

**GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA GENERASI Z
YANG AKTIF DALAM KOMUNITAS KEAGAMAAN
DI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH
DESTARIANA BR SIPAYUNG
218600097



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 13/1/26

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

Access From (repositori.uma.ac.id)13/1/26

**GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA GENERASI Z
YANG AKTIF DALAM KOMUNITAS KEAGAMAAN
DI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Mendapatkan Gelar

Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

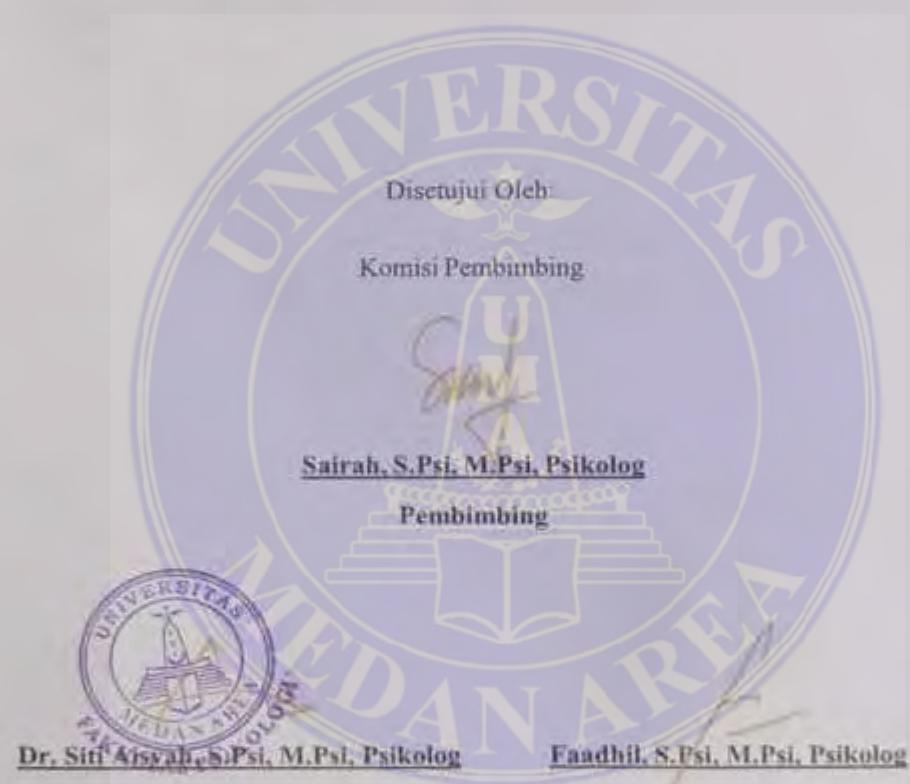
HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Gambaran *Psychological Well-Being* pada Generasi Z yang Aktif dalam Komunitas Keagamaan di Universitas Medan Area

Nama : Destariana Br Sipayung

NPM : 218600097

Fakultas : Psikologi



Dekan

Ka. Prodi

Tanggal Disetujui: 25 Agustus 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Destariana Br Sipayung

NPM : 218600097

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi ini saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana yang merupakan karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penelitian skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah. Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 27 Agustus 2025

Destariana Br Sipayung

218600097

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya sebagai civitas akademik Universitas Medan Area yang bertanda tangani dibawah ini:

Nama : Destariana Br Sipayung

NPM : 218600097

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

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: Gambaran Psychological Well-Being pada Generasi Z yang Aktif dalam Komunitas Keagamaan di Universitas Medan Area. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat sebenarnya.

Medan, 27 Agustus 2025



Destariana Br Sipayung

218600097

ABSTRAK

GAMBARAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA GENERASI Z YANG AKTIF DALAM KOMUNITAS KEAGAMAAN DI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada Generasi Z yang aktif di komunitas keagamaan di Universitas Medan Area. *Psychological well-being* merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang mencerminkan sejauh mana individu merasa positif terhadap dirinya sendiri dan kehidupannya, yang dalam penelitian ini diukur berdasarkan enam dimensi menurut Ryff, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose of life*, dan *personal growth*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan jumlah partisipan sebanyak 84 orang yang berasal dari tiga komunitas keagamaan, yaitu KMKP-UMA, FORMASI UMA, dan HMK-FEB UMA. Data dikumpulkan menggunakan skala *psychological well-being* yang disusun berdasarkan enam dimensi Ryff dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan tingkat *psychological well-being* berada pada kategori sedang (56%). Kontribusi terbesar berasal dari dimensi *self-acceptance*, *purpose of life*, dan *personal growth* masing-masing sebesar 18%, diikuti oleh *environmental mastery* (17%), *positive relations with others* (16%), dan *autonomy* sebagai dimensi terendah 13%. Berdasarkan temuan tersebut penelitian ini memberikan pemahaman bahwa keterlibatan mahasiswa dalam komunitas keagamaan memberikan kontribusi positif terhadap *psychological well-being* mereka dan disarankan agar komunitas keagamaan menyediakan program yang mendukung pengembangan kemandirian, seperti pelatihan kepemimpinan, diskusi reflektif, serta keterlibatan aktif dalam pengambilan keputusan guna meningkatkan dimensi *autonomy* mahasiswa.

Kata kunci : *Psychological Well-Being*; Generasi Z, Komunitas Keagamaan; Mahasiswa

ABSTRACT

A DESCRIPTION STUDY OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG GENERATION Z ACTIVE IN RELIGIOUS COMMUNITIES AT UNIVERSITAS MEDAN AREA

This study aims to determine the psychological well-being of Generation Z students who are actively involved in religious communities at Universitas Medan Area. Psychological well-being is a psychological condition that reflects the extent to which individuals feel positive about themselves and their lives. In this study, psychological well-being was measured based on six dimensions proposed by Ryff, namely self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. The study used a descriptive quantitative method with a total of 84 participants from three religious communities: KMKP-UMA, FORMASI UMA, and HMK-FEB UMA. Data were collected using a psychological well-being scale based on Ryff's six dimensions and analyzed using descriptive statistics. The results showed that the overall level of psychological well-being was in the moderate category (56%). The highest contributions came from the dimensions of self-acceptance, purpose in life, and personal growth (18% each), followed by environmental mastery (17%), positive relations with others (16%), and autonomy as the lowest (13%). Based on these findings, this study provides an understanding that student involvement in religious communities contributes positively to their psychological well-being. It is recommended that religious communities provide programs that support the development of autonomy, such as leadership training, reflective discussions, and active involvement in decision-making, in order to enhance the autonomy dimension among students.

Keywords : Psychological Well-Being; Generation Z; Religious Community; University Students

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Tanjung Pauh yang berada di Riau pada tanggal 29 Desember 2001, anak dari pasangan Bapak Jamerson Sipayung dan Ibu Korasmida Sihombing. Peneliti merupakan anak ke 5 dari 6 bersaudara.

Dalam pendidikan formal, peneliti menyelesaikan jenjang sekolah dasar di SDN 004 Tanjung Pauh, kemudian melanjutkan ke SMPN 1 Kampar Kiri dan SMAN 1 Kampar Kiri. Setelah itu, peneliti melanjutkan studi di Universitas Medan Area, mengambil program Psikologi dengan peminatan Psikologi Klinis.

Selama duduk di bangku perkuliahan, peneliti pernah menjadi panitia PPKMB periode 2023, panitia Koordinator Kerohanian Komunitas Mahasiswa Kristen Psikologi Universitas Medan Area (KMKP-UMA) periode 2023-2024, panitia Bendahara pada kegiatan Pengabdian Masyarakat KMKP-UMA periode 2023, Pemateri Pengabdian Masyarakat dengan tema *Bullying is not Cool* di SMP LKMD Sembahé periode 2023, Sekretaris pada kegiatan Natal KMKP-UMA periode 2023, *Master of Ceremony* (MC) pada perayaan Natal Fakultas Psikologi Universitas Medan Area periode 2023 dan 2024.

Selain itu peneliti pernah menjadi panitia dalam kegiatan Konseling *Online/Offline* yang dilakukan oleh Himpunan Psikologi Indonesia Sumatera Utara periode Juli-September 2024, panitia Hubungan Masyarakat (Humas) pada Gebyar Anak Spesial (GAS) yang diadakan oleh Prodi Magister Psikologi Universitas Medan Area pada 5 Februari 2024, dan dalam kegiatannya peneliti juga menjadi *Master of Ceremony* (MC).

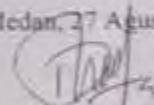
KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "*Gambaran Psychological Well-Being pada Generasi Z yang Aktif dalam Komunitas Keagamaan di Universitas Medan Area*". Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Strata Satu (S1) di Program Studi Psikologi, Universitas Medan Area.

Penyusunan skripsi ini pastinya tidak lepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Sairah, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing yang telah membimbing saya selama proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih juga kepada Ibu Babby Hasmayni, S.Psi., M.Si selaku ketua, Ibu Maqhfirah DR., S.Psi., M.Psi selaku pembanting, dan Ibu Atika Mentari Nataya Nasution, S.Psi., M.Psi selaku sekretaris atas saran-saran yang diberikan dalam menyempurnakan penulisan skripsi ini. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak lain yang membantu saya dalam menyelesaikan skripsi saya.

Saya berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Medan, 27 Agustus 2025

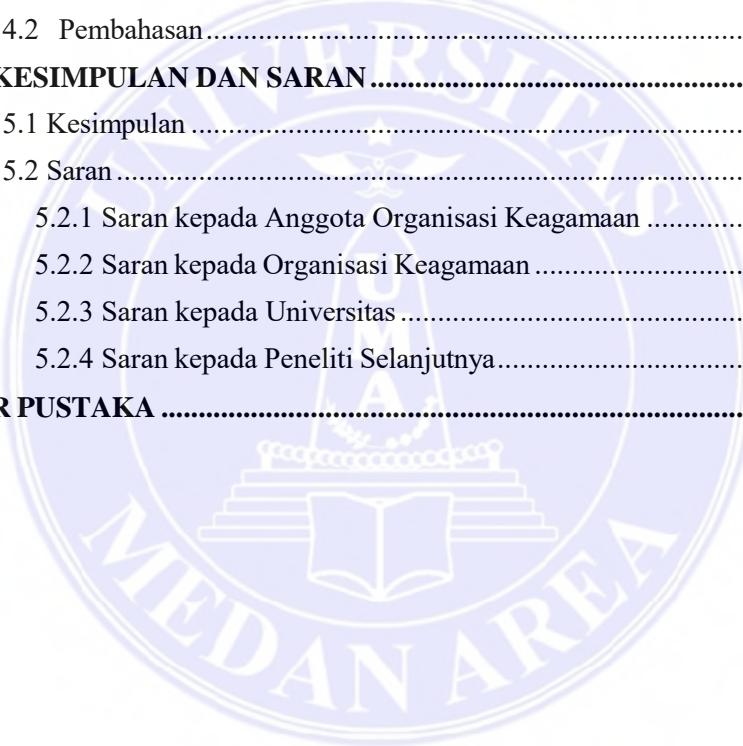

Destariana Br Sipayung

NPM. 218600097

DAFTAR ISI

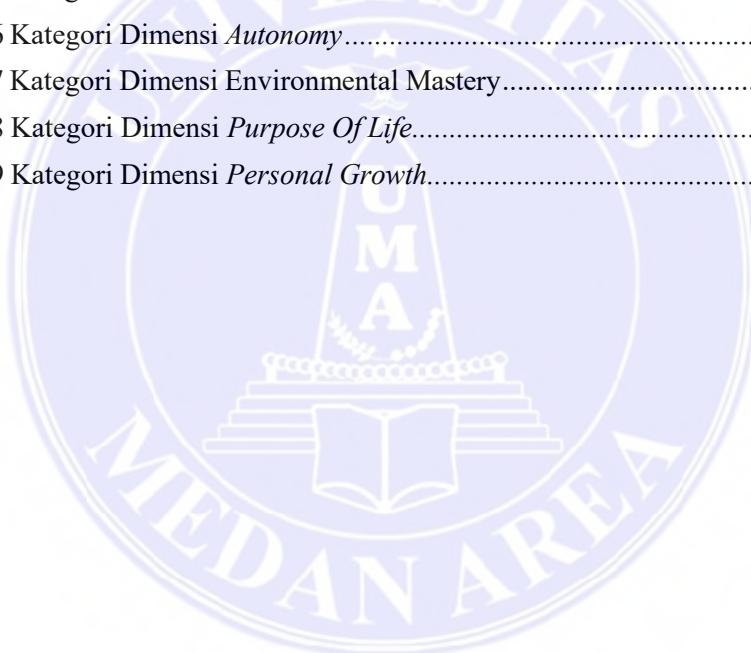
ABSTRAK	
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.2 Faktor-Faktor <i>Psychological Well-Being</i>	11
2.1.3 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	15
2.1.4 Ciri-Ciri <i>Psychological Well-Being</i>	18
2.2 Gambaran <i>Psychological Well-Being</i> Mahasiswa Komunitas Keagamaan	19
2.3 Kerangka Konseptual	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
3.1.1 Waktu Penelitian.....	22
3.1.2 Tempat Penelitian	22
3.2 Bahan dan Alat Penelitian	23
3.3 Metodelogi Penelitian.....	25
3.3.1 Tipe Penelitian	25
3.3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	25
3.3.3 Definisi Operasional	25
3.3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.3.5 Teknik Analisis Data.....	26
3.3.6 Teknik Sampling.....	27
3.4 Populasi dan Sampel	28

3.4.1 Populasi	28
3.4.2 Sampel.....	29
3.5 Prosedur Kerja	29
3.5.1 Persiapan Penelitian.....	29
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Hasil Penelitian	32
4.1.1 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas	32
4.1.2 Analisis Deskriptif Umum.....	34
4.1.3 Perhitungan Analisis Deskriptif Frekuentif	35
4.1.4 <i>Psychological Well-Being</i>	41
4.2 Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
5.1 Kesimpulan	50
5.2 Saran	52
5.2.1 Saran kepada Anggota Organisasi Keagamaan	52
5.2.2 Saran kepada Organisasi Keagamaan	52
5.2.3 Saran kepada Universitas	52
5.2.4 Saran kepada Peneliti Selanjutnya.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	22
Tabel 3.2 Distribusi Skala <i>Psychological Well-Being</i> Sebelum Try Out	24
Tabel 3.4 Daftar Populasi Penelitian.....	28
Tabel 3.5 Daftar Sampel Penelitian	29
Tabel 4.1 Hasil Uji Reliabilitas Skala	32
Tabel 4.2 Distribusi Skala <i>Psychological Well-Being</i> Setelah Try Out.....	33
Tabel 4.3 Hasil Analisis Deskriptif Umum <i>Psychological Well-Being</i>	34
Tabel 4.4 Kategori Dimensi <i>Self-Acceptance</i>	35
Tabel 4.5 Kategori Dimensi <i>Positive Relations with Other</i>	36
Tabel 4.6 Kategori Dimensi <i>Autonomy</i>	37
Tabel 4.7 Kategori Dimensi Environmental Mastery.....	38
Tabel 4.8 Kategori Dimensi <i>Purpose Of Life</i>	39
Tabel 4.9 Kategori Dimensi <i>Personal Growth</i>	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Kerangka Konseptual	21
Gambar 3.3 Distribusi Nilai R Tabel Signifikansi 5% dan 1%.....	27
Gambar 4.1 Diagram Lingkaran Distribusi Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	34
Gambar 4.2 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi <i>Self-Acceptance</i>	35
Gambar 4.3 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi <i>Positive Relations with Others</i>	36
Gambar 4.4 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi <i>Autonomy</i>	37
Gambat 4.5 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi <i>Environmental Mastery</i>	38
Gambar 4.6 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi <i>Purpose Of Life</i>	39
Gambar 4.7 Diagram Lingkaran Kategori Dimensi Personal Growth	40
Gambar 4.8 Diagram Lingkaran Kategori <i>Psychological Well-Being</i>	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Blue Print Psychological Well-Being</i>	57
Lampiran 2	Skala <i>Psychological Well-Being Try Out</i> Terpakai	59
Lampiran 3	Data <i>Try Out</i> Terpakai <i>Psychological Well-Being</i>	63
Lampiran 4	Data <i>Psychological Well-Being</i> Perdimensi	66
Lampiran 5	Uji Validitas Dan Reliabilitas	69
Lampiran 6	Uji Analisis Deskriptif.....	72
Lampiran 7	Surat Pengantar dan Selesai Riset.....	79



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Memiliki ketenangan, kenyamanan, kesejahteraan serta kebahagiaan dalam menjalani kehidupan merupakan keinginan setiap individu. Perasaan-perasaan tersebut yang membantu individu dalam menjalani kehidupan dengan penuh antusias. Namun tidak semua individu dapat merasakan perasaan-perasaan tersebut, hal itu disebabkan oleh latar belakang yang berbeda seperti keluarga, budaya, kesehatan, pertemanan, pekerjaan, kehidupan sosial dan pengalaman. Ryff (Furqani, 2021) menyatakan pengalaman emosi yang menyakitkan seperti rasa kecewa, kehilangan, kegagalan, diperlukan agar individu mampu mengelolah perasaan tersebut sehingga memberikan pengaruh pada *psychological well-being*. generasi Z adalah generasi kelahiran tahun 1997 sampai tahun 2012 (Istiningtyas, 2022). Di tahun 2025, saat ini generasi Z berada pada usia 13 tahun - 28 tahun, dan saat ini mendominasi populasi mahasiswa aktif diperguruan tinggi.

Salah satu sifat utama generasi Z adalah sebagai *digital natives*, yaitu individu yang sejak kecil telah terbiasa dengan teknologi dan internet (Prensky, 2001). Generasi Z sangat cepat dalam mengakses informasi dan menggunakan media sosial sebagai sarana utama berkomunikasi, belajar, dan berekspresi. Selain itu, generasi Z juga dikenal sebagai generasi yang ekspresif dan menghargai keaslian. Mereka cenderung terbuka dalam menyampaikan pendapat, termasuk mengenai isu-isu psikologis dan emosional, serta lebih nyaman menunjukkan jati diri secara

otentik di ruang publik, terutama media sosial (Twenge, 2017).

Generasi Z juga dikenal sebagai generasi FOMO (*Fear of missing out*), generasi ini selalu berada pada barisan terdepan dalam tren dan kompetisi. Generasi ini tumbuh dalam era digital dengan akses yang luas terhadap teknologi dan media sosial, sehingga pola pikir dan perilakunya sangat dipengaruhi oleh perkembangan teknologi tersebut (Salim & Handayani, 2022). Mereka akan takut dan khawatir jika bergerak kurang cepat dan tidak menuju arah yang benar. Selain itu generasi Z juga memiliki sifat DIY (*Do It YourSelf*) yaitu melakukan segala sesuatu dengan sendiri. Melalui *gadget*, mereka dapat memperoleh informasi dengan cepat, sehingga generasi ini bisa belajar dan mencari tau dengan sendirinya. Dengan adanya teknologi khususnya *gadget* dapat membuat mereka menjadi individu yang asosial atau kurang minat berinteraksi dengan sesama.

Di sisi lain, meskipun lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental, generasi Z juga rentan terhadap kecemasan dan stres. Tekanan akademik, ekspektasi sosial, serta kebutuhan akan validasi dari media sosial membuat mereka sering merasa tidak cukup dan mengalami tekanan psikologis (Pew Research Center, 2019). Generasi ini cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi dibandingkan generasi sebelumnya karena mereka hidup dalam arus informasi yang cepat (Salim & Handayani, 2022). Terlebih mereka yang duduk di bangku perkuliahan.

Mahasiswa generasi Z menghadapi berbagai tantangan dalam menjalani kehidupan akademik dan sosial. Mereka dihadapkan pada tuntutan akademik yang

tinggi, mulai dari tugas kuliah, ujian, hingga kegiatan organisasi atau proyek yang perlu diselesaikan dalam waktu terbatas. Beban ini semakin berat bagi mereka yang harus merantau untuk menempuh pendidikan, meninggalkan keluarga, dan beradaptasi dengan lingkungan baru. Disisi lain, paparan media sosial yang intens juga berpotensi menimbulkan tekanan sosial, seperti kecemasan akibat kompensasi sosial atau ketergantungan pada validasi eksternal. Generasi Z saat ini sangat memperdulikan *life style*, yang ditandai dengan gemarnya mengikuti *trand* telepon seluler, *skincare* dan *makeup* (Salim & Handayani, 2022). Kondisi-kondisi ini dapat mempengaruhi *psychological well-being* mahasiswa. Kehidupan sosial yang beragam, tuntutan akademik yang tinggi dan beban tanggung jawab yang meningkat dapat menciptakan stress dan menimbulkan masalah kesehatan mental dan berpotensi untuk melakukan aksi bunuh diri.

Psychological well-being menggambarkan kondisi mental yang berfungsi secara positif pada individu (Eva et al., 2020). Ryff (Yenita, 2022) menyatakan bahwa *psychological well-being* merupakan gambaran pencapaian penuh dalam potensi psikologis seseorang, mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, mampu mengarahkan prilaku, memiliki relasi positif dengan orang lain, mampu mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan, mampu mengambil keputusan dan memiliki tujuan hidup serta mampu mengungkapkan perasaan-perasaan pribadi terkait dengan hasil pengalaman kehidupan individu tersebut. Ryff juga mengartikan *psychological well-being* sebagai rasa kepuasan, yang ditandai dengan keadaan individu yang menghasilkan emosi kebahagiaan dan ketenangan (Setyorini et al., 2024).

Organisasi adalah suatu perkumpulan atau kelompok yang saling mengikat satu sama lain sesuai kepentingan masing-masing. Keikutsertaan individu dalam organisasi berbasis keagamaan dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu faktor yang berperan besar dalam meningkatkan *psychological well-being* adalah dukungan sosial. Mahasiswa yang terlibat dalam organisasi keagamaan cenderung memiliki akses terhadap dukungan sosial yang kuat. Organisasi keagamaan tidak hanya menyediakan lingkungan sosial yang positif, tetapi juga menekankan nilai-nilai spiritual dan religiusitas. Dukungan sosial dari anggota organisasi ini dapat mencakup bentuk dukungan emosional, rasa kebersamaan, dan bantuan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, religiusitas sebagai bagian dari kegiatan keagamaan dapat membantu mahasiswa menemukan makna dan tujuan hidup, sehingga memperkuat *psychological well-being* mereka ditengah tekanan perkuliahan dan tantangan kehidupan pribadi yang mereka hadapi. Peneliti tertarik melakukan penelitian yang melibatkan generasi Z, karena generasi ini menjadi topik panas yang dibahas oleh berbagai penelitian dalam berbagai bidang. Bahkan banyak *tiktokers* dan *youtubers* yang membahas generasi ini.

Sebagian besar generasi Z saat ini menginjak masa dewasa awal. Menurut Santrock (Putri, 2018), masa dewasa awal merupakan periode transisi dari remaja menuju dewasa, yang berlangsung pada rentang usia sekitar 18 hingga 25 tahun. Pada tahap ini, individu cenderung aktif dalam bereksperimen dan mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan. Perubahan yang terjadi selama masa transisi ini berlangsung secara bertahap dan berkelanjutan. Masa dewasa awal juga dikenal

sebagai tahap pencarian, penemuan, dan pemantapan diri. Pada fase ini, individu menghadapi berbagai tantangan, seperti ketegangan emosional, isolasi sosial, serta tuntutan untuk berkomitmen dalam berbagai aspek kehidupan. Selain itu, periode ini juga ditandai oleh proses penyesuaian diri terhadap perubahan nilai-nilai, pengembangan kreativitas, serta adaptasi terhadap pola hidup yang baru (Putri, 2018). Adapun tugas perkembangan dewasa awal menurut Muriyati dan Rezania (2021) yaitu meniti karir, memilih pasangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, mengelola rumah tangga, berperan dalam masyarakat dan bersama kelompok sosial yang bermanfaat.

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi keagamaan berperan penting dalam mendukung tugas perkembangan dewasa awal. Melalui berbagai kegiatan, mereka dapat mengembangkan keterampilan yang bermanfaat untuk karir, memperluas jaringan sosial, belajar tanggung jawab, serta meningkatkan kemampuan beradaptasi dalam kehidupan bermasyarakat. Selain itu, organisasi keagamaan juga menjadi wadah bagi mahasiswa untuk memperoleh dukungan sosial dan pengalaman yang dapat membantu mereka dalam menghadapi tantangan di fase transisi menuju kedewasaan. Adapun sasaran penelitian ini adalah organisasi keagamaan yang ada di Universitas Medan Area.

Komunitas keagamaan di Universitas Medan Area yang termasuk dalam penelitian ini terdiri dari tiga organisasi keagamaan. Ketiga organisasi tersebut adalah KMKP (Komunitas Mahasiswa Kristen Psikologi), FORMASI (Forum Mahasiswa Islam Psikologi), dan HMK-FEB (Himpunan Mahasiswa Kristen

Fakultas Ekonomi Bisnis). Komunitas keagamaan yang ada di Universitas Medan Area adalah komunitas yang bukan hanya melakukan kegiatan keagamaan semata, namun juga melakukan kegiatan positif. Adapun kegiatan-kegiatan tersebut adalah kegiatan keagamaan seperti ibadah, renungan keagamaan, diskusi dan berbagi ilmu mengenai keagamaan. Selain itu komunitas keagamaan ini juga melakukan kegiatan positif seperti berkunjung ke pantai asuhan, berbagi makanan, belajar mengajar, gotong royong, melakukan sosialisasi ke sekolah, olahraga, bermain, liburan, serta pelatihan-pelatihan untuk membekali anggota organisasi. Komunitas keagamaan dapat menjadi wadah bagi mahasiswa untuk menyalurkan minat dan bakat, seperti di bidang musik, olahraga, dan *public speaking*.

Komunitas keagamaan ini memiliki rasa kekeluargaan yang kuat, terlihat dari kepedulian dan dukungan antar anggota. Namun, ada juga sisi negatif yang muncul, khususnya dalam pembentukan kepanitiaan. Beberapa anggota panitia mengalami tekanan akibat tanggung jawab dan tuntutan yang ada. Bahkan, beberapa anggota yang tidak lagi terlibat dalam kepanitiaan mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang memperoleh kesejahteraan di organisasi tersebut dan menganggap bergabung dalam kepanitiaan sebagai beban. Pada awal perekrutan, terdapat kesepakatan bahwa anggota panitia harus bersedia mengorbankan waktu, tenaga, dan materi. Namun, kenyataan di lapangan ada beberapa mahasiswa yang tidak sanggup bahkan tidak melakukan tanggung jawabnya dengan baik, dikarenakan mereka merasa terbebani dengan tanggung jawab mereka di kegiatan kepanitian tersebut. Sebagai komunitas keagamaan seharusnya anggota mendapatkan *psychological well-being* dari keterlibatan

mereka. Sayangnya, tuntutan dalam kepanitiaan malah menambah beban bagi sebagian individu, sehingga mepengaruhi *psychological well-being* mereka, dan membuat mereka enggan berpartisipasi kembali.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, *psychological well-being* pada dimensi *personal growth* tercermin dalam berbagai aktivitas di organisasi keagamaan. Organisasi ini menjadi wadah bagi anggotanya untuk mengembangkan diri melalui kegiatan yang mendukung minat dan bakat, seperti musik, *public speaking*, dan kerja tim. Selain itu, keterlibatan dalam organisasi juga berkontribusi pada peningkatan keterampilan komunikasi, yang terlihat dari interaksi antaranggota dalam berbagai kegiatan. Pada dimensi *positive relations with orther* keterlibatan dalam organisasi menciptakan ikatan sosial yang erat, baik di dalam maupun di luar organisasi. Hal ini terlihat dari kebersamaan dalam aktivitas seperti berbagi makanan di jalan, kunjungan ke panti asuhan, gotong royong, kegiatan ngajar mengajar, sosialisasi, serta kerja sama atau ibadah bersama dengan komunitas lain, baik di dalam maupun di luar Universitas Medan Area. Namun, dalam situasi tertentu, seperti pembentukan kepanitiaan acara besar, muncul tantangan dalam hubungan antar anggota. Konflik atau perbedaan pendapat yang terjadi dapat memengaruhi interaksi dan dinamika kelompok, yang berdampak pada keterlibatan serta kenyamanan sebagian anggota dalam organisasi. Beberapa anggota yang menghadapi situasi tersebut memilih untuk tidak lagi terlibat dalam kepanitiaan berikutnya. Hal ini juga berkaitan dengan bagaimana individu menilai kemampuannya dalam mengelola tanggung jawab dan dinamika kelompok.

Penelitian ini dilakukan untuk memahami gambaran *psychological well-being* generasi Z pada mahasiswa Universitas Medan Area yang mengikuti organisasi keagamaan, berdasarkan enam dimensi yang dikemukakan oleh Ryff. Adapun kriteria generasi Z pada penelitian ini yaitu generasi Z yang berada di masa dewasa awal yaitu berusia 18 tahun hingga 25 tahun.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan pada latar belakang, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana Gambaran *Psychological Well-Being* pada Generasi Z yang Aktif dalam Komunitas Keagamaan?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan mengetahui bagaimana Gambaran *Psychological Well-Being* pada Generasi Z yang Aktif dalam Komunitas Keagamaan.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait *Psychological Well-Being* dan peran komunitas sosial pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan manfaat bagi mahasiswa, perguruan tinggi, dan organisasi keagamaan yang menjadi fokus penelitian. Bagi mahasiswa, penelitian ini menyoroti pentingnya keterlibatan dalam organisasi sosial untuk *psychological*

well-being dan dukungan sosial. Bagi perguruan tinggi, ini menjadi acuan untuk mendukung kegiatan organisasi sosial demi kesejahteraan mahasiswa. Sementara bagi ketiga organisasi keagamaan tersebut, penelitian ini membantu mereka memahami peran dalam meningkatkan *psychological well-being* anggota.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Well-Being*

2.1.1 Pengertian *Psychological Well-Being*

Ryff (Supriyadi et al., 2020) mengatakan *psychological well-being* sebagai bentuk realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu, dimana individu dapat menerima kelebihan maupun kekurangan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungan atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta mengembangkan pribadinya.

Schultz (Purnomasidi et al., 2022) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi kesehatan psikologis dalam diri individu. Kesehatan psikologis ini tercermin melalui sifat-sifat aktualisasi diri, dimana sifat-sifat tersebut mencerminkan kebutuhan-kebutuhan dasar yang lebih rendah, seperti kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta, dan penghargaan.

López et al. (Izzati et al., 2021) menyatakan bahwa individu yang mampu mengelola sumber stres dengan baik akan dapat mempertahankan *psychological well-being* mereka, sehingga memungkinkan mereka untuk menilai suatu peristiwa dengan pandangan yang lebih positif.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi dimana individu dapat mengembangkan potensi diri

sepenuhnya, memenuhi kebutuhan dasar, menjalin hubungan positif dan mengelola stres, sehingga mampu melihat hidup dengan perspektif positif.

2.1.2 Faktor-Faktor *Psychological Well-Being*

Ryff (Aisyah & Chisol, 2018) mengemukakan ada 2 faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu faktor internal dan eksternal. Adapun faktor internal tersebut yaitu usia, jenis kelamin, kepribadian. Sedangkan faktor eksternalnya yaitu ekonomi, budaya, religiusitas, dan dukungan sosial, berikut penjelasannya:

Faktor Internal:

1. Usia

Pengelompokan *psychological well-being* dibedakan berdasarkan usia, yakni dewasa awal, dewasa tengah atau paruh baya, dan dewasa akhir atau lansia. Pada kelompok-kelompok usia ini, fokus utamanya terletak pada beberapa dimensi, yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan diri, tujuan hidup, dan otonomi. Dalam dimensi penguasaan lingkungan, kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya meningkat seiring bertambahnya usia, sehingga individu lebih memahami kondisi terbaik untuk dirinya dan lebih mampu mengendalikan lingkungannya sesuai dengan

kebutuhannya. Dibandingkan dengan dewasa muda, individu usia paruh baya menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi dalam penguasaan lingkungan dan otonomi. Namun, pada tahap dewasa akhir, *psychological well-being* dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi cenderung lebih rendah.

2. Jenis Kelamin

Pada umumnya jenis kelamin tidak menunjukkan perbedaan tingkat *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan. Namun, perempuan memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dibandingkan dengan laki-laki. Lima dimensi lainnya tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pria dan wanita. Tingkat *psychological well-being* cenderung lebih baik pada pria dan wanita yang memiliki pendidikan serta pekerjaan yang baik.

3. Kepribadian

Dimensi-dimensi dalam *psychological well-being* memiliki keterkaitan erat dengan kepribadian seseorang. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, diperoleh temuan sebagai berikut:

- a) Individu dengan kepribadian *extraversion* cenderung memiliki skor tinggi pada dimensi penguasaan lingkungan, penerimaan diri, arah hidup, dan hubungan positif dengan orang lain.
- b) Kepribadian *conscientiousness* dan *extraversion* juga terkait dengan skor tinggi pada dimensi penguasaan lingkungan, penerimaan diri, serta arah hidup.

- c) Individu dengan kepribadian *low neuroticism* dan *extraversion* menunjukkan skor tinggi pada dimensi penguasaan lingkungan, arah hidup, penerimaan diri, dan otonomi.
- d) Kepribadian *openness to experience* berkaitan dengan skor tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi.
- e) Dimensi hubungan positif dengan orang lain memiliki skor tinggi pada individu dengan kepribadian *agreeableness*.

Faktor Eksternal:

1. Status Ekonomi

Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi cenderung memperoleh skor lebih tinggi pada dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi dibandingkan mereka yang berpendidikan rendah. Selain itu, individu dengan status pekerjaan yang tinggi juga memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih baik. Kombinasi antara status pekerjaan dan tingkat pendidikan yang tinggi memberikan ketahanan lebih dalam menghadapi stres kerja, tantangan, dan kesulitan hidup. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang rendah serta status pekerjaan yang rendah dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres kerja yang pada akhirnya berdampak pada gangguan *psychological well-being*.

2. Budaya

Psychological well-being berbeda antara budaya timur dan barat. Budaya barat yang cenderung individualistik menyebabkan skor tinggi pada dimensi yang berorientasi pada diri sendiri, seperti penerimaan diri dan otonomi. Sebaliknya, budaya timur yang lebih kolektif dan saling tergantung antar individu cenderung

mendapatkan skor tinggi pada dimensi yang berorientasi pada orang lain, seperti hubungan positif dengan orang lain.

3. Religiusitas

Psychological well-being seseorang sangat dipengaruhi oleh agama dan spiritualitas, terutama dalam hal transenden atas segala permasalahan hidup kepada Tuhan. Individu dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung melihat setiap kejadian hidup secara bermakna dan bersikap positif, sehingga hidupnya terasa lebih bermakna, mampu berperilaku baik terhadap lingkungan, merasakan kepuasan hidup, dan cenderung terhindar dari perasaan kesepian.

4. Dukungan Sosial

Dukungan sosial mencakup perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, dan bantuan yang dirasakan individu dari orang lain sebagai dukungan dalam menghadapi masalah hidup. Sumber dukungan ini dapat berasal dari keluarga, pasangan, teman dekat, rekan kerja, atau organisasi sosial yang diikuti individu tersebut.

Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*. Faktor-faktor tersebut meliputi jenis kelamin, usia, lingkungan keluarga, aspek sosial, kepuasan terhadap pekerjaan, budaya, dan religiusitas (Furqani, 2021).

Liputo (Supriyadi, 2020) dalam penelitiannya menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, kompetensi pribadi, religiusitas, dan kepribadian.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* mencakup aspek internal seperti usia, jenis kelamin, dan kepribadian, serta aspek eksternal seperti status ekonomi, budaya, religiusitas, dan dukungan sosial.

2.1.3 Dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff (1995) mengungkapkan ada 6 dimensi yang mempengaruhi *Psychological well-being* yaitu:

1. Self-Acceptance

Dimensi ini mengacu pada kemampuan individu untuk menerima diri sendiri secara utuh, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung merasa puas dengan diri mereka dan memiliki pandangan positif terhadap diri mereka sendiri. Mereka tidak terfokus pada kesalahan atau kegagalan dimasa lalu tetapi mampu mengakui hal tersebut sebagai bagian dari proses perkembangan pribadi.

2. Positive Relations with Other

Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan individu dalam membina hubungan yang sehat dan memuaskan dengan orang lain. Individu yang memiliki hubungan positif cenderung mudah berempati, peduli, dan membangun kepercayaan dengan orang-orang disekitar mereka. Mereka dapat memberikan dukungan, menerima dukungan, dan menikmati interaksi sosial yang sehat, sehingga merasakan kepuasan dalam kehidupan sosial mereka.

3. Autonomy

Otonomi berarti kemampuan individu untuk bertindak berdasarkan keyakinan dan nilai-nilai pribadinya tanpa terlalu dipengaruhi oleh tekanan sosial

atau harapan orang lain. Individu yang otonom dapat menentukan tujuan dan mengambil keputusan sendiri tanpa merasa dipaksa atau ditekan oleh lingkungan. Mereka memiliki kemandirian dalam berpikir, percaya diri pada pilihan mereka, dan memiliki kekuatan untuk menghadapi kritik atau penolakan.

4. *Environmental Mastery*

Dimensi ini menunjukkan kemampuan individu untuk mengendalikan atau menyesuaikan diri dengan lingkungan agar dapat memenuhi kebutuhan pribadi. Individu yang mampu menguasai lingkungannya biasanya pandai dalam mengelola sumber daya yang dimiliki, mengambil kesempatan yang ada, dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan keinginan atau aspirasi mereka. Mereka merasa nyaman dalam situasi yang berbeda dan mampu mengelola perubahan dengan baik.

5. *Purpose Of Life*

Purpose of life atau tujuan hidup mengacu pada perasaan bahwa hidup memiliki arah dan makna. Individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas merasa bahwa hidup mereka berharga dan memiliki arah yang ingin dicapai. Mereka memiliki tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang memberikan motivasi dan semangat untuk terus berkembang. Tujuan ini memberikan makna dalam kehidupan mereka, sehingga mereka mampu menghadapi tantangan dengan sikap yang positif.

6. *Personal Growth*

Personal growth atau pertumbuhan pribadi adalah keinginan dan usaha individu untuk terus berkembang, belajar, dan mencapai potensi diri secara maksimal. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi tinggi selalu terbuka

terhadap pengalaman baru, pembelajaran, dan tantangan yang dapat meningkatkan keterampilan atau pengetahuan mereka. Mereka merasakan kepuasan atas pencapaian yang telah diraih, namun tetap memiliki dorongan untuk terus berkembang dan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.

Menurut Hurlock (Purnomasidi, 2022), *psychological well-being* terdiri dari beberapa dimensi penting sebagai berikut:

a. Penerimaan Diri

Kemampuan seseorang untuk menerima orang lain dipengaruhi oleh sejauh mana ia dapat menerima dirinya sendiri. Penyesuaian diri secara pribadi maupun sosial yang baik membantu individu merasa puas dengan apa yang dimilikinya, yang pada akhirnya berdampak pada kebahagiaan.

b. Kasih Sayang

Kasih sayang yang diterima seseorang berasal dari hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik hubungan tersebut, semakin banyak kasih sayang yang didapatkan. Sebaliknya, kurangnya kasih sayang dapat memberikan dampak negatif terhadap kebahagiaan seseorang.

c. Prestasi

Prestasi berkaitan dengan keberhasilan mencapai tujuan yang diinginkan. Ketika tujuan tidak realistik atau gagal dicapai, hal ini dapat menimbulkan rasa kecewa, ketidakpuasan, dan menurunkan kebahagiaan.

Abidin (2023) mengatakan dimensi-dimensi yang membentuk *psychological well-being* versi budaya Indonesia adalah standar hidup, gaya hidup, rasa aman,

keterhubungan sosial, prestasi dalam hidup, kesehatan mental dan fisik, religiusitas spiritualitas dan etika.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dimensi-dimensi *psychological well-being* adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, kasih sayang, prestasi, standar hidup, gaya hidup, rasa aman, kesehatan mental dan fisik, serta religiusitas spiritualitas dan etika.

2.1.4 Ciri-Ciri *Psychological Well-Being*

Menurut Wells (2010), ciri-ciri *psychological well-being* adalah sebagai berikut:

- a. Individu yang memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima segala aspek diri, termasuk kelebihan dan kekurangan, serta mampu belajar dari pengalaman masa lalu.
- b. Individu yang memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, percaya terhadap sesama dan peduli terhadap kesejahteraan orang lain, mampu menunjukkan empati dan kasih sayang dan memiliki hubungan yang erat serta memahami dinamika antar manusia.
- c. Individu yang mandiri dan mampu menentukan pilihan sendiri, tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial dan pengaturan perilaku berdasarkan standar pribadi.
- d. Individu yang kompeten dalam mengelola lingkungan sekitar, mampu mengendalikan berbagai aktivitas eksternal yang kompleks, memanfaatkan peluang dengan efektif dan menciptakan kondisi yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

- e. Individu yang memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas, melihat makna dalam kehidupan saat ini dan masa lalu, memiliki keyakinan yang mendukung tujuan hidup dan fokus pada sasaran hidup jangka panjang.
- f. Individu yang merasa diri terus tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi diri dan mengalami peningkatan perilaku serta pemahaman diri dan beradaptasi dan belajar untuk menjadi lebih efektif.

2.2 Gambaran *Psychological Well-Being* Mahasiswa Komunitas Keagamaan

Psychological well-being adalah kondisi dimana individu dapat mengembangkan potensi diri sepenuhnya, memenuhi kebutuhan dasar, menjalin hubungan positif dan mengelola stres, sehingga mampu melihat hidup dengan perspektif positif. Ryff (1995) mengemukakan bahwa *psychological well-being* terdiri dari enam dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Keenam dimensi ini saling berkaitan dan menggambarkan sejauh mana seseorang berfungsi secara psikologis dalam kehidupannya.

Generasi Z, yaitu mereka yang lahir pada tahun 1997 hingga 2012, merupakan kelompok usia yang saat ini banyak menempuh pendidikan tinggi dan berada dalam fase perkembangan dewasa awal. Pada masa ini, individu menghadapi berbagai tantangan seperti penyesuaian diri di lingkungan baru, pencarian identitas, tekanan akademik, serta pembentukan arah hidup. Hartati dan Arisandi (2023) menjelaskan bahwa mahasiswa generasi Z cenderung mengalami tantangan psikologis yang kompleks, terutama karena mereka tumbuh di tengah perubahan teknologi dan sosial yang cepat. Oleh karena itu, penting untuk melihat faktor-faktor yang dapat mendukung *psychological well-being* mereka.

Salah satu faktor yang diyakini mendukung *psychological well-being* adalah keterlibatan dalam komunitas keagamaan. Komunitas keagamaan tidak hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga ruang bagi mahasiswa untuk berinteraksi, memperoleh dukungan sosial, serta mengembangkan nilai dan tujuan hidup. Kegiatan seperti diskusi rohani, ibadah bersama, mentoring, dan kegiatan sosial dapat memperkuat identitas diri serta meningkatkan rasa memiliki dalam lingkungan sosial.

Penelitian Kosasih, Kosasih, dan Zakariyya (2022) menunjukkan bahwa tingkat religiusitas berhubungan secara positif dengan *psychological well-being*. Mahasiswa yang memiliki religiusitas tinggi cenderung menunjukkan tingkat self-acceptance dan purpose in life yang lebih baik. Hasil ini menunjukkan bahwa pemahaman dan praktik nilai-nilai keagamaan dapat membantu individu memahami diri dan arah hidupnya.

Selain itu, penelitian oleh Winman dan Soetjiningsih (2022) menemukan bahwa mahasiswa yang aktif dalam kegiatan komunitas keagamaan selama masa pandemi memiliki *psychological well-being* yang lebih stabil. Hal ini terjadi karena komunitas berfungsi sebagai tempat mendapatkan dukungan emosional dan spiritual yang dapat membantu mengurangi tekanan psikologis.

Reo, Soetjiningsih, dan Wijono (2024) juga menyatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh dari komunitas seperti organisasi keagamaan dapat meningkatkan dimensi-dimensi *psychological well-being*, terutama *positive relations with others* dan *environmental mastery*. Kehadiran komunitas ini memberi ruang aman bagi mahasiswa untuk mengembangkan diri secara emosional dan sosial.

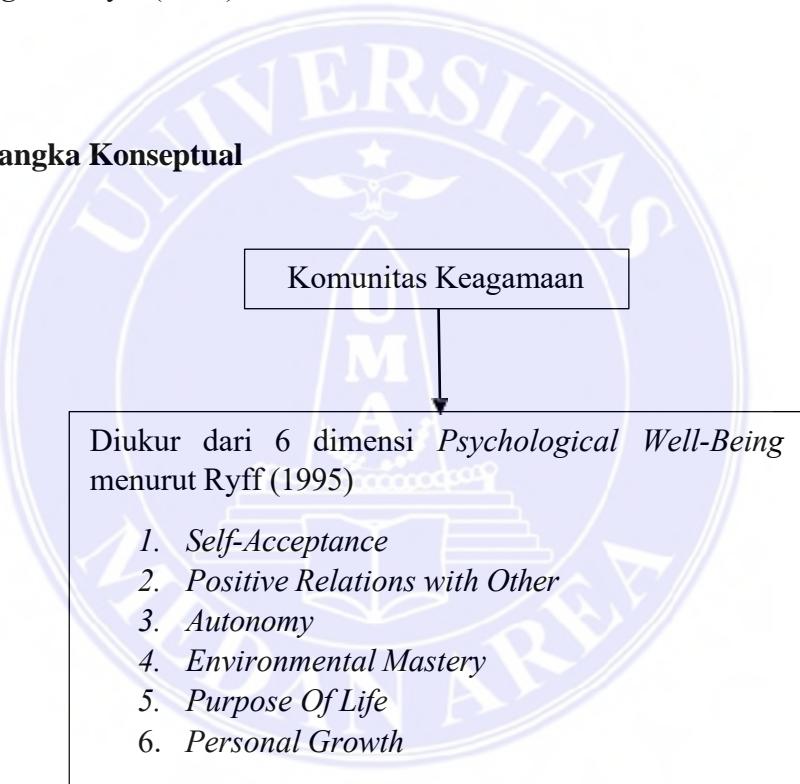
UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

20
Document Accepted 13/1/26

Dengan demikian, keterlibatan mahasiswa dalam komunitas keagamaan dapat menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung tercapainya *psychological well-being*. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran *psychological well-being* pada mahasiswa generasi Z yang aktif di komunitas keagamaan Universitas Medan Area, berdasarkan enam dimensi *psychological well-being* dari Ryff (1995)

2.3 Kerangka Konseptual



Gambar 2.3 Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

3.1.1 Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan untuk mendapatkan data yang representatif dari Komunitas Keagamaan di Universitas Medan Area. Waktu yang tepat untuk mengumpulkan data adalah mulai dari bulan Maret 2025 hingga bulan April 2025.

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

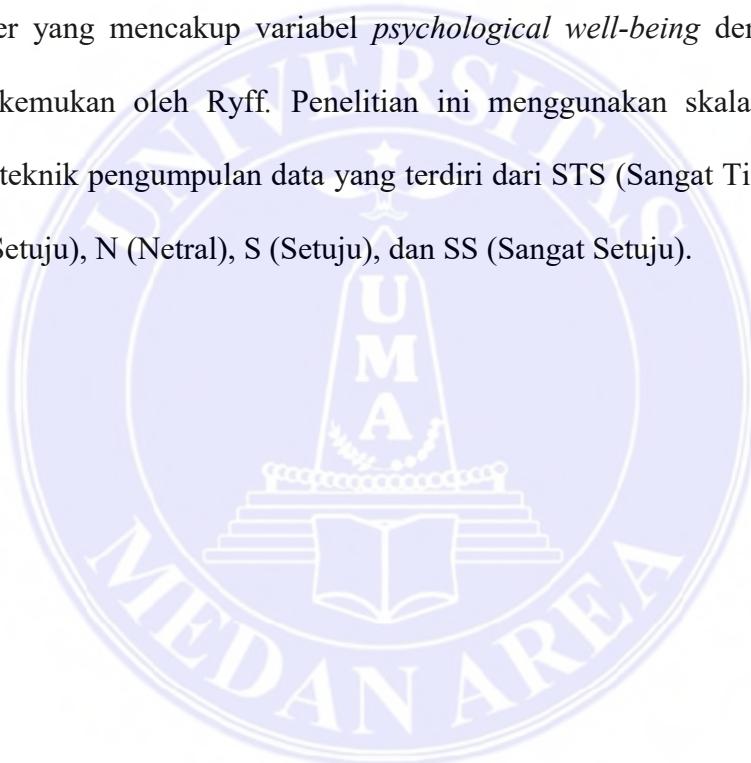
No	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli
Penyusunan Proposal								
Seminar Proposal								
Pengumpulan Data								
Proses Administrasi								
Seminar Hasil								
Ujian Skripsi								

3.1.2 Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Universitas Medan Area, yang berada di kampus I: Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jalan Gedung PBSI, Medan dan Kampus II: Jalan Sei Serayu Nomor 70 A / Jalan Setia Budi Nomor 79 B, Medan. Penelitian ini berfokus pada Komunitas Keagamaan. Data akan dikumpulkan melalui survei *online* atau kuesioner yang dapat diakses dan diisi oleh responden dari lokasi yang mereka pilih.

3.2 Bahan dan Alat Penelitian

Untuk mengumpulkan data dari responden, peneliti menggunakan kuesioner atau survei *online* yang dirancang khusus atau platform survei *online* seperti *Google Forms*. Sugiono (Prawiyogi, 2021) menjelaskan kuesioner sebagai metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi berbagai pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden. Peneliti membuat pertanyaan dalam kuesioner yang mencakup variabel *psychological well-being* dengan 6 dimensi yang dikemukakan oleh Ryff. Penelitian ini menggunakan skala *Likert 5* poin sebagai teknik pengumpulan data yang terdiri dari STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), N (Netral), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju).



Tabel 3.2 Distribusi Psychological Well-Being Sebelum Try Out

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
<i>Self- Acceptance</i>	Menerima diri dengan segala kelebihan dan Kekurangan	1	2	2
	Bangga dengan pencapaian dalam komunitas Keagamaan	3	4	2
	Merasa puas dengan kontribusi dalam komunitas Keagamaan	5	6	2
<i>Positive Relations with Others</i>	Memiliki hubungan yang erat dengan komunitas Keagamaan	7	8	2
	Nyaman berbagi cerita dan perasaan dengan komunitas keagamaan	9	10	2
	Mudah menjalin hubungan dengan anggota baru	11	12	2
<i>Autonomy</i>	Yakin dengan keputusan sendiri meskipun berbeda pendapat dengan anggota komunitas keagamaan	13	14	2
	Mampu menjalani hidup tanpa bergantung pada anggota komunitas keagamaan	15	16	2
	Berpegang pada pendapat sendiri meskipun ada tekanan dari anggota komunitas keagamaan	17	18	2
<i>Environmental Mastery</i>	Mampu mengelola kegiatan komunitas keagamaan dengan baik	19	20	2
	Dapat menyesuaikan diri dengan dinamika komunitas keagamaan	21	22	2
	Memiliki kendali atas peran dan tanggung jawab dalam komunitas keagamaan	23	24	2
<i>Purpose in Life</i>	Memiliki tujuan yang jelas bergabung di komunitas keagamaan	25	26	2
	Merasa bahwa pengalaman di komunitas punya makna dalam hidup	27	28	2
	Merancang masa depan dengan lebih baik lewat pengalaman komunitas keagamaan	29	30	2
<i>Personal Growth</i>	Terus belajar dan berkembang lewat pengalaman di komunitas keagamaan	31	32	2
	Terbuka terhadap perubahan dan pengalaman baru di komunitas keagamaan	33	34	2
	Merasa ada perubahan positif dalam diri setelah ikut komunitas keagamaan	35	36	2
Total		18	18	36

3.3 Metodelogi Penelitian

3.3.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif, yaitu pendekatan yang bertujuan untuk mendeskripsikan, meneliti, dan menjelaskan fenomena secara apa adanya dengan menarik kesimpulan berdasarkan data yang dapat diamati dalam bentuk angka (Nurhabiba, 2023). Selain itu, metode deskriptif kuantitatif juga bertujuan untuk menggambarkan, meringkas, atau mengorganisasi data dengan cara yang membantu memahami detail serta pola dari sampel tertentu (Aziza, 2023).

Dapat disimpulkan bahwa metode deskriptif kuantitatif digunakan untuk menggambarkan dan menjelaskan fenomena secara objektif berdasarkan data numerik, tanpa membandingkan atau menghubungkan variabel, serta membantu memahami pola dari data yang diamati.

3.3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini yaitu *psychological well-being*.

3.3.3 Definisi Operasional

Psychological well-being adalah kondisi dimana individu dapat mengembangkan potensi diri sepenuhnya, memenuhi kebutuhan dasar, menjalin hubungan positif dan mengelola stres, sehingga mampu melihat hidup dengan perspektif positif. Diukur menggunakan enam dimensi *psychological well-being* menurut Ryff, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with Others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *Personal Growth*.

3.3.4 Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti mengumpulkan data melalui kuesioner *online* yang dapat diakses secara *online* melalui platform seperti *Google Forms* yang mencakup pertanyaan.

3.3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif untuk menampilkan data berdasarkan hasil pengukuran dalam bentuk persentase, frekuensi atau skor rata-rata sehingga dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai gambaran *psychological well-being* pada komunitas keagamaan di Universitas Medan Area. Sebelum melakukan analisis statistik deskriptif, uji validitas dan linearitas harus dilakukan untuk memastikan data memenuhi persyaratan yang diperlukan agar hasil analisis statistik valid dan akurat.

Suatu item dikatakan valid apabila item tersebut memiliki nilai r hitung yang hasilnya lebih besar daripada nilai r tabel (r hitung $>$ r tabel). Adapun r hitung menunjukkan tingkat korelasi antara setiap item kuesioner dengan variabel total yang ingin diukur, semakin tinggi nilai r hitung maka semakin kuat korelasi tersebut, dan semakin valid item kuesioner tersebut. Sedangkan r tabel adalah nilai kritis yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan apakah nilai r hitung signifikan atau tidak, nilai r tabel bergantung pada jumlah sampel (n) dan tingkat

signifikansi yang digunakan biasanya 5%. Skala dikatakan reliabel atau konsisten apabila nilai *Cronbach Alpha* > 0,06. (Anggraini at.al, 2022).

Penelitian ini menggunakan signifikansi 5% dengan jumlah sampel sebanyak 84, maka nilai r tabel yang dipakai penelitian ini adalah (n) yang mendekati yaitu n 85 dengan nilai r tabel 0.213 seperti gambar 3.1.

Gambar 3.3 Distribusi Nilai R Tabel Signifikansi 5% dan 1%

Distribusi Nilai r tabel Signifikansi 5% dan 1%					
N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.316	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.308	0.398
7	0.754	0.874	42	0.304	0.393
8	0.707	0.834	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.606	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296
21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.526	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.198	0.256
26	0.388	0.496	125	0.176	0.230
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081

3.3.6 Teknik Sampling

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah metode pemilihan subjek penelitian berdasarkan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Subjek penelitian ini dipilih secara terarah, tidak secara acak, melainkan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya (kumara, 2018). Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Strata 1 (S1) Universitas Medan Area dengan kriteria:

1. Subjek merupakan anggota dari ketiga organisasi keagamaan di Universitas Medan Area yang aktif dalam organisasi
2. Subjek merupakan generasi Z berusia 18 tahun hingga 25 tahun
3. Anggota dikatakan aktif berorganisasi apabila anggota tersebut mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh organisasi seperti ibadah, olahraga, dan kegiatan positif lainnya, dan juga anggota yang ikut serta dalam kepanitiaan juga dapat dikategorikan sebagai anggota organisasi yang aktif.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah semua anggota organisasi keagamaan dari tiga organisasi keagamaan yang ada di Universitas Medan Area. Adapun jumlah keseluruhannya adalah 316 anggota yang terdaftar dalam organisasi keagamaan.

Tabel 3.4 Daftar Populasi Penelitian

No	Nama Organisasi	Jumlah
1.	FORMASI UMA	27
2.	KMKP UMA	255
3.	HMK-FEB UMA	34
	Total	316

3.4.2 Sampel

Jumlah sampel pada penelitian ini terdiri dari 84 anggota yang aktif dalam Komunitas Keagamaan yang ada di Universitas Medan Area.

Tabel 3.5 Daftar Sampel Penelitian

No	Nama Organisasi	Jumlah
1.	FORMASI UMA	12
2.	KMKP UMA	54
3.	HMK-FEB UMA	18
	Total	84

3.5 Prosedur Kerja

3.5.1 Persiapan Penelitian

Langkah pertama dalam penelitian ini adalah mencari informasi organisasi keagamaan yang ada di Universitas Medan Area. Setelah mendapatkan daftar organisasi keagamaan, langkah selanjutnya adalah meminta izin dari masing-masing Badan Pengurus Harian (BPH) organisasi. Setelah memperoleh izin tahap selanjutnya adalah menetapkan metode teknik sampling. Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Adapun kriteria pengambilan sampel dalam penelitian ini merupakan generasi Z berusia 18 tahun hingga 25 tahun dan aktif dalam organisasi. Setelah menetapkan teknik sampling, tahap selanjutnya adalah menetapkan pelaksanaan penelitian, termasuk waktu penelitian. Adapun waktu yang digunakan dalam pengambilan data adalah selama kurang lebih dua bulan, dimulai dari tanggal 13 Maret 2025 sampai pada tanggal 26 April 2025.

Skala yang disebar dalam bentuk kuesioner, disebar melalui *google form*,

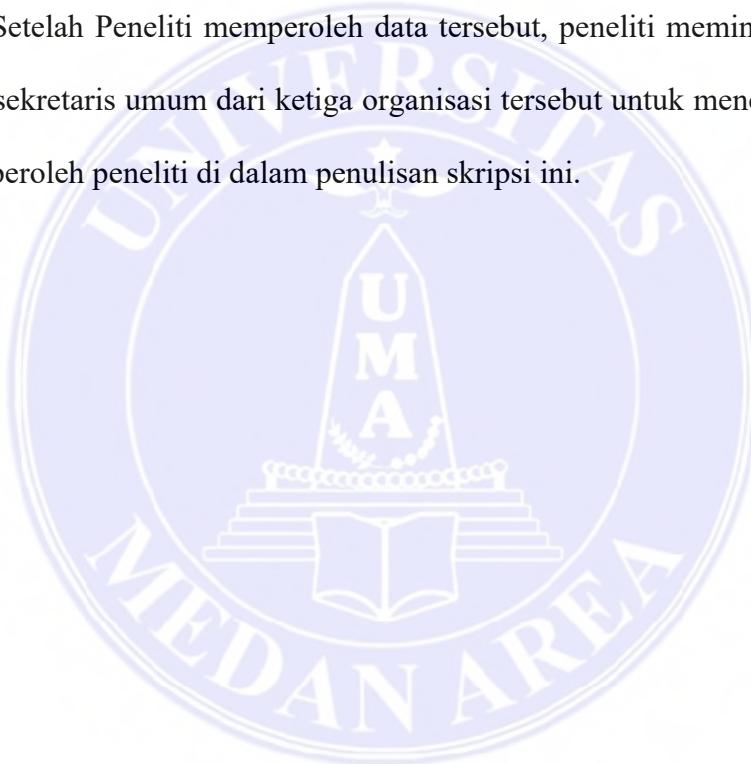
dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam menyebarkan kuesioner. Setelah data diperoleh, tahap selanjutnya adalah pengolahan data dengan menggunakan perangkat lunak SPSS. Dari hasil olahan data tersebut akan dihasilkan gambaran *Psychological Well-Being* pada generasi Z yang aktif dalam komunitas keagamaa

3.5.2 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dimulai dari tanggal 13 Maret 2025 hingga pada 26 April 2025. Peneliti menyebarkan kuesioner pada dua sekretaris umum dari organisasi keagamaan yang menjadi sasaran dipenelitian ini yaitu FORMASI dan HMK-FEB untuk menyebarkan kuesioner tersebut keorganisasinya masing-masing. Sedangkan untuk KMKP sendiri, peneliti menyebarkan kuesioner secara pribadi melalui aplikasi *WhatsApp* kepada anggota yang aktif, hal ini dilakukan karena peneliti merupakan anggota aktif di KMKP, namun tidak semua anggota KMKP yang aktif bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, hal itu dikarenakan beberapa anggota yang aktif di KMKP tidak memberi respon akan pesan pribadi yang dilakukan oleh peneliti, dari 80 anggota yang aktif di KMKP terdapat 54 anggota yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Setelah selama kurang lebih 2 minggu peneliti belum mendapatkan hasil yang memuaskan dari organisasi FORMASI UMA dan HMK FEB, peneliti meminta izin kepada Sekretaris umum FORMASI dan HMK-FEB untuk bergabung sementara kedalam grup *WhatsApp*. Ketika peneliti masuk kedalam grup organisasi tersebut, peneliti melakukan pendekatan melalui chat pribadi kepada semua anggota yang ada di dalam grup *WhatsApp* organisasi FORMASI dan HMK-FEB, kemudian meminta ketersediaan anggota organisasi tersebut untuk menjadi responden dalam

penelitian ini. Hal ini dilakukan secara bertahap dimulai dari HMK-FEB kemudian dilanjutkan dengan FORMASI. Peneliti mendapatkan hasil yang memuaskan dari FORMASI hal itu dikarenakan semua anggota yang aktif bersedia menjadi responden. Namun hal yang sama dengan KMKP terjadi pada HMK-FEB, dari 32 anggota yang aktif di HMK-FEB hanya ada 18 anggota yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Setelah Peneliti memperoleh data tersebut, peneliti meminta izin kembali kepada sekretaris umum dari ketiga organisasi tersebut untuk mencantumkan data yang diperoleh peneliti di dalam penulisan skripsi ini.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Secara keseluruhan, tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa generasi Z yang aktif dalam komunitas keagamaan di Universitas Medan Area tergolong sedang dengan persentase 56%,
2. *Psychological well-being* pada dimensi *self-acceptance* berkontribusi sebesar 18%, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu menerima diri mereka dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Interaksi spiritual dan sosial dalam komunitas keagamaan memberi ruang refleksi diri yang mendalam, memperkuat sikap positif terhadap diri sendiri, dan mendukung pembentukan identitas yang sehat di masa dewasa awal.
3. *Psychological well-being* pada dimensi *purpose in life* berkontribusi sebesar 18%, hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki arah hidup yang jelas, merasa hidup mereka bermakna, dan memiliki rasa keterpanggilan dalam menjalani aktivitas. Hal ini didukung oleh keterlibatan mereka dalam kegiatan yang bersifat spiritual, sosial, dan pengabdian, yang memberikan kontribusi besar dalam membentuk tujuan hidup yang kuat.
4. *Psychological well-being* pada dimensi *personal growth* berkontribusi sebesar 18%, mahasiswa yang aktif di komunitas keagamaan juga menunjukkan semangat untuk terus berkembang dan meningkatkan kapasitas diri. Kegiatan seperti pembinaan karakter, mentoring rohani, dan pengembangan spiritual

mendorong proses pertumbuhan pribadi secara berkelanjutan, serta memperluas potensi yang mereka miliki sebagai individu dewasa awal.

5. *Psychological well-being* pada dimensi *environmental mastery* berkontribusi sebesar 17%, hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa cukup mampu mengelola lingkungan mereka dan menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial serta akademik. Keaktifan dalam organisasi keagamaan melatih keterampilan seperti kepemimpinan, pengambilan keputusan, dan manajemen waktu, yang membantu mereka merasa lebih kompeten dalam menjalani kehidupan sehari-hari.
6. *Psychological well-being* pada dimensi *positive relations with others* berkontribusi sebesar 16%, hal ini menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa berhasil membangun hubungan sosial yang hangat dan akrab. Faktor-faktor seperti perbedaan kepribadian, persaingan antaranggota, dan tekanan sosial dapat mempengaruhi kualitas relasi interpersonal dalam komunitas keagamaan.
7. *Psychological well-being* pada dimensi *autonomy* berkontribusi sebesar 13%, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum sepenuhnya mandiri secara psikologis. Mereka masih cenderung bergantung pada pandangan orang lain dan norma kelompok dalam mengambil keputusan. Hal ini bisa dipengaruhi oleh nilai kolektif dalam budaya Indonesia dan struktur organisasi keagamaan yang menekankan kepatuhan terhadap otoritas, sehingga ruang untuk pengambilan keputusan personal menjadi terbatas.

5.2 Saran

5.2.1 Saran kepada Anggota Organisasi Keagamaan

Anggota organisasi diharapkan lebih aktif mengeksplorasi potensi diri dan berani mengambil peran serta tanggung jawab dalam organisasi. Mereka juga perlu melatih kemandirian dalam berpikir dan membuat keputusan tanpa terlalu bergantung pada kelompok. Selain itu, menjaga hubungan sosial yang sehat dan terbuka dengan sesama anggota sangat penting dalam membentuk *positive relations with others* dan mendukung *psychological well-being* secara keseluruhan.

5.2.2 Saran kepada Organisasi Keagamaan

Dianjurkan agar organisasi keagamaan menyediakan lebih banyak ruang bagi anggota untuk mengemukakan pendapat secara bebas dan mengambil keputusan secara mandiri. Kegiatan yang mendorong refleksi diri, diskusi terbuka, serta pelatihan kepemimpinan dapat membantu meningkatkan otonomi dan hubungan sosial antaranggota.

5.2.3 Saran kepada Universitas

Universitas diharapkan mendukung dan memfasilitasi pengembangan organisasi keagamaan sebagai wadah positif yang tidak hanya membentuk spiritualitas, tetapi juga kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dukungan ini dapat berupa pelatihan *soft skills*, workshop kesehatan mental, serta penguatan kerja sama antara dosen pembina dan organisasi mahasiswa. Selain itu, bisa berupa materi untuk mencukupi dana dari program/kegiatan yang dilakukan organisasi

dan juga puji untuk menambah semangat organisasi dalam melakukan program/hal positif lainnya.

5.2.4 Saran kepada Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menambahkan hasil *Psychological Well-Being* dari masing-masing organisasi untuk melihat organisasi mana yang mendominasi *Psychological Well-Being* dalam komunitas yang diteliti.

Penelitian ini hanya menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, sehingga disarankan juga agar penelitian berikutnya menggunakan metode campuran agar dapat menggali lebih dalam pengalaman subjektif mahasiswa. Selain itu, cakupan organisasi keagamaan juga dapat diperluas untuk membandingkan antaragama atau antaruniversitas guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *psychological well-being* mahasiswa dalam konteks keagamaan. Dan peneliti menyarankan agar mahasiswa memahami prosedur administrasi kampus sejak awal, menyusun strategi pengumpulan data yang efektif, serta mampu mengatur waktu dengan baik, terutama jika penelitian dilakukan secara daring dan disertai kesibukan di luar perkuliahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (2023). *Well-Being Konsep Penelitian dan Penerapannya di Indonesia*. Fakultas Psikologi universitas Padjajaran.
- Anggraini at. al (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software SPSS untuk Uji Validitas dan Reliabelitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491-6504.
- Aisyah, A., & Chisol, R. (2020). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109-122.
- Asif, A., Yasin, H., & Iqrar, L. (2024). *Personal Growth Initiative, Resilience and Psychological Wellbeing in Young Adults of Pakistan*. *Journal of Asian Development Studies*, 13(1), 35–50.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan & Konseling*, 5(3), 122-231.
- Furqani,N,N (2021). Peranan religiusitas dan kecerdasan spiritual terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis. *Jurnal psikologi : science and practice*, 1(1),9-15.
- Ghozali, I. (2018). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponogoro.
- Gandhi, N., & Karunia, N. I. (2022). Hubungan Antara Keterlibatan Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler dengan *Psychological Well-Being* Mahasiswa *Emerging Adulthood* Universitas X di Surabaya. *Jurnal Psikologi Konseling*
- Handayani, R., & Salim, H. (2022). Generasi Z dan *Entrepreneurship*. Pt Jawa Mediasindo Lestari. Bogor.
- Hartati, S., & Arisandi, D. (2023). Studi Pendahuluan: *Psychological Well-Being dan Positive Education* pada Mahasiswa Generasi Z di Era Teknologi. *Journal of Sustainable Education*, 5(1), 15–26.
- Izzati, U. A., Budiani, M. S., Mulyana, O. P., & Puspitadewi, N. W. S. (2021). Gambaran kesejahteraan psikologis pada karyawan terdampak pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 315-325.

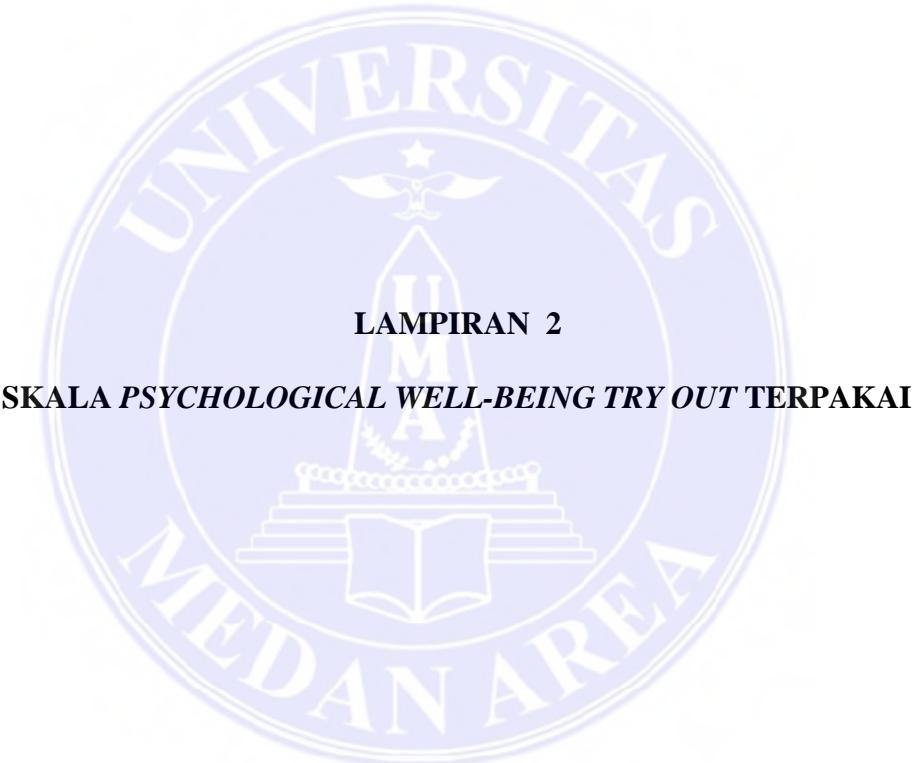
- Istiningtyas, L. (2022, December). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19. In *Proceeding Conference on Genuine Psychology* (Vol. 2, pp. 231-238).
- Jayusman, I., & Shavab, O. A. K. (2020). Studi Deskriptif kuantitatif tentang aktivitas belajar mahasiswa dengan menggunakan media pembelajaran edmodo dalam pembelajaran sejarah. *Jurnal artefak*, 7(1), 13-20.
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2022). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 114–122.
- Koo, K. (2021). *Psychological well-being of students in completing their final project*. *International Journal of Education and Research*, 9(2), 45–58.
- Kumara, R, A. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan.
- Moghe, S., & Misra, S. (2024). *A Study on Psychological Well-being among University Students*. *International Journal of Indian Psychology*, 12(1), 2634–2643.
- Moleong, L. J. (2018). Metodologi penelitian kualitatif penulis. *Prof. DR. Lexy J. Moleong, MA PT Remaja Rosdakarya*, 410.
- Mariyati, I. L., & Rezania, V. (2021). Buku ajar: Psikologi Perkembangan Manusia I. UMSIDA PRESS.
- Nurhabiba, F. D., & Misdalina, M. (2023). Kemampuan Higher Order Thinking Skill (HOTS) Dalam Pembelajaran Berdiferensiasi SD 19 Palembang. *Didaktif: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(3) 492-504.
- Pew Research Center. (2019). *Millennials overtake Baby Boomers as America's largest generation*
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6.
- Putri, F. A, (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*. 3(2), 35-40.
- Ramadhani, N., & Aulia, R. (2021). Dukungan spiritual dan *psychological well-being* pada mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 25–34.

- Reo, G., Soetjiningsih, C. H., & Wijono, S. (2024). Social Support and Self-Esteem as Predictors of Psychological Well-Being of Generation Z Students. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2), 66–75.
- Rohmah, I. A., Formen, A., & Saraswati, S. (2024). *The Effects of Self-Acceptance, Coping Strategies, and Social Support on Psychological Well-Being*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 13(1), 32–38.
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological well-being in adult life. Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Sari, D. P. (2019). Kesejahteraan psikologis, stres, dan regulasi emosi pada mahasiswa baru. *Jurnal Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, 8(2), 85–95.
- Setyorini, D., Zahra, H. A., Maulana, I., Yulianita, H., & Yosep, I. (2024). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Profesi Ners Selama Menjalani Praktik Klinik di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1611-1622.
- Sugiono, (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Twenge, J. M. (2017). *I Gen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books.
- Wells, W, I. (2010). *Pshychological Well Being*. Nova Science Publishers, Inc. New York
- Yenita, S. (2022). Gambaran psychological well being pada dewasa awal yang berstatus janda di kenagarian air bangis. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(2), 150-155.
- Zhao, Y., & Zhang, H. (2024). *How to Influence and Cultivate Young Adults' Life Purpose in the Process of Education: A Systematic Review of Empirical Studies*. *BMC Psychology*, 12 (554), 2-15.



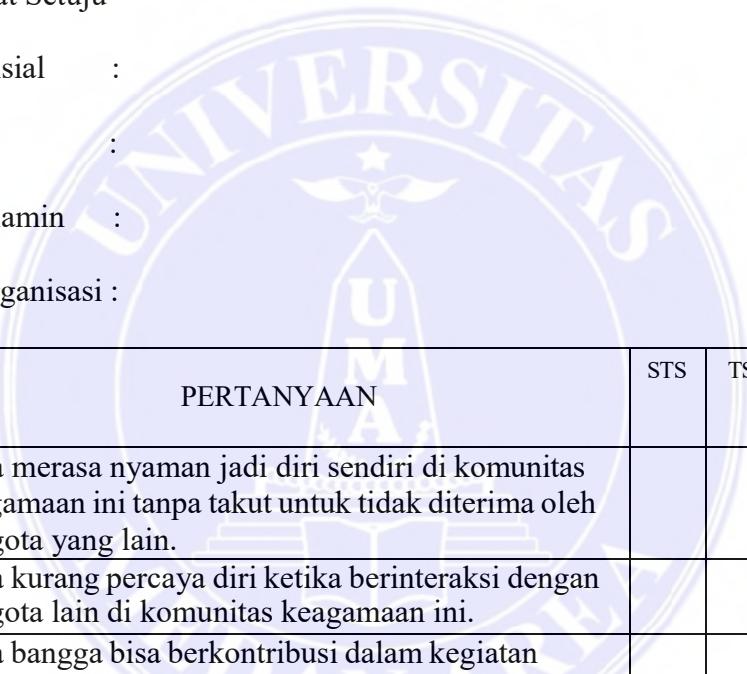
LAMPIRAN 1
BLUE PRINT PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Total
		Favor able	Unfavor able	
<i>Self-Acceptance</i>	Menerima diri dengan segala kelebihan dan Kekurangan	1	2	2
	Bangga dengan pencapaian dalam komunitas Keagamaan	3	4	2
	Merasa puas dengan kontribusi dalam komunitas Keagamaan	5	6	2
<i>Positive Relations with Others</i>	Memiliki hubungan yang erat dengan komunitas Keagamaan	7	8	2
	Nyaman berbagi cerita dan perasaan dengan komunitas keagamaan	9	10	2
	Mudah menjalin hubungan dengan anggota baru	11	12	2
<i>Autonomy</i>	Yakin dengan keputusan sendiri meskipun berbeda pendapat dengan anggota komunitas keagamaan	13	14	2
	Mampu menjalani hidup tanpa bergantung pada anggota komunitas keagamaan	15	16	2
	Berpegang pada pendapat sendiri meskipun ada tekanan dari anggota komunitas keagamaan	17	18	2
<i>Environmental Mastery</i>	Mampu mengelola kegiatan komunitas keagamaan dengan baik	19	20	2
	Dapat menyesuaikan diri dengan dinamika komunitas keagamaan	21	22	2
	Memiliki kendali atas peran dan tanggung jawab dalam komunitas keagamaan	23	24	2
<i>Purpose in Life</i>	Memiliki tujuan yang jelas bergabung di komunitas keagamaan	25	26	2
	Merasa bahwa pengalaman di komunitas punya makna dalam hidup	27	28	2
	Merancang masa depan dengan lebih baik lewat pengalaman komunitas keagamaan	29	30	2
<i>Personal Growth</i>	Terus belajar dan berkembang lewat pengalaman di komunitas keagamaan	31	32	2
	Terbuka terhadap perubahan dan pengalaman baru di komunitas keagamaan	33	34	2
	Merasa ada perubahan positif dalam diri setelah ikut komunitas keagamaan	35	36	2
Total		18	18	36



Isntruksi : Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama, lalu pilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda selama mengikuti organisasi keagamaan yang anda ikuti.

- (1) Sangat tidak setuju
- (2) Tidak setuju
- (3) Netral
- (4) Setuju
- (5) Sangat Setuju

Nama/Inisial : 

Usia :

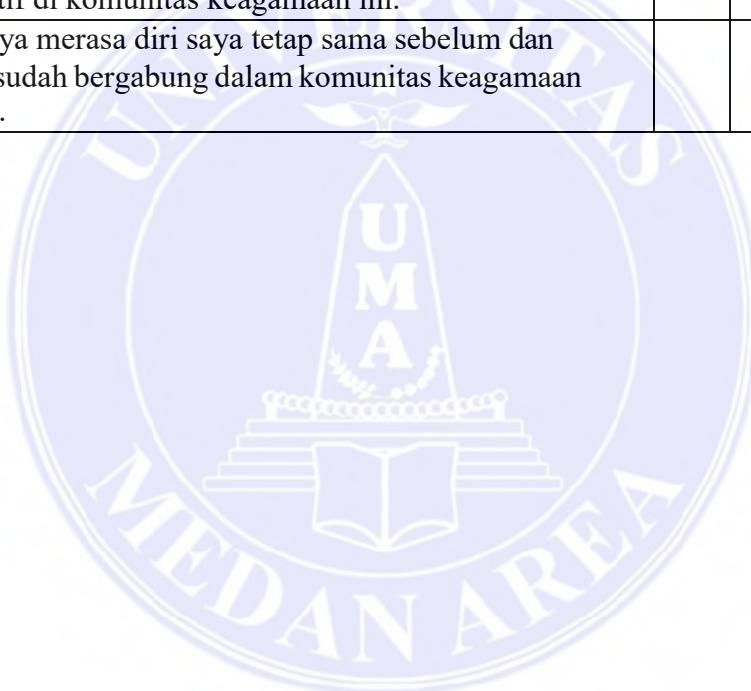
Jenis Kelamin :

Nama Organisasi :

N O	PERTANYAAN	STS	TS	N	S	SS
1	Saya merasa nyaman jadi diri sendiri di komunitas keagamaan ini tanpa takut untuk tidak diterima oleh anggota yang lain.					
2	Saya kurang percaya diri ketika berinteraksi dengan anggota lain di komunitas keagamaan ini.					
3	Saya bangga bisa berkontribusi dalam kegiatan yang ada di komunitas keagamaan ini.					
4	Saya merasa kontribusi saya di komunitas keagamaan ini kurang berarti dibandingkan anggota lain.					
5	Saya melihat perkembangan diri saya selama aktif di komunitas keagamaan ini.					
6	Saya merasa belum ada perubahan dalam diri saya sejak bergabung di komunitas keagamaan ini.					
7	Saya merasa memiliki keluarga kedua dalam komunitas keagamaan ini.					
8	Saya merasa kurang dekat dengan anggota lain di komunitas keagamaan ini.					
9	Saya nyaman berbagi cerita dan mendapat dukungan dari anggota di komunitas keagamaan ini.					
10	Saya lebih memilih menyimpan perasaan sendiri daripada berbagi dengan anggota di komunitas					

	keagamaan ini.				
11	Saya mudah menjalin hubungan dengan anggota baru di komunitas keagamaan ini.				
12	Saya sering merasa canggung saat berinteraksi dengan anggota baru di komunitas keagamaan ini.				
13	Saya yakin dengan keputusan sendiri meskipun berbeda pendapat dengan sebagian anggota di komunitas keagamaan ini.				
14	Saya ragu mengambil keputusan tanpa persetujuan anggota dari komunitas keagamaan ini.				
15	Saya dapat menjalankan tugas dalam komunitas keagamaan ini tanpa selalu bergantung pada orang lain.				
16	Saya merasa sulit menjalankan tugas di komunitas keagamaan ini jika tidak ada yang membimbing saya.				
17	Saya tetap mempertahankan prinsip dalam menjalankan kegiatan keagamaan dan sosial di komunitas ini.				
18	Saya mampu mengatur waktu antara komunitas, akademik, dan kehidupan pribadi dengan seimbang.				
19	Saya merasa kewalahan dalam membagi waktu antara komunitas keagamaan ini dan aktivitas lain.				
20	Saya bisa menyesuaikan diri dengan perubahan dalam komunitas ini, termasuk dalam kegiatan keagamaan.				
21	Saya merasa sulit beradaptasi dengan dinamika yang terjadi dalam komunitas keagamaan ini.				
22	Saya memiliki kendali atas tugas dan tanggung jawab saya di komunitas keagamaan ini.				
23	Saya merasa bingung dengan peran yang harus dijalankan di komunitas keagamaan ini.				
24	Saya mengikuti komunitas keagamaan ini karena ingin bertumbuh secara pribadi dan spiritual.				
25	Saya belum menemukan tujuan yang jelas dalam mengikuti komunitas keagamaan ini.				
26	Saya merasa pengalaman di komunitas keagamaan ini membantu saya memahami makna hidup dan arah yang ingin dituju.				
27	Saya merasa pengalaman di komunitas keagamaan ini tidak terlalu berpengaruh terhadap hidup saya.				
28	Saya merasa kegiatan di komunitas keagamaan ini memberikan motivasi untuk terus berkembang dan menjadi pribadi yang lebih baik.				
29	Saya merasa kegiatan di komunitas keagamaan ini				

	belum terlalu berdampak pada perkembangan diri saya.					
30	Saya merasakan pertumbuhan pribadi setelah bergabung dalam kegiatan di komunitas keagamaan ini.					
31	Saya merasa tidak mengalami perubahan berarti setelah mengikuti komunitas keagamaan ini.					
32	Saya terbuka untuk belajar dari pengalaman dalam kegiatan sosial dan keagamaan komunitas ini.					
33	Saya lebih nyaman melakukan hal yang sama daripada mencoba pengalaman baru di komunitas keagamaan ini.					
34	Saya melihat perubahan positif dalam diri setelah aktif di komunitas keagamaan ini.					
35	Saya merasa diri saya tetap sama sebelum dan sesudah bergabung dalam komunitas keagamaan ini.					





No	Pernyataan	Aitem																																									
		R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17	R18	R19	R20	R21	R22	R23	R24	R25	R26	R27	R28	R29	R30	R31	R32	R33	R34	R35	R36	R37	R38	R39	R40	R41	
1	Saya merasa nyaman pada diri sendiri di komunitas keagamaan ini tanpa takut	5	5	3	4	3	4	3	5	2	3	4	3	5	4	5	3	5	5	4	4	5	4	5	4	5	3	5	3	4	5	1	4	5	4	2	5	3	5	4	4	5	
2	Saya merasa nyaman pada diri sendiri berinteraksi dengan anggota lain di komunitas keagamaan ini.	1	1	3	4	4	3	3	5	2	2	2	3	4	4	1	3	5	5	3	3	3	4	5	5	3	2	5	2	3	4	5	4	2	1	4	4	5	5	4	5		
3	Saya merasa bahagia berkontribusi dalam kegiatan yang ada di komunitas keagamaan ini.	4	1	3	4	5	3	4	5	4	4	4	4	5	4	2	3	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4	3	3	5	5	5	4	5							
4	Saya merasa kontribusi saya di komunitas keagamaan ini cukup berarti dibandingkan anggota lain.	5	4	3	4	4	4	5	4	3	2	4	3	4	2	3	2	4	5	4	5	4	3	2	2	5	3	4	3	5	2	3	4	1	4	2	5	5	4	4			
5	Saya merasa perbaikan diri saya selama aktif di komunitas keagamaan ini.	5	3	4	4	5	3	3	4	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	4	3	3	5	3	4	3	4	2	4	3	5	5	4	3				
6	Saya merasa bahwa selain adanya perbaikan diri saya sejatinya bergabung di komunitas keagamaan ini.	4	5	4	3	5	2	4	4	3	4	4	5	4	5	3	4	4	5	3	5	4	4	5	4	3	4	5	5	4	4	1	4	3	5	5	4	3					
7	Saya merasa memiliki keterlibatan kuat dalam komunitas keagamaan ini.	5	5	3	4	5	2	5	3	3	3	4	5	4	3	5	4	3	1	4	5	3	5	5	3	3	5	4	3	4	1	3	2	4	4	4	1	4	2	5	5	4	4
8	Saya merasa kuat dan dekat dengan anggota lain di komunitas keagamaan ini.	4	5	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	5	3	3	2	5	3	4	4	1	2	3	4	4	5	3					
9	Saya merasa bahwa cerita dan mendengar cerita anggota di komunitas keagamaan ini.	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	2	3	3	4	2	3	5	4	3	3	3	3	1	3	3	4	1	2	3	4	1	3	3	5	4	4	3
10	Saya lebih memilih mengalihpindahkan pengetahuan sendiri daripada berbagi dengan anggota di komunitas keagamaan ini.	2	1	3	3	3	2	4	3	2	2	4	2	3	2	3	1	3	2	2	3	5	3	2	3	5	4	1	4	1	2	4	4	1	3	2	1	3	3	3			
11	Saya mudah mengalihpindahkan pengetahuan dengan anggota lain di komunitas keagamaan ini.	4	3	3	4	3	4	3	5	3	3	4	3	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	3	2	5	3	3	5	4	4	3	3	1	5	3	4	4					
12	Saya sering merasa cenggang saat bertemu dengan anggota baru di komunitas keagamaan ini.	2	5	4	3	3	4	3	4	2	2	4	3	3	4	3	2	4	5	2	2	3	4	5	4	3	2	5	2	3	4	4	3	3	2	4	3	3					
13	Saya suka dengan kepuasan sendiri meskipun belum mendapat pengakuan dengan anggota di komunitas keagamaan ini.	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	2	4	3	4	4	5	1	4	3	4	3	4	2	3	5	3	3	3	5	2	2	5	1	3	3	5	3	2	5		
14	Saya suka mengambil kepuasan tanpa perasaan anggota di komunitas keagamaan ini.	1	3	2	4	3	4	3	2	2	1	4	3	4	1	2	2	4	5	2	4	3	4	3	3	3	5	2	1	4	5	2	1	3	2	5	3	3	3				
15	Saya dapat memperbaikan diri dalam komunitas keagamaan ini tanpa selalu bertengkar pada orang lain.	2	3	4	4	3	5	3	4	2	2	4	3	5	4	3	4	5	1	4	4	2	4	2	4	4	4	5	3	4	4	5	2	1	3	5	5	4	4				
16	Saya merasa sangat memperbaiki diri dalam komunitas keagamaan ini jika tidak ada yang menghalangi saya.	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	4	4	5	2	2	2	2	3	5	4	3	3	5	2	1	4	5	2	1	1	1	2	5	4	2	3		
17	Saya tetap mempertahankan prinsip dalam menjalankan kegiatan keagamaan dan setia pada diri komunitas keagamaan ini.	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	3	3	5	5	4	3	4	5	4	2	5	5	4	4	4						
18	Saya mudah mengalihpindahkan pengalaman keagamaan ini kepada orang lain.	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	1	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	5	3	3	2	1	2	2	5	3	2	1	2	2				
19	Saya merasa mengalihpindahkan pengalaman keagamaan ini kepada orang lain dengan semangat dan senang.	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	3	5	5	4	3	4	5	5	1	3	3	5	5	5	4						
20	Saya merasa kewajiban dalam membantu anggota lain dalam aktivitas lain.	3	3	3	3	4	2	4	3	2	2	4	4	1	4	3	3	4	1	3	4	2	3	5	4	4	2	3	4	1	4	5	4	1	3	3	5	4	4				
21	Saya bisa menyampaikan diri dengan percaya diri dalam komunitas keagamaan ini, termasuk dalam kegiatan keagamaan.	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	5	4	4	4	5	3	4	3	5	4	3	4	2	5	5	4	4	4							
22	Saya merasa sulit beradaptasi dengan dinamika yang terjadi dalam komunitas keagamaan ini.	3	5	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	1	4	3	4	4	5	4	4	3	3	5	4	4	1	3	2	4	3	4	2					
23	Saya merasa kondisi atau tujuan dan target yang saya diharapkan oleh komunitas keagamaan ini.	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	3	5	4	2	4	2	5	3	4	4						
24	Saya merasa bangga dengan peran yang diberikan di komunitas keagamaan ini.	5	5	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	3	4	4	4	5	4	4	1	4	1	4	5	4	1	3	2	5	4	4					
25	Saya merasa bahwa anggota komunitas keagamaan ini benar-benar secara emosional dan spiritual.	5	4	4	4	5	2	4	4	3	4	4	2	5	5	4	3	4	2	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	3	4	4	5	5	4	4						
26	Saya selalu menemukan tujuan yang jelas dalam mengikuti komunitas keagamaan ini.	5	5	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	1	2	5	4	5	5	3	5	5	4	5	4	1	3	4	5	4	4						
27	Saya merasa pengalaman di komunitas keagamaan ini membuat saya merasa bahagia dan senang juga disiplin.	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	3	4	5	1	4	5	4	2	3	4	5	4	4					
28	Saya merasa pengalaman di komunitas keagamaan ini tidak terlalu berpengaruh terhadap hidup saya.	5	5	3	4	5	2	4	3	3	4	4	5	3	4	3	3	4	3	2	5	3	4	5	3	4	3	5	1	2	5	4	1	4	4	5	3	2					
29	Saya merasa lega di komunitas keagamaan ini memberikan motivasi untuk terus berkembang dan menjadi pribadi yang lebih baik.	5	5	3	4	4	4	2	3	3	3	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3	4	5	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	3	4	5	4	3				
30	Saya merasa lega di komunitas keagamaan ini karena tidak terlalu berpengaruh pada diri saya.	5	5	3	4	4	5	3	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	5	3	4	3	4	4	4	3	4	4	5	4	2	3	4	5				
31	Saya merasa perbaikan diri dalam komunitas keagamaan ini tidak terlalu berpengaruh pada diri saya.	5	5	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	5	4	3	4	3	4	3			
32	Saya merasa tidak lengkap dalam komunitas keagamaan ini ketika saya masih diperlukan.	5	3	3	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	3	4	3	2	4	4	4	5	4	4	4	4	2	3	4	4	3	5	5	3					
33	Saya merasa bahwa diri saya belum belajar dalam kegiatan sosial dan keagamaan.	5	3	4	4	3	4	3	4	3	4	5	3	3	4	3	3	5	3	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	5	5	2	4	3	1	5	4	5			
34	Saya merasa bahwa diri saya masih belum mencoba mengikuti kegiatan di luar komunitas keagamaan ini.	5	2	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	3	5	3	2	4	4	3	4	4	5	5	3	1	3	2	1	5	3	3	3	3					
35	Saya merasa perbaikan diri dalam komunitas keagamaan ini tidak sama dengan mencoba mengikuti kegiatan di luar diri saya.	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	5	4	3	3	4	4	5	4	4	5	3	4	3	5	3	4	4	1	4	4	5	4	3	4	3	5	4	3		
36	Saya merasa lega di komunitas keagamaan ini karena tidak seluruh orang yang berpengaruh dalam komunitas keagamaan ini.	4	1	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	5	2	3	4	4	2	5	3	4	3	4	1	4	4	5	1	1	5	3							
TOTAL		136	127	115	132	138	107	126	126	103	107	140	124	141	133	115	112	150	109	125	141	126	147	168	127	129	150	176	116	124	151	103	121	144	140	66	127	103	160	148	139	125	

R42	R43	R44	R45	R46	R47	R48	R49	R50	R51	R52	R53	R54	R55	R56	R57	R58	R59	R60	R61	R62	R63	R64	R65	R66	R67	R68	R69	R70	R71	R72	R73	R74	R75	R76	R77	R78	R79	R80	R81	R82	R83	R84	r-Hitung	r-Tabel	V/T		
5	5	1	5	3	5	4	3	3	4	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	3	5	5	5	5	4	4	3	3	2	4	2	4	4	2	5	2	5	3	3	5	5	0,491492	0,213	V			
3	4	5	3	3	4	3	2	4	5	3	5	3	4	3	2	4	4	5	3	3	5	5	2	1	5	4	4	4	2	3	5	2	3	2	4	5	5	5	3	4	2	2	5	0,567282	0,213	V	
4	5	5	4	4	5	5	1	4	4	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	4	3	4	5	3	3	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	0,561233	0,213	V		
4	3	1	3	3	4	4	2	4	5	3	5	4	3	4	1	4	4	4	4	2	5	2	4	1	4	4	4	5	1	3	4	3	3	5	4	4	5	5	3	4	5	5	0,535998	0,213	V		
5	3	2	3	3	5	4	1	3	4	3	5	4	5	3	3	5	4	5	4	4	5	4	4	4	3	3	5	4	2	4	4	4	5	5	5	3	4	5	3	5	0,609248	0,213	V				
4	3	5	4	2	5	4	2	3	5	2	5	3	2	4	3	4	4	5	3	3	5	4	3	1	4	4	5	3	3	4	1	5	4	2	4	4	5	2	4	3	4	5	0,712176	0,213	V		
4	3	5	3	3	5	4	4	3	5	3	4	4	2	3	3	4	4	5	3	5	5	4	3	5	5	3	4	3	2	5	1	4	3	4	5	3	3	4	3	5	0,714084	0,213	V				
3	3	5	2	3	4	3	5	4	5	2	5	3	4	3	2	4	3	3	3	2	5	4	3	1	4	4	5	2	3	5	1	4	4	2	4	3	5	3	4	3	3	5	0,652454	0,213	V		
3	3	5	1	3	5	4	2	2	4	3	4	4	3	2	5	2	5	4	4	5	4	4	4	3	2	2	5	2	4	3	4	4	3	5	1	5	4	3	5	0,514251	0,213	V					
2	3	1	3	3	4	2	5	3	5	2	4	2	4	2	3	4	2	2	2	3	5	4	2	1	5	2	5	1	2	5	2	3	2	2	4	2	5	1	4	4	4	5	0,595645	0,213	V		
3	3	5	5	4	5	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	5	3	2	5	4	1	5	4	3	3	4	2	4	5	2	3	5	4	5	3	3	3	5	0,51901	0,213	V				
2	3	1	5	3	4	1	2	4	2	2	5	3	1	3	1	4	3	5	3	2	5	3	2	1	4	2	4	1	2	5	2	3	1	5	4	5	5	3	3	4	2	5	0,565631	0,213	V		
3	3	2	4	3	5	3	4	3	4	4	4	3	1	4	3	5	3	3	3	5	5	1	5	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	0,438491	0,213	V							
3	3	1	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	1	4	5	4	3	1	5	3	5	4	1	1	2	2	3	1	4	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	1	5	0,308371	0,213	V		
3	3	5	2	4	5	4	2	4	4	5	4	2	3	4	2	3	5	3	3	5	5	3	5	4	2	4	3	2	4	2	3	2	4	5	4	5	3	3	4	5	4	0,319897	0,213	V			
2	3	5	1	4	4	3	1	2	2	4	2	3	1	2	3	2	3	4	2	1	3	3	5	1	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	1	2	0,04044	0,213	T				
4	3	5	4	3	5	4	1	4	4	2	4	4	2	3	5	4	3	5	5	3	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	5	0,589842	0,213	V		
3	3	5	5	3	4	4	5	2	5	2	5	3	3	4	5	4	3	5	5	2	5	4	4	1	4	4	5	3	3	4	3	2	4	2	4	3	4	2	3	5	0,577846	0,213	V				
4	3	5	4	3	5	4	1	4	4	2	4	4	3	3	5	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	3	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	0,566667	0,213	V				
1	3	1	4	3	4	3	2	4	5	3	4	3	2	4	1	4	4	3	4	3	5	3	3	1	4	4	4	5	2	4	4	1	4	3	2	4	4	5	3	4	4	3	5	0,685965	0,213	V	
4	3	5	3	4	5	4	1	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	5	3	3	5	3	3	5	2	4	4	4	3	3	4	5	3	3	4	3	3	5	5	3	4	3	3	5	0,422238	0,213	V
3	3	1	5	2	4	4	2	4	5	4	5	3	4	4	3	3	4	5	4	4	1	4	4	5	3	3	4	2	5	4	5	4	5	4	5	2	4	5	5	4	5	0,651268	0,213	V			
3	3	1	5	4	5	5	2	4	4	5	4	4	2	4	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	0,458224	0,213	V				
4	3	1	5	3	4	1	2	3	5	4	5	3	3	4	4	4	2	3	5	3	4	1	4	4	5	3	4	2	3	5	1	2	4	5	2	4	5	5	2	4	5	5	0,632279	0,213	V		
4	3	5	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	3	5	5	4	4	4	3	4	4	4	5	3	2	5	3	5	5	2	4	5	5	0,641872	0,213	V			
4	3	1	2	3	4	4	4	5	4	5	3	2	4	3	4	4	4	3	4	5	4	3	1	4	4	4	5	3	2	5	4	5	2	2	1	5	5	0,601655	0,213	V							
4	3	5	4	3	5	5	1	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	3	5	5	4	4	4	4	4	5	3	2	4	5	4	5	3	5	4	5	5	3	4	5	0,624003	0,213	V			
4	3	1	4	3	5	3	4	4	5	4	5	3	4	4	5	4	4	1	3	4	5	5	3	1	4	4	5	4	2	5	2	4	4	4	5	4	5	3	4	5	5	0,570075	0,213	V			
4	3	5	3	3	5	3	4	3	4	4	5	3	3	4	4	5	3	5	5	3	5	4	4	4	2	3	5	3	4	4	4	5	4	5	3	4	5	5	0,600681	0,213	V						
4	3	5	3	2	4	4	2	4	5	4	5	3	2	4	5	4	4	5	4	4	3	1	4	4	5	2	4	5	4	4	5	3	4	3	4	5	5	3	4	5	5	0,653251	0,213	V			
4	3	5	4	3	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	3	5	5	2	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	0,471009	0,213	V	
4	3	5	4	3	4	4	1	4	5	3	1	4	3	4	2	5	4	4	5	1	3	1	2	4	4	5	3	4	3	3	4	2	5	4	5	4	3	2	4	5	5	0,480929	0,213	V			
4	3	5	4	3	5	3	5	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	5	0,627398	0,213	V		
4	3	5	4	2	4	4	1	4	5	3	5	3	1	3	3	5	4	4	5	5	2	1	4	4	4	5	3	2	4	1	5	4	2	5	4	5	3	4	3	5	5	0,6622985	0,213	V			
125	113	126	128	111	162	127	98	127	152	118	154	125	111	127	116	146	131	152	123	126	180	145	112	108	140	129	140	94	119	150	82	141	119	125	151	129	168	109	133	122	138	173					



No Responden	Nama / Inisial	DATA RESPONDEN				SELF - ACCEPTANCE						POSITIVE RELATION WITH OTHERS						AUTONOMY							
		(Tahun)	Kelamin	Jenis	Organisasi	1	2	3	4	5	6	JLH	7	8	9	10	11	12	JLH	13	14	15	16	17	JLH
R1	AN	23P	KMKP	5	1	4	5	5	4	24	5	4	3	2	4	2	20	4	1	2	1	3	3	11	
R2	MHT	20P	HMK-FEB	5	1	1	4	3	5	19	5	5	3	1	3	5	22	3	3	3	3	3	3	15	
R3	R	20P	KMKP	3	3	3	3	4	4	20	3	3	3	3	3	3	4	19	3	2	4	3	3	3	15
R4	MP	20P	KMKP	4	4	4	4	4	3	23	4	3	3	3	3	4	3	20	3	4	4	3	4	4	18
R5	PPS	20P	KMKP	3	4	5	4	5	5	26	5	4	4	3	3	3	22	4	3	3	3	3	3	16	
R6	TORS	21L	KMKP	4	3	3	4	3	2	19	2	3	3	2	4	4	4	18	3	4	5	3	4	4	19
R7	RL	19P	KMKP	3	3	4	5	3	4	22	5	4	3	4	3	3	22	2	3	3	3	3	3	14	
R8	YAS	19P	KMKP	5	5	5	4	4	4	27	3	4	3	3	5	4	22	3	2	4	3	4	4	16	
R9	KS	20P	KMKP	2	2	4	3	3	3	17	3	4	3	2	3	2	17	3	2	2	2	3	2	12	
R10	MR	21P	KMKP	3	2	4	2	4	4	19	3	2	2	2	3	2	14	3	1	2	2	3	1	11	
R11	O	21P	KMKP	4	2	4	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	20	
R12	F	20L	KMKP	3	3	4	3	4	5	22	3	3	3	2	3	3	17	2	3	3	3	4	3	15	
R13	MBP	22P	KMKP	5	4	5	4	5	4	27	5	4	4	3	5	3	24	4	4	5	2	4	4	19	
R14	AA	20P	KMKP	4	4	4	2	5	5	24	4	4	4	2	4	4	22	3	1	4	2	4	4	14	
R15	I	21P	KMKP	5	1	2	3	4	3	18	3	3	4	3	4	3	20	4	2	3	4	3	3	16	
R16	DLS	22P	KMKP	3	3	3	2	4	4	19	3	3	2	2	4	2	16	4	2	4	4	4	4	18	
R17	A	22P	KMKP	5	5	4	4	4	4	26	3	4	3	3	4	4	21	5	4	5	5	5	5	24	
R18	AJS	23L	KMKP	5	5	5	5	3	5	28	1	3	3	1	5	5	18	1	5	1	2	4	4	13	
R19	MS	22P	KMKP	4	3	4	4	4	3	22	4	3	4	2	20	4	2	4	2	5	17				
R20	AM	22P	KMKP	4	3	4	5	5	5	26	5	3	2	2	5	2	19	3	4	4	2	4	4	17	
R21	TPS	21P	KMKP	5	3	4	4	4	4	24	3	3	3	2	4	3	18	4	3	2	2	4	4	15	
R22	TCN	22P	KMKP	4	4	5	3	4	4	24	5	4	5	3	5	4	26	3	4	4	3	5	5	19	
R23	YE	23P	KMKP	5	5	5	5	5	5	30	5	5	4	5	5	5	29	4	3	2	5	5	5	19	
R24	A	23P	KMKP	4	5	4	4	4	4	25	3	3	3	3	4	4	20	2	3	4	4	3	3	16	
R25	AA	22P	KMKP	5	3	5	2	3	4	22	3	3	3	2	3	3	17	3	3	4	3	3	3	16	
R26	R	24L	KMKP	3	2	5	2	3	4	19	5	2	3	3	2	2	17	5	3	4	3	5	5	20	
R27	TOS	21P	KMKP	5	5	5	5	5	5	30	5	5	1	5	5	5	26	5	5	5	5	5	5	25	
R28	WMSW	19P	KMKP	3	2	4	3	3	3	18	4	3	3	4	3	2	19	3	2	3	2	3	3	13	
R29	ESD	22P	KMKP	4	3	4	4	3	4	22	3	4	3	1	3	3	17	3	1	4	1	5	5	14	
R30	GTP	25L	KMKP	5	4	5	3	4	5	26	4	4	4	4	5	4	25	3	4	4	4	4	4	19	
R31	AS	22L	KMKP	1	5	3	5	3	5	22	1	1	1	1	4	4	12	5	5	5	5	5	5	25	
R32	R	21P	KMKP	4	4	4	2	4	4	22	3	4	2	2	4	3	18	2	2	2	2	4	2	12	
R33	PSL	20P	FORMASI	5	5	5	3	4	4	26	5	4	3	4	5	5	26	2	1	1	1	3	8		
R34	D	21L	FORMASI	4	2	4	4	4	4	22	4	4	4	4	4	5	25	5	2	3	1	4	4	15	
R35	GMRS	20L	KMKP	2	1	3	1	2	1	10	1	1	1	1	3	1	8	1	1	5	1	5	13		
R36	NGL	20P	KMKP	5	4	3	4	4	4	24	4	2	3	3	3	3	18	3	3	5	1	4	16		
R37	P	22L	KMKP	3	4	5	2	3	3	20	2	3	3	2	1	2	13	3	2	2	2	2	2	11	
R38	JPG	23L	KMKP	5	5	5	5	5	5	30	4	4	5	1	5	4	23	5	5	5	5	5	5	25	
R39	AG	21P	KMKP	4	5	5	5	5	5	29	4	4	4	3	3	3	21	3	3	4	4	4	5	19	
R40	Y	21P	KMKP	4	4	4	4	4	4	24	4	5	4	3	4	3	23	2	3	4	2	4	4	15	
R41	SZ	20P	KMKP	5	5	5	4	3	3	25	4	3	3	3	4	4	21	5	3	3	3	4	3	18	
R42	TYS	21P	FORMASI	5	3	4	4	5	4	25	4	3	3	2	3	2	17	3	3	3	2	4	4	15	
R43	C	19P	KMKP	5	4	5	3	3	3	23	3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	15	
R44	AS	20L	KMKP	1	5	5	1	2	5	19	5	5	5	1	5	1	22	2	1	5	5	5	5	18	
R45	CH	19P	FORMASI	5	3	4	3	3	4	22	3	2	1	3	5	5	19	4	3	2	1	3	3	13	
R46	V	20P	KMKP	3	3	4	3	3	2	18	3	3	3	3	4	3	19	3	3	4	4	3	3	17	
R47	M	21L	KMKP	5	4	5	4	5	5	28	5	4	5	4	5	4	27	5	4	5	4	5	4	23	
R48	NS	19P	HMK FEB	4	3	5	4	4	4	24	4	3	4	2	3	1	17	3	2	4	3	4	4	16	
R49	CJS	20L	KMKP	3	2	1	2	1	2	11	4	5	2	5	5	2	23	4	4	2	1	5	16		
R50	JG	21P	HMK FEB	3	4	4	4	3	3	21	3	4	2	3	4	4	20	3	2	4	2	4	4	15	
R51	HS	19P	HMK FEB	4	5	4	5	4	5	27	5	5	4	5	4	2	25	4	2	4	2	4	4	16	
R52	E	22P	HMK FEB	5	3	4	3	3	2	20	3	2	3	2	3	2	15	4	3	5	4	4	4	20	
R53	JS	21P	HMK FEB	5	5	5	5	5	5	30	4	5	4	4	4	5	26	4	2	4	2	4	4	16	
R54	BOP	20P	HMK FEB	5	3	4	4	4	4	23	4	3	4	2	3	2	19	3	4	2	4	3	4	17	
R55	R	23L	HMK FEB	5	4	3	3	5	2	22	2	4	3	4	3	1	17	4	1	2	4	3	4	14	
R56	ACS	21P	KMKP	4	3	4	4	3	4	22	3	3	4	2	3	3	18	3	4	3	3	3	3	16	
R57	AS	20P	HMK FEB	3	2	4	1	3	3	16	3	2	3	3	3	1	15	1	5	4	1	5	4	16	
R58	JP	22L	KMKP	5	4	5	4	5	4	27	4	4	4	4	4	4	24	4	4	2	4	4	4	18	
R59	V	19P	KMKP	4	4	4	4	4	4	24	4	3	4	2	4	3	20	3	3	3	4	4	4	17	
R60	MM	19P	HMK FEB	5	5	4	5	4	5	29	5	3	3	2	5	5	23	5	1	5	5	5	5	21	
R61	JS	19L	KMKP	5	3	4	4	4	4	23	3	3	2	2	3	3	16	3	5	3	2	4	4	17	
R62	GA	19P	HMK FEB	3	3	4	2	4	3	19	5	2	5	3	2	2	19	3	3	3	2	4	4	15	
R63	J	22L	KMKP	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	25	
R64	NDS	22L	KMKP	5	5	2	4	4	4	25	4	4	4	4	4	4	23	5	4	5	4	5	5	23	
R65	R	22P	KMKP	5	2	4	4	4	3	22	3	2	2	1	2	1	11	2	1	3					

ENVIRONMENTAL MASTERY							PURPOSE IN LIFE							PERSONAL GROWTH						
19	20	21	22	23	24	JLH	25	26	27	28	29	30	JLH	31	32	33	34	35	36	JLH
3	3	5	3	4	5	23	5	5	3	5	5	5	28	5	5	5	5	4	4	28
3	3	3	5	3	5	22	4	5	4	5	5	5	28	5	3	3	2	4	1	18
4	3	3	3	3	3	19	4	3	3	3	3	3	19	3	3	4	3	4	3	20
4	3	3	3	3	4	20	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24
4	4	3	3	3	4	21	5	4	5	5	4	5	28	4	4	4	3	4	4	32
2	2	3	3	4	3	17	2	2	3	2	2	3	14	3	2	4	3	2	3	17
3	4	3	4	3	4	21	4	4	4	4	3	4	23	3	4	3	4	3	4	21
4	3	3	2	4	4	20	4	3	3	3	3	3	19	3	3	4	4	3	3	20
4	2	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	18
3	2	3	3	4	3	18	4	3	4	4	3	4	22	3	4	3	3	3	4	20
4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	2	4	4	22
4	4	3	3	2	4	20	2	4	5	5	5	5	26	4	5	3	3	3	4	22
4	1	4	4	4	4	21	5	2	4	3	5	4	23	4	5	4	4	5	4	26
4	4	4	3	4	3	22	5	4	4	4	4	4	25	4	5	5	2	4	4	24
3	3	3	3	4	4	20	4	3	3	3	3	3	19	4	3	3	4	3	2	19
4	3	3	3	4	3	20	3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	18
4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24	4	4	5	5	4	5	27
1	1	5	1	4	1	13	2	1	4	3	3	4	17	1	3	3	3	4	2	16
4	3	4	4	4	3	22	4	2	4	2	4	4	20	5	2	4	2	5	3	21
4	4	4	3	4	4	23	5	5	4	5	5	5	29	4	4	4	4	4	4	24
3	2	4	4	3	4	20	4	4	3	3	4	4	21	4	4	4	4	4	4	24
5	3	4	4	3	4	23	5	5	4	5	4	4	28	5	4	5	3	5	2	24
5	5	5	5	5	5	30	5	5	4	5	4	5	28	5	5	4	5	5	5	29
4	4	3	4	4	4	23	4	3	3	3	4	3	20	3	4	4	3	3	3	20
4	4	4	4	4	3	24	4	5	3	4	4	4	24	4	4	3	4	4	4	23
4	4	3	3	3	3	20	5	5	4	3	5	4	26	3	4	4	4	4	4	22
5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	30
3	2	4	3	3	4	19	4	4	4	3	4	3	22	4	4	4	4	4	4	22
4	3	3	4	5	1	20	5	5	3	4	4	5	26	3	4	4	5	3	3	22
4	4	4	4	4	4	24	4	4	5	5	4	5	27	4	4	4	5	5	4	26
1	1	1	3	3	1	10	5	1	1	1	3	2	13	2	2	4	4	3	1	16
4	4	4	4	4	3	23	4	3	4	2	4	2	19	4	3	4	5	4	4	24
5	5	5	4	5	5	29	5	4	5	5	5	5	29	4	4	5	3	4	4	24
5	4	4	4	4	4	25	5	5	4	4	4	4	26	5	4	5	5	4	2	25
1	1	2	1	2	1	8	3	1	2	1	3	2	12	2	3	2	1	1	1	10
3	3	5	3	4	3	21	4	4	3	4	4	3	22	3	5	4	3	4	4	23
3	3	2	2	2	2	14	4	3	4	4	4	4	23	4	3	3	2	4	4	20
5	5	5	4	5	5	29	5	5	5	5	5	5	30	5	5	1	1	5	5	22
5	4	5	3	3	4	24	5	4	5	3	5	5	27	5	5	5	5	5	1	26
5	4	4	4	4	4	25	4	4	5	3	5	5	25	4	5	4	3	4	5	25
4	4	4	2	4	3	21	4	3	3	2	3	3	18	3	3	5	3	3	3	20
4	3	4	1	4	3	19	3	4	4	4	4	4	23	4	4	4	4	4	4	24
3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	3	3	3	18
5	5	5	1	5	1	22	1	1	5	1	5	1	14	5	5	5	5	5	5	30
4	5	4	4	3	5	25	5	5	4	2	4	4	24	3	3	4	4	4	4	22
3	3	3	3	4	2	18	4	3	4	3	3	3	20	3	2	3	3	3	2	16
5	4	5	4	5	4	27	5	4	5	4	5	5	28	5	4	5	4	5	4	27
4	4	4	3	4	4	23	5	1	4	4	5	3	22	3	4	4	4	3	4	22
1	5	1	2	1	2	12	2	2	4	4	1	4	17	5	2	4	1	5	1	18
4	2	4	4	4	4	22	4	3	4	4	4	4	23	3	4	4	4	4	4	23
4	5	4	5	1	5	24	4	5	4	5	5	5	28	4	5	4	5	4	5	27
2	2	2	3	4	4	17	5	4	3	4	5	4	25	3	4	3	3	3	3	19
4	5	4	4	4	4	26	4	5	4	5	4	5	27	4	5	4	5	4	5	27
4	3	3	4	3	4	21	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	22
2	3	3	2	4	4	18	2	3	4	2	4	4	19	5	2	5	1	5	1	19
3	4	3	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	24	3	4	4	4	4	4	22
5	5	5	1	3	3	22	5	3	3	3	5	5	24	3	5	3	3	3	3	20
4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24
3	3	4	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	22
5	5	4	3	3	4	23	5	3	4	5	4	5	27	5	4	3	1	5	5	23
5	4	4	4	3	4	23	4	4	3	3	4	3	21	3	3	4	3	4	2	19
5	1	5	1	5	1	18	5	1	5	1	5	1	18	5	1	5	1	5	1	18
4	4	4	4	4	2	22	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	2	4	4	22
4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24
4	5	3	5	4	5	26	4	5	4	5	4	5	27	4	5	4	5	4	5	27
3	3	4	2	3	3	18	3	3	3	3	4	4	20	2	2	3	3	3	3	16
3	4	4	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	22	3	4	5	4	4	2	22
4	3	4	4	4	5	24	4	4	4	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	22
4	3	3	1	3	2	16	5	2	1	1	2	2	13	3	4	2	3	3	1	16
4	4	4	4	2	5	23	4	5	4	4	5	4	26	4	4	5	3	5	5	26
2	3	3	3	4	4	19	3	5	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	24
4	2	4	2	4	5	21	4	4	4	2	4	4	22	4	5	4	2	4	2	21
4	4	4	4	4	3	23	4	2	4	5	5	5	25	5	4	4	5	4	5	27
3	2	3	4	5	5	22	4	3	3	4	4	4	22	4	4	4	4	4	4	24
3	4	5	5	5	5	27	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	29
3	3	4	3	3	4	20	3	2	2	2	3	3	15	3	3	4	4	3	3	20
4	4	4	4	4	4	25	5	4	5	2	5	4	25	4	4	5	3	4	4	24
4	2	5	4	3	2	20	5	2	3	1	4	1	16	5	3	4	2	4	3	21
4	3	4	3	3	4	21	5	5	5	5	5	5	30	5	4	4	4	4	5	26
5	5	5	5	5	5	30	5	5</td												



Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	84	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	84	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	125.6429	386.762	.466	.929
X02	126.1190	380.010	.545	.928
X03	125.4286	389.260	.521	.928
X04	126.0476	383.564	.518	.928
X05	125.7262	385.840	.599	.928
X06	125.8333	378.671	.687	.926
X07	125.9286	378.308	.673	.927
X08	126.1786	380.486	.646	.927
X09	126.2857	386.688	.482	.929
X10	126.7619	380.015	.557	.928
X11	125.8690	387.175	.512	.928
X12	126.4524	380.010	.539	.928
X13	126.2500	390.913	.376	.930
X14	126.8095	394.156	.253	.931

X15	126.0595	394.876	.266	.931
X16	126.7024	384.766	.429	.929
X17	125.6667	397.647	.290	.930
X18	126.9405	410.418	-.094	.934
X19	125.8690	384.693	.556	.928
X20	126.1667	383.032	.536	.928
X21	125.8571	387.570	.552	.928
X22	126.2857	379.484	.664	.927
X23	125.9643	392.444	.397	.929
X24	125.9643	379.553	.631	.927
X25	125.5119	392.301	.411	.929
X26	126.0357	379.384	.581	.928
X27	125.7500	385.636	.617	.927
X28	126.0833	379.499	.572	.928
X29	125.5595	387.189	.585	.928
X30	125.7976	384.163	.534	.928
X31	125.7381	385.738	.588	.928
X32	125.7738	383.695	.627	.927
X33	125.6548	392.735	.441	.929
X34	126.1190	386.636	.432	.929
X35	125.7024	388.404	.605	.928
X36	126.1310	376.043	.637	.927



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

72
Document Accepted 13/1/26

1. Analisis Deskriptif secara umum

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self-Acceptance	84	10	30	22.92	4.249
Positive Relations with Other	84	8	30	20.24	4.583
Autonomy	84	8	25	16.61	3.607
Environmental Mastery	84	8	30	21.61	4.089
Purpose Of Life	84	12	30	22.98	4.461
Personal Growth	84	10	30	22.60	3.921
Valid N (listwise)	84				

2. *Self-Acceptance*

Self-Acceptance

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
				Percent
Valid	10	1	1.2	1.2
	11	1	1.2	2.4
	13	1	1.2	3.6
	15	1	1.2	4.8
	16	1	1.2	6.0
	17	1	1.2	7.1
	18	4	4.8	11.9
	19	8	9.5	21.4
	20	4	4.8	26.2
	21	3	3.6	29.8
	22	15	17.9	47.6
	23	4	4.8	52.4
	24	13	15.5	67.9
	25	4	4.8	72.6
	26	7	8.3	81.0
	27	4	4.8	85.7
	28	3	3.6	89.3
	29	2	2.4	91.7
	30	7	8.3	100.0
Total	84	100.0	100.0	

3. Positive Relations with Other

Positive Relations with Other

Valid	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
				Percent
8	1	1.2	1.2	1.2
10	1	1.2	1.2	2.4
11	1	1.2	1.2	3.6
12	1	1.2	1.2	4.8
13	1	1.2	1.2	6.0
14	2	2.4	2.4	8.3
15	4	4.8	4.8	13.1
16	2	2.4	2.4	15.5
17	9	10.7	10.7	26.2
18	10	11.9	11.9	38.1
19	7	8.3	8.3	46.4
20	9	10.7	10.7	57.1
21	3	3.6	3.6	60.7
22	9	10.7	10.7	71.4
23	5	6.0	6.0	77.4
24	3	3.6	3.6	81.0
25	4	4.8	4.8	85.7
26	6	7.1	7.1	92.9
27	1	1.2	1.2	94.0
29	1	1.2	1.2	95.2
30	4	4.8	4.8	100.0
Total	84	100.0	100.0	

4. Autonomy

		Autonomy		Cumulative Percent
	Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	8	1	1.2	1.2
	10	1	1.2	2.4
	11	5	6.0	8.3
	12	4	4.8	13.1
	13	5	6.0	19.0
	14	4	4.8	23.8
	15	12	14.3	38.1
	16	12	14.3	52.4
	17	9	10.7	63.1
	18	9	10.7	73.8
	19	7	8.3	82.1
	20	5	6.0	88.1
	21	3	3.6	91.7
	23	2	2.4	94.0
	24	1	1.2	95.2
	25	4	4.8	100.0
Total	84	100.0	100.0	

5. Environmental Mastery

Environmental Mastery

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
				Percent
Valid	8	1	1.2	1.2
	10	1	1.2	2.4
	12	1	1.2	3.6
	13	1	1.2	4.8
	14	1	1.2	6.0
	16	1	1.2	7.1
	17	2	2.4	9.5
	18	7	8.3	17.9
	19	5	6.0	23.8
	20	10	11.9	35.7
	21	8	9.5	45.2
	22	11	13.1	58.3
	23	12	14.3	72.6
	24	8	9.5	82.1
	25	5	6.0	88.1
	26	2	2.4	90.5
	27	2	2.4	92.9
	29	2	2.4	95.2
	30	4	4.8	100.0
Total	84	100.0	100.0	

6. Purpose Of Life

		Purpose Of Life		Cumulative Percent
	Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	12	1	1.2	1.2
	13	2	2.4	2.4
	14	2	2.4	6.0
	15	1	1.2	7.1
	16	1	1.2	8.3
	17	2	2.4	10.7
	18	5	6.0	16.7
	19	6	7.1	23.8
	20	4	4.8	28.6
	21	3	3.6	32.1
	22	8	9.5	41.7
	23	6	7.1	48.8
	24	12	14.3	63.1
	25	5	6.0	69.0
	26	6	7.1	76.2
	27	5	6.0	82.1
	28	7	8.3	90.5
	29	2	2.4	92.9
	30	6	7.1	100.0
Total	84	100.0	100.0	

7. Personal Growth

Personal Growth

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
				Percent
Valid	10	1	1.2	1.2
	16	5	6.0	6.0
	17	1	1.2	8.3
	18	6	7.1	15.5
	19	4	4.8	20.2
	20	8	9.5	29.8
	21	5	6.0	35.7
	22	14	16.7	52.4
	23	4	4.8	57.1
	24	12	14.3	71.4
	25	4	4.8	76.2
	26	6	7.1	83.3
	27	6	7.1	90.5
	28	1	1.2	91.7
	29	2	2.4	94.0
	30	5	6.0	100.0
Total	84	100.0	100.0	



LAMPIRAN 7
SURAT PENGANTAR DAN SELESAI RISET

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

79
Document Accepted 13/1/26



