belajar dan pengembangan karir. Secara umum tujuan bimbingan pada perguruan tinggi adalah membantu mahasiswa dengan mengiringi proses perkembangannya melewati masa-masa perguruan tinggi, sehingga terhindar dari kesulitan, dapat mengatasi kesulitan, membuat penyesuaian yang baik, dan membuat arah diri sampai mencapai perkembangan optimal (Nastiti & Habibah, 2016). Salah satu yang harus dimiliki oleh mahasiswa untuk mencapai tugas perkembangannya yaitu memiliki kesejahteraan psikologis.

**Conclusions**

Hasil penelitian serta pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV menghasilkan sejumlah kesimpulan berikut.

1. Skala Kesejahteraan Psikologis versi Adaptasi merupakan sebuah alat ukur psikologis yang sesuai untuk digunakan kepada mahasiswa dalam mengukur tingkat kesejahteraan psikologis dilihat dari hasil proses adaptasi yang telah dilakukan telah dilakukan. Hasil adaptasi menunjukkan bahwa 54 item pernyataan dapat digunakan dalam penelitian.
2. Skala Kesejahteraan Psikologis hasil adaptasi dapat dinyatakan sudah memenuhi syarat sebagai alat ukur psikologis yang terstandar berdasarkan hasil uji empirik kepada mahasiswa di Kota Tasikmalaya. Hasil pengujian dibuktikan dengan hasil validitas dan reabilitas yang tinggi. Skala Kesejahteraan Psikologis hasil adaptasi ini dilengkapi buku manual yang bertujuan untuk menyediakan petunjuk baku atau keseragaman dalam penyelenggaraan, penyekoran, serta interpretasi skala.
3. Kategorisasi Skala Kesejahteraan Psikologis versi Adaptasi menggunakan 3 kategorisasi ideal yakni tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa mayoritas berada dalam kategori sedang, artinya dalam kategori ini mahasiswa cukup mengintegrasikan aspek kesejahteraan psikologis namun tidak secara optimal.
4. Hasil yang didapatkan oleh mahasiswa sebagai sampel penelitian menujukkan bahwa skor Skala Kesejahteraan Psikologis dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin.

**Acknowledgments**

**References**

Abbott, R.A., Ploubidis, G.B., Huppert, F.A., Kuh, D., Wadsworth, M.E.J., & Croudace, T.J. (2006). Psychometric evaluation of predictive validity of Ryff’s psychological well-being items in a UK birth cohort sample of women. Health and Quality of Life Outcomes, 4(76), 1–16. http://dx.doi.org/10.1186/1477-7525-4-76

Brebahama, Alabanyo., Listyandini, Ratih Arrum. (2016). Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra Dewasa Muda. Jurnal Mediapsi. Vol. 2, No. 1, 1-10.

Creswel, John W. (2017). *Research Design*. Yogyakarta : Pustaka Belajar

Hartaji, Damar A. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. Skripsi

Henn, C.M., Hill, C., & Jorgensen, L.I. (2016). An investigation into the factor structure of the Ryff Scales of Psychological Well-Being. SA Journal of Industrial Psychology/SA Tydskrif vir Bedryfsielkunde, 42(1), a1275. http://dx.doi. org/10.4102/sajip.v42i1.1275

Kasih, Fitria. (2019). Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi dalam Menjawab Tantangan Era Revolusi Industri 4.0. PROCEEDING. Konvensi Nasional XXI. Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia

Matthews, Joy Lynn., Lopez. (2003). Best Practices And Technical Issues In Cross-Lingual, Cross Cultural Assesments : An Evaluation Of A Test Adaptation. The Faculty of the College of Education of Ohio University

Nastiti, Dwi., Habibah, Nur. (2016). Studi Eksplorasi Tentang Pentingnya Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Mahasiswa Di UMSIDA. Psikologia (Jurnal Psikologi), 1 (1), Juli 2016, 52-78. ISSN 2338-8595 (prin) ISSN 2541-2299 (online)

Ryff CD, Singer B. (1996). Psychological Well - Being : Meaning, Measurment, and Implications for Psychotherapy Reseach. Psychother Psychosom 1996, Vol. 65:14-23.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychology.57(6), 1069-1081.

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia.Psychotherapy and Psychosomatics, 83(1), 10-28.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian kuantitatif*, kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta

Turashvili, Tamara. , Japaridze, Marine .(2012). Psychological Well Being And Its Relation To Academic Performance Of Student In Georgian Context. Problems of education in the 21st century Volume 49, ISSN 1822-7864

Udhayakhumar, P. Ilango, P. (2018). Psychological Wellbeing among College Students. Journal of Social Work Education and Practice 3(2) 79-89 ISSN: 2456-2068 Vol 83 No (1): 10–28. doi:10.1159/000353263.