

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN LOKUS
KENDALI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA
SANTRIWATI DI PESANTREN DARUL ARAFAH RAYA**

TESIS

OLEH

SITI AISYAH

201804051



**PROGRAM STUDI MAGISTER FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 5/1/23

Access From (repository.uma.ac.id)5/1/23

HALAMAN PERSETUJUAN

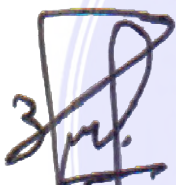
**Judul: Hubungan Antara *Social Support* Dan *Lokus of control* Dengan
Psychological Well-Being Pada Santri Wati Di Pesantren Darul
Arafah Raya**

Nama : Siti Aisyah

NPM : 201804051

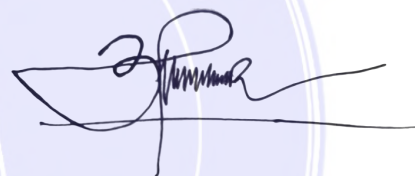
Menyetujui :

Pembimbing I





Hasanuddin Ph.D

Pembimbing II





Prof. Dr. Saiful Akhyar Lubis, MA

Ketua Program Studi
Magister Psikologi



Dr. Rahmi Lubis, M.Psi, Psikolog

Direktur
Pascasarjana



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti, K. M.S

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PENGESAHAN

**Tesis ini dipertahankan di depan Panitia Penguji Tesis
Program Pascasarjana Magister Psikologi
Universitas Medan Area**

Pada Hari : Jumat
Tanggal : 09 September 2022
Tempat : Universitas Medan Area

PANITIA PENGUJI

Ketua : Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog
Sekretaris : Yudistira Fauzy Indrawan, MA, Ph.D
Anggota I : Hasanuddin, Ph.D
Anggota II : Prof. Dr. Saiful Akhyar Lubis, MA
Penguji Tamu : Dr. Risydah Fadilah, M.Psi, Psikolog

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Medan 09 September 2022

(Siti Aisyah)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siti Aisyah
NPM : 201804051
Program Studi : Magister Psikologi
Fakultas : Pascasarjana
Jenis karya : Tesis

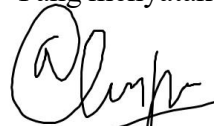
demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN LOKUS
KENDALI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA
SANTRIWATI DI PESANTREN DARUL ARAFAH RAYA**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan
Pada tanggal :
Yang menyatakan


Siti Aisyah

ABSTRAK

Siti Aisyah : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Locus Kendali Dengan Psychological Well-Being Pada Santriwati Di Pesantren Darul Arafah Raya

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada santriwati di pesantren darul arafah raya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Sampel penelitian ini berjumlah 82 Dyah (santriwati) Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR) dengan menggunakan teknik *total sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan tiga skala, yakni : skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), skala dukungan sosial (*social support*) dan skala locus kendali (*locus of control*). Analisis data menggunakan Regresi Berganda, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dengan koefisien $r_{x_1y} = 0,627$ dengan $p = 0,000$ dengan kontribusi sebesar 39,3% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). (2) Ada hubungan positif yang signifikan antara locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dengan koefisien $r_{x_2y} = 0,519$ dengan $p = 0,000$ dengan kontribusi sebesar 27 % terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). (3) Ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dengan koefisien $r_{x_1x_2y} = 0,718$ dengan $p = 0,000$ dengan kontribusi sebesar 51,6% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sisanya dari faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian. Dari hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

kata kunci : Dukungan Sosial (*social support*), Locus Kendali (*locus of control*) dan Kesejahteraan Psikologis (*psychological well-being*)

ABSTRACT

Siti Aisyah : Correlation Between Social Support And Locus Of Control With Psychological Well-Being In Santriwati Darul Arafah Raya Islamic Boarding School

This study aims to determine the correlation between social support and locus of control with psychological well-being in female students at Islamic boarding school Darul Arafah Raya. This research uses correlational quantitative method. The sample of this study amounted to 82 Dyah (santri wati) Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR) using total sampling technique. The data collection method in this study uses three scales, namely: the psychological well-being scale, the social support scale and the locus of control scale. Data analysis using Multiple Regression, with research results showing that: (1) There was a significant positive correlation between social support with psychological well-being with a coefficient of $r_{xy} = 0.627$ with $p = 0.000$ with a contribution of 39,3% on psychological well-being. (2) There was a significant positive relationship between locus of control and psychological well-being with coefficient $r_{xy} = 0.519$ with $p = 0.000$ with a contribution of 27% on psychological well-being. (3) There was a significant positive relationship between social support and locus of control with psychological well-being with a coefficient of $r_{x_1x_2y} = 0.718$ with $p = 0.000$ with a contribution of 51.6% to psychological well-being, the rest from other factors that do not not revealed in the research. From the results of this research, the proposed hypothesis is declared accepted.

keywords : Social support, locus of control and psychological well-being

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikumWarrah matullahiWabarakatuh

Puji dan syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, kesabaran dan kemudahan dan kelancaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “ Hubungan antara *Social Support* dan *Lokus of control* dengan *Psychological Well-Being* pada Santri Wati di Pesantren Darul Arafah Raya dan mampu bertahan pada setiap kendala dan cobaan yang dihadapi sampai dengan selesai.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan tesis ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu, sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc. Selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K.M.S selaku Direktur Program Pascasarjana
4. Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA Psikolog sebagai ketua sidang yang sudah berkenan hadir dalam sidang meja hijau.
5. Hasanuddin Ph.D selaku pembimbing I tesis yang telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian tesis ini.

6. Prof. Dr. Saiful Akhyar Lubis, MA selaku pembimbing II tesis yang telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian tesis ini.
7. Ayahanda Zuber Munthe, ibundaku tercinta Sumiati, ayah mertua Khaidir Pane, mama mertua Sugiani, suami tercinta Ade AL Rasyid Pane S.ST, abangda Eko Rudi Setiawan S.T dan kakak saya Linda Lestari S.Psi yang selalu memberikan dukungan dan kasih sayang dengan penuh kesabaran, pengertian serta do'a yang tulus selama peneliti menuntut ilmu, serta seluruh keluarga besar yang telah memberikan semangat dan nasehat kepada saya.
8. Seluruh staf bagian tata usaha dan dosen Pascasarjana Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu dan memberikan bekal ilmu kepada peneliti demi kelancaran hingga selesainya tesis ini.
9. Kepada pihak sekolah dan santri wati Pesantren Darul Arafah Raya dan kepada pihak sekolah dan siswi MAN 2 Deli Serdang yang sudah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
10. Kepada adik- adik saya Nur Mi'a, Husnah dan Agil Fahreja Pane yang selalu mendukung saya dan membantu saya dalam menyelesaikan tesis ini.
11. Kepada Chairunnisa Safitri S.Psi, M.Psi dan seluruh teman – teman seperjuangan di program Magister Psikologi pendidikan dan psikologi industri organisasi yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu stambuk

2020 kelas B yang telah banyak memberikan semangat dan bantuannya kepada penulis dalam rangka penyelesaian tesis ini.

12. Dan terakhir kepada seluruh sanak keluarga dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan semangat dan bantuannya kepada penulis dalam rangka penyelesaian tesis ini.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak yang sebagai masukan bagi peneliti. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 09 September 2022

Peneliti

SITI AISYAH

NIM. 201804051

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A...Latar belakang.....	1
B...Identifikasi Masalah.....	13
C...Rumusan Masalah.....	14
D...Tujuan Penelitian.....	15
E...Manfaat Penelitian.....	15
BAB II TINJAUAN TEORI.....	17
A. Remaja.....	17
1. Pengertian Remaja.....	17
2. Ciri-ciri Remaja.....	18
3. Tahap Perkembangan Remaja.....	22
4. Tugas Perkembangan Remaja.....	24
B. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychologis Well-Being</i>).....	25
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	25
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis... ..	28
3. Dimensi-Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	34
C. Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>).....	40
1. Pengertian Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	40
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	42
3. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	45
D. Locus Kendali (<i>Locus Of Control</i>).....	47
1. Pengertian Locus Kendali (<i>Locus Of Control</i>).....	47
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Locus Kendali.....	50
3. Aspek-Aspek Locus Kendali.....	56
E. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis	58
F. Hubungan Locus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis	61
G. Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Locus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis.....	64
H. Kerangka Konseptual.....	67
I. Hipotesis.....	68
BAB III METODE PENELITIAN	69
A. Desain Penelitian.....	69
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	70
C. Identifikasi Variabel.....	71
D. Definisi Operasional.....	71

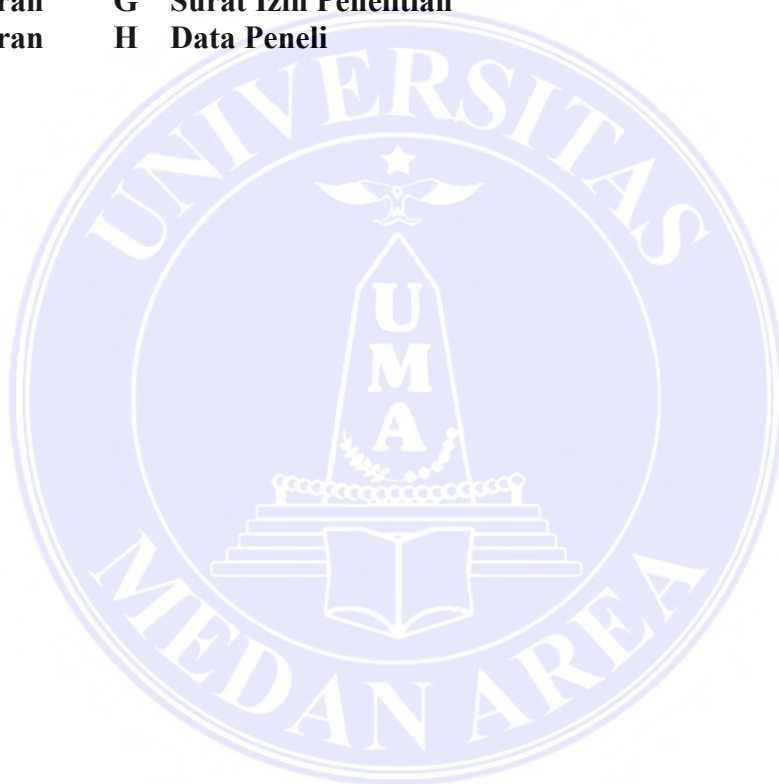
E. Populasi Dan Sampel.....	72
F. Metode Pengumpulan Data.....	73
G. Validitas Dan Reliabilitas.....	76
1. Validitas Alat Ukur.....	76
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	77
H. Metode Analisis Data.....	77
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	81
A....Orientasi Kacah.....	81
B....Persiapan Penelitian.....	82
a. Persiapan Administrasi.....	82
b. Persiapan Alat Ukur.....	83
C....Pelaksanaan Penelitian.....	87
a. Uji Coba Alat Ukur Penelitian	87
b. Pelaksanaan Penelitian	94
D....Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	95
a.. Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	95
b.. Hasil Uji Linieritas Hubungan.....	96
c.. Hasil Uji Hipotesis.....	97
d. Model persamaan garis regresi.....	102
e. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	103
1. Mean Hipotetik.....	103
2. Mean Empirik.....	103
3. Kriteria.....	104
E. Pembahasan.....	105
BAB V PENUTUP.....	115
A....Kesimpulan.....	115
B....Saran.....	116
DAFTAR PUSTAKA.....	118

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Distribusi Butir Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Uji Coba	84
Tabel 2	Distribusi Butir Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	85
Tabel 3	Distribusi Butir Skala Lokus Kendali Sebelum Uji Coba.....	87
Tabel 4	Distribusi Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Uji Coba.....	89
Tabel 5	Distribusi Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	91
Tabel 6	Distribusi Skala Lokus Kendali Setelah Uji Coba.....	93
Tabel 7	Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	96
Tabel 8	Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan.....	96
Tabel 9	Hasil Analisis Regresi Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis.....	98
Tabel 10	Hasil Analisis Regresi Linier Antara Lokus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis.....	99
Tabel 11	Hasil Analisis Regresi Ganda Antara Dukungan Sosial Dan Lokus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis.....	101
Tabel 12	Model Persamaan Regresi Coefficient.....	102
Tabel 13	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik.....	104

Daftar Lampiran

Lampiran	A	Skala Skala Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)
Lampiran	B	Skala Locus Kendali (<i>Locus Of Control</i>)
Lampiran	C	Skala Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychologis Well-Being</i>)
Lampiran	D	Uji Validitas
Lampiran	E	Uji Asumsi (Uji Normalitas Dan Uji Linearitas)
Lampiran	F	Uji Hipotesis
Lampiran	G	Surat Izin Penelitian
Lampiran	H	Data Peneli



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah sebagai lembaga pendidikan kedua setelah keluarga, yang memiliki peran penting dalam menumbuhkan budi pekerti, pengetahuan, keterampilan dan menanamkan nilai-nilai karakter kepada peserta didik. Begitu juga dengan pondok pesantren, pondok pesantren adalah suatu bagian dari sistem pendidikan nasional yang ikut serta dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan mensukseskan pembangunan nasional. Menurut Zarkasyi (Krisdiyanto, dkk, 2019) mengartikan bahwa pesantren adalah suatu lembaga pendidikan islam dengan sistem asrama atau pondok, dimana kyai merupakan sosok sentralnya, mesjid merupakan tempat kegiatannya, dan pengajaran ajaran islam di bawah bimbingan kyai yang diikuti para santri yang menjadi kegiatan utamanya.

Adapun tujuan pesantren adalah hendak membina individu-individu muslim/muslimah agar memiliki ciri-ciri kepribadian islam yang tampil dalam pola pikir, pola sikap, dan pola tindakan yang baik. Dan pola pendidikan pesantren mengedepankan ajaran akhlak yang didasarkan atas Qur'an dan As-sunah. Menurut Krisdiyanto, dkk (2019) menyatakan bahwa pondok pesantren memiliki dua tujuan, yakni : tujuan umum dan adapula tujuan khusus. Adapun yang di maksud dari tujuan umum dari pesantren yakni pesantren membimbing para santrinya menjadi generasi berkepribadian islam dengan

ilmu agama. Dengan ilmu yang mereka peroleh di harapkan mereka mampu menjadi generasi mubaligh islam di masyarakat islam melalui ilmu dan amalnya. Sedangkan tujuan khususnya adalah menyiapkan para santri menjadi individu yang alim dari ilmu agama yang mereka dapatkan dari para kyai saat mereka berada di pondok pesantren, serta mampu mengamalkan di manapun ia berada.

Pondok pesantren menjadi salah satu lembaga pendidikan formal yang bernuansa religius dengan peserta didik yang lebih dikenal dengan sebutan santri/santriwati. Salah satu Pesantren yang ada di Sumatra Utara adalah Pesantren Darul Arafah Raya atau dapat disingkat dengan tulisan PDAR. PDAR adalah sebuah pesantren modern yang terletak di desa kotalimbaru, Deli Serdang, berjarak sekitar 25 km dari pusat kota Medan, Sumatra Utara. PDAR berdiri di atas tanah seluas 200 ha. PDAR di dirikan pada 17 Agustus 1985 dan sekarang telah dipimpin oleh generasi ketiga yang konsep pembelajarannya semakin berkembang dengan mengikuti era globalisasi, dengan Moto “Berdiri di Atas dan Untuk Semua Golongan. Hingga saat ini PDAR di huni 2832 santri putra-putri, dan di PDAR santriwati di sebut dengan sebutan dyah, hal ini di peroleh berdasarkan wawancara peneliti pada tanggal 17 November 2021 terhadap ketua yayasan di PDAR.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, peneliti juga menemukan bahwa dyah (santriwati) yang duduk di kelas satu SMA PDAR dibagi menjadi dua bagian, yakni : Dyah (santriwati) kelas empat yang artinya dyah (santriwati) duduk di kelas 1 (satu) SMA PDAR berasal dari SMP PDAR,

sedangkan dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis adalah dyah (santriwati) yang bukan berasal dari SMP PDAR atau dyah (santriwati) yang berasal dari SMP nonpondok. Dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR rata-rata berusia 15 tahun dan ini termasuk pada rentang usia remaja.

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Pada masa peralihan ini, meliputi banyak perubahan baik fisik maupun psikis. Masa ini dimulai ketika individu mengalami pubertas yaitu pada anak laki-laki setelah mengalami mimpi basah dan pada anak perempuan setelah mengalami menstruasi. Dan individu yang berada pada masa ini akan mulai merasakan adanya daya tarik dengan lawan jenis mereka.

Menurut Mabey dan Sorensen (Geldard, 2011) menyatakan bahwa remaja adalah ketika seorang anak muda harus beranjak dari ketergantungan menuju kemandirian, otonomi, dan kematangan, seseorang yang berada pada tahap ini akan bergerak dari bagian suatu kelompok keluarga menuju bagian dari suatu kelompok teman sebaya hingga mampu berdiri sendiri sebagai seorang dewasa.

Menurut Santrock (2007) rentang usia remaja dapat bervariasi terkait dengan lingkungan budaya dan historynya, kini di Amerika serikat dan sebagian besar budaya lainnya, masa remaja dimulai sekitar usia 10-13 tahun

dan berakhir pada sekitar usia 18-22 tahun, dimana terjadi perubahan-perubahan pada masa ini seperti perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional dan dimana pada masa remaja akan terjadi perkembangan-perkembangan seperti perkembangan fungsi seksual hingga proses berpikir abstrak hingga kemandirian.

Adapun tugas perkembangan di masa remaja menurut Havighurst (Sarwono, 2016) yakni : Menerima kondisi fisiknya dan memanfaatkan tubuhnya secara efektif, menerima hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dari jenis kelamin yang manapun, menerima peran jenis kelamin masing-masing (laki-laki atau perempuan), berusaha melepaskan diri dari ketergantungan emosi terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya, mempersiapkan karir ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga, merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab dan mencapai sistem nilai dan etika tertentu sebagai pedoman tingkah laku.

Dari penjabaran di atas peneliti menemukan hal-hal yang bertolak balik dari tugas-tugas perkembangan yang seharusnya dicapai oleh para remaja kelas 1 (satu) taksis di SMA PDAR. Dimana peneliti menemukan bahwa terdapat permasalahan-permasalahan yang sering dihadapi dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR, seperti masalah dalam kemandirian, masalah dalam penerimaan diri, hubungan tidak sehat yang terjalin antara remaja (dyah/santriwati), kemudian dyah (santri wati) kurang mampu dalam penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi yang kurang baik yang terjadi didalam diri dyah (santriwati), dan dyah (santriwati) masih belum memiliki

gambaran hidup atau masih belum memiliki tujuan hidup bahkan belum memahami makna dari hidupnya sendiri. Dan permasalahan lainnya yang sering dihadapi dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR, yakni merasa tidak bahagia, tidak bersemangat, merasa sangat bosan berada di PDAR, selera makan yang buruk, kurang memiliki motivasi.

Dari penjabaran diatas tentang permasalahan yang sering dihadapi dyah (santriwati) kelas I (Satu) Taksis SMA PDAR, jika dibiarkan maka akan berpengaruh terhadap kondisi kesejahteraan psikologisnya. Dan peneliti tertarik untuk menggali informasi lebih dalam tentang kondisi psikologis remaja kelas I (satu) taksis SMA PDAR yang mengacu pada kesejahteraan psikologisnya.

Menurut Ryff & Keyes (Wells, 2010) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) adalah individu yang menerima dirinya apa adanya, mempertimbangkan sikap positif dalam hubungannya dengan orang lain, mandiri, kemudian dapat mengelolah lingkungan secara memadai, memiliki prioritas dan tujuan yang jelas di dalam hidup dan pengembangan pribadi yang baik. Menurut Ryff (Ryff & Marshall, 1999) kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) adalah suatu kondisi, di mana individu tidak memiliki penyakit dari kesehatan mental (misalnya individu tidak depresi atau cemas).

Menurut Ryff (Faturachman, dkk (2012) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) merupakan tingkat kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, mandiri, mampu

membangun hubungan positif dengan orang lain, mampu menguasai lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan memiliki tujuan didalam hidupnya. Sedangkan menurut Huppert (2009) kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) adalah tentang kehidupan individu yang berjalan dengan baik dan berfungsi secara efektif.

Dari beberapa fakta diatas maka kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) individu harus diperhatikan. Karna ketika individu memiliki kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) yang positif/baik, maka diharapkan individu dapat lebih dari sekedar bebas dari kesusahan atau masalah mental lainnya, tapi juga untuk memiliki rasa penerimaan diri, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan yang baik, memiliki tujuan hidup, dan mampu untuk melakukan pengembangan diri (Ryff, 1995). Kesejahteraan psikologis yang baik diharapkan dapat membuat manusia hidup secara *wellness* (kesehatan) dimana manusia dapat sehat bukan hanya secara fisik namun sehat juga secara mental sehingga tercipta perasaan bahagia pada individu dalam menjalani kehidupannya.

Menurut Diener, dkk (Huppert, 2009) menyatakan bahwa, orang yang bahagia cenderung lebih baik dalam menjalani kehidupan dari pada orang yang kurang bahagia, orang yang bahagia biasanya lebih produktif dan lebih terlibat secara sosial dan cenderung memiliki pendapatan lebih tinggi. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) individu adalah dukungan sosial.

Dukungan social atau *social support* adalah salah satu faktor yang

dibutuhkan dyah (santri wati) di PDAR guna untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (*Psychological Well-being*). Dukungan sosial (*social support*) memberikan kontribusi cukup besar dalam proses mental. Beberapa ahli teori seperti Cassel, Cobb, Kaplan, Cassel, & Gore (Irwin, dkk, 1985) berpendapat bahwa dukungan sosial (*social support*) yaitu dukungan mengurangi, atau menyangga individu dari paparan peristiwa kehidupan negatif, yang jika dibiarkan terus menerus akan berdampak pada kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) individu. Adanya dukungan sosial dalam hidup individu, diharapkan dapat membuat individu tetap semangat dalam menajalani kehidupan, sehingga individu tidak mengalami permasalahan secara mental, yang jika dibiarkan terjadi terus-menerus maka akan dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis individu. Dan menurut Seltzer & Greenberg (Ryff & Marshall, 1999) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi efek dari stres sehingga kesejahteraan psikologis individu meningkat.

Dukungan sosial (*social support*) merupakan salah satu istilah yang digunakan untuk menerangkan bagaimana hubungan sosial menyumbang manfaat terhadap kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) individu. Menurut Cobb (Ryff & Marshall, 1999) dukungan sosial (*social support*) paling sering mengacu pada fungsi membantu yang dilakukan individu kepada individu lainnya, yang signifikan seperti anggota keluarga, teman, rekan kerja, saudara, dan tetangga. Ini berfungsi untuk memberikan bantuan seperti bantuan sosioemosional (cinta, perhatian, penghargaan, nilai,

empati, simpati), bantuan instrumental (seperti memberikan bantuan berupa nominal) dan bantuan informasi (seperti memberikan nasehat, petunjuk-petunjuk, dan saran).

Menurut Cobb (Mahmudi & Suroso, 2014) menyatakan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sedangkan Cohen dan Wills (Mahmudi & Suroso, 2014) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah, dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri seseorang. Selain faktor dukungan sosial, faktor lokus kendali (*locus of control*) juga dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya (*Psychological Well-being*) individu

Menurut Rotter (1996) menjelaskan bahwa lokus kendali (*locus of control*) merupakan persepsi atau cara pandang seseorang terhadap sumber-sumber yang mengendalikan peristiwa-peristiwa baik atau buruk dalam hidupnya.

Menurut Erdogan (Kutanis, Mesci, & Ovdur, 2011) menjelaskan bahwa lokus kendali (*locus of control*) adalah gagasan yang dimiliki individu sepanjang hidupnya, menganalisis peristiwa sebagai hasil dari perilaku mereka atau hasil dari kebetulan, seperti nasib yang berasal dari luar kendali mereka.

Dalam usaha individu untuk mencapai kesejahteraan psikologis

(*Psychological Well-being*) yang baik, maka dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR harus mulai dari penerimaan dan mempersiapkan diri ketika berada di PDAR. Untuk itu diperlukan keyakinan pada diri individu agar kesejahteraan psikologisnya (*Psychological Well-being*) tercapai dengan baik dan positif. Sesuai dengan pendapat Lefcourt (Smet, 2018) menjelaskan bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) adalah derajat di mana individu memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya sebagai konsekuensi perbuatannya, dengan demikian dapat dikontrol.

Menurut Rotter (Safitri, 2013) mendefinisikan bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) adalah mengindikasikan bahwa individu percaya diri bertanggung jawab atas segala kejadian yang dialami. Individu yang berorientasi pada *locus of control internal* lebih yakin bahwa peristiwa yang dialami dalam kehidupan mereka terutama ditentukan oleh kemampuan dan usahanya sendiri.

Penelitian yang dilakukan Belanger (Ryff & Marshall, 1999) tentang locus kendali internal (*locus of control internal*), membuktikan adanya tingkat tinggi bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) dapat melindungi individu dari stres kerja, tekanan psikologis dan peneliti juga menemukan bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) mempengaruhi kesehatan/kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian lainnya juga membuktikan bahwa *orientasi locus of control internal* ternyata lebih banyak menimbulkan akibat-akibat yang positif. Seperti Leo (Muslimah & Nurhalimah, 2012) mengemukakan bahwa status

sosial ekonomi, kepercayaan diri, aspirasi, dan harapan pada mereka yang memiliki locus kendali internal ternyata tinggi. Dan lebih lanjut menurut Rokeah (Muslimah & Nurhalimah, 2012) menyatakan bahwa orang yang mempunyai locus kendali internal lebih bisa mengendalikan dirinya sendiri dari pada orang dengan locus kendali eksternal (karna perilakunya lebih mudah untuk dipengaruhi faktor-faktor luar).

Sedangkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Arifin & Rahayu (2011) mengemukakan bahwa hasil analisa korelasi antara kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dengan locus kendali (*locus of control*) diperoleh menunjukkan bahwa semakin tinggi locus kendali internal (*locus of control internal*) seseorang, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) seseorang, sebaliknya semakin tinggi locus kendali eksternal (*locus of control eksternal*) seseorang, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) seseorang.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap beberapa dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR pada tanggal 17-11-2021, peneliti menemukan bahwa banyaknya jemuran yang berserak dan banyaknya baju-baju yang sudah beraroma tidak sedap, di karenakan sudah terendam sehari-hari bahkan berminggu-minggu dan banyaknya dyah (santriwati) yang masih berketergantungan dengan ibu asrama dan kakak organisasi dalam melaksanakan segala kegiatan dipondok, seperti ibu asrama harus mengarahkan dyah (santriwati) dalam segala kegiatan barulah dyah (santriwati) mengerti apa yang harus di lakukannya.

Peneliti juga menemukan bahwa dyah (santriwati) belum mampu menerima dirinya berada di PDAR dan selalu membandingkan dirinya dengan teman-teman yang berada di luar pondok, kemudian peneliti menemukan adanya perkelahian verbal (saling menyakiti dengan melontarkan kata-kata tidak baik, berupa cacian), dan perkelahian nonverbal (saling menyakiti dengan fisik seperti memukul), kemudian dari wawancara dengan beberapa sampel, peneliti menemukan bahwa banyaknya dyah (santriwati) yang masih kurang dalam penguasaan lingkungan, ini terbukti dengan banyaknya dyah (santriwati) yang belum mampu menggunakan bahasa asing dengan baik dan dyah (santriwati) belum mampu mengikuti segala peraturan yang berlaku di PDAR, ini dibuktikan dengan banyaknya nama-nama dyah (santriwati) yang melanggar peraturan seperti pelanggaran bahasa, pelanggaran ibadah & pelanggaran kebersihan, dan nama-nama dyah (santriwati) yang melanggar peraturan ini dapat kita dengar melalui pengeras suara yang ada di lingkungan pesantren dan berdasarkan wawancara peneliti terhadap beberapa sampel, peneliti menemukan bahwa dyah (santriwati) yang kabur dari pondok PDAR dikarenakan tidak mampu lagi untuk mengikuti segala peraturan di PDAR.

Permasalahan lainya yang peneliti temukan bahwa dyah (santriwati) mengalami pertumbuhan pribadi yang kurang baik sehingga menghambatnya dalam berkembang, ini dapat dibuktikan dari hasil wawancar peneliti dengan beberapa sampel dyah (santriwati) yang duduk di bangku kelas I (satu) taksis SMA PDAR, beberapa sampel tersebut merasa tidak mampu untuk mengubah dirinya dari watu ke waktu dengan baik, mereka merasa malas, bosan dan

tertudur setiap kali mengikuti materi yang ada di PDAR.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan beberapa sampel, peneliti menemukan bahwa dyah (santriwati) masi belum memiliki gambaran hidup atau masi belum memiliki tujuan hidup bahkan belum memahami makna dari hidupnya sendiri, mereka berpendapat bahwa cita-cita atau tujuan mereka akan terpikirkan kelak ketika mereka sudah dewasa dan ada juga yang berpendapat bahwa tujuan hidup tidaklah penting karna ia berpendapat bahwa hidup ini seperti air mengalir, kita hanya mengikutinya saja tanpa harus berusaha untuk melawan arus atau tanpa harus memikirkan strategi agar bisa sampai ke tujuan. Dan dyah (santriwati) PDAR merasa tidak bahagia berada di PDAR, yang diakibatkan oleh semua hal yang ada dilingkungan pesantren yang menekan, mulai dari segala peraturan yang berlaku di PDAR, sampai menu makanan yang tidak sedap, sehingga membuat dyah (santri wati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR semangkin tidak nyaman berada di PDAR. Di tambah lagi kurangnya dukungan dari keluarga, yang mana keluarga hanya memasukkannya ke PDAR tanpa memberikan dukungan (*support*) untuknya seperti mengunjunginya di hari libur dan sulitnya berkomunikasi dan keluarga juga tidak terlalu peduli dengan hasil belajar.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut diketahui bahwa remaja yang duduk di kelas I (satu) taksis SMA PDAR memiliki kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) negatif. Maka dari itu dukungan sosial (*social support*) dan lokus kendali (*locus of control*) sangat di butuhkan oleh para dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR, karena dukungan sosial

(*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) sangat berperan dalam membentuk kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) dyah (santriwati) di PDAR kearah yang positif. Karena dengan dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dapat membantu dyah (santriwati) memiliki kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) yang baik atau positif, dan dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) yang baik dyah (santriwati) PDAR mampu membawa diri dengan baik dan mampu bersosialisasi dengan baik didalam lingkungannya.

Berdasarkan uraian dan contoh kasus di atas, dapat kita lihat bahwa dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) memiliki peranan yang cukup penting dalam pembentukan perkembangan individu, khususnya pembentukan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) yang baik atau positif. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial (*Social Support*) dan Locus Kendali (*Locus Of Control*) dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Pada Santriwati di Pesantren Darul Arafah Raya”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka dapat dikatakan bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR. Adapun faktor-faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santri wati di PDAR yakni faktor dukungan sosial (*social support*) dan

lokus kendali (*locus of control*), dimana dari kedua faktor tersebut sangat berperan aktif terhadap kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) individu. Dengan demikian, yang menjadi identitas masalah didalam penelitian ini adalah :

1. Dukungan sosial (*social support*) dan lokus kendali (*locus of control*) memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR
2. Dukungan sosial (*social support*) memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR
3. Locus kendali (*locus of control*) memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dan lokus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.
2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.

3. Apakah ada hubungan antara locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada santriwati di PDAR.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini di harapkan dapat mengembangkan kajian ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan sehingga dapat dijadikan referensi dalam pembelajaran dan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi dyah (santriwati) SMA PDAR.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi dan masukan bagi para dyah (santriwati) di PDAR agar kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) positif. Sehingga para dyah (santriwati) di PDAR bisa memahami dan dapat mempersiapkan diri untuk terjun kedalam lingkungan masyarakat dimanapun ia berada.

b. Manfaat untuk Orang tua dan Sekolah

Memberikan informasi dan membantu orang tua untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya dukungan sosial dan locus kendali (*locus of control*) dalam proses meningkatkan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) pada diri dyah (santriwati) PDAR.

c. Manfaat bagi Penelitian

Penelitian ini memberikan wawasan dalam pengembangan penelitian khususnya dalam penelitian kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*).

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Hurlock (1980) Masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Menurut Mabey dan Sorensen (Geldard, 2011) remaja adalah ketika seorang anak muda harus beranjak dari ketergantungan menuju kemandirian, otonomi, dan kematangan, seseorang yang ada pada tahap ini akan bergerak dari bagian suatu kelompok keluarga menuju bagian dari suatu kelompok teman sebaya hingga mampu berdiri sendiri sebagai seorang dewasa.

Menurut Sarwono (2011) menyatakan bahwa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tandan-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa, serta terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif mandiri.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai masa remaja menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa : masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewas, peralihan dari ketergantungan

menjadi mandiri. Dan usia dimana individu berbaur dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

2. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (1980) antara lain :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Kendatipun semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar kepentingannya berbeda-beda. Ada beberapa periode yang lebih penting dari pada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan pada masa ini, remaja bukan lagi

seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak ia akan diajari untuk “bertindak sesuai umurnya.” Kalau remaja berusaha berperilaku seperti orang dewasa, ia sering kali dituduh “terlalu besar untuk celananya” dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga. Ada lima perubahan yang sama yang hampir bersifat universal yaitu perubahan emosi, perubahan tubuh, perubahan minat dan pola perilaku, perubahan nilai, dan bersikap ambivalen yaitu menginginkan dan menuntut kebebasan.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. pertama, sepanjang masa kanak-kanak masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman

dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orangtua dan guru-guru. Karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya, banyak di antaranya yang bersifat negatif.” Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang

tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewas, yaitu meroko, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai ciri-ciri masa remaja dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja adalah sebagai periode yang penting, sebagai periode peralihan, sebagai periode perubahan, sebagai usia bermasalah, sebagai masa mencari identitas, sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, sebagai masa yang tidak realistik, dan sebagai ambang masa dewasa. Pada masa remaja banyak terjadi perubahan, baik fisik maupun psikis.

3. Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Blos (Sarwono, 2016) yang penganut aliran psikoanalisis berpendapat bahwa perkembangan pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*coping*), yaitu untuk secara aktif mengatasi *stress* dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah. Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada tiga tahap perkembangan remaja :

a. Remaja Awal (*early adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara ertis, dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebihan-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap "ego" menyebabkan para remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

b. Remaja Madya (*middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan "narcisic", yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman punya sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana : peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimistis atau pesimistis, idealis atau materialis, dan sebagainya. remaja pria harus membebaskan diri dari *Oedipoes Complex* (perasan cinta

pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lain jenis.

c. Remaja Akhir

Masa ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal, yaitu:

1. Minat yang makin mantap tahap fungsi-fungsi intelek.
2. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
3. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
4. *Egocentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
5. Tumbuh ‘dinding’ yang memisahkan diri dari pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai tahap perkembangan remaja menurut Blos (Sarwono, 2016) dapat disimpulkan bahwa tahap perkembangan remaja dapat dibagi menjadi tiga, yaitu remaja awal (*early adolescence*), remaja madya (*middle adolescence*), remaja akhir.

4. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Havighurst (Sarwono, 2016) tugas perkembangan remaja sebagai berikut :

- a. Menerima kondisi fisiknya dan memanfaatkan tubuhnya secara efektif.
- b. Menerima hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dari jenis kelamin yang manapun.

- c. Menerima peran jenis kelamin masing-masing (laki-laki atau perempuan).
- d. Berusaha melepaskan diri dari ketergantungan emosi terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
- e. Mempersiapkan karir ekonomi.
- f. Mempersiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga.
- g. Merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab.
- h. Mencapai sistem nilai dan etika tertentu sebagai pedoman tingkah laku.

Menurut Hurlock (1980) tugas perkembangan remaja adalah:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria, dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan karir ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai tugas perkembangan remaja menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa : tugas perkembangan remaja mencapi penerimaan keadaan fisiknya, menerima hubungan dengan satu jenis dan lawan jenisnya, menerima peran jenis kelaminnya, berusaha melepaskan diri dari ketergantungan emosi, mempersiapkan karir ekonomi,

mempersiapkan perkawinan dan hidup berkeluarga dan terakhir mencapai sistem nilai dan etika untuk pedoman untuk berperilaku.

B. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

Kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) adalah kebahagiaan yang ingin dicapai semua individu, Menurut Ryan & Deci (Steger dkk, 2008) Istilah kesejahteraan psikologis berawal dari tulisan filsuf Aristoteles mengenai eudemonia, Istilah ini tidak hanya memberikan arti kebahagiaan atau menunjukkan antara kepuasan terhadap keinginan yang benar dan salah (hedonis), melainkan eudemonia lebih berpusat pada keberadaan manusia, yaitu bertujuan untuk mencapai kesempurnaan dengan jalan merealisasikan potensi yang sebenarnya. Jiwa yang bahagia menggambarkan seberapa positif seseorang menghayati dan menjelaskan fungsi-fungsi psikologisny.

Menurut Wijaya (2011) kebahagiaan sering kali disamakan dengan perasaan puas yang dirasakan individu, walaupun kedua hal itu memiliki arti yang berbeda. Kebahagiaan individu mempengaruhi sekelilingnya secara positif karena individu yang bahagia memancarkan energy positif, sedangkan perasaan puas tidak mempunyai makna sedalam itu. Perasaan puas berarti terpenuhinya kebutuhan level tertentu, namun karena kebutuhan manusia terus meningkat maka perasaan puas tidak benar-benar tercapai.

Menurut Ryff (Wijaya, 2011) menyimpulkan bahwa kebahagiaan / kesejahteraan psikologis bukan motivasi utama individu, tetapi lebih kepada

hasil dari proses kehidupan. Hal ini berarti bahwa kebahagiaan ada di dalam proses hidup, apapun tujuan kepuasan yang ingin dicapai. Dengan menikmati setiap waktu yang berjalan, peristiwa, persoalan, dan pemecahan masalah, maka kebahagiaan dengan sendirinya telah dimiliki individu.

Menurut Ryff (Ryff & Marshall, 1999) kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) adalah suatu kondisi, di mana individu tidak memiliki penyakit dari kesehatan mental (misalnya individu tidak depresi atau cemas).

Menurut Ryff (Ramadhan, 2012) kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) adalah suatu kondisi di mana individu mampu menerima dirinya sendiri apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan dalam hidup dan individu mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

Menurut Ryan & Deci (Wells, 2010) berpendapat bahwa ketika merujuk pada kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*), kita akan berbicara tentang konstruksi yang terkait dengan fungsi optimal atau positif seseorang.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-being* (PWB) menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kebahagiaan dan jiwa yang bahagia menggambarkan seberapa positif seseorang terhadap suatu hal dan kebahagiaan individu dapat memancarkan energy positif, sedangkan perasaan puas tidak mempunyai makna sedalam itu. kesejahteraan psikologis

(*Psychological Well-Being*) adalah individu tidak memiliki penyakit dari kesehatan mental, dan mampu menerima dirinya sendiri, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan dalam hidup dan individu mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*)

Menurut Ryff & Marshall (1999) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang antara lain:

a. Usia

Usia mempengaruhi perbedaan dalam dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Aspek-aspek yang berkaitan dengan penguasaan dan otonomi diri seseorang menunjukkan adanya peningkatan seiring bertambahnya usia. Sedangkan aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi seseorang semakin menurun sejak usia paruh baya ke usia tua.

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) antara pria dan wanita dipengaruhi oleh adanya *stereotype gender* yang cenderung menggambarkan pria sebagai sosok yang agresif dan mandiri, sementara wanita adalah sosok yang pasif, tergantung, serta sensitive terhadap

perasaan orang lain, hal ini yang mengakibatkan sebagai besar wanita menunjukkan skor yang lebih tinggi dari pada pria pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

c. Kepribadian

Salah satu kepribadian yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang adalah locus kendali internal (*locus of control internal*). Locus kendali internal (*locus of control internal*) dapat melindungi individu dari stres kerja, tekanan psikologis dan peneliti juga menemukan bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) mempengaruhi kesehatan/kesejahteraan psikologis.

d. Dukungan sosial

Dukungan sosial berasal dari teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya. Dukungan sosial bertujuan untuk memberikan dukungan dalam mencapai tujuan dan dukungan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu, di mana dukungan sosial berguna untuk mengurangi efek stress yang ada.

Menurut Ryff (1995) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang antara lain:

a. Faktor demografis

Faktor demografis yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) individu yaitu sebagai berikut : usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya.

b. Dukungan sosial

Dukungan sosial diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, ataupun pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapatkannya dari berbagai sumber, seperti pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dan organisasi sosial.

c. Evaluasi terhadap pengalaman hidup

Pengalaman hidup mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap kesejahteraan psikologis individu.

d. Locus of control (LOC)

Lokus kendali atau *Locus Of Control* dapat didefinisikan sebagai suatu ukuran harapan umum seseorang tentang pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (*reinforcement*) yang mengikuti perilaku tertentu, dapat memberikan peramalan terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang.

Menurut Wells (2010) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang antara lain:

a. Usia

Kesejahteraan psikologis dapat sangat bervariasi dalam kaitannya dengan usia, menurut Ryff & Keyes (Wells, 2010) menganggap bahwa orang tua mengalami pertumbuhan pribadi yang kurang, dan menyatakan bahwa penguasaan lingkungan dan otonomi meningkat ketika individu mencapai

tahap yang lebih tua. Penguasaan lingkungan cenderung lebih baik pada usia paruh baya dan lanjut usia dibandingkan pada usia muda.

b. Jenis kelamin

Telah dijelaskan bagaimana kesejahteraan psikologis dapat berhubungan positif dengan faktor-faktor seperti kepuasan dengan hidupan dan konsep diri atau harga diri. Beberapa penelitian telah menilai perbedaan kesejahteraan psikologis dan konsep diri antara jenis kelamin. Menurut Pinquart & Sorensen (Wells, 2010) menjelaskan bahwa dalam beberapa kasus, kesejahteraan psikologis ditemukan sedikit lebih tinggi diantara pria dari pada wanita, juga ditemukan bahwa wanita menunjukkan tingkat kepuasan hidup, kebahagiaan, harga diri yang lebih rendah dibanding pria.

c. Status perkawinan

Hubungan yang terjalin antara suami dan istri memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Hasil studi Aguir & Burillo (Wells, 2010) menunjukkan bahwa hubungan yang baik dengan pasangan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Dan sebaliknya mereka mengklaim bahwa hubungan suami istri yang terjalin tidak baik cenderung memiliki kesehatan mental yang buruk dan ini dapat berdampak buruk terhadap kesejahteraan psikologis individu.

d. Sosial ekonomi

Penelitian Ryff (Wells, 2010) tentang dampak tingkat ekonomi terhadap tingkat kesejahteraan menunjukkan hubungan yang jelas antara tingkat sosial

ekonomi dan beberapa dimensi kesejahteraan, seperti penerimaan diri dan pertumbuhan pribadi.

Menurut Ryff dan Singer, (Tanujaya, 2014) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, di antaranya adalah:

a. Usia

Manurut Ryff dan Singer (Tanujaya, 2014) menjelaskan bahwa beberapa dimensi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seperti penguasaan lingkungan dan otonomi diri cenderung meningkat seiring dengan berjalannya waktu dan bertambahnya usia seseorang, khususnya pada saat beranjak dari masa dewasa muda menuju masa dewasa menengah. Dan dimensi-dimensi lain seperti pengembangan pribadi dan tujuan hidup cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia individu, khususnya dari masa dewasa menengah menuju masa usia lanjut.

b. Jenis kelamin

Hasil penelitian Ryff dan Singer (Tanujaya, 2014) menyatakan bahwa perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis. Ditemukan bahwa para wanita dari segala usia cenderung memiliki skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pengembangan pribadi bila dibandingkan dengan pria.

c. Status sosial ekonomi

Dari hasil penelitian Ryff dan Singer (Tanujaya, 2014), ditemukan bahwa kesejahteraan psikologis yang tinggi (terutama pada dimensi tujuan hidup dan pengembangan pribadi) dijumpai pada individu yang memiliki tingkat

pendidikan yang tinggi. Kesejahteraan psikologis yang tinggi juga dijumpai pada individu yang mempunyai status pekerjaan yang bagus ataupun status pekerjaan yang tinggi.

Menurut Perez (Wulandari, 2016) mengklasifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu sebagai berikut :

a. Afektif

Faktor ini meliputi frekuensi pengalaman positif atau suatu perasaan seperti kegembiraan dan kebahagiaan. Individu yang memiliki keseimbangan antara perasaan maka akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik atau positif.

b. Sosial

Kesejahteraan psikologis juga dapat dipengaruhi oleh Individu yang memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang-orang yang ada dilingkungannya.

c. Kognitif

Individu yang memiliki penerimaan diri dan martabat, optimis, motivasi, sikap umum terhadap kehidupan dan tantangan sebagai variable penting dalam pemahaman kesejahteraan psikologis.

d. Spiritual

Faktor spiritual dianggap penting dalam kesejahteraan psikologis individu. Aspek spiritual dipandang sebagai komitmen untuk menjadikan diri lebih aktualisasi agar lebih hati-hati dalam mencari tujuan hidup. Spiritualitas

dipahami sebagai adanya hubungan dengan Sang Pencipta dalam kedudukan yang lebih tinggi lagi.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-being* (PWB) individu menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa : kesejahteraan psikologis dapat di pengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, kepribadian, status ekonomi dan dukungan sosial. Dapat di pengaruhi oleh faktor demografis, dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, locus Of Control (LOC), usia, jenis kelamin, status perkawinan, sosial ekonomi, afektif , sosial, kognitif dan Spiritual.

3. Dimensi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*)

Ryff & Keyes (Clarke dkk, 2001) dimensi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) sebagai berikut :

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri didefinisikan sebagai sikap atau pandangan positif terhadap diri sendiri mencakup kesadaran akan keterbatasan pribadinya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memandang dirinya secara positif, mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sehingga mampu merasakan kepuasan dalam hidupnya, serta tidak larut dalam masa lalunya. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah akan memandang dirinya secara negative sehingga sering merasakan kekecewaan dan tidak dapat mencapai kepuasan hidup.

b. Hubungan yang positif dengan orang lain

Hubungan yang positif dengan orang lain didefinisikan sebagai hubungan yang terjalin di atas kepercayaan, adanya kehangatan, dan saling memahami, individu yang mampu menjalin dan menjaga hubungan yang hangat dengan orang lain merupakan individu yang matang.

c. Otonomi

Otonomi didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengatur dirinya, memiliki kebebasan, dan bersikap mandiri. Individu yang memiliki tingkat otonomi yang baik maka akan mampu mengatur sikap dan berpikir kritis apa yang terbaik bagi dirinya dan bagaimana ia harus bertindak. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat otonomi yang rendah akan menampilkan sikap kurang mandiri, bergantung dengan individu lain sehingga tidak mampu dalam berpikir dengan kritis.

d. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menciptakan peluang untuk merealisasikan potensi yang ada pada dirinya dan memenuhi kebutuhannya. Individu yang baik adalah individu yang mampu menggunakan peluang dan menciptakan kesempatan untuk mengembangkan dirinya. Sebaliknya, individu yang kurang dalam penguasaan lingkungan akan kehilangan kesempatan yang ada sehingga potensi dalam dirinya tidak dapat berkembang.

e. Tujuan hidup

Tujuan hidup didefinisikan sebagai arah hidup yang dapat memberikan mana bagi diri individu. Individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas maka

akan mampu merealisasikan apa yang diinginkannya sehingga dapat membawa dirinya ke kehidupan yang lebih baik. Sebaliknya, jika individu kurang memiliki arah hidup yang jelas maka akan mengalami kesulitan dalam merealisasikan cita-citanya, cenderung berada pada masa lalu, dengan kata lain tidak mampu menghadapi perubahan.

f. Pertumbuhan pribadi

Pertumbuhan pribadi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk terus mengembangkan potensi diri sehingga dapat menjadi individu yang berfungsi sepenuhnya. Individu yang mampu berfungsi secara baik adalah individu yang mampu berkembang dan meningkatkan potensi diri dengan menyadari pengalaman dan peristiwa yang terjadi di sekitarnya. Sebaliknya, individu yang kurang berfungsi secara baik akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan diri sehingga cenderung tidak mengalami peningkatan dalam bersikap.

Dimensi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) menurut Ryff (Wells, 2010) sebagai berikut :

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri menjelaskan bahwa bagian penting dari kesejahteraan dan menyangkut opini positif seseorang yang dimiliki dirinya sendiri. Ini tidak mengacu pada cinta diri narsistik atau harga diri yang dangkal, melainkan untuk membangun harga diri yang mencakup baik positif maupun negatif. Penulis lain berbicara tentang ini sebelumnya, Jung & Franz (Wells, 2010) menekankan bahwa hanya orang yang sepenuhnya individual dapat menerima

kegagalannya sendiri. Konsep integritas ego yang diperkenalkan oleh Erikson (Wells, 2010), juga mengacu pada seseorang yang berdamai dengan kemenangan dan kegagalannya sendiri di masa lalu kehidupan. Penerimaan diri ini dibangun dengan penilaian diri yang jujur; orang tersebut menyadari kegagalan dan keterbatasan pribadinya, tetapi memiliki cinta untuk menerima dan memeluk dirinya apa adanya.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif dengan orang lain ini termasuk ketabahan, kesenangan dan kemanusiaan kesenangan yang datang dari kontak dekat dengan orang lain, dari keintiman dan cinta. Teori tentang tahapan perkembangan orang dewasa juga menekankan hubungan dengan orang lain (*intimacy*) dan bimbingan serta perhatian orang lain (*generativitas*). Pentingnya memiliki hubungan positif dengan orang lain adalah berulang kali ditekankan dalam definisi kesejahteraan psikologis.

c. Otonomi

Otonomi mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengejar keyakinan pribadi, bahkan jika ini bertentangan dengan dogma yang diterima atau kebijaksanaan konvensional. Ini juga mengacu pada kemampuan untuk menyendiri jika perlu dan untuk hidup mandiri, Ryff & Singer (Wells, 2010). dalam teori tentang aktualisasi diri, pengaktualisasi diri digambarkan sebagai berfungsi secara mandiri dan tahan terhadap enkulturasi. Dalam studi tentang konsep orang yang berfungsi penuh, orang ini adalah seseorang dengan kerangka penilaian internal, yang terutama tidak tertarik pada apa orang lain

memikirkannya, tetapi akan menilai dirinya sendiri menurut pribadinya sendiri standar, Ryff & Singer (Wells, 2010).

d. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan menyatakan bahwa ini adalah faktor penting lainnya dalam kesejahteraan dan kekhawatiran tantangan seseorang menguasai lingkungan di sekitarnya. Kemampuan ini membutuhkan keterampilan untuk menciptakan dan memelihara lingkungan yang bermanfaat bagi individu. Kemampuan individu untuk memilih atau mencipta lingkungan yang sesuai untuk keadaan mentalnya didefinisikan sebagai karakteristik mental kesehatan. Menurut teori perkembangan rentang hidup, bagi seseorang untuk secara memadai menguasai lingkungannya, ia membutuhkan kemampuan untuk mengelola dan mengendalikan kompleks lingkungan, menekankan dari perspektif ini kebutuhan untuk bergerak maju dalam dunia dan mengubahnya secara kreatif dengan aktivitas fisik dan mental.

e. Tujuan hidup

Tujuan hidup menyatakan bahwa ini adalah kemampuan seseorang untuk menemukan makna dan arah dalam dirinya sendiri, pengalaman mengusulkan dan menetapkan tujuan dalam hidupnya. Definisi kedewasaan juga dengan jelas menekankan pemahaman tentang tujuan hidup dan adanya rasa arah dan intensionalitas yang berfungsi positif bagi seseorang untuk memiliki tujuan, niat dan rasa arah, dan semua ini membantu untuk memberikan makna hidup

f. Pertumbuhan pribadi

Pertumbuhan pribadi menyatakan bahwa faktor ini menyangkut kemampuan seseorang untuk menyadari potensinya sendiri dan bakat dan untuk mengembangkan sumber daya baru. Ini juga sering melibatkan pertemuan dengan kesulitan yang mengharuskan seseorang untuk menggali lebih dalam untuk menemukan kekuatan batinnya. Ini terkait dengan keterbukaan terhadap pengalaman baru, yang merupakan kuncinya karakteristik orang yang berfungsi penuh. Teori rentang hidup juga secara eksplisit menekankan pentingnya untuk terus berkembang dan menangani tugas-tugas baru atau tantangan dalam berbagai tahap kehidupan seseorang.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-being* (PWB) individu menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat digambarkan dari tidak menggantungkan diri pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting serta mampu mandiri dan dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal diluar diri dan mampu berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya, serta menganggap bahwa hidupnya bermakna dan berarti, baik di masa lalu, kini maupun yang akan datang, mampu menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai, dan saling memperdulikan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain, memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya, suatu sikap yang mampu mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya baik yang positif maupun negative.

C. Dukungan Sosial (*social support*)

1. Pengertian Dukungan Sosial (*social support*)

Dukungan sosial atau *social support* adalah hal yang penting bagi seseorang yang sedang menghadapi permasalahan, karena dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan, baik secara fisik maupun emosi maka individu tersebut akan terjadi lebih mudah mengatasi masalah-masalah ataupun kejadian yang menyusahkan dirinya. Menurut Cobb (Ryff & Marshall, 1999) dukungan sosial (*social support*) paling sering mengacu pada fungsi membantu yang dilakukan individu kepada individu lainnya, yang signifikan seperti anggota keluarga, teman, rekan kerja, saudara, dan tetangga.

Menurut Irwin dkk, (1985) dukungan sosial mengacu pada fungsi membantu individu yang dilakukan oleh orang lain seperti keluarga, anggota, teman, rekan kerja, saudara dan tetangga ini biasanya termasuk kedalam bantuan sosioemosional (cinta, perhatian, penghargaan, nilai, empati, simpati dan rasa memiliki kelompok), bantuan instrumental (meminjamkan uang atau membantu mengerjakan tugas orang yang sedang stress), dan bantuan informasi.

Sedangkan Cohen dan Wills (Mahmudi & Suroso, 2014) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang

dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri individu yang bersangkutan.

Menurut Gottlieb (Smet, 2018) dukungan sosial (*social support*) terdiri dari informasi atau nasehat *variable/non variable*, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Menurut Cobb (Smet, 2018) menekankan orientasi subyektif yang memperlihatkan bahwa dukungan sosial itu terdiri atas informasi yang menuntun orang meyakini bahwa ia diurus dan disayangi.

Sarafino (Smet, 2018) dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan individu, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang atau menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai dukungan sosial menurut beberapa ahli maka dapat disimpulkan bahwa : dukungan sosial (*social support*) adalah bantuan yang dilakukan individu kepada individu lainnya, yang dilakukan oleh orang lain seperti keluarga, anggota, teman, rekan kerja, saudara. Dan dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa. dukungan sosial (*social support*) terdiri dari informasi atau nasehat *variable/non variable*, bantuan nyata, atau tindakan dan mempunyai manfaat

emosional. Dan ini menekankan orientasi subyektif meyakini bahwa ia diperdulikan dan disayangi atau membantu orang atau menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial (*Social Support*)

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut Robbins (2007), adalah sebagai berikut :

a. Kebutuhan fisik

Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial. Adapun kebutuhan fisik seperti sandang, pangan dan papan. Apabila seseorang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka seseorang tersebut kurang mendapat dukungan sosial.

b. Kebutuhan sosial

Dengan aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih kenal oleh masyarakat daripada orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Orang yang mempunyai aktualisasi diri yang baik cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan bermasyarakat. Untuk itu pengakuan sangat diperlukan untuk memberikan penghargaan.

c. Kebutuhan psikis

Dalam kebutuhan psikis seperti rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius, tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Seseorang yang sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka individu tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar

Sedangkan Menurut Myers (Utomo & Sudjiwanati, 2018), ada empat faktor yang dapat menyebabkan terbentuknya dukungan sosial, yaitu:

a. Empati

Dimana kemampuan dan kecenderungan berempati kepada individu lain merupakan motif utama dalam tingkah laku yang mendorong individu. Rasa empati membuat seseorang ikut serta mengalami emosi yang dialami orang lain. Dengan berempati seseorang dapat memberikan motivasi orang lain untuk mengurangi masalah yang sedang dihadapi seseorang.

b. Pertukaran Sosial

Dalam teori pertukaran sosial dijelaskan adanya interaksi manusia yang berpedoman pada ekonomi sosial, yaitu adanya reward dan ganti rugi dengan cara memberi dan menerima. Teori ini mengatakan bahwa individu mencoba untuk melakukan interaksi dengan memaksimalkan reward dan meminimalkan beban sehingga dapat digunakan untuk meramalkan tingkah laku individu lain.

c. Sosiologi

Teori ini merupakan aplikasi dari prinsip evolusi, dimana perilaku menolong dianggap lebih menguntungkan bila dilakukan pada individu yang mempunyai hubungan darah sehingga keturunannya tetap survive daripada menolong individu lain yang dapat menghabiskan waktu dan tenaga. Jika akhirnya seseorang memutuskan untuk menolong individu lain, itu disebabkan karena mengharapkan bantuan yang sebaliknya dari individu yang ditolong.

d. Norma

Norma yang diterima oleh seseorang selama pertumbuhan dan perkembangan pribadi dari pengalaman bersosialisasi, mengarahkan seseorang untuk bertingkah laku secara tepat dan mengharuskan individu untuk menjalankan kewajiban-kewajiban dalam kehidupan sosial. Hal tersebut akan membentuk kepedulian untuk memberikan pertolongan kepada individu lain.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut beberapa ahli maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat dipengaruhi oleh faktor kebutuhan fisik, faktor kebutuhan sosial, faktor kebutuhan psikis, faktor empati, faktor pertukaran Sosial, faktor sosiologi dan norma.

3. Aspek-aspek Dukungan Sosial (*social support*)

Menurut House (Smet, 2018) aspek-aspek dukungan Sosial (*social support*) sebagai berikut :

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan (misalnya : umpan balik, penegasan).

b. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan petbandingan positif orang itu dengan orang-orang lain,

seperti misalnya individu-individu yang kurang mampu atau buruk keadaannya (menambah penghargaan diri).

c. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental mencakup bantuan langsung, seperti kalau orang-orang memberi pinjaman uang kepada orang itu atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress.

d. Dukungan informative

Dukungan informative mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk saran-saran atau umpan balik.

Aspek dukungan sosial menurut Sarafino, (Utami & Raudatussalamah, 2016) yaitu sebagai berikut :

a. Dukungan Emosional

Aspek dukungan ini dapat berupa memberikan perhatian, adanya kepedulian dan dapat menjadi pendengar yang baik.

b. Dukungan Instrumental

Aspek dukungan Instrumental dapat berupa seperti memberikan dukungan melalui biaya, transportasi ataupun fasilitas-fasilitas lain.

c. Dukungan Informasi

Adanya aspek dukungan ini bertujuan untuk memberikan sebuah petunjuk kepada individu yang bersangkutan betapa pentingnya dukungan sosial bagi kesejahteraan psikologis individu.

d. Dukungan Penghargaan

Aspek dukungan ini bertujuan untuk membangun rasa harga diri pada setiap individu dan individu tersebut menjadi lebih dihargai oleh orang lain. Dukungan yang dapat diberikan dapat berupa dengan memberikan penilaian positif atau dengan memberikan pujian.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari dukungan sosial dari pendapat beberapa ahli yaitu : dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informative ke empat aspek ini yang menjadi bentuk bantuan yang diberikan individu kepada individu lainnya yang bersangkutan.

D. Locus Kendali (*Locus Of Control*)

1. Pengertian Locus Kendali (*Locus Of Control*)

Locus kendali (*locus of control*) adalah sebuah perilaku yang dapat menjelaskan apakah seseorang merasakan bahwa hasil kerjanya dikendalikan secara internal atau eksternal. Menurut Rotter (1996) Locus kendali (*locus of control*) merupakan salah satu variable kepribadian, yang didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap mampu tidaknya mengontrol nasib sendiri. Sedangkan menurut Baron & Byrne (1994) Locus kendali (*locus of control*) diartikan sebagai persepsi seseorang tentang sebab-sebab keberhasilan atau kegagalan dalam melaskan pekerjaannya.

Menurut Levenson (Safitri, 2013) mendefinisikan bahwa locus kendali (*locus of control*) adalah keyakinan seseorang mengenai sumber penyebab dari peristiwa-peristiwa yang dialami dalam hidupnya. Seseorang juga dapat

memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatur kehidupannya, atau justru orang lainlah yang mengatur kehidupannya, bisa juga ia berkeyakinan faktor nasib, keberuntungan, atau bisa juga ia berkeyakinan seperti sebuah kesempatan yang mempunyai pengaruh besar dalam kehidupannya.

Rotter (Safitri, 2013) juga menjelaskan bahwa *locus of control* dapat di bagi menjadi dua kategori, yaitu internal dan eksternal. Menurut Rotter (Safitri, 2013) mendefinisikan bahwa *locus of control internal* adalah mengindikasikan bahwa individu percaya diri bertanggung jawab atas segala kejadian yang dialami. Individu yang berorientasi pada locus kendali internal (*locus of control internal*) lebih yakin bahwa peristiwa yang dialaminya didalam kehidupannya terutama ditentukan oleh kemampuan dan usahanya sendiri.

Menurut Lefcourt (Smet, 2018) *Locus of control internal* mengacu pada derajat dimana individu memandang peristiwa-peristiwa yang terjadi didalam kehidupnya ialah sebagai konsekuensi dari perbuatannya sendiri dengan demikian dapat di control.

Menurut Grimes, dkk (2004) menyatakan bahwa locus kendali internal (*locus of control Internal*) adalah konstruk psikologis yang digunakan untuk mengidentifikasi persepsi individu mengenai control dirinya terhadap lingkungan eksternal dan tingkat tanggung jawab dari hasil perilaku.

Menurut Smet (2018) mendefinisikan bahwa locus kendali eksternal (*locus of control eksternal*) adalah sesuatu yang tidak berhubungan dengan perilakunya sehingga di luar kontrol pribadinya.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai locus kendali atau *Locus of control* menurut beberapa ahli maka dapat disimpulkan bahwa : locus kendali (*locus of control*) merupakan salah satu kepribadian, yang diartikan sebagai keyakinan individu terhadap mampu tidaknya individu dalam mengontrol keadaan. Dan locus kendali (*locus of control*) yakni persepsi seseorang tentang penyebab keberhasilan atau kegagalan dalam hidupnya. Locus kendali (*Locus of control*) dibagi menjadi dua : *Locus of control internal* dan *Locus of control external*. *Locus of control internal* mengacu pada individu memandang peristiwa-peristiwa yang terjadi pada dirinya adalah dari konsekuensi dari perbuatannya sendiri dengan demikian dapat di control sedangkan locus kendali eksternal (*locus of control eksternal*) adalah sesuatu yang tidak berhubungan dengan perilakunya sehingga di luar kontrol pribadinya.

2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Locus Kendali (*Locus of control*)

Menurut Garcia & Levenson (Lefcourt, 1981) Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi locus kendali (*locus of control*) yang dimiliki individu sebagai berikut :

a. Faktor Jenis Kelamin

Platt, dkk (Lefcourt, 1981) menekankan pentingnya mempertimbangkan perbedaan gender dalam memeriksa hubungan antara locus kendali (*locus of control*) dan variable kepribadian lainnya. Data masuk utama berikutnya menunjukkan bahwa gender adalah moderasi yang kuat variable dalam memahami perkembangan orientasi locus kendali (*locus of control*). Harapan

kontrol oleh diri sendiri, orang lain dan kesempatan tampaknya memiliki penyebab dan efek yang berbeda tergantung pada jenis kelamin seseorang.

b. Faktor Sosial Ekonomi

Garcia & Levenson (Lefcourt, 1981) meneliti hubungan antara lokus kendali (*locus of control*) dengan status sosial. Bahwa keluarga berpenghasilan rendah memiliki persepsi kontrol yang rendah dibandingkan pada siswa yang lebih kaya.

c. Faktor Etnis

Garcia & Levenson (Lefcourt, 1981) meneliti hubungan antara lokus kendali (*locus of control*) dengan etnis. Bahwa tahanan kulit putih memiliki harapan kontrol pribadi (*locus of control internal*) lebih tinggi dari pada tahanan kulit hitam yang memiliki persepsi kontrol yang lebih besar oleh orang lain yang berkuasa dan oleh kekuatan kebetulan dari pada penjahat kulit putih (*locus of control eksternal*).

d. Faktor Budaya

Garcia & Levenson (Lefcourt, 1981) menjelaskan bahwa kebudayaan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi locus of control, seperti Jerman dan Amerika. Orang Jerman mendapat skor lebih tinggi pada dimensi eksternal (*locus of control eksternal*), dibandingkan Amerika yang memiliki skor lebih tinggi pada dimensi internal (*locus of control internal*)

yang terlihat dari nilai-nilai tradisional Amerika tentang kemandirian dan kesuksesan melalui kerja keras.

Dari beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penelitian sebelumnya, menemukan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi locus kendali (*locus of control*) yang dimiliki individu sebagai berikut :

a. Faktor keluarga

Menurut Kuzgun (dikutip Hamedoglu, dkk, 2012) keluarga merupakan lingkungan pertama bagi individu dalam memperoleh pengaruh locus kendali (*locus of control*) yang dimilikinya. Dimana orang tua dalam mendidik anak pada kenyataannya mewakili nilai-nilai dan sikap atas kelas sosial mereka. Kelas sosial yang disebutkan di sini tidak hanya mengenai status ekonomi, tetapi juga memiliki arti yang luas, termasuk tingkat pendidikan, kebiasaan, pendapatan dan gaya hidup . Individu dalam kelas sosial ekonomi tertentu mewakili bagian dari sebuah sistem nilai yang mencakup gaya dari sebuah sistem nilai yang mencakup gaya membesarkan anak, yang mengarah pada pembangunan karakter kepribadian yang berbeda. Dalam lingkungan otokratis di mana perilaku di bawah kontrol yang ketat, anak-anak tumbuh sebagai pemalu, suka bergantung. (*locus of control exsternal*). Di sisi lain, ia mengamati bahwa anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang demokratis, mengembangkan rasa individualisme yang kuat menjadi mandiri, dominan, memiliki keterampilan interaksi sosial, percaya diri, dan rasa ingin tahu yang besar (*locus of control internal*)

b. Faktor motivasi

Menurut Forte (dalli, dkk, 2017), kepuasan kerja, harga diri, peningkatan kualitas hidup (motivasi internal) dan pekerjaan yang lebih baik, promosi jabatan, gaji yang lebih tinggi (motivasi eksternal) dapat mempengaruhi *locus of control* seseorang. Reward dan punishment (motivasi eksternal) juga berpengaruh terhadap *locus of control* menurut Mischel (Dalli, dkk, 2017).

c. Faktor pelatihan

Program pelatihan telah terbukti efektif mempengaruhi *locus of control* individu sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuan peserta pelatihan dalam mengatasi hal-hal yang memberikan efek buruk. Pelatihan adalah sebuah pendekatan terapi untuk mengembalikan kendali atas hasil yang ingin diperoleh. Pelatihan diketahui dapat mendorong lokus kendali internal (*locus of control internal*) yang lebih tinggi, meningkatkan prestasi dan meningkatkan keputusan karir menurut Luzzo, Funk & Strang (dikutip Huang & Ford, 2011).

Dan beberapa hasil penelitian lainnya yang telah dilakukan oleh penelitian sebelumnya, menemukan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi lokus kendali (*locus of control*) sebagai berikut :

a. Stimulus

Menurut Monks (Safitri, 2013), jika kekurangan stimulasi dari lingkungan maka hal ini dapat menyebabkan seseorang mengalami deprivasi persepsual (tidak memperoleh stimulasi yang memadai).

b. Respon

Menurut Monks (Safitri, 2013), memberikan respon dan reaksi pada saat-saat yang tepat terhadap tingkah laku dapat memberikan pengaruh yang penting terhadap rasa diri. Aspek ini sangat berpengaruh dalam pembentukan *locus of control internal* atau *locus of control eksternal*, karena ketika lingkungan selalu merespon perilaku maka seseorang akan merasa bahwa dirinyalah yang menguasai *reinforcement*.

c. Usia

Rotter (Safitri, 2013), juga menemukan bahwa usia mempengaruhi *locus of control* yang dimiliki individu. Ditunjukkan dengan *locus of control internal* akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini berkaitan dengan tingkat kematangan berpikir dan kemampuan mengambil keputusan. Dimana teori Rotter menitik beratkan pada penilaian kognitif terutama persepsi sebagai penggerak tingkah laku dan tentang bagaimana tingkah laku dikendalikan dan diarahkan melalui fungsi kognitif.

d. Kebudayaan

Rothbaum, Weiz dan Snyder (Safitri, 2013), kebudayaan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *locus of control*, seperti pada budaya barat dan timur. Secara umum budaya barat lebih pada kendali internal, sedangkan budaya timur lebih pada kendali eksternal.

Berdasarkan beberapa paparan di atas mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi lokus kendali (*locus of control*) menurut beberapa ahli dapat

disimpulkan bahwa : bahwa faktor jenis kelamin, faktor etnis, faktor kebudayaan, faktor keluarga, faktor kepuasan kerja, faktor harga diri, faktor usia dan faktor lainnya adalah respon, aspek ini sangat berpengaruh dalam pembentukan locus of control internal atau eksternal, karena ketika lingkungan selalu merespon perilaku maka seseorang akan merasa bahwa dirinyalah yang menguasai *reinforcement*.

3. Aspek-aspek Locus Kendali (*Locus of control*)

Phares (Fadila, 2016) menjelaskan aspek-aspek locus kendali (*locus of control*) lebih terperinci, ada dua aspek locus kendali (*locus of control*) yaitu sebagai berikut :

1. Aspek Internal

Seseorang yang memiliki Locus Kendali internal selalu menghubungkan peristiwa yang dialaminya dengan faktor dalam dirinya, karena mereka percaya bahwa hasil dan perilakunya disebabkan oleh faktor dari dalam dirinya. faktor dalam aspek locus kendali internal (*locus of control internal*) antara lain sebagai berikut:

a. Kemampuan

Seseorang yakin bahwa kesuksesan dan kegagalan yang telah terjadi sangat dipengaruhi oleh kemampuan yang dimiliki.

b. Minat

Seseorang memiliki minat yang lebih besar terhadap kontrol perilaku, peristiwa dan tindakannya.

c. Usaha

Seseorang yang memiliki lokus kendali internal bersikap optimis, pantang putus asa dan akan berusaha semaksimal mungkin untuk mengontrol perilakunya.

2. Aspek Eksternal

Seseorang yang memiliki kokus kendali eksternal percaya bahwa hasil dan perilakunya disebabkan faktor dari luar dirinya, faktor dari aspek eksternal Antara sebagai berikut :

a. Nasib

Seseorang menganggap kesuksesan dan kegagalan yang dialami ditakdirkan dan mereka tidak dapat mengubah kembali peristiwa yang telah terjadi.

b. Keberuntungan

Seseorang yang berada pada tipe eksternal sangat mempercayai dengan adanya keberuntungan, mereka menganggap setiap orang memiliki keberuntung dalam hidupnya.

c. Sosial Ekonomi

Setiap orang yang memiliki tipe eksternal menilai orang lain berdasarkan tingkat kesejahteraan dan bersifat materialistic

d. Pengaruh Orang Lain

Seseorang yang memiliki tipe eksternal menganggap bahwa orang yang memiliki kekuasaan dan kekuatan yang lebih tinggi mempengaruhi perilaku mereka dan sangat mengharapkan bantuan orang lain.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek lokus kendali menurut Fadila (2016) ada dua, yaitu : aspek internal dan aspek eksternal. Aspek internal seperti kemampuan, minat, usaha, sedangkan aspek eksternal seperti nasib, keberuntungan, sosial ekonomi, dan pengaruh yang diperoleh dari orang lain

E. Hubungan Dukungan Sosial (*Social Support*) dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*).

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan suatu hal yang ingin dicapai oleh setiap individu untuk meraih kebahagiaan didalam hidupnya. Menurut Ryff (Prabowo, 2016) mendefinisikan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) telah didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya (*self acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), menetapkan tujuan hidupnya (*purpose in life*), dan merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*). Kemampuan tersebut dapat diupayakan dengan cara memfokuskan pada realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal*

expressiveness) dan pengaktualisasian potensi dirinya (*self actualization*) sehingga dapat berfungsi positif secara penuh dan meraih kebahagiaan.

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) individu menurut Ryff & Marshall (1999) yakni faktor dukungan sosial. Dukungan sosial (*social support*) adalah salah satu faktor yang dibutuhkan dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis di PDAR, guna untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (*psychological well-being*). Dukungan sosial (*social support*) merupakan salah satu istilah yang digunakan untuk menerangkan bagaimana hubungan sosial menyumbang manfaat bagi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Dyah (santriwati) PDAR yang tidak terlepas dari kondisi yang mereka alami seperti, kurang bahagia sehingga membuat para dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis di PDAR merasa tertekan dan sulit untuk beradaptasi di PDAR, dengan adanya dukungan sosial dari orang-orang terdekat dengan dirinya diharapkan akan mengurangi beban psikologis dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis di PDAR, sehingga dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis di PDAR dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (*psychological well-being*).

Dukungan sosial atau *social support* adalah hal yang penting bagi seseorang yang sedang menghadapi permasalahan, karena dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan, baik secara fisik maupun emosi maka individu tersebut akan lebih mudah mengatasi masalah-masalah ataupun kejadian yang menyusahkan dirinya. Menurut Cobb (Mahmudi & Suroso, 2014) dukungan sosial (*social support*) diartikan sebagai suatu kenyamanan,

perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Dukungan sosial (*social support*) terdiri dari informasi atau nasehat verbal/non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima (Smet, 2018).

Sedangkan Cohen dan Wills (Mahmudi & Suroso, 2014) mendefinisikan dukungan sosial (*social support*) sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial (*social support*) timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri seseorang. Menurut Jhonson & Jhonson (Saputri & Indrawati, 2011) dukungan sosial didefinisikan sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga meningkatkan kesejahteraan bagi individu yang bersangkutan.

Berdasarkan dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Dimana individu yang memperoleh dukungan sosial merupakan individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik. Ini diperkuat dengan adanya penelitian terdahulu, yaitu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh

Hardjo & Novita (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada remaja korban kekerasan seksual. Semakin tinggi dukungan sosial (*social support*) yang diterima oleh remaja korban kekerasan seksual maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang mereka miliki. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh remaja korban kekerasan seksual maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang mereka miliki. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Eva (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau, dengan nilai signifikansi sebesar $0.000(p < 0.005)$ dan koefisien korelasi sebesar 0.405 yang artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau.

F. Hubungan Locus Kendali (*Locus Of Control*) dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*).

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) positif yakni individu yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya sendiri, mampu bertindak secara otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan hidup dan memiliki makna hidup. Pernyataan ini diperkuat dengan pendapat ahli yaitu Ryff (Prabowo, 2016) mendefinisikan bahwa kesejahteraan

psikologis (*psychological well-being*) merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*). Disisi lain, menurut Hauser, dkk (Prabowo, 2016) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*).

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) menurut Ryff & Marshall (1999) yakni faktor lokus kendali (*locus of control*). Menurut Levenson (dalam Safitri, 2013) mendefinisikan bahwa lokus kendali (*locus of control*) adalah keyakinan individu mengenai sumber penyebab dari peristiwa-peristiwa yang dialami dalam hidupnya. Seseorang juga dapat memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatur kehidupannya, atau justru orang lainlah yang mengatur kehidupannya, bisa juga ia berkeyakinan faktor nasib, keberuntungan, atau kesempatan yang mempunyai pengaruh besar dalam kehidupannya.

Lokus kendali (*locus of control*) dibagi menjadi dua yakni lokus kendali internal (*locus of control internal*) dan lokus kendali eksternal (*locus of control external*). Menurut Smet (2018) lokus kendali internal (*locus of control*

internal) yakni dimana individu-individu memandang bahwa peristiwa yang terjadi dalam hidupnya adalah sebagai konsekuensi perbuatan dirinya sendiri, dan kemudian dapat dikontrol. Miller dan Toulouse (Arifin & Rahayu, 2012) mengemukakan bahwa individu yang berorientasi internal menampakkan keyakinan yang lebih besar terhadap kemampuan mereka untuk mempengaruhi lingkungan, lebih mampu dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan, lebih banyak mengandalkan cara pemberian pengaruh terbuka dan supportif, menekankan strategi perusahaan yang lebih beresiko, memiliki etos kerja yang tinggi, tabah menghadapi segala macam kesulitan dalam kehidupannya dan lebih mudah mencapai kesejahteraan dalam hidupnya.

Sedangkan menurut Smet (2018) locus kendali eksternal (*locus of control exsternal*) yakni dimana individu memandang bahwa kejadian yang terjadi pada dirinya sebagai sesuatu yang tidak berhubungan dengan perilakunya sehingga di luar control pribadinya.

Beberapa penelitian locus kendali (*locus of control*) telah menunjukkan bahwa adanya hubungan terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Penelitian yang dilakukan Belanger (Ryff & Marshall, 1999) tentang locus kendali internal (*locus of control interal*), membuktikan adanya tingkat tinggi bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) dapat melindungi individu dari stres kerja, tekanan psikologis dan peneliti juga menemukan bahwa locus kendali internal (*locus of control internal*) mempengaruhi kesehatan/kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian lainnya juga membuktikan bahwa *orientasi locus of control internal* ternyata lebih banyak menimbulkan akibat-akibat yang positif. Seperti Leo (Muslimah & Nurhalimah, 2012) mengemukakan bahwa status sosial ekonomi, kepercayaan diri, aspirasi, dan harapan pada mereka yang memiliki locus kendali internal ternyata tinggi.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arifin & Rahayu (2011) mengemukakan bahwa hasil analisa korelasi antara kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dengan Locus of control diperoleh $r_{xy} = 0,534$, $p=0,000$, hal ini menunjukkan semakin internal locus of control seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well being* seseorang, sebaliknya semakin eksternal locus of control seseorang semakin rendah *psychological well being* seseorang.

G. Hubungan Dukungan Sosial (*Social Support*) dan Locus Kendali (*Locus Of Control*) dengan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*).

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan suatu hal yang ingin dicapai oleh setiap individu untuk meraih kebahagiaan didalam hidupnya. Kesejahteraan psikologis menyatakan bahwa individu yang memiliki jiwa yang sejahtera tidak sekedar bebas dari segala tekanan atau tidak sekedar bebas dari masalah-masalah mental lainnya (stress, depresi dan lain-lainnya). Namun jiwa yang sejahtera juga harus menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial

(*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*).

Menurut Ryff (Prabowo, 2016) mendefinisikan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*). Disisi lain, menurut Hauser, dkk (Prabowo, 2016) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*).

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) individu adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menjadi faktor pendorong dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) individu. Dimana individu adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lainnya dalam kehidup ini. Menurut Sarafino (Utami & Raudatussalamah, 2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial (*social support*) mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang-orang yang berada disekeliling

individu sehingga dukungan yang dirasakan akan sangat penting. Dan dukungan dapat diperoleh dari berbagai macam sumber seperti keluarga, teman, rekan kerja atau komunitas organisasi masyarakat yang dimiliki oleh setiap individu.

Dan dukungan ini di berikan agar individu terhindar dari berbagai masalah psikologis seperti depresi, stress dan lain-lainnya, karna jika masalah psikologis di biarkan terus-menerus maka akan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Menurut Rathi & Rastogi (2007) bahwa beberapa faktor lainnya yang dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis remaja ke tingkat yang lebih tinggi atau lebih rendah adalah stres.

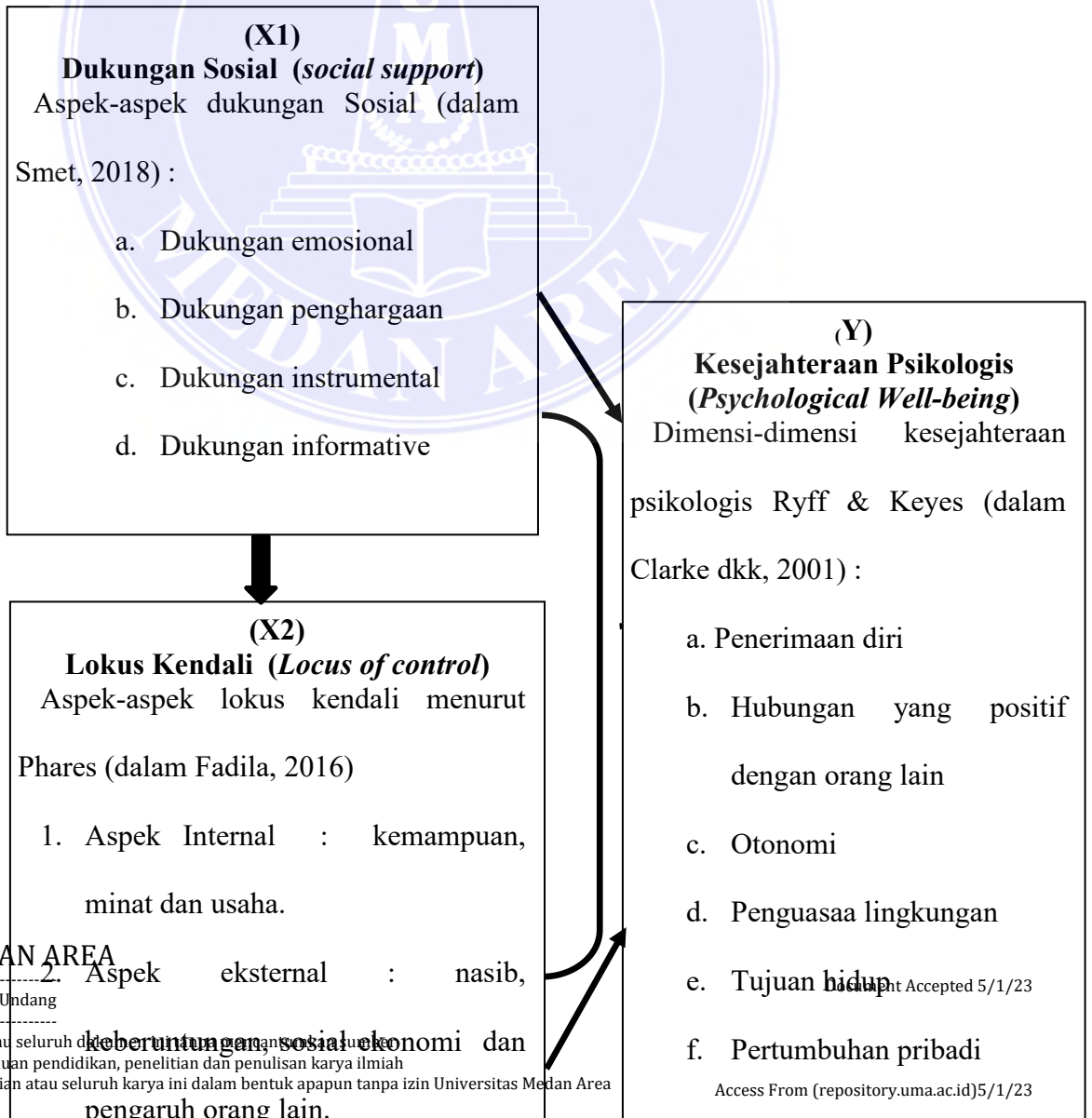
Selain faktor dukungan sosial, faktor lokus kendali (*locus of control*) juga dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya (*Psychological Well-being*) individu. Menurut Rotter (Nilakantie & Mastuti, 2014) Lokus kendali (*locus of control*) adalah keyakinan seseorang terhadap sumber-sumber yang mengontrol kejadian dalam hidupnya, yang dapat berasal dari dalam dirinya (*internal*) atau dari luar dirinya (*external*) yang merupakan pusat kendali seseorang dalam berperilaku. Lokus kendali dibagi menjadi dua yakni lokus kendali internal (*locus of control internal*) dan lokus kendali eksternal (*locus of contro external*). Menurut Grimes, dkk (2004) menyatakan bahwa lokus kendali internal (*locus of control Internal*) adalah konstruk psikologis yang digunakan untuk mengidentifikasi persepsi individu mengenai control dirinya terhadap lingkungan eksternal dan tingkat tanggung jawab atau hasil perilaku.

Menurut Smet (2018) mendefinisikan bahwa locus kendali eksternal (*Psychological Well-being eksternal*) adalah sesuatu yang tidak berhubungan dengan perilakunya sehingga di luar kontrol pribadinya.

Namun ketika dihadapkan pada situasi tertentu seseorang dengan perasaan control internal yang tinggi dapat juga percaya bahwa hasil perilakunya berkaitan dengan takdir, kebetulan, atau sikap lain yang berkuasa diluar dari kontrolnya (*locus of control external*), yang berarti bahwa locus kendali (*locus of control*) tidak bersifat statis tetapi dapat juga berubah seiring jalannya waktu. Pernyataan ini diperkuat dengan pendapat ahli yang bernama Rotter & McMahon, Rotter & McMahon (Nilakantie & Mastuti, 2014) menyatakan bahwa seseorang dapat berorientasi internal pada situasi tertentu dan berorientasi eksternal pada situasi lainnya. Dan diantara locus kendali internal (*locus of control internal*) dan locus kendali eksternal (*locus of control external*). Yang lebih menimbulkan akibat-akibat yang positif ialah locus kendali internal (*locus of control internal*).

Berdasarkan uraian di atas, dapat di pahami bahwa dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control Internal*) yang tinggi dapat mengurangi tingkat stress, depresi dan gangguan psikologis lainnya. Dan Individu yang jarang merasakan tekanan psikologis akan lebih merasa bahagia dibandingkan dengan individu yang sering merasakan adanya tekanan psikologis. Dan individu yang tidak memiliki atau tidak merasakan adanya tekanan psikologis dan merasa bahagia adalah kondisi individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik atau tinggi.

H. Kerangka konseptual



I. Hipotesis

Berdasarkan penjabaran teori pada bagian sebelumnya, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut :

1. Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, dengan asumsi bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.
2. Ada hubungan yang positif antara lokus kendali dengan kesejahteraan psikologis, dengan asumsi bahwa semakin tinggi lokus kendal maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, semakin rendah lokus kendali maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.

3. Ada hubungan positif antara dukungan sosial dan lokus kendali dengan kesejahteraan psikologis, dengan asumsi bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan lokus kendal maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial dan lokus kendali maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Menurut Creswell dkk (Ghofur dkk, 2022) mendefinisikan bahwa penelitian kuantitatif sebagai suatu penyelidikan tentang masalah sosial berdasarkan pada pengujian sebuah teori yang terdiri dari variable-variabel, diukur dengan angka, dan dianalisis dengan prosedur statistic untuk menentukan apakah generalisasi prediktif teori tersebut benar atau salah. Sedangkan menurut Ghofur dkk (2022) penelitian kuantitatif adalah data yang diolah menjadi angka sebagai hasil analisis temuannya.

Sedangkan metode penelitian korelasional menurut Ghofur dkk (2022) digunakan untuk melihat hubungan antara dua variable atau lebih. Sedangkan menurut Suryabrata (2006) metode penelitian korelasional digunakan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi. Dan penelitian korelasional merupakan tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan ada atau tidaknya korelasi antar variabel atau membuat prediksi berdasarkan korelasi antar variabel. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara dukungan sosial (*social support*) dan

lokus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) pada

santri wati di Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR), di desa Kutalimbaru, Deli Serdang, Sumatra Utara.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR) yang terletak di desa kutalimbaru, Deli Serdang, Sumatra Utara. berjarak sekitar 25 km dari pusat kota Medan, Sumatra Utara.

No	Kegiatan	Bulan 2021												
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agus	Sep	Okto	Nov	Des	
1	Pengambilan data awal												√	
2	Penyusunan proposal												√	√
No	Kegiatan	Bulan 2022												
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agus	Sep	Okto	Nov	Des	
3	Seminar proposal			√										
4	Penyusunan skala penelitian			√	√									
5	Uji coba alat ukur				√									
6	Pengambilan data penelitian				√	√								
7	Penulisan laporan penelitian					√								
8	Seminar hasil							√						
9	Ujian tesis									√				

C. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variabel yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Bebas (X1) : Dukungan Sosial (*social support*)
2. Variabel Bebas (X2) : Locus Kendali (*locus of control*)
3. Variabel Terikat (Y) : Kesejahteraan Psikologis (*psychological well-being*)

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2010). Berdasarkan hal tersebut, maka definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

Kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-Being* (PWB) adalah seseorang yang bahagia dan merupakan tingkat kemampuan seseorang untuk menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan luar, memiliki arti hidup serta merealisasikan potensi dirinya secara terusmenerus. Pengukuran kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dalam penelitian ini menggunakan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebagai berikut : Penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi.

2. Dukungan Sosial (*social support*)

Dukungan sosial merupakan dorongan penyemangat atau informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati atau perilaku menolong yang diberikan pada individu tertentu dalam menghadapi suatu peristiwa yang menekan. Pengukuran dukungan sosial (*social support*) dalam penelitian ini menggunakan aspek-aspek dukungan sosial (*social support*) sebagai berikut : dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informative

3. Locus Kendali (*locus of control*)

Locus kendali (*locus of control*) merupakan tingkat internal dan eksternal mengenai kepercayaan seseorang akan sumber penyebab hasil perilakunya. Pengukuran locus kendali (*locus of control*) dalam penelitian ini menggunakan aspek-aspek locus kendali (*locus of control*) sebagai berikut : aspek internal : kemampuan, minat dan usaha. Dan aspek eksternal : nasib, keberuntungan, sosial ekonomi dan pengaruh orang lain.

E. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2016) populasi adalah wilayah generalisasi atas subjek/objek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk diteliti, yang selanjutnya ditarik kesimpulannya. Populasi juga diartikan sebagai keseluruhan elemen atau unsur yang akan kita teliti.

Populasi pada penelitian ini mempunyai ketentuan sebagai berikut :

1. Dyah (santri wati) SMA PDAR.

2. Duduk di kelas I (Satu) Taksis PDAR/dyah(santri wati) kelas 1 (satu) SMA berasal dari SMP non pesantren dengan jumlah 82 Dyah (santri wati) PDAR.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Sedangkan menurut Ghofur (2022) sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi, untuk itu sampel yang akan diambil dari populasi harus betul-betul representative atau mewakili.

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Menurut Sugiyono (2009) teknik total sampling adalah teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel. Dengan demikian, maka peneliti mengambil sampel dari seluruh dyah (santriwati) kelas I (satu) taksis SMA PDAR. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 82 dyah (santri wati).

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik kuantitatif, yaitu dengan menggunakan skala psikologis. Menurut Sugiyono (2016)

skala psikologi merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), skala dukungan sosial (*social support*) dan skala locus kendali (*locus of control*). Kuesioner ini menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban serta skor yang mempunyai empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan favourable (mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung).

1. Kesejahteraan Psikologis (*psychological well-being*)

Skala dalam penelitian ini disusun dengan mengacu pada dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) menurut Ryff & Keyes (Clarke dkk, 2001) sebagai berikut : Penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Penilaian skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan favourable (mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung).

Penilaian butir dari *favourable* bergerak dari nilai 4 untuk jawaban “SS”, nilai 3 untuk jawaban “S”, 2 untuk jawaban “TS”, dan nilai 1 untuk jawaban “STS”.

Sedangkan penilaian butiran dari *unfavourable* bergerak dari nilai 1 untuk “SS”, 2 untuk jawaban “S”, nilai 3 untuk jawaban “TS”, nilai 4 untuk jawaban “STS”.

2. Skala Dukungan Sosial (*social support*)

Skala dalam penelitian ini disusun dengan mengacu pada aspek-aspek dukungan Sosial (*social support*) : Menurut House (Smet, 2018) aspek-aspek dukungan Sosial (*social support*) sebagai berikut : Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informative. Penilaian skala dukungan sosial (*social support*) dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan *favourable* (mendukung) dan *unfavourable* (tidak mendukung).

Penilaian butir dari *favourable* bergerak dari nilai 4 untuk jawaban “SS”, nilai 3 untuk jawaban “S”, 2 untuk jawaban “TS”, dan nilai 1 untuk jawaban “STS”. Sedangkan penilaian butiran dari *unfavourable* bergerak dari nilai 1 untuk “SS”, 2 untuk jawaban “S”, nilai 3 untuk jawaban “TS”, nilai 4 untuk jawaban “STS”.

3. Skala Lokus Kendali (*locus of control*)

Skala dalam penelitian ini disusun dengan mengacu pada aspek-aspek lokus kendali (*locus of control*) : Menurut Phares (Fadila, 2016) aspek-aspek lokus kendali (*locus of control*) terbagi menjadi dua bagian yakni : Aspek internal terdiri dari kemampuan, minat dan usaha. Aspek eksternal terdiri dari nasib, keberuntungan, sosial ekonomi dan pengaruh orang lain. Penilaian skala lokus kendali (*locus of control*) dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S),

tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan favourable (mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung).

Penilaian butir dari *favourable* bergerak dari nilai 4 untuk jawaban “SS”, nilai 3 untuk jawaban “S”, 2 untuk jawaban “TS”, dan nilai 1 untuk jawaban “STS”. Sedangkan penilaian butiran dari *unfavourable* bergerak dari nilai 1 untuk “SS”, 2 untuk jawaban “S”, nilai 3 untuk jawaban “TS”, nilai 4 untuk jawaban “STS”.

G. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas adalah alat ukur yang menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat mengukur apa yang perlu diukur (Azwar, 2004). Alat ukur dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil yang sesuai dengan besar kecilnya gejala atau bagian yang diukur (Hadi, 2004). Menurut Sugiyono (2016) validitas berarti *instrument* tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas ini menyangkut akurasi instrument. Untuk mengetahui apakah kuesioner yang disusun tersebut itu valid/sahih maka perlu diuji dengan uji korelasi antara skor (nilai) tiap-tiap butir pertanyaan dengan skor total tersebut. Interpretasi koefisien validitas akan dapat diterima dan memuaskan jika angka berada di sekitar 0,05, namun apabila koefisien validitas itu kurang dari pada 0,03 biasanya dianggap sebagai tidak memuaskan. Menurut Sugiyon (2016) jika koefisien validitas berada di atas angka 0,3 maka faktor tersebut merupakan construct yang kuat. . Uji validitas dalam

penelitian ini menggunakan metode *Corrected Item-Total Correlation* dengan bantuan program computer SPSS versi 25 *for window*.

2. Reliabilitas

Setelah ditemukannya butiran-butiran intrumen yang valid, selanjutnya dilakukan uji reliabilitas. Uji reliabilitas bertujuan untuk melihat apakah kuesioner memiliki konsistensi, jika pengukuran dilakukan dengan kuesioner tersebut dilakukan secara berulang-ulang. Menurut Ghofur dkk (2022) suatu instrument dikatakan reliabel jika instrumen yang digunakan itu dapat menghasilkan data yang sama ketika digunakan berkali-kali untuk mengukur objek yang sama. Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cronbach Alpha*. Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program computer SPSS versi 25 *for windows*.

H. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari subjek melalui skala ukur ditransformasikan ke dalam angka-angka menjadi data kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Analisis data kuantitatif pada penelitian ini dan uji hipotesis penelitian dengan menggunakan Analisis Regresi berganda , dimana yang menjadi variabel pertama (variabel bebas 1 = X1) adalah dukungan sosial (*social support*) dan variabel kedua (variabel bebas 2 = X2) adalah locus kendali internal (*locus of control*), sedangkan yang menjadi kriterium (variabel terikat = Y) adalah kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Kedua

variabel bebas ini akan diuji secara bersamaan, sehingga dapat dilihat pengaruhnya terhadap variabel terikat.

Adapun rumus dari Analisis Regresi adalah :

$$\hat{Y} = b_0 + b_1 X_{1i} + b_2 X_{2i} + e_i$$

Keterangan:

Y : Variabel terikat (tidak bebas)

X₁ : Variabel bebas pertama

X₂ : Variabel bebas kedua

b₀ : Konstanta

b₁, b₂ : Koefisien regresi.

Sebelum data dianalisis dengan teknik analisis regresi, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu :

a. Uji normalitas

Uji normalitas yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas adalah pengujian bahwa sampel yang dihipotesiskan adalah berasal dari populasi yang terdistribusi normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program computer SPSS versi 25 *for windows*. Data dikatakan terdistribusi normal nilai $p > 0.05$ dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal (Hadi, 2000).

b. Uji linieritas

Uji linieritas yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat. Uji linieritas hubungan digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan itu tidak signifikan maka hubungan antara variabel terikat dinyatakan linier.

Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan analisis statistic uji F dengan bantuan program computer SPSS 25 *for windows*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah jika $p < 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung dinyatakan linier, sebaliknya, jika $p < 0,05$ berarti hubungan antara variabel tergantung dinyatakan tidak linier (Hadi, 2000). Apabila uji asumsi terpenuhi, maka dilanjutkan dengan uji hipotesis. Semua analisis data dalam penelitian ini, mulai dari uji coba (validitas, program statistic SPSS versi 25 for windows).

c. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan koefisien determinasi (*R Square*) dalam analisis linier. Koefisien Determinan (*R Square*) atau sering disebut R^2 dimaknai sebagai sumbangan pengaruh yang diberikan variabel bebas (X^1 dan X^2) terhadap variabel terikat (Y). Nilai koefisien determinasi (*R Square*) dapat dipakai untuk memprediksi seberapa besar kontribusi pengaruh variabel bebas (X^1 dan X^2) terhadap variabel terikat (Y) dengan syarat hasil F dalam analisis regresi bernilai signifikan. Sebaliknya, jika hasil dalam uji F tidak signifikan maka nilai koefisien determinasi (*R Square*) ini tidak dapat digunakan untuk memprediksi kontribusi variabel bebas (X^1 dan X^2) terhadap variabel terikat (Y).

Interpretasi Angka Korelasi Product Moment(Sugiyono,2016)

Interval koefisien	Tingkat hubungan
--------------------	------------------

0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, maka dapat ditentukan kesimpulan dari penelitian ini antara lain:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan social (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang ditunjukkan *p value* sebesar 0,000 atau $< 0,05$. Berdasarkan besarnya nilai R sebesar 0,627 menandakan bahwa hubungan dari kedua variable tersebut bersifat positif dan kuat. Koefisien determinasi dukungan sosial (*social support*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) ditunjukkan dengan R^2 sebesar 0,393 angka 39,3% megandung arti bahwa dalam penelitian, dukungan sosial (*social support*) memiliki sumbangan efektif sebesar 39,3% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara lokus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang ditunjukkan *p value* sebesar 0,000 atau $< 0,05$. Berdasarkan besarnya nilai R sebesar 0,519 menandakan bahwa hubungan dari kedua variable tersebut bersifat positif dan sedang. Koefisien determinasi lokus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) ditunjukkan dengan R^2 sebesar 0,270 angka 27% megandung arti bahwa dalam penelitian, lokus

kendali (*locus of control*) memiliki sumbangan efektif sebesar 27% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang ditunjukkan *p value* sebesar 0,000 atau < 0,05. Berdasarkan besarnya nilai R sebesar 0,718 menandakan bahwa hubungan dari variable dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) terhadap variable kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) bersifat positif dan kuat. Koefisien determinasi dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) ditunjukkan dengan R^2 sebesar 0,516 angka 51,6% megandung arti bahwa dalam penelitian, dukungan sosial (*social support*) dan locus kendali (*locus of control*) memiliki sumbangan efektif sebesar 51,6% terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, adapun saran yang dapat penulis berikan diantaranya:

1. Saran Kepada Dyah (Santri Wati)

Diharapkan sesama santri wati saling memberikan dukungan social kepada temannya, misalnya dengan cara menjaga kerukunan dalam pesantren. Selain itu,

untuk setiap santri wati untuk lebih percaya diri dan bertanggung jawab atas segala yang dilakukan.

2. Saran Kepada Pihak Pesantren

Peneliti menyarankan kepada pihak pesantren agar dapat memberikan dukungan sosial kepada para santrinya dengan memberikan bimbingan konseling kepada santri. Dan pihak pesantren dapat lebih menanamkan rasa tanggung jawab kepada para santri. Selain itu diharapkan pihak pesantren untuk dapat membentuk penguatan kepada orang tua untuk memberikan dukungan kepada santri dalam kegiatan program yang dilakukan di Pesantren, hal tersebut sebagai upaya menjaga kesejahteraan psikologis para santri.

3. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan. Maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk dapat melakukan *screening* terlebih dahulu dan memisahkan antara lokus kendali internal dengan lokus kendali eksterna. Kemudian memperkuat teori, dan meneliti faktor-faktor lain yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Dengan dilakukannya penelitian lanjutan, diharapkan hasil penelitian menjadi lebih tepat dan dapat memperkaya pembahasan dan ilmu pengetahuan berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahadiyanto, N (2020) Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana (di Lembaga Perasyarakatan Wanita Kelas II A Malang). *Jurnal Al-Hikmah*, Vol 18 (1)
- Aji, R., dkk. (2010). Hubungan Antara Locus of Control Internal Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XII SMKN 4 Purwokerto.
- Arifin, Z & Rahayu, I.T (2011) Hubungan Antara Orientasi Religius, Locus of Control dan Psychological Well-Being Mahasiswa Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Jurnal Universitas Islam Negeri Malang Ibarahim Malang*.
- Azwar, S (2004) *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S (2010) *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Baron, R. A & Byrne, D. (1994) *Social Psychology : Understanding Human Interaction*. Boston : Allyn & Bacon.
- Clarke, P.J., Marshall, V.M., Ryff, C.D & Wheaton, B. (2001) Measuring Psychological Well-Being the Canadian Study of Health and Aging. *International Psychogeriatric Association*. Vol 13 (1), 79-90
- Dalli, N., Asni, N., & Suaib, D, F, A. (2017) Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Emosional, Dan Spiritual (ESQ) dan Locus Pengendalian (locus of control) Terhadap Penerimaan Prilaku Disfungsional Audit (Studi Pada Badan Pemeriksa Keuangan Perwakilan Sulawesi Tenggara. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan*. Vol 2 (2).
- Fadila (2016) Mengembangkan Motivasi Belajar Melalui Locus Of Control dan Self Esteem. *Jurnal Pendidikan*. Vol 1(1).
- Faturochman., tyas, T. H., Minza, W. M., & Lufityanto, G (2012) *Psikologi Untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Geldard, K. & Geldard, D. (2011) *Konseling Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghofur, A., Polili, A, W., Purwoningsih, E & Destiara, R, F., (2022) *Buku Ajar Metodologi Penelitian* . Medan : Penerbit CV. Kencana Emas Sejahtera.
- Grimes, P., Millea, M., & Woodruff, T. (2004) Grades who's to blame? Student evaluation of teaching and locus of control. *The Journal of Economic Education*. 35 (2), 129-147.
- Hamedoglu, M., Kantor, J., & Gulay, E. (2012) The effect of locus of control and culture on leader preferences. *International Online Journal of Educational Sciences*. Vol 4, 319-324.
- Hadi (2004) *Metodologi Research* Jilid 2, Yogyakarta Penerbit Andi Offset.
- Hurlock, E. B. (1980) *pikologi perkembangan* . edisi kelima. Jakarta : Erlanga.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Hardjo, S & Novita, E (2015) Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse. *Jurnal Magister Psikologi*, Vol 7 (1).
- Huang, J. L & Ford., J. K (2012) Driving locus of control and driving behaviors : inducing change through driver training. *Transportation Research Part F*. Vol 15 (3), 358-368.

- Huppert, F. A. (2009) Psychological well-being. Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology : Health and Well-Being*. 1 (2), 137-164.
- Hurlock , E. B. (1993). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Penerjemah : Meitasari Tjadrasa. Edisi ke-6. Jakarta : Erlangga.
- Irwin, G., Sarason, Barbara, R & Sarason (1985) *Social Support Theory, Research and Applications*. University of Washington Seattle, Washington, USA : Martinus Nijhoff Publishers.
- Krisdiyanto, G., Muflikha., Sahara, E., Mahfud, C., (2019) sistem pendidikan pesantren dan tantangan modernitas. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol 15 (1).
- Kurniawa, S, R & Eva, N (2020) Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau. *Jurnal Seminar Nasional Psikologi*, Vol 1(1).
- Kutanis, O., Mesci, M. & Ovdur, Z. (2011) The effects of locus of control on learning performance: A case of academic organization. *Journal of Economic and Social Studies*. 1 (2). 11-36
- Lefcourt, H. M (1981) *Research With The Locus Of Control Construct*. Departement of psychology University of Waterloo Waterloo, Ontario, Canada : Academic Press.
- Mahmudi, M. H & Suroso (2014) Efikasi Diri, Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Dir Dalam Belajar. *Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol 3 (2).
- Muslimah, A. I & Nurhamilah (2012) Agresifitas Ditinjau Dari Locus Kendali Internal Pada Siswa SMK Negeri 1 Bekasi dan Siswa Di SMK Patriot 1 Bekasi. *Jurnal Soul*. Vol 5 (2).
- Prabowo, A (2016) Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 04 (2).
- Ramadhan (2012) Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Santri Penghafal Al-Quran. Vol 17 (1).
- Ramadhani, T., Djunaedi & Sismiati, A (2016) Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orangnya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol 5 (1).
- Rathi, N & Rastogi, R (2007) Meaning in Life and Psychological Well-Being in Pre-Adolescents and Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. Vol 33 (1).
- Robbins, Stanley, L (2007) *Buku Ajar Patologi Robbins*. Edisi 7. Jakarta : EGC.
- Rotter J.B., (1966) *Generalized Expectancies for Internal Versus Eksternal Control of Reinforcement*. *Psychological Monographs*, 80 Whole No. 69.
- Ryff, C. D. (1995) Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Direction in Psychological Science*, 4 (4), 99-104.
- Ryff, C. D & Marshall, V. W (1999) *The Self and Society in Aging Processes*. New York : Springer Publishing Company, Inc
- Safitri, I. N (2013) Kepatuhan Penderita *Diabetes Mellitus* Tipe II Di Tinjau Dari Locus Of Control. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 01 (02).
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : Erlangga.

- Saputri, M, A, W., & Indrawati, E, S (2011) Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol 9 (1).
- Sarwono, sarlito W. (2011) *Psikologi Remaja*. Edisi Revisi. Jakarta : Rajawali Pers
- Sarwono, sarlito W. (2016) *Psikologi Remaja*. Jakarta : Rajawali pers.
- Smet, B (2018) *Psikologi Kesehatan*. PT. Gramedia Widiasarna Indonesia : Jakarta
- Steger, M. F., Todd, B., & Shigehiro, O. (2008) Being Good by Doing Good : Daily Eudaimonic Activity and Well-being. *Journal of Research In Personality*, 42, 22-42.
- Sugiyono (2009) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono (2016) *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. bandung : ALFABETA, cv.
- Suryabrata & Sumadi (2006) *Metodologi Penelitian*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Tanujaya, W (2014) Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Karyawan Cleaner (Studi Pada Karyawan Cleaner Yang Menerima Gaji Tidak Sesuai Standar UMP di PT.Sinergi Integra Services, Jakarta). *Jurnal Psikologis*. Vol 12 (2).
- Tanujaya, W (2014) Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Karyawan Cleaner (Studi Pada Karyawan Cleaner Yang Menerima Gaji Tidak Sesuai Standar UMP di PT.Sinergi Integra Services, Jakarta). *Jurnal Psikologis*. Vol 12 (2)
- Utami, R. S & Raudatussalamah (2016) Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi di Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*. Vol 12 (1).
- Utomo, Y, D, C & Sudjiwanati (2018) Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Rumah Sakit Bersalin Pemerintah Kota Malang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhan Malang*. Vol 22 (2).
- Prabowo, A (2016) Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 04 (2)
- Wells, Ingrid (2010) *Psychological well being ; psychological of emotions motivation and actions*. Ner York : Nova Science Publisher.Inc.
- Wijaya, C. S (2011) *Think Positive, Feel positive & Get Positive Life*. Yogyakarta : Second Hope.
- Wulandari, S (2016) Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dan Penyesuaian Dir Siswa Kelas X SMK Santa Maria Jakarta. *Jurnal Psiko-Edukasi*. Vol 14 (2).

LAMPIRAN A

SKALA DUKUNGAN SOSIAL (*SOCIAL SUPPORT*)



IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut sesuai dengan keadaan diri Anda

Nama :
Usia :
Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat berbagai pertanyaan yang masing-masing diikuti oleh 4 (empat) alternatif jawaban, mulai dari sangat tidak sesuai sampai sangat sesuai, yaitu:

STS : Apabila pertanyaan tersebut sangat Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

TS : Apabila pertanyaan tersebut Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

S : Apabila pertanyaan tersebut Sesuai dengan keadaan Anda rasakan.

SS : Apabila pertanyaan tersebut Sangat Sesuai dengan keadaan yang Anda rasakan.

Mohon Anda memilih jawaban yang paling menggambarkan diri Anda.

Dengan cara membuat tanda centang (√) pada salah satu alternatif jawaban.

Contoh

Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
Guru saya selalu mengingatkan saya untuk mengulang pelajaran		√		

NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Keluarga saya tidak peduli dengan keadaan saya di sini.				
2.	Di saat saya sedih teman-teman saya sering mengajak saya bercanda.				
3.	Perhatian dari orang tua saya membuat hati saya nyaman.				
4.	Bila saya sakit teman –teman sangat peduli terhadap saya.				
5.	Tidak ada yang peduli dengan saya ketika saya mendapat kesulitan.				
6.	Orang-orang terlalu sibuk, sehingga tidak memperdulikan saya.				
7.	Orang tua saya memberikan perhatian pada anaknya agar giat belajar.				
8.	Keluarga dan guru saya tidak pernah memperdulikan saya ketika saya sedang mengalami kesulitan dalam belajar.				
9.	Keluarga saya bersedia mendengarkan keluh kesah saya.				
10.	Kasih sayang yang diberikan orang tua membuat saya rajin belajar.				
11.	Bapak dan ibu guru tidak pernah memperhatikan saya.				
12.	Keluarga saya jarang mengabari saya dan jarang berkunjung untuk melihat saya dipondok.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
13.	Orang tua saya selalu mengabaikan saya, karena mereka terlalu sibuk bekerja.				
14.	Orang tua saya tidak menyayangi saya.				
15.	Setiap kali saya mengalami kesulitan, orang-orang disekitar saya selalu berempati terhadap saya.				
16.	Teman-teman saya selalu menyindir penampilan saya.				
17.	Saya merasa bahwa orang tua saya sangat menyayangi saya.				
18.	Orang tua saya menghargai setiap pendapat saya.				
19.	Saya senang ketika teman-teman saya menerima kekurangan saya.				
20.	Orang tua memberikan pujian setiap kali saya				

	mendapat nilai bagus di sekolah.				
21.	Saya tidak di hargai ketika memberkan pendapat.				
22.	Orang tua saya mengakui kelebihan yang saya miliki.				
23.	Keberadaan saya di akui oleh keluarga				
24.	Orang tua saya memuji hasil pekerjaan saya.				
25.	Orang tua saya tidak pernah menghargai saya.				
26.	Bila hasill prestasi saya baik, orang tua saya akan memberkan hadiah kepada saya.				
27.	Keterampilan yang saya miliki tidak pernah mendapat pujian oleh orang tua & orang-orang yang ada di sekeliling saya.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
28.	Bila saya tidak memiliki uang, orang-orang yang ada di sekeliling saya mau meminjamkan uang kepada saya.				
29.	Saya dianggap remeh oleh kedua orang tua saya dan teman-teman saya.				
30.	Orang tua saya memenuhi semua kebutuhan yang saya perlukan.				
31.	Orang tua saya selalu melupakan keberadaan saya.				
32.	Ayah dan ibu akan membantu saya setiap kali saya mendapatkan kesulitan.				
33.	Guru mengajarkan saya cara-cara belajar yang baik.				
34.	Setiap ada masalah, saya berusaha menyelesaikannya sendiri tanpa bantuan siapapun.				
35.	Ketika saya sakit teman-teman mau merawat saya.				
36.	Teman-teman di sekolah jarang berbagi pengetahuan dengan saya.				
37.	Orang tua saya tidak pernah memenuhi kebutuhan saya.				
38.	Saya tidak memperoleh hadiah apapun ketika saya mendapatkan prestasi yang baik.				

39.	Tidak ada teman-teman yang meminjamkan uang ketika saya membutuhkan uang.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
40.	Teman-teman saya tidak memperdulikan saya ketika saya sakit.				
41.	Guru di sekolah berkenan menyediakan waktunya untuk konsultasi kesulitan belajar yang saya alami.				
42.	Setiap saya tidak memahami materi, guru saya tidak pernah berkenan untuk menjelaskannya kembali.				
43.	Keluarga datang untuk mengunjungi saya dengan membawakan makanan yang saya sukai.				
44.	Keluarga tidak pernah berkunjung dan tidak pernah mengirimkan makanan kesukaan saya.				
45.	Orang tua memberikan bantuan, setiap kali saya mendapatkan masalah.				
46.	Keluarga memberikan solusi dan membimbing tentang kehidupan, agar saya mampu menjalani kehidupan saya.				
47.	Orang tua memberikan saran ketika saya mengalami kesulitan.				
48.	Teman-teman seusia saya berkenan untuk memberi petunjuk agar saya rajin belajar.				
49.	Saya tidak pernah mendapatkan solusi dari keluarga ketika saya mendapatkan kesulitan.				
50.	Orang tua saya selalu mengabaikan saya, setiap kali saya meminta bantuan kepada mereka.				
51.	Keluarga saya tidak pernah memberikan petunjuk agar saya mampu menyelesaikan permasalahan saya.				
52.	Teman-teman saya sulit berbagi ilmu dengan saya.				

LAMPIRAN B

SKALA LOKUS KENDALI (*LOCUS OF CONTROL*)



IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut sesuai dengan keadaan diri Anda

Nama :
Usia :
Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat berbagai pertanyaan yang masing-masing diikuti oleh 4 (empat) alternatif jawaban, mulai dari sangat tidak sesuai sampai sangat sesuai, yaitu:

STS : Apabila pertanyaan tersebut sangat Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

TS : Apabila pertanyaan tersebut Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

S : Apabila pertanyaan tersebut Sesuai dengan keadaan Anda rasakan.

SS : Apabila pertanyaan tersebut Sangat Sesuai dengan keadaan yang Anda rasakan.

Mohon Anda memilih jawaban yang paling menggambarkan diri Anda.

Dengan cara membuat tanda centang (√) pada salah satu alternatif jawaban.

Contoh

Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
Setiap siswa diberikan hak suara untuk memilih ketua kelas		√		

NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya memperoleh prestasi yang kurang baik bukan dikarenakan ketidak mampuan saya.				
2.	Jika saya memiliki kemauan dalam belajar saya akan memperoleh prestasi yang baik.				
3.	Apa yang terjadi, semua murni dikarenakan kemampuan saya sendiri.				
4.	Saya malas untuk mengikuti kegiatan yang dapat menambah wawasan saya.				
5.	Setiap saya membuat rencana, saya yakin bahwa saya dapat membuat rencana tersebut berhasil.				
6.	Jika saya di suru memilih sesuatu, saya akan mengikuti suara terbanyak.				
7.	Saat terjadi kendala saya tidak berhenti mencari informasi sebagai alternative jalan keluar.				
8.	Kegagalan saya terjadi karena saya kurag berusaha untuk mencapainya.				
9.	Kemampuan saya dapat bertambah jika saya sering mengikuti pelatihan.				
10.	Kemauan dari diri sayalah, yang membuat saya memperoleh nilai yang baik.				
11.	Saya memilih segala sesuatu sesuai dengan kemampuan yang saya milik.				
12.	Saya tidak mampu mengendalikan emosi saya, ketika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan diri saya.				
13.	Kegagalan seseorang disebabkan karena ia tidak mencoba memanfaatkan kesempatan yang ada.				
14.	Saya selalu berusaha mengendalikan emosi ketika terjadi konflik dengan teman saya.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
15.	Saya tidak memiliki kemaun untuk belajar.				
16.	Dengan terus belajar dengan giat akan membuat saya memperoleh prestasi yang baik.				
17.	Saya malas dan tidak memiliki minat untuk berusaha memperoleh nilai-nilai kebaikan.				
18.	Karena nasib, saya bisa memperoleh prestasi yang baik				
19.	Saya tidak yakin, ada hubungan langsung antara seberapa keras saya belajar dengan nilai yang saya dapatkan.				

20.	Sulit bagi saya untuk percaya bahwa kebetulan atau keberuntungan memainkan peran penting dalam hidup saya.				
21.	Keberuntungan yang membuat saya memperoleh hal-hal baik dalam hidup saya.				
22.	Dengan uang yang banyak, saya mampu memperoleh prestasi dengan mudah.				
23.	Hal-hal baik yang terjadi pada saya, tidak berkaitan dengan hal keberuntungan.				
24.	Saya percaya bahwa kesuksesan dapat diperoleh dengan mudahnya, jika kita mampu memberikan uang sogokan kepada pihak yang bersangkutan.				
25.	Ketika saya memperoleh masalah, itu artinya saya sedang sial.				
26.	Keahlian yang kita miliki tidak akan terpendang, ketika kita tidak memiliki materi.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
27.	Saya merasa apa yang saya peroleh tidak dipengaruhi oleh faktor nasib yang baik.				
28.	Sepintar apapun kita, tidak akan berhasil jika kita tidak memiliki uang.				
29.	Hidup saya ditentukan oleh pengaruh dari orang lain.				
30.	Saya bisa berdiri di atas kaki saya sendiri dan tidak membutuhkan bantuan orang lain.				
31.	Saya yakin bahwa, keberhasilan saya berasal dari guru saya yang sabar mengajarkan mater kepada saya.				
32.	prestasi yang saya capai tidak berkaitan dengan guru saya.				
33.	Apa yang terjadi pada saya ,urni akibat ulah saya sendiri.				
34.	Saya membutuhkan bantuan teman-teman saya dalam segala hal.				

LAMPIRAN C

SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

(PSYCHOLOGICAL WELL-BEING)



IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut sesuai dengan keadaan diri Anda

Nama :
Usia :
Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat berbagai pertanyaan yang masing-masing diikuti oleh 4 (empat) alternatif jawaban, mulai dari sangat tidak sesuai sampai sangat sesuai, yaitu:

STS : Apabila pertanyaan tersebut sangat Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

TS : Apabila pertanyaan tersebut Tidak Sesuai dengan keadaan yang anda rasakan.

S : Apabila pertanyaan tersebut Sesuai dengan keadaan Anda rasakan.

SS : Apabila pertanyaan tersebut Sangat Sesuai dengan keadaan yang Anda rasakan.

Mohon Anda memilih jawaban yang paling menggambarkan diri Anda.

Dengan cara membuat tanda centang (√) pada salah satu alternatif jawaban.

Contoh

Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
Saya menikmati kehidupan saya			√	

NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menyukai semua hal yang ada di dalam diri saya.				
2.	Saya mudah membangun hubungan yang baik dengan orang lain.				
3.	Saya menerima ketika orang lain menyebut kekurangan saya.				
4.	Saya merasa iri dengan kehidupan orang lain.				
5.	Saya percaya diri dan berfikir positif tentang diri saya.				
6.	Tuntutan sehari-hari sering kali membuat saya tertekan.				
7.	Saya melakukan banyak kesalahan di masa lalu, namun saya merasa bahwa semua adalah pembelajaran untuk saya menjadi lebih baik lagi.				
8.	Saya merasa kewalahan dengan tanggung jawab saya.				
9.	Saya merasa bangga dengan diri saya dan hidup yang saya miliki.				
10.	Saya tidak menikati keberadaan saya dalam situasi baru yang mengharuskan saya untuk mengubah cara lama saya.				
11.	Saya merasa tidak puas dengan diri saya.				
12.	Saya merasa kecewa dengan apa yang telah saya capai dalam hidup saya.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
13.	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya, dan mereka pun tahu bahwa mereka dapat mempercayai saya.				
14.	Saya dan teman saya saling bersimpati terhadap masalah kami masing-masing.				
15.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan.				
16.	Sikap saya terhadap diri saya tidak sepositif seperti yang dirasakan orang lain terhadap diri mereka sendiri.				
17.	Saya menikmati percakapan pribadi dan timbal balik dengan anggota keluarga atau teman.				
18.	Saya tidak menyukai lingkungan baru, yang mengharuskan saya untuk mengubah pola hidup saya sebelumnya.				
19.	Memberikan ucapan selamat kepada teman,				

	merupakan cara saya menjaga hubungan baik dengan orang lain.				
20.	Saya tidak memiliki hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.				
21.	Saya kesulitan apabila diminta melakukan hal-hal di luar dari kemampuan saya.				
22.	Keputusan saya tidak dipengaruhi oleh apa yang dilakukan orang lain.				
23.	Saya mampu melakukan segala hal tanpa bantuan orang lain.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
24.	Menurut saya, penting untuk memiliki pengalaman baru yang dapat menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia.				
25.	Saya merasa sulit terbuka saat berbicara dengan orang lain.				
26.	Memberikan ucapan selamat kepada teman bukan merupakan hal yang penting bagi saya.				
27.	Saya tidak memiliki teman yang bersedia mendengarkan saat saya ingin menceritakan masalah saya.				
28.	Saya memotivasi diri sendiri dalam keadaan sulit.				
29.	Saya mampu mengendalikan situasi dalam kehidupan saya.				
30.	Saya mengabaikan rasa sakit orang lain.				
31.	Saya cukup pandai mengelolah banyak tanggung jawab yang ada di mana saya tinggal.				
32.	Saya merasa tertarik dengan hal-hal yang ada di lingkungan di manapun saya berada.				
33.	Saya cenderung terpengaruh oleh orang-orang yang memiliki pendapat kuat.				
34.	Saya mudah menyerah dengan keadaan yang terjadi pada diri saya.				
35.	Saya terbuka dengan pengalaman baru.				
36.	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal-hal yang kontroversi.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
37.	Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan pekerjaan/tugas.				
38.	Saya membutuhkan motivasi orang lain dalam				

	keadaan sulit.				
39.	Saya mampu memperelajari bidang di luar kemampuan saya.				
40.	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.				
41.	Saya pantang menyerah dalam menghadapi keadaan sulit.				
42.	Saya tidak takut untuk mengemukakan pendapat meskipun pendapat saya berlawanan dengan kebanyakan orang.				
43.	Saya menikmati perencanaan untuk masa depan saya dan bekerja untuk mewujudkannya menjadi nyata.				
44.	Saya adalah orang yang aktif untuk mengerjakan rencana-rencana yang telah saya buat untuk diri sendiri.				
45.	Menurut saya, orang-orang dalam usia berapa pun memiliki kemampuan untuk terus bertumbuh dan berkembang.				
46.	Saya tidak tertarik dengan kegiatan yang akan memperluas wawasan saya.				
47.	Setelah saya mempertimbangkan, saya merasa tidak banyak mengalami perubahan yang berarti sebagai manusia selama bertahun-tahun.				
NO	Item/Pernyataan	SS	S	TS	STS
48.	Saya yakin dengan usaha, saya dapat mengubah takdir saya.				
49.	Saya tidak memiliki tujuan dan tidak memiliki target saat ini.				
50.	Saya tidak memiliki arah hidup.				
51.	Bagi saya, hidup adalah suatu proses yang berkelanjutan untuk belajar, berubah dan berkembang.				
52.	Saya tidak memiliki semangat terhadap apa yang sedang saya lakukan untuk dicapai dalam hidup.				
53.	Saya senang melihat bagaimana cara pandang saya berubah dan matang seiring waktu.				
54.	Saya menyerah untuk mencoba melakukan peningkatan atau perubahan besar dalam hidup saya.				
55.	Ada bernalnya pepatah yang mengatakan bahwa manusia tidak akan pernah berubah.				
56.	Menurut saya, hari esok sama saja dengan hari ini dan tidak ada yang bisa saya lakukan untuk				

mengubahnya.				
--------------	--	--	--	--



LAMPIRAN D

UJI VALIDITAS



Reliability

Scale: SS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	52

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
SS1	3.2333	.81720	30
SS2	3.3000	.74971	30
SS3	3.7000	.53498	30
SS4	3.0667	.63968	30
SS5	3.0333	.80872	30
SS6	3.0000	.52523	30
SS7	3.3000	.74971	30
SS8	3.1667	.69893	30
SS9	3.2667	.78492	30
SS10	3.2000	.76112	30
SS11	3.2333	.62606	30
SS12	3.3667	.61495	30
SS13	3.4667	.73030	30
SS14	3.8000	.40684	30
SS15	2.8667	.50742	30
SS16	2.9333	.69149	30

SS17	3.7000	.53498	30
SS18	3.3000	.83666	30
SS19	3.5667	.56832	30
SS20	3.2000	.76112	30
SS21	3.0333	.55605	30
SS22	3.3667	.66868	30
SS23	3.6667	.47946	30
SS24	3.3000	.65126	30
SS25	3.5333	.50742	30
SS26	2.9667	.55605	30
SS27	3.1333	.62881	30
SS28	2.9333	.58329	30
SS29	3.2667	.90719	30
SS30	3.2333	.81720	30
SS31	3.5000	.68229	30
SS32	3.2000	.61026	30
SS33	3.4333	.72793	30
SS34	2.4000	.77013	30
SS35	2.6333	.71840	30
SS36	2.9667	.55605	30
SS37	3.3333	.71116	30
SS38	2.8333	.91287	30
SS39	3.1667	.46113	30
SS40	3.1000	.40258	30
SS41	2.8000	.76112	30
SS42	3.0667	.63968	30
SS43	2.9000	.66176	30
SS44	3.1667	.46113	30
SS45	2.9667	.80872	30
SS46	3.4667	.50742	30
SS47	3.3667	.71840	30
SS48	2.8333	.74664	30
SS49	3.2667	.58329	30
SS50	3.2667	.78492	30
SS51	3.2667	.63968	30
SS52	2.9000	.54772	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SS1	162.7333	217.237	.463	.914
SS2	162.6667	219.264	.416	.915
SS3	162.2667	221.651	.448	.915
SS4	162.9000	220.990	.403	.915
SS5	162.9333	214.892	.570	.913
SS6	162.9667	222.309	.414	.915
SS7	162.6667	214.230	.650	.912
SS8	162.8000	219.131	.457	.914
SS9	162.7000	213.666	.644	.912
SS10	162.7667	222.599	.259	.916
SS11	162.7333	220.961	.415	.915
SS12	162.6000	218.731	.547	.914
SS13	162.5000	219.017	.440	.914
SS14	162.1667	222.695	.511	.915
SS15	163.1000	222.369	.426	.915
SS16	163.0333	222.171	.311	.916
SS17	162.2667	221.995	.426	.915
SS18	162.6667	209.954	.759	.911
SS19	162.4000	228.662	.005	.918
SS20	162.7667	218.461	.446	.914
SS21	162.9333	219.926	.536	.914
SS22	162.6000	220.317	.418	.915
SS23	162.3000	220.631	.576	.914
SS24	162.6667	220.575	.417	.915
SS25	162.4333	221.151	.508	.914
SS26	163.0000	220.207	.518	.914
SS27	162.8333	224.351	.229	.916
SS28	163.0333	221.551	.413	.915
SS29	162.7000	217.941	.385	.915
SS30	162.7333	218.616	.405	.915
SS31	162.4667	220.533	.398	.915
SS32	162.7667	220.461	.454	.914
SS33	162.5333	221.637	.318	.916

SS34	163.5667	219.771	.381	.915
SS35	163.3333	221.885	.311	.916
SS36	163.0000	222.966	.349	.915
SS37	162.6333	228.930	-.017	.919
SS38	163.1333	218.051	.378	.915
SS39	162.8000	227.200	.119	.917
SS40	162.8667	228.051	.070	.917
SS41	163.1667	218.971	.423	.915
SS42	162.9000	222.714	.311	.916
SS43	163.0667	220.754	.401	.915
SS44	162.8000	227.062	.129	.917
SS45	163.0000	218.483	.415	.915
SS46	162.5000	221.707	.470	.915
SS47	162.6000	213.903	.697	.912
SS48	163.1333	219.982	.385	.915
SS49	162.7000	219.114	.557	.914
SS50	162.7000	218.355	.435	.915
SS51	162.7000	218.217	.552	.914
SS52	163.0667	231.582	-.169	.919

Reliability

Scale: LC

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.793	34

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
LC1	2.4333	.62606	30
LC2	3.3000	.59596	30
LC3	3.1333	.62881	30
LC4	3.0000	.58722	30
LC5	2.7667	.72793	30
LC6	2.2667	.73968	30
LC7	2.9333	.69149	30
LC8	2.0000	1.01710	30
LC9	3.2667	.58329	30
LC10	3.2667	.52083	30
LC11	3.0667	.63968	30
LC12	2.4000	.85501	30
LC13	2.0000	.83045	30
LC14	3.0333	.61495	30
LC15	3.2000	.84690	30
LC16	3.3667	.55605	30
LC17	3.3000	.65126	30
LC18	2.4333	.72793	30
LC19	2.8333	.69893	30
LC20	2.2333	.72793	30
LC21	2.7000	.87691	30
LC22	2.0333	.88992	30
LC23	2.6333	.61495	30
LC24	1.9000	.95953	30
LC25	2.0333	.71840	30
LC26	2.3667	.80872	30
LC27	2.6333	.55605	30
LC28	3.1000	1.02889	30
LC29	2.0333	.80872	30
LC30	3.0333	.76489	30
LC31	2.9000	.71197	30
LC32	3.0000	.69481	30
LC33	2.2333	.85836	30
LC34	3.0667	.63968	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
LC1	89.4667	76.533	.377	.785
LC2	88.6000	76.662	.387	.785
LC3	88.7667	76.530	.376	.785
LC4	88.9000	75.610	.500	.781
LC5	89.1333	75.706	.381	.784
LC6	89.6333	75.482	.391	.784
LC7	88.9667	82.999	-.192	.805
LC8	89.9000	73.403	.380	.784
LC9	88.6333	76.033	.461	.783
LC10	88.6333	76.861	.430	.784
LC11	88.8333	76.557	.366	.785
LC12	89.5000	81.086	-.049	.803
LC13	89.9000	73.472	.484	.779
LC14	88.8667	76.602	.379	.785
LC15	88.7000	73.252	.489	.779
LC16	88.5333	76.326	.455	.783
LC17	88.6000	76.455	.367	.785
LC18	89.4667	74.878	.449	.781
LC19	89.0667	74.892	.469	.781
LC20	89.6667	75.264	.417	.783
LC21	89.2000	74.717	.368	.784
LC22	89.8667	72.602	.505	.777
LC23	89.2667	79.375	.119	.794
LC24	90.0000	74.138	.363	.784
LC25	89.8667	80.189	.028	.798
LC26	89.5333	74.740	.405	.783
LC27	89.2667	82.616	-.185	.802
LC28	88.8000	73.269	.382	.783
LC29	89.8667	83.430	-.205	.809
LC30	88.8667	82.464	-.143	.805
LC31	89.0000	75.586	.401	.783
LC32	88.9000	76.024	.376	.785
LC33	89.6667	82.644	-.149	.808

LC34	88.8333	76.144	.404	.784
------	---------	--------	------	------

Reliability

Scale: PWB

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	56

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PWB1	2.9333	.78492	30
PWB2	3.0000	.69481	30
PWB3	2.8000	.80516	30
PWB4	2.6667	.92227	30
PWB5	2.9000	.84486	30
PWB6	2.5000	.93772	30
PWB7	3.6333	.49013	30
PWB8	2.5333	.77608	30
PWB9	3.3333	.60648	30
PWB10	2.4000	.81368	30
PWB11	2.6333	.85029	30
PWB12	2.9000	.92289	30
PWB13	3.1667	.59209	30
PWB14	3.1333	.57135	30
PWB15	2.8333	.87428	30
PWB16	2.4000	.81368	30

PWB17	3.2667	.58329	30
PWB18	2.5000	.97379	30
PWB19	3.5667	.56832	30
PWB20	2.9667	.61495	30
PWB21	2.0333	.71840	30
PWB22	2.8667	.81931	30
PWB23	1.8333	.74664	30
PWB24	3.4667	.57135	30
PWB25	1.9667	.76489	30
PWB26	3.3000	.74971	30
PWB27	3.1000	.71197	30
PWB28	3.4333	.67891	30
PWB29	3.1667	.74664	30
PWB30	3.3333	.66089	30
PWB31	2.6000	.77013	30
PWB32	2.9667	.66868	30
PWB33	1.9667	.66868	30
PWB34	2.5333	.89955	30
PWB35	2.7667	.81720	30
PWB36	2.1667	.74664	30
PWB37	2.1000	.48066	30
PWB38	1.6667	.60648	30
PWB39	2.3667	.66868	30
PWB40	3.0333	.99943	30
PWB41	3.3000	.46609	30
PWB42	2.8000	.88668	30
PWB43	3.6000	.56324	30
PWB44	2.7333	.73968	30
PWB45	3.4333	.67891	30
PWB46	3.3333	.60648	30
PWB47	2.7333	1.08066	30
PWB48	3.4000	.81368	30
PWB49	3.3000	.87691	30
PWB50	3.4000	.85501	30
PWB51	3.6000	.67466	30
PWB52	3.2000	.71438	30
PWB53	3.3667	.61495	30

PWB54	3.2000	.61026	30
PWB55	3.4667	.73030	30
PWB56	3.3333	.84418	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PWB1	160.0000	276.345	.544	.905
PWB2	159.9333	279.237	.493	.906
PWB3	160.1333	279.568	.407	.906
PWB4	160.2667	278.064	.398	.906
PWB5	160.0333	273.620	.602	.904
PWB6	160.4333	285.013	.167	.909
PWB7	159.3000	283.183	.469	.906
PWB8	160.4000	279.559	.424	.906
PWB9	159.6000	279.076	.579	.905
PWB10	160.5333	288.602	.069	.910
PWB11	160.3000	278.217	.431	.906
PWB12	160.0333	273.482	.552	.905
PWB13	159.7667	278.737	.611	.905
PWB14	159.8000	288.166	.138	.908
PWB15	160.1000	279.541	.372	.907
PWB16	160.5333	273.775	.621	.904
PWB17	159.6667	281.402	.482	.906
PWB18	160.4333	274.392	.491	.905
PWB19	159.3667	290.309	.028	.909
PWB20	159.9667	285.068	.276	.907
PWB21	160.9000	279.748	.454	.906
PWB22	160.0667	279.237	.411	.906
PWB23	161.1000	291.128	-.020	.910
PWB24	159.4667	287.913	.151	.908
PWB25	160.9667	279.413	.437	.906
PWB26	159.6333	279.275	.452	.906
PWB27	159.8333	290.489	.007	.910
PWB28	159.5000	281.224	.416	.906
PWB29	159.7667	275.426	.613	.904

PWB30	159.6000	286.938	.169	.908
PWB31	160.3333	277.747	.500	.905
PWB32	159.9667	276.792	.626	.904
PWB33	160.9667	279.826	.487	.906
PWB34	160.4000	277.766	.420	.906
PWB35	160.1667	278.695	.433	.906
PWB36	160.7667	280.668	.397	.906
PWB37	160.8333	281.523	.584	.906
PWB38	161.2667	296.409	-.269	.912
PWB39	160.5667	279.220	.515	.905
PWB40	159.9000	281.334	.264	.908
PWB41	159.6333	286.999	.250	.908
PWB42	160.1333	279.085	.381	.907
PWB43	159.3333	282.782	.426	.906
PWB44	160.2000	285.476	.206	.908
PWB45	159.5000	286.466	.185	.908
PWB46	159.6000	282.248	.420	.906
PWB47	160.2000	267.131	.647	.903
PWB48	159.5333	283.706	.248	.908
PWB49	159.6333	282.378	.272	.908
PWB50	159.5333	276.809	.479	.905
PWB51	159.3333	278.299	.551	.905
PWB52	159.7333	276.823	.582	.905
PWB53	159.5667	286.392	.211	.908
PWB54	159.7333	287.030	.182	.908
PWB55	159.4667	278.602	.494	.905
PWB56	159.6000	288.179	.079	.910

LAMPIRAN E UJI ASUMSI

(UJI NORMALITAS DAN UJI LINEARITAS)



Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Social Support	Locus of Control	Psychological Well-Being
N		82	82	82
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	132.7073	74.4756	110.2073
	Std. Deviation	11.90029	4.83359	9.57458
Most Extreme Differences	Absolute	.092	.084	.096
	Positive	.050	.084	.051
	Negative	-.092	-.073	-.096
Test Statistic		.092	.084	.096
Asymp. Sig. (2-tailed)		.083 ^c	.200 ^{c,d}	.058 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

UJI linieritas

Psychological Well-Being * Social Support Report

Social Support	Mean	N	Std. Deviation
100.00	88.0000	1	.
108.00	100.0000	1	.
109.00	112.0000	1	.
112.00	91.0000	1	.
113.00	113.0000	2	1.41421
114.00	99.0000	1	.
117.00	100.6667	3	4.04145
118.00	94.0000	2	1.41421
120.00	102.3333	3	15.30795
121.00	111.0000	2	.00000
124.00	108.0000	4	5.71548
125.00	114.0000	1	.
126.00	107.0000	4	4.00000
127.00	101.0000	2	9.89949
128.00	95.0000	1	.
129.00	108.3333	3	4.93288
130.00	99.5000	2	2.12132
131.00	115.0000	2	1.41421
132.00	110.0000	1	.
133.00	111.5000	2	9.19239
134.00	112.3333	3	2.88675
135.00	113.3333	3	2.51661
137.00	110.0000	6	7.15542
138.00	110.0000	2	12.72792
139.00	110.0000	2	11.31371

140.00	117.5000	2	.70711
141.00	112.0000	3	8.88819
142.00	104.5000	2	.70711
143.00	115.3333	3	8.08290
144.00	121.8000	5	6.68581
145.00	126.0000	1	.
147.00	111.0000	2	2.82843
148.00	113.0000	2	4.24264
149.00	113.0000	1	.
150.00	123.0000	1	.
151.00	125.0000	4	7.70281
153.00	122.0000	1	.
Total	110.2073	82	9.57458

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Social Support	Between Groups	(Combined)	5288.676	36	146.908	3.094	.000
		Linearity	2915.428	1	2915.428	61.398	.000
		Deviation from Linearity	2373.247	35	67.807	1.428	.129
	Within Groups		2136.800	45	47.484		
	Total		7425.476	81			

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Psychological Well-Being * Social Support	.627	.393	.844	.712

Psychological Well-Being * Locus of Control

Psychological Well-Being Locus of Control	Mean	N	Std. Deviation
61.00	109.0000	1	.
63.00	99.0000	1	.
66.00	97.0000	1	.
67.00	100.5000	2	.70711
68.00	104.0000	1	.
69.00	104.4286	7	9.81253
70.00	111.0000	3	2.00000
71.00	101.3333	3	8.50490
72.00	102.8000	10	10.86073
73.00	109.5000	6	6.71565
74.00	105.4286	7	7.23089

75.00	111.6250	8	6.39056
76.00	119.1250	8	6.87516
77.00	115.0000	2	5.65685
78.00	114.2000	5	3.83406
79.00	112.6000	5	2.60768
80.00	117.7500	4	13.69611
81.00	124.0000	3	5.19615
82.00	123.0000	1	.
84.00	113.0000	1	.
85.00	126.0000	1	.
86.00	110.5000	2	2.12132
Total	110.2073	82	9.57458

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Locus of Control	Between Groups	(Combined)	3737.780	21	177.990	2.896	.001
		Linearity	2002.945	1	2002.945	32.589	.000
		Deviation from Linearity	1734.835	20	86.742	1.411	.153
	Within Groups		3687.695	60	61.462		
Total		7425.476	81				

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Psychological Well-Being * Locus of Control	.519	.270	.709	.503

LAMPIRAN F UJI HIPOTESIS



HIPOTESIS 1**Regression****Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Psychological Well-Being	110.2073	9.57458	82
Social Support	132.7073	11.90029	82

Correlations

		Psychological Well-Being	Social Support
Pearson Correlation	Psychological Well-Being	1.000	.627
	Social Support	.627	1.000
Sig. (1-tailed)	Psychological Well-Being	.	.000
	Social Support	.000	.
N	Psychological Well-Being	82	82
	Social Support	82	82

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Social Support ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics			Sig. F Change	
					R Square Change	F Change	df1		df2
1	.627 ^a	.393	.385	7.50837	.393	51.714	1	80	.000

a. Predictors: (Constant), Social Support

b. Dependent Variable: Psychological Well-Being

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
-------	----------------	----	-------------	---	------

1	Regression	2915.428	1	2915.428	51.714	.000 ^b
	Residual	4510.047	80	56.376		
	Total	7425.476	81			

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. Predictors: (Constant), Social Support

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	43.304	9.340		4.636	.000			
	Social Support	.504	.070	.627	7.191	.000	.627	.627	.627

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Coefficient Correlations^a

Model		Social Support	
1	Correlations	Social Support	1.000
	Covariances	Social Support	.005

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	93.7183	120.4377	110.2073	5.99941	82
Residual	-15.37143	16.19895	.00000	7.46188	82
Std. Predicted Value	-2.748	1.705	.000	1.000	82
Std. Residual	-2.047	2.157	.000	.994	82

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

HIPOTESIS 2

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Psychological Well-Being	110.2073	9.57458	82

Locus of Control	74.4756	4.83359	82
------------------	---------	---------	----

Correlations

		Psychological Well-Being	Locus of Control
Pearson Correlation	Psychological Well-Being	1.000	.519
	Locus of Control	.519	1.000
Sig. (1-tailed)	Psychological Well-Being	.	.000
	Locus of Control	.000	.
N	Psychological Well-Being	82	82
	Locus of Control	82	82

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Locus of Control ^b	.	Enter

- a. Dependent Variable: Psychological Well-Being
b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df1	df2	
1	.519 ^a	.270	.261	8.23296	.270	29.550	1	80	.000

- a. Predictors: (Constant), Locus of Control
b. Dependent Variable: Psychological Well-Being

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2002.945	1	2002.945	29.550	.000 ^b
	Residual	5422.530	80	67.782		
	Total	7425.476	81			

- a. Dependent Variable: Psychological Well-Being
b. Predictors: (Constant), Locus of Control

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	33.588	14.124		2.378	.020			
	Locus of	1.029	.189	.519	5.436	.000	.519	.519	.519

Control	
a. Dependent Variable: Psychological Well-Being	

Coefficient Correlations^a

Model		Locus of Control	
1	Correlations	Locus of Control	1.000
	Covariances	Locus of Control	.036

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	96.3439	122.0634	110.2073	4.97270	82
Residual	-17.89070	20.22442	.00000	8.18198	82
Std. Predicted Value	-2.788	2.384	.000	1.000	82
Std. Residual	-2.173	2.457	.000	.994	82

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

HIPOTESIS 3

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Psychological Well-Being	110.2073	9.57458	82
Social Support	132.7073	11.90029	82
Locus of Control	74.4756	4.83359	82

Correlations

		Psychological Well-Being	Social Support	Locus of Control
Pearson Correlation	Psychological Well-Being	1.000	.627	.519
	Social Support	.627	1.000	.294
	Locus of Control	.519	.294	1.000
Sig. (1-tailed)	Psychological Well-Being	.	.000	.000
	Social Support	.000	.	.004
	Locus of Control	.000	.004	.
N	Psychological Well-Being	82	82	82
	Social Support	82	82	82
	Locus of Control	82	82	82

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Locus of Control , Social Support ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.718 ^a	.516	.503	6.74701	.516	42.059	2	79	.000

a. Predictors: (Constant), Locus of Control , Social Support

b. Dependent Variable: Psychological Well-Being

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3829.231	2	1914.616	42.059	.000 ^b
	Residual	3596.244	79	45.522		
	Total	7425.476	81			

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. Predictors: (Constant), Locus of Control , Social Support

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	.673	12.688		.053	.958			
	Social Support	.417	.066	.519	6.334	.000	.627	.580	.496
	Locus of Control	.727	.162	.367	4.480	.000	.519	.450	.351

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Coefficient Correlations^a

Model		Locus of Control	Social Support
1	Correlations	Locus of Control	1.000
		Social Support	-.294
	Covariances	Locus of Control	.026

Social Support	-.003	.004
----------------	-------	------

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	92.5742	123.0971	110.2073	6.87564	82
Residual	-15.09317	16.89660	.00000	6.66319	82
Std. Predicted Value	-2.565	1.875	.000	1.000	82
Std. Residual	-2.237	2.504	.000	.988	82

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being



LAMPIRAN G

SURAT ZIN PENELITIAN





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN DELI SERDANG
MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 DELI SERDANG**

Jl. Karya Agung Komplek Pemkab Deli Serdang
Kode Pos : 20514, Telp : (061)7953648 Lubuk Pakam
E-mail : manlubukpakam@kemenag.go.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B. 205 /Ma.02.22/PP.00.6/04/2022

Kepala Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang Kabupaten Deli Serdang:

Nama : Dr. H. Burhanuddin, M.Pd
NIP : 196704131989031005
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Utama Muda, IV/c
Jabatan : Kepala Madrasah
Unit Kerja : Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang
Alamat kantor : Jl. Karya Agung Komplek Pemkab Deli Serdang
a. Kecamatan : Lubuk Pakam
b. Kabupaten : Deli Serdang
c. Propinsi : Sumatera Utara

dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Siti Aisyah
NIM : 201804051
Program Studi : S2 Megister Psikologi
Judul Penelitian : *"Hubungan antara social support dan locus of control dengan psychological well-being pada Siswi di MAN 2 Deli Serdang"*.

Adalah benar telah melaksanakan Penelitian di MAN 2 Deli Serdang pada tanggal 08 April 2022.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Deli Serdang, 13 April 2022

Kepala,



Dr. H. Burhanuddin, M.Pd
NIP. 196704131989031005



معهد دار العرفه رابا
YAYASAN PESANTREN DARULARAFAH RAYA

Lau Bakeri - Kutalimbaru
 Deli Serdang - Sumatera Utara
www.darularafahraya.ac.id
 NSPP : 510012070030

SURAT KETERANGAN
No : 02/590/A-c/PDA/V/2022

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Yayasan Pesantren Darularafah Raya, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Siti Aisyah
 NIM : 210804051
 Program Studi : Magister Psikologi
 Konsentrasi : Pendidikan
 Universitas : Universitas Medan Area
 Judul Tesis : "Hubungan antara sosial *support* dan *locus of control* dengan *psychological well-being* pada santriwati di Pesantren Darularafah Raya".

Adalah benar nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian di Yayasan Pesantren Darularafah Raya pada Hari Kamis Tanggal 14 April 2022.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebaik-baiknya.

Lau Bakeri, 16 Mei 2022
 Ketua Yayasan
 Pesantren Darularafah Raya



LAMPIRAN G

DATA MENTAH PENELITIAN



Data Mentah
Skala Dukungan Sosial

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	17	18	20	21	22	23	24	25	26	28	29	30	31	32	34	38	41	43	45	46	47	48	49	50	51	JML		
1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	1	2	1	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	124		
2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	144	
3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	143	
4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	144
5	3	2	4	3	3	3	3	3	1	1	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	117	
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	153	
7	4	2	4	4	1	3	4	3	4	1	4	3	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	1	2	2	4	3	4	4	4	4	2	3	2	120
8	4	4	4	4	3	3	4	1	4	2	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	141
9	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	137	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	141	
11	4	3	4	3	2	2	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	1	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	135	
12	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	151	
13	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	128	
14	3	2	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	2	3	118		
15	4	3	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	2	2	1	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	4	125		
16	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	129		
17	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	1	3	2	4	2	4	4	3	4	4	3	139		
18	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	137	

43	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	137		
44	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118
45	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	138		
46	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	140	
47	4	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	141
48	4	3	4	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	4	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	3	1	1	3	100	
49	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	129	
50	3	2	4	4	4	3	1	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3	4	2	2	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	3	4	4	4	126		
51	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	144		
52	1	1	4	2	2	1	3	4	2	4	2	2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	120	
53	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	147	
54	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	108	
55	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	144	
56	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	143	
57	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	131	
58	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	148	
59	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	140	
60	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	112	
61	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	1	2	4	3	4	4	4	4	4	1	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	137	
62	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	121		
63	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	139	
64	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	1	1	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	1	4	1	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	130	
65	3	4	4	4	3	3	2	1	2	3	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	134	

66	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	130		
67	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117	
68	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	4	2	1	4	4	3	3	4	4	132
69	4	2	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	1	133
70	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	3	117
71	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	120
72	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	1	2	1	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	3	124
73	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	142
74	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	151
75	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	126
76	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	4	124
77	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	134
78	1	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	1	135
79	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	3	3	4	1	4	3	3	4	4	1	1	4	4	4	4	3	3	129
80	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	144
81	4	1	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	3	2	4	2	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	126
82	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	143

Data Mentah
Skala Lokus Kendali

NO	1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	24	26	28	31	32	34	JML	
1	2	3	3	3	2	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	2	3	3	3	2	1	2	3	3	4	2	74	
2	2	4	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	3	2	1	1	4	4	4	4	2	80
3	4	4	4	2	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	2	1	76	
4	1	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	3	3	1	3	1	3	4	3	1	3	76	
5	3	4	4	3	2	3	1	4	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	4	2	1	2	1	4	3	4	69	
6	1	3	3	3	3	1	1	2	3	3	2	1	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	4	4	4	4	2	72
7	3	3	4	3	2	2	1	2	3	4	1	4	4	4	3	1	4	4	3	1	1	3	1	3	4	3	71	
8	2	4	4	2	3	3	2	3	4	2	1	2	3	4	3	3	2	3	2	2	1	3	2	3	3	3	69	
9	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	66	
10	2	1	4	4	3	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	2	1	1	4	4	4	4	4	77	
11	2	4	4	3	3	2	1	4	4	4	1	4	3	4	2	4	2	1	3	1	1	2	2	3	3	3	70	
12	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	4	1	4	4	3	1	3	4	4	4	4	4	2	81
13	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	69	
14	2	3	4	2	2	2	2	3	4	4	1	4	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	72	
15	4	3	4	3	4	3	1	3	4	4	1	2	4	4	4	1	4	3	2	4	1	1	4	4	4	3	79	

16	2	4	3	3	3	4	2	4	4	4	1	3	4	4	4	3	2	1	3	2	1	2	3	3	3	2	74
17	3	3	4	3	3	2	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	1	2	4	3	3	3	3	73
18	3	4	3	4	2	1	1	4	4	3	1	3	3	4	3	2	4	2	3	2	4	2	2	4	4	3	75

19	3	4	3	4	2	4	1	4	4	2	1	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	3	76
20	1	4	3	4	3	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	2	2	1	2	4	4	4	4	80
21	2	4	3	4	3	2	1	4	3	3	1	3	4	4	4	1	4	2	2	1	4	2	4	4	3	3	75
22	3	4	4	4	1	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	86
23	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	4	3	2	78
24	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	1	2	4	4	4	1	1	2	2	1	1	3	2	3	3	2	61
25	2	3	3	4	3	2	1	4	4	4	1	2	4	4	4	3	4	2	3	3	1	2	2	4	4	2	75
26	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	3	1	1	1	4	4	4	2	3	82
27	4	4	3	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	1	1	3	1	4	85
28	3	3	3	1	2	1	1	3	4	4	1	3	4	4	4	2	1	1	4	1	1	4	2	4	4	4	69
29	2	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	76
30	4	1	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	1	4	2	1	1	1	4	4	3	4	3	72
31	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	2	3	4	4	4	4	1	2	4	4	1	2	4	3	3	2	79
32	2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	1	2	2	3	1	1	2	4	3	4	3	70
33	2	3	2	3	2	2	1	3	3	3	1	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	4	4	4	3	3	69
34	3	4	3	4	3	1	1	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	1	3	2	2	3	2	4	3	3	74

35	3	4	3	3	3	3	1	4	3	4	1	4	4	3	4	2	4	4	1	1	1	4	4	3	4	4	79
36	2	4	3	4	4	2	2	4	3	3	2	2	4	4	4	3	2	2	3	4	1	2	3	3	4	4	78
37	2	4	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	75
38	1	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	3	4	4	4	2	4	3	2	1	1	1	2	4	4	2	75
39	2	4	2	4	2	3	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	3	1	4	1	1	4	4	3	4	1	75
40	3	4	3	3	2	4	1	4	3	3	1	4	4	4	4	2	2	1	3	2	1	3	4	3	4	1	73
41	1	4	2	3	2	3	1	4	4	4	1	1	4	1	3	2	1	2	2	1	1	2	4	4	4	2	63
42	2	4	3	2	2	2	1	4	4	3	1	3	4	4	3	3	2	3	3	2	1	2	3	4	4	3	72
43	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	2	3	1	1	2	4	4	4	4	78
44	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	1	2	2	2	2	2	4	4	3	3	4	72

45	3	4	3	4	2	1	1	3	3	3	2	3	4	4	4	1	4	3	2	1	1	3	3	3	4	2	71
46	3	4	4	2	3	2	2	4	4	3	2	4	4	3	4	2	3	2	3	1	1	2	2	3	4	2	73
47	3	3	4	2	2	1	2	4	4	2	1	4	3	4	4	2	2	2	4	1	4	1	2	4	4	3	72
48	3	3	2	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	1	4	2	4	69
49	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	1	4	3	4	3	3	2	2	4	2	2	2	1	3	3	2	69
50	2	4	4	4	4	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	70
51	2	3	3	4	3	2	1	3	4	4	2	2	3	4	4	2	4	4	3	1	1	2	4	3	3	3	74
52	1	4	1	2	4	3	1	4	3	4	1	4	4	4	4	2	4	2	3	1	1	3	2	4	4	2	72
53	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	1	3	4	4	4	3	3	3	2	2	1	4	4	3	4	4	84

54	2	4	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	4	3	4	2	2	2	3	1	1	4	4	2	4	3	72
55	1	4	4	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	2	2	4	1	1	2	1	4	4	4	78
56	2	3	3	3	3	2	1	4	4	3	2	4	4	4	3	2	2	2	4	2	1	2	2	4	3	3	72
57	2	4	3	3	3	2	2	4	4	3	2	3	3	4	4	4	2	2	3	2	4	2	3	4	3	4	79
58	2	4	4	4	4	2	1	3	4	4	1	3	4	4	4	2	1	3	3	3	1	1	3	4	4	3	76
59	4	4	3	3	2	3	2	4	4	3	1	3	4	4	4	1	4	4	2	1	1	4	4	4	4	4	81
60	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	72
61	1	4	4	4	2	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	3	2	1	1	4	4	4	3	3	78
62	2	3	3	3	3	3	1	4	4	3	2	3	2	3	4	4	1	4	4	2	1	3	3	4	4	4	77
63	1	4	4	3	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	3	2	1	4	2	2	1	2	4	4	4	76
64	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	80
65	3	4	4	3	2	3	1	3	4	2	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	73
66	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	67
67	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	67
68	1	4	3	4	2	1	1	4	4	3	1	4	4	4	4	3	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	71
69	2	4	4	3	3	2	1	3	4	4	2	4	3	3	4	2	3	4	3	1	1	4	4	3	3	1	75
70	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	1	3	4	3	4	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	3	74
71	2	3	3	3	2	3	1	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	4	74
72	2	3	3	3	2	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	2	3	3	3	2	1	2	3	3	4	2	74
73	1	4	3	2	2	3	1	4	4	2	1	4	4	4	4	2	3	3	2	1	1	2	3	3	3	2	68

74	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	4	1	4	4	3	1	3	4	4	4	4	2	81
75	2	4	3	3	3	2	1	4	4	3	1	4	3	4	3	3	3	2	4	2	2	1	3	3	3	3	73
76	4	3	3	2	2	2	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	1	4	2	4	4	3	79
77	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	1	2	3	4	3	2	73
78	2	4	4	2	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	3	1	75
79	3	4	4	3	3	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	2	1	3	1	1	1	4	4	3	4	3	76
80	2	4	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	3	2	1	1	4	4	4	2	80
81	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	86
82	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	1	4	4	4	4	1	4	3	3	2	1	2	4	3	3	3	76

Data Mentah Skala Kesejahteraan Psikologis

NO	1	2	3	4	5	7	8	9	11	12	13	15	16	17	18	21	22	25	26	28	29	31	32	33	34	35	36	37	39	42	43	46	47	50	51	52	55	JML		
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	108		
2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	127	
3	3	3	2	1	3	4	1	4	1	2	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	120	
4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	1	4	2	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	124	
5	4	2	3	4	2	4	2	2	4	3	3	4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	105
6	2	4	4	2	2	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	122	
7	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	4	1	3	4	4	3	4	1	1	3	4	1	2	3	4	1	2	1	4	1	4	4	93	
8	2	3	4	4	2	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	115	
9	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	1	1	3	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	3	2	97	
10	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	1	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	2	2	1	4	4	4	2	4	4	4	2	119	
11	3	2	3	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	2	2	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	113	
12	2	2	1	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	127	
13	2	2	1	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	4	1	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	95	
14	3	3	3	2	3	4	1	4	3	2	3	3	3	3	2	1	3	1	3	3	2	3	3	2	1	2	2	1	3	3	4	3	3	3	4	3	1	93		
15	1	1	4	2	2	4	2	4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	2	3	1	4	2	3	3	4	4	2	114	

16	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	105	
17	4	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3	2	3	4	2	2	2	1	3	4	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	102	
18	2	3	2	2	2	3	4	4	2	2	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	117	
19	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	132	
20	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	2	1	3	2	4	2	2	4	4	4	1	119
21	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	4	4	2	3	4	4	3	100
22	1	3	3	1	4	4	2	4	4	1	4	1	4	2	1	1	3	1	1	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	112

23	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	2	1	4	1	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3	3	111
24	2	1	2	3	2	4	2	4	2	3	1	2	2	3	2	2	1	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	109
25	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	2	4	3	2	3	1	1	4	3	3	3	3	2	2	3	1	4	3	3	4	4	4	4	4	3	109
26	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	123
27	2	3	1	2	4	4	1	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	126
28	2	3	3	2	3	4	2	2	3	4	4	3	3	4	1	3	4	1	4	3	4	2	4	4	1	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	4	4	114
29	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	109
30	1	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	4	1	1	4	4	4	4	1	3	3	3	1	1	2	1	2	4	3	1	3	2	2	4	3	2	4	94
31	3	3	2	3	3	4	1	4	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	4	4	110
32	3	3	3	4	3	1	4	3	4	4	3	4	4	1	4	2	1	2	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	1	1	3	4	4	4	3	4	4	111
33	2	3	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	1	2	2	3	3	3	3	3	4	3	108

34	2	2	4	4	4	4	3	4	3	3	2	1	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	2	2	4	2	1	2	4	3	4	4	3	4	4	3	112		
35	4	2	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	1	2	4	2	3	2	4	3	2	3	4	2	1	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	110		
36	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	2	1	2	4	4	3	3	2	3	4	4	1	3	4	4	1	3	4	3	4	4	113		
37	3	3	1	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	1	2	3	1	3	3	2	2	3	1	3	2	1	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	105		
38	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	1	1	3	4	3	4	1	3	4	4	2	4	4	3	4	2	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	114		
39	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	1	2	4	4	4	1	4	4	4	2	1	4	2	1	4	3	4	4	3	2	3	4	4	114		
40	3	3	4	2	3	4	2	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	1	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	109		
41	2	1	3	2	2	4	2	3	2	3	2	4	2	3	4	1	4	1	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	2	1	4	3	4	4	4	4	4	99		
42	2	3	3	3	3	4	1	4	3	1	4	3	2	2	4	1	4	1	3	1	3	4	4	1	2	3	3	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	105		
43	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	2	116		
44	1	1	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	95	
45	4	2	2	1	4	4	4	4	3	4	2	4	1	4	2	1	3	1	1	4	3	3	3	2	4	3	1	2	2	2	4	4	1	4	4	4	4	101		
46	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	117	
47	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	1	1	2	2	1	1	2	4	3	4	4	4	3	3	102		
48	3	3	3	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	1	2	2	4	4	4	3	1	1	4	1	2	3	2	4	1	1	1	3	1	1	88		
49	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	106
50	3	1	4	2	2	4	2	4	3	4	2	4	2	3	4	4	2	3	2	4	1	3	2	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	109	
51	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	1	3	2	2	4	4	4	3	2	3	1	2	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	4	111	

52	3	4	3	3	2	4	2	3	3	1	2	2	3	4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	120		
53	2	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	4	3	3	3	2	4	1	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	113		
54	3	4	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	4	4	2	1	4	2	2	2	2	3	4	3	4	4	4	2	3	100			
55	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	2	4	4	4	4	2	120			
56	3	3	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	1	4	4	1	3	1	1	4	4	4	3	3	2	4	2	2	1	3	4	2	1	4	4	4	4	3	106		
57	3	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	2	2	1	3	4	4	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	1	116
58	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	4	3	2	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	3	116
59	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	118	
60	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	91	
61	4	3	1	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	1	2	4	1	3	4	3	2	3	1	3	1	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111	
62	2	3	2	2	4	4	1	3	3	4	1	2	3	2	4	4	4	2	2	3	3	2	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	111
63	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	2	2	1	4	2	4	4	2	4	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	118	
64	2	3	1	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	1	4	2	1	2	1	4	4	1	1	4	2	1	4	4	4	4	4	2	1	4	1	4	4	98		
65	3	4	4	1	2	4	1	4	1	1	2	4	3	4	4	4	4	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	114	
66	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	2	2	3	1	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	101	
67	2	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	100		
68	4	4	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	2	4	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	110	
69	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	118

70	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	2	4	3	3	97
71	2	3	3	2	4	4	1	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	1	4	94
72	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	111
73	4	3	3	2	3	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	104	
74	2	2	1	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	127
75	3	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	1	4	1	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	101
76	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	4	3	3	2	113
77	3	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	1	1	3	4	1	1	114
78	3	3	2	1	3	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	3	1	1	3	4	4	4	4	4	116
79	3	4	3	2	3	4	2	3	4	4	2	3	2	4	1	2	3	4	3	4	4	4	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	114
80	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	127
81	2	4	3	4	2	4	4	3	4	4	1	4	2	3	4	1	1	4	3	4	1	2	3	1	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	109
82	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	120