

## Pengembangan alat ukur kehirauan

Ketut Wirawati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287650&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

**ABSTRAK**

Kebosanan, prasangka, stereotipi, kecemasan merupakan faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya stres dan dalam jangka waktu tertentu dapat mengganggu kesehatan mental seseorang. Kehirauan adalah konsep psikologi sosial baru yang dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mencegah terjadinya hal-hal di atas. Untuk itu, dibutuhkan suatu alat ukur yang mampu mengukur tingkat Kehirauan seseorang. Pengembangan alat ukur ini didasarkan pada penelitian-penelitian yang dilakukan oleh Prof. Ellen J. Langer, Ph.d. Penelitian-penelitian Langer, dkk akan proses atensi, fungsi kontrol persepsi, dan premature cognitive commitment yang dilakukan pada bidang pendidikan, bisnis, dan kesehatan merupakan dasar pembentukan konsep Mindfulness yang diterjemahkan menjadi Kehirauan pada penelitian ini. Pemilihan sampel dengan menggunakan teknik incidental sampling pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Program S-1 Reguler yang duduk di semester 1 sejumlah 83 orang. Responden penelitian ini berjumlah 83 orang. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah alat ukur yang memenuhi persyaratan tes psikologi yang baik, yaitu valid, reliabel, mempunyai daya pembeda item yang baik dan mempunyai norma. Setelah melalui uji validitas, reliabilitas, dan analisa item diperoleh suatu alat ukur yang mampu mengukur trait kehirauan pada mahasiswa. Alat ukur ini dapat digunakan untuk self-discovery bagi mahasiswa dan kemudian memberikan pengetahuan bagi pengajar dan mahasiswa.