



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN
COLLEGE ADJUSTMENT PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA UNIVERSITAS INDONESIA**

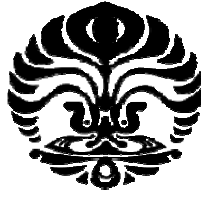
*(The Relationship between Psychological Well-Being and College
Adjustment among First-Year College Students of Universitas
Indonesia)*

SKRIPSI

DARA MELIZA ZUBIR

0806344540

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA REGULER
DEPOK
JUNI 2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN
COLLEGE ADJUSTMENT PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA UNIVERSITAS INDONESIA**

*(The Relationship between Psychological Well-Being and College
Adjustment among First-Year College Students of Universitas
Indonesia)*

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

DARA MELIZA ZUBIR

0806344540

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA REGULER
DEPOK
JUNI 2012**

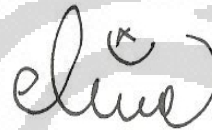
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dara Meliza Zubir

NPM : 0806344540

Tanda Tangan :



Tanggal : 8 Juni 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Dara Meliza Zubir
NPM : 0806344540
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Reguler, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

DEWAN PENGUJI


Pembimbing Skripsi



(Dra. Siti Dharmayati B. Utoyo Lubis, M.A., Ph.D.)

NIP. 195103271976032001

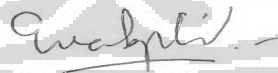
Penguji 1 :



(Dra. Augustine D.P. Sukarlan, M.Si.)

NIP. 195108221978122001

Penguji 2 :




(Dra. Eva Septiana Barlianto, M.Si.)

NIP. 0806050138

Depok, Juli 2012

DISAHKAN OLEH

Ketua Program Sarjana Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia



(Prof. Dr. Frieda Maryam Mangunsong Siahaan, M.Ed.)

NIP. 195408291980032001

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia



(Dr. Wilman Dahlan Mansoer, M.Org.Psy.)

NIP. 194904031976031002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala bimbingan, nikmat, serta karunia-Nya sehingga saya diberi kekuatan dan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini. Proses pengerjaan skripsi ini bukanlah suatu hal yang mudah bagi saya. Adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak membuat proses pengerjaan skripsi ini menjadi lebih mudah dan pada akhirnya saya bisa menyelesaikannya dengan maksimal. Oleh karena itu saya mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang membantu saya selama pengerjaan skripsi saya ini:

1. Kepada Ibu Dra. Siti Dharmayati Utoyo Lubis, M.A., Ph.D. sebagai pembimbing skripsi saya yang selama ini telah meluangkan waktu serta daya upaya untuk membimbing saya dan teman-teman di payung penelitian *Psychological Well-Being pada Mahasiswa* sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
2. Kepada Ibu Wuri Prasetyawati, S.Psi, M.Psi. sebagai pembimbing akademis saya yang selama ini selalu memberikan arahan dan dukungan kepada saya mulai dari masa awal perkuliahan hingga proses pengerjaan skripsi.
3. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Zubir Amiruddin Usman dan Ibu Titin Rustini yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, serta doa kepada saya hingga saya dapat menuntaskan pendidikan di perguruan tinggi ini.
4. Kepada Adik saya tersayang, Farah Tasya dan Muhammad Kevin, Eyang saya Tuti Soentaram, Tante Wiwik, Tante Rahmi, Paman Toto, serta seluruh keluarga besar saya yang telah mendukung saya selama ini dengan kasih sayang.
5. Kepada Muhammad Averous Mashuri, sebagai sahabat serta kekasih, yang selama ini mendukung, mengingatkan, serta menemani saya di waktu baik maupun waktu buruk.
6. Kepada sahabat-sahabat saya di Fakultas Psikologi UI, Dian Ariella Fedora, Arini Rahayu, Cempaka Ayu Diana, Angela Wulan Deborah,

Amelia Anggraini P, serta Putra Nugraha. Semoga persahabatan kami tidak akan putus dan terus berlanjut sampai usia senja nanti.

7. Kepada teman-teman Payung Penelitian *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa tahun 2012, Mala, Pipit, Bianca, Indah, Anil, Sapto, Alvia, Putu, Nendra, Laras, serta Flocha yang selalu saling menyemangati dan membantu satu sama lain.
8. Kepada sahabat-sahabat *traveling* saya, Mayang Arum Anjar Rizky, Gana Damar Kusuma, Aji Pinandhita, Muhandis Anarga, dan Ludya Kesturi. Mereka telah membuat kehidupan saya menjadi lebih berwarna dan bahagia.
9. Kepada sahabat-sahabat saya, Pramesthi Nindya, Ludya Kesturi, Dio Ashar, Annisa Nirbito, Anna Fitri, Phoespa Mayangsari, dll. Walaupun kami berbeda fakultas dan perguruan tinggi, namun tetap saling memberikan dukungan satu sama lain.
10. Kepada keluarga besar UKOR PSUI, keluarga besar Futsal UI, keluarga besar FC08, dan Keluarga besar Sastra FC. Terima kasih atas kebersamaan yang telah kalian berikan selama ini.
11. Kepada partisipan-partisipan penelitian yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Seluruh sahabat-sahabat dan teman-teman Psikomplit, yang membuat kehidupan saya semakin komplit.

Skripsi ini saya buat semaksimal mungkin sesuai dengan kemampuan saya. Tidak menutup kemungkinan jika terdapat kekurangan di dalamnya. Apabila ada hal-hal yang ingin ditanyakan atau didiskusikan mengenai skripsi ini, dapat menghubungi saya melalui darazubir@yahoo.com. Akhir kata saya ucapkan terima kasih dan berharap Allah SWT membalas semua kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Depok, 5 Juli 2012

Dara Meliza Zubir

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Dara Meliza Zubir
NPM : 0806344540
Program Studi : Reguler
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan antara *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia”

beserta perangkat (jika ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini, Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, serta mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok
Pada tanggal : 5 Juli 2012

Yang menyatakan,



(Dara Meliza Zubir)
NPM : 0806344540

Depok, Juli 2012

ABSTRAK

Nama : Dara Meliza Zubir
Program Studi : Psikologi, S1 Reguler
Judul : Hubungan antara *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment* pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Tahun pertama di perguruan tinggi memberikan tantangan bagi mahasiswa terutama dalam proses penyesuaian diri. Pada masa ini *psychological well-being* bermanfaat bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan tersebut. *Psychological well-being* penting bagi individu yang sedang mengalami masa transisi dalam kehidupan. Pengukuran *psychological well-being* menggunakan alat ukur *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* dan pengukuran *college adjustment* menggunakan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* yang disusun oleh Baker dan Siryk. Partisipan penelitian ini berjumlah 226 mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Data penelitian kemudian diolah dengan menggunakan teknik statistik *Pearson Product-Moment Correlation*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia ($r = 0.595$; $p = 0.000$, signifikan pada L.o.S 0.01).

Kata Kunci:

Psychological Well-Being, *College Adjustment*, Mahasiswa Tahun Pertama.

ABSTRACT

Name : Dara Meliza Zubir
Program of Study : Psychology, Bachelor's Degree
Title : The Correlation between Psychological Well-Being and College Adjustment among First-Year College Students of Universitas Indonesia.

This research was conducted to find the correlation between college adjustment and psychological well-being among first-year college students of Universitas Indonesia. Psychological well-being was measured by using Ryff's Scale of Psychological Well-Being and college adjustment was measured by using the Student Adaptation to College Questionnaire by Baker and Siryk. The participants of this research were 226 first-year college students of Universitas Indonesia. Data was processed using Pearson Product-Moment Correlation technique. The main results of this research showed that psychological well-being positively correlated significantly with college adjustment ($r = 0.595$; $p = 0.000$, significant at L.o.S 0.01).

Keyword:
Psychological Well-Being, College Adjustment, First-Year College Students.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Sistematika penulisan.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.2 <i>College Adjustment</i>	14
2.2.2 Dimensi <i>College Adjustment</i>	15
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>College Adjustment</i>	17
2.3 Mahasiswa	18
2.3.1 Mahasiswa pada Tahun Pertama di Perguruan Tinggi.....	19
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Masalah Penelitian	22
3.1.1 Masalah Konseptual	22
3.1.2 Masalah Operasional.....	22
3.2 Hipotesis Penelitian.....	22
3.2.1 Hipotesis Alternatif (H_a).....	23
3.2.2 Hipotesis Nol (H_o)	23
3.3 Variabel Penelitian	23
3.3.1 Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	23
3.3.1.1 Definisi Konseptual.....	23
3.3.1.2 Definisi Operasional.....	23
3.3.2 Variabel <i>College Adjustment</i>	24
3.3.2.1 Definisi Konseptual.....	24
3.3.2.2 Definisi Operasional.....	24
3.4 Tipe dan Desain Penelitian.....	24

3.5 Partisipan Penelitian.....	25
3.5.1 Karakteristik Partisipan Penelitian.....	25
3.5.2 Prosedur dan Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.5.3 Jumlah Partisipan Sampel.....	25
3.6 Instrumen Penelitian.....	26
3.6.1 Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	27
3.6.2 Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	28
3.6.3 Uji Coba Alat Ukur.....	29
3.6.3.1 Uji Coba Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	29
3.6.3.2 Uji Coba Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	29
3.7 Prosedur Penelitian.....	30
3.7.1 Tahap Persiapan Penelitian.....	30
3.7.2 Tahap Pelaksanaan.....	31
3.7.3 Tahap Pembuatan Norma.....	32
3.7.4 Tahap Pengolahan Data dan Analisis Data.....	32
BAB 4 ANALISIS DAN INTERPRETASI HASIL.....	34
4.1 Gambaran Umum Partisipan Penelitian.....	34
4.1.1 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
4.1.2 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Usia.....	35
4.1.3 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Fakultas.....	35
4.2 Hasil Utama Penelitian.....	36
4.2.1 Hubungan antara <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>College Adjustment</i>	36
4.2.2 Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan.....	37
4.2.3 Gambaran Umum <i>College Adjustment</i> Partisipan.....	38
4.3 Hasil Tambahan Penelitian.....	40
4.3.1 Skor <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	40
4.3.2 Skor <i>College Adjustment</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	42
BAB 5 KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	43
5.1 Kesimpulan.....	43
5.2 Diskusi.....	45
5.2.1 Diskusi Hasil Utama Penelitian.....	45
5.2.2 Diskusi Hasil Tambahan Penelitian.....	47
5.3 Saran.....	50
5.3.1 Saran Metodologis.....	50
5.3.2 Saran Praktis.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Contoh <i>Item</i> pada Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	27
Tabel 3.2	Contoh <i>Item</i> pada Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	28
Tabel 3.3	Pembagian Skor <i>Psychological Well-Being</i>	32
Tabel 3.4	Pembagian Skor <i>College Adjustment</i>	32
Tabel 4.1	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 4.2	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4.3	Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Fakultas.....	35
Tabel 4.4	Korelasi <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>College Adjustment</i>	36
Tabel 4.5	Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan.....	37
Tabel 4.6	Persebaran Skor <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan.....	37
Tabel 4.7	Gambaran Umum Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan.....	38
Tabel 4.8	Gambaran Umum <i>College Adjustment</i> Partisipan.....	38
Tabel 4.9	Persebaran Skor <i>College Adjustment</i> Partisipan.....	39
Tabel 4.10	Gambaran Umum Dimensi <i>College Adjustment</i> Partisipan.....	39
Tabel 4.11	Mean Skor <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	40
Tabel 4.12	Mean Skor <i>College Adjustment</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A (Hasil Uji Coba Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>College Adjustment</i>	57
A.1 Uji Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	57
A.1.1 Hasil Uji Reliabilitas	57
A.1.2 Hasil Uji Validitas	57
A.2 Uji Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	58
A.2.1 Hasil Uji Reliabilitas	58
A.2.2 Hasil Uji Validitas	58
LAMPIRAN B (Hasil Utama Penelitian)	60
B.1 Hasil Korelasi antara dan <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>College Adjustment</i>	60
B.2 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Data Demografis	60
B.2.1 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	60
B.2.2 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Usia	60
B.2.3 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Fakultas	61
B.3 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	61
B.3.1 Perhitungan Norma <i>Psychological Well-Being</i>	61
B.3.2 Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan	61
B.3.3 Persebaran Skor <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan	62
B.3.4 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	63
B.4 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	63
B.4.1 Perhitungan Norma <i>College Adjustment</i>	63
B.4.2 Gambaran Umum <i>College Adjustment</i> Partisipan	64
B.4.3 Persebaran Skor <i>College Adjustment</i> Partisipan	64
B.4.4 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Dimensi <i>College Adjustment</i>	67
LAMPIRAN C (Hasil Tambahan Penelitian)	68
C.1 Analisis Perbedaan Jenis Kelamin pada Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	68
C.2 Analisis Perbedaan Jenis Kelamin pada Alat Ukur <i>College Adjustment</i>	69

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa awal menjalani pendidikan di perguruan tinggi mahasiswa dihadapkan pada berbagai macam tantangan dan perubahan dalam hidupnya. Gunarsa dan Gunarsa (2004) mengatakan bahwa perubahan yang terjadi pada masa awal memasuki dunia perkuliahan antara lain disebabkan adanya perbedaan sifat pendidikan di SMA dan Perguruan Tinggi yang terlihat pada perbedaan kurikulum, sistem pengajaran, disiplin, serta hubungan antara mahasiswa dan dosen. Selain itu terdapat juga perubahan dalam hubungan sosial, permasalahan ekonomi, serta pemilihan bidang studi atau jurusan. Menurut Gall, Evans, dan Bellerose (2000), pada masa transisi ini mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri di berbagai aspek kehidupan secara bersamaan. Sayangnya tidak semua mahasiswa dapat melewati masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi dengan baik (Cohorn & Giuliano, 1999). Chickering dan Schlossberg (1995 dalam Davis, 2011) mengatakan bahwa mahasiswa yang baru menyelesaikan pendidikan sekolah menengah dan kemudian memasuki kehidupan perguruan tinggi akan lebih banyak mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Memasuki dunia perkuliahan adalah salah satu bentuk dari *major adjustment* yang dihadapi oleh individu pada usia dewasa muda (Eshun, 2006). Selanjutnya Eshun mengatakan bahwa *adjustment* atau penyesuaian sering dikonseptualisasikan sebagai sebuah respon individu terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya, serta membantu individu mengatasi tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari. Konsep *adjustment* yang berkaitan dengan dunia perkuliahan adalah *college adjustment*. *College adjustment* merupakan sebuah proses psikososial pada diri mahasiswa yang dapat menjadi sumber stres bagi mereka dan memerlukan serangkaian keterampilan *coping* sehingga mampu menyesuaikan diri di perguruan tinggi dalam bidang-bidang akademis, sosial, personal-emosional, dan *institution attachment* (Baker dan Siryk, 1984).

Istilah *college adjustment* umumnya mengacu pada masalah seperti prestasi akademis, ketidakmampuan menyesuaikan diri, tingkat putus studi (*drop out rates*), ketekunan hingga menyelesaikan kuliah, dan *psychological distress* (Backhaus, 2009). Abdullah, Elias, Mahyuddin, dan Uli (2009) mengatakan bahwa dalam penelitian-penelitian sebelumnya ditemukan bahwa *college adjustment* mahasiswa di tahun pertama memiliki pengaruh yang kuat terhadap pencapaian akademis. Wetzel (2007) mengatakan bahwa para peneliti sebelumnya menemukan semakin baik seorang mahasiswa menyesuaikan diri di perguruan tinggi, maka besar kecenderungannya untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi tersebut hingga mendapatkan gelar.

Pada kenyataannya banyak siswa yang tidak mampu untuk menyelesaikan pendidikan mereka di perguruan tinggi (Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Wintre dan Bowers (2007, dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009) pada sebuah universitas di Kanada menemukan bahwa dari 944 mahasiswa, 57.9% diantaranya berhasil menyelesaikan pendidikannya hingga mendapatkan gelar, 9% tetap terdaftar sebagai mahasiswa, dan 33.1% tidak berhasil menyelesaikan pendidikannya hingga selesai. Hasil penelitian-penelitian mengenai tingkat putus studi ini menunjukkan bahwa kegagalan yang terjadi merupakan akibat dari kesulitan dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi (Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009). Menurut berita yang dilansir vivanews.com pada tahun 2010, jumlah mahasiswa yang mengalami putus studi di Institut Teknologi Bandung (ITB) mencapai 5-10% tiap tahunnya dan sebagian besar mahasiswa ITB dikeluarkan akibat gagal bersosialisasi serta beradaptasi dengan lingkungan dan perubahan pola belajar dari SMA ke universitas (<http://nasional.news.viva.co.id/news/read/155001>).

Cohorn dan Giuliano (1999) dalam penelitiannya menemukan bahwa 75% mahasiswa yang putus studi atau *drop-out* adalah mereka yang berada pada dua tahun pertama masa perkuliahan. Studi yang dilakukan oleh Tinto (2004, dalam Waller, 2009) juga menemukan bahwa 56% dari keseluruhan kasus putus studi di perguruan tinggi di Amerika Serikat terjadi pada tahun pertama masa perkuliahan. Oleh karena itu Cohorn dan Giuliano (1999) menyimpulkan bahwa tahun pertama

masa perkuliahan memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Davis (2011) pada 224 mahasiswa tahun pertama di Universitas Indonesia menemukan bahwa masalah-masalah yang paling banyak dialami oleh mahasiswa tahun pertama antara lain adalah mencemaskan ujian-ujian, tidak tahu bagaimana cara belajar efektif, tidak bisa berkonsentrasi dengan baik, bermasalah ketika berbicara di depan kelas, mudah sekali kehilangan konsentrasi saat belajar, tidak memberi cukup waktu untuk belajar, lemah dalam karya tulis, ingatan yang buruk, takut gagal di perguruan tinggi, serta mempunyai terlalu banyak minat di luar bidang akademis. Gerdes dan Mallinckrodt (1994) mengatakan bahwa kegagalan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan universitas menjadi alasan paling umum bagi mahasiswa untuk menarik diri dari pendidikan di perguruan tinggi.

Selain mengacu pada permasalahan mengenai prestasi akademik dan *drop out rates*, penyesuaian diri di perguruan tinggi juga mengacu pada masalah *psychological distress*. Jackson dan Finey (2002) mengatakan bahwa masa transisi ke perguruan tinggi dapat menjadi pengalaman yang sangat menekan dan periode transisi tersebut mengakibatkan mahasiswa tahun pertama lebih rentan untuk mengalami gejala *psychological distress*. Hal serupa juga dikemukakan oleh Gall, Evans dan Bellerose (2000) bahwa masa transisi ke perguruan tinggi dapat menjadi sebuah sumber stres dan ketegangan bagi mahasiswa. Dengan kata lain kesulitan dalam beradaptasi dan mengatasi masalah-masalah pada mahasiswa tahun pertama dapat berdampak pada kesehatan mental mereka.

Bowman (2010) mengatakan bahwa sumber potensial yang penting bagi mahasiswa tahun pertama untuk dapat sukses dalam masa transisi ke perguruan tinggi adalah *positive psychosocial functioning*. Konsep mengenai *positive psychosocial functioning* berkaitan dengan *psychological well-being*. *Psychological well-being* merupakan suatu usaha untuk mencapai kesempurnaan yang mewakili kesadaran individu akan potensi yang dimilikinya (Ryff, 1995). Ryff kemudian menjelaskan bahwa *psychological well-being* ditandai dengan keadaan dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan hubungan yang positif dengan orang

lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungannya, dan terus tumbuh secara personal. Ryff (1989) mengatakan bahwa *psychological well-being* penting bagi individu untuk menyadari potensi maksimal yang dimilikinya.

Dalam menjalankan perannya sebagai seorang mahasiswa, individu diharapkan memiliki *psychological well-being* yang tinggi sehingga mampu memaksimalkan potensi yang ada pada dirinya. Namun beberapa penelitian menemukan bahwa tingkat *psychological well-being* pada populasi mahasiswa lebih rendah dibandingkan dengan populasi lainnya (Cooke, Bewick, Barkham, Bradley, & Audin, 2006). Tingkat *psychological well-being* yang rendah pada mahasiswa mengindikasikan bahwa mahasiswa kurang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, sulit menjalin hubungan dekat dengan orang lain, cenderung melakukan konformitas dengan tekanan sosial, sulit mengatur lingkungannya, tidak memiliki tujuan hidup yang terarah, dan tidak mampu mengembangkan diri (Ryff, 1995).

Smider, Essex, dan Ryff (1996) mengatakan bahwa konsep *psychological well-being* mencakup penggunaan keterampilan tertentu dan perspektif yang bermanfaat untuk mengatasi tantangan dalam kehidupan dan efektif mengarahkan kehidupan individu. Pada mahasiswa tahun pertama, memiliki *psychological well-being* yang tinggi dapat membantu mengatasi tantangan-tantangan yang mereka hadapi dalam proses penyesuaian diri di perguruan tinggi. *Psychological well-being* penting bagi individu yang sedang mengalami masa transisi dalam kehidupan (Bowman, 2010). Namun menurut penelitian yang dilakukan oleh Walker (2009), ditemukan bahwa *psychological well-being* mahasiswa tahun pertama lebih rendah dibandingkan dengan ketika memasuki tingkat akhir. Oleh sebab itu penting untuk diteliti mengenai hubungan antara *college adjustment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Indonesia.

Sebagai salah satu kampus dengan predikat terbaik di negeri ini, Universitas Indonesia memiliki tujuan utama yaitu “Mempertahankan reputasi UI sebagai universitas terbaik di Indonesia dengan menghasilkan kualitas lulusan yang mampu bersaing di pasar global dan kualitas riset yang bertaraf internasional serta menghasilkan produk *Research & Design* yang dapat mendukung daya saing

internasional” (dalam <http://www.ui.ac.id/id/profile/page/visi-misi>). Bagi sebuah perguruan tinggi, reputasi, prestasi, serta *fiscal stability* bergantung pada kesuksesan dan *retention* dari mahasiswanya (Schultz, 2008). Mahasiswa mengambil peran sentral dalam kehidupan universitas (dalam <http://www.ui.ac.id/id/student/page/pengantar>). Dengan demikian untuk memenuhi tujuan tersebut, tuntutan Universitas Indonesia terhadap mahasiswa untuk sukses berprestasi baik dalam hal akademis maupun diluar akademis semakin tinggi. Hal ini dapat membuat sebagian mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia merasa lebih tertantang dalam menghadapi tuntutan akademis maupun nonakademis dari universitas. Namun tuntutan ini dapat juga berlaku sebagai tekanan bagi sebagian mahasiswa.

Hasil penelitian ini akan menunjukkan apakah terdapat hubungan antara *psychological well-being* dengan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa tahun pertama agar mendapatkan pengetahuan mengenai penyesuaian di perguruan tinggi serta kaitannya dengan *psychological well-being*. Dengan demikian mahasiswa tahun pertama diharapkan dapat menyadari dan memaksimalkan potensi yang dimilikinya serta dapat memenuhi tuntutan universitas dengan baik.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
2. Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
3. Bagaimana gambaran *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia.
2. Untuk memperoleh gambaran *psychological well-being* mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia.
3. Untuk memperoleh gambaran *college adjustment* mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat menambah ilmu dan pengetahuan di bidang psikologi yaitu mengenai hubungan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa.
- b. Penelitian ini mendorong munculnya penelitian topik-topik yang berkaitan dengan *psychological well-being* pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan perlu untuk terus menggali sumber-sumber unik pada pengembangan *psychological well-being* terutama pada mahasiswa.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk penelitian-penelitian selanjutnya mengenai *psychological well-being* dan *college adjustment*.
- b. Penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk membandingkan hasil penelitian pada konteks dan subyek penelitian yang berbeda.

1.5. Sistematika Penulisan Penelitian

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab. Berikut penjelasan singkat mengenai isi kelima bab tersebut:

Bab 1. Pendahuluan

Bab ini menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta sistematika penelitian.

Bab 2. Landasan Teori

Bab ini berisi tinjauan teoritis yang berhubungan dengan penyusunan penelitian ini yaitu mengenai *psychological well-being* dan *college adjustment*. Selain itu akan dipaparkan juga tinjauan teoritis mengenai mahasiswa tahun pertama sebagai subyek dari penelitian ini.

Bab 3. Metode Penelitian

Bab ini membahas tentang masalah penelitian, variabel penelitian, hipotesis penelitian, subyek penelitian, tipe penelitian, alat ukur, prosedur penelitian, pelaksanaan penelitian dan prosedur analisis data.

Bab 4. Hasil dan Analisis Hasil Penelitian

Bab ini menjelaskan hasil penelitian serta analisis hasil penelitian yang telah diperoleh, meliputi gambaran umum partisipan penelitian, hasil utama penelitian, dan hasil tambahan penelitian.

Bab 5. Kesimpulan, Diskusi dan Saran

Bab ini berisi kesimpulan yang menjawab masalah dari penelitian ini, diskusi hasil utama penelitian, diskusi hasil tambahan penelitian, dan saran untuk penelitian pada masa yang akan datang.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini menguraikan tinjauan teori yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu mengenai *psychological well-being* dan *college adjustment* serta hal-hal yang terkait dengan kedua variabel tersebut. Kemudian akan diuraikan pula tinjauan teori mengenai partisipan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tahun pertama.

2.1. Psychological Well-Being

2.1.1. Definisi Psychological Well-Being

Ryff (1995) mengatakan bahwa *psychological well-being* ditandai dengan keadaan dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungannya, dan terus tumbuh secara personal. Kemudian Ryff menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan suatu usaha untuk mencapai kesempurnaan yang mewakili kesadaran individu akan potensi yang dimilikinya. Dengan kata lain *psychological well-being* menunjukkan arti pemenuhan dari potensi individu (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002). Konsep *psychological well-being* didasari oleh premis bahwa “*well-being*” mencakup berbagai karakteristik dan persepsi, dimana fungsi positif individu lebih dari sekadar level kebahagiaan individu tersebut (Ryff, 1989 dalam Bowman, 2010).

Ryff (1995) menjelaskan bahwa ada tiga perspektif yang memberikan panduan teori dalam memahami makna *psychological well-being*. Perspektif yang pertama adalah psikologi perkembangan, termasuk didalamnya model tahap perkembangan psikososial Erikson, formulasi Buhler mengenai kecenderungan dasar untuk pemenuhan hidup (*fulfillment of life*), serta deskripsi Neugarten mengenai perubahan kepribadian di masa dewasa dan usia tua. Perspektif yang kedua adalah psikologi klinis, yang memberikan beberapa formulasi mengenai *well-being* seperti konsep Maslow mengenai aktualisasi diri, pandangan Rogers mengenai individu yang berfungsi secara penuh (*fully functioning*), perumusan

Jung mengenai *individuation*, serta konsep Allport mengenai *maturity*. Perspektif ketiga adalah mengenai kesehatan mental, termasuk didalamnya seperti formulasi Jahoda (1958) mengenai kriteria positif dari kesehatan mental. Kemudian Ryff (1989) mengembangkan model *psychological well-being* yang meliputi enam dimensi yaitu keadaan dimana individu dapat merasa nyaman dengan dirinya meskipun sadar akan kekurangan yang dimilikinya (*self-acceptance*), menemukan makna dan tujuan dalam kehidupannya (*purpose in life*), mengembangkan hubungan yang hangat dan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), menjadi pribadi yang mandiri (*autonomy*), mampu mengendalikan dan membentuk lingkungan di sekitarnya agar dapat memenuhi kriteria yang ia butuhkan (*environmental mastery*), serta terus berkembang secara personal (*personal growth*).

Psychological well-being memberikan kontribusi penting dalam kehidupan individu, termasuk dukungan sosial yang meningkat, kepuasan hidup yang lebih besar, dan kesehatan fisik yang membaik (Bowman & Kitayama, 2009; Ryff, 2008 dalam Bowman, 2010).

2.1.2. Dimensi Psychological Well-Being

Ryff (1989), menyebutkan bahwa *psychological well-being* terdiri dari enam dimensi. Keenam dimensi tersebut adalah:

1. Penerimaan diri (*self-acceptance*)

Self-acceptance merupakan suatu keadaan dimana individu dapat merasa nyaman dengan dirinya meskipun sadar akan kekurangan yang dimilikinya (Ryff, 1989). *Self-acceptance* menggambarkan perasaan individu dalam menerima dirinya sendiri. Ryff menjelaskan bahwa individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini memiliki sikap yang positif pada diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek dalam diri termasuk sifat baik dan buruk, serta memandang masa lalu secara positif. Skor yang rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu tidak merasa puas terhadap diri sendiri, kecewa dengan apa yang telah terjadi pada masa lalu, merasa terganggu dengan kualitas diri tertentu, serta ingin menjadi orang yang berbeda dari dirinya saat ini.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*)

Kemampuan untuk memiliki hubungan yang positif dengan orang lain ditekankan berulang kali dalam teori *positive functioning* (Ryff, 1989). Birren dan Renner (1980, dalam Ryff 1989) mengatakan bahwa untuk menjadi sehat secara mental, individu pada usia berapapun memerlukan kemampuan untuk merespon individu lainnya, untuk mencintai, untuk dicintai, dan menghadapi orang lain dalam hubungan *take-and-give*. *Positive relation with others* menggambarkan sejauh mana individu memiliki hubungan yang positif dengan orang lain terkait dengan kemampuannya dalam mencintai. Individu dengan skor yang tinggi pada dimensi berarti ia memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan dapat percaya dengan orang lain. Selain itu ia juga peduli dengan kesejahteraan orang lain, memiliki empati, *affection*, serta *intimacy*, dan dapat memahami mengenai hubungan *take-and-give* antar individu (Ryff, 1989). Skor rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu memiliki sedikit hubungan dekat dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat, tidak nyaman dalam berhubungan dengan orang lain, merasa terisolasi dan frustrasi jika berhubungan dengan orang lain serta tidak bisa terikat dengan orang lain.

3. Kemandirian (*autonomy*)

Ryff (1989) mengatakan bahwa *autonomy* merujuk pada kemampuan menentukan nasib sendiri, *independence*, dan mampu mengatur diri sendiri. Skor tinggi pada dimensi ini memiliki arti bahwa individu merupakan seseorang yang mandiri, dapat menentukan nasibnya sendiri, mampu mempertahankan diri dari pengaruh luar, mampu mengatur diri, serta mampu mengevaluasi dirinya sendiri. Skor yang rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu tidak mampu membuat keputusan sendiri, konformitas terhadap tekanan sosial, serta terlalu memperhatikan evaluasi dari luar dirinya.

4. Penguasaan lingkungan (*environment mastery*)

Partisipasi aktif dalam lingkungan serta penguasaannya merupakan sarana yang penting untuk sebuah model yang terintegrasi dari fungsi psikologi yang positif (Ryff, 1989). Penguasaan lingkungan menggambarkan kemampuan

individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang cocok untuk dirinya. Individu yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini menunjukkan bahwa ia mampu mengatur lingkungannya, mampu mengatur aktivitas luar, mampu memanfaatkan kesempatan yang datang secara efektif, mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang cocok dengan kebutuhan dan nilai hidupnya (Ryff, 1989). Skor rendah pada dimensi ini dapat diartikan bahwa individu sulit untuk mengatur kegiatannya sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah dan memperbaiki lingkungan sekitarnya, mengabaikan kesempatan yang datang, serta tidak dapat mengontrol pengaruh yang datang dari luar dirinya (Ryff, 1989).

5. Tujuan hidup (*purpose of life*)

Ryff (1989) mengatakan bahwa tujuan hidup muncul sebagai dimensi penting dari arti keseluruhan mengenai kesejahteraan individu. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, serta *sense of directedness* yang semuanya berkontribusi terhadap rasa kebermaknaan dan integrasi dari berbagai bagian dari kehidupan seseorang. *Purpose in life* memberikan individu perasaan bahwa ada tujuan dan makna dalam hidupnya. Individu dengan skor tinggi pada dimensi ini artinya ia memiliki tujuan hidup serta memiliki keyakinan hidup (Ryff, 1989). Skor rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu kurang merasa bahwa hidupnya berarti, sedikit memiliki tujuan hidup, serta tidak memiliki keyakinan dalam hidupnya.

6. Pengembangan diri (*personal growth*)

Individu yang berfungsi dengan penuh akan terus berkembang dan tidak puas apabila berada pada keadaan tetap dimana seluruh masalah telah terselesaikan (Ryff, 1989). *Personal growth* menggambarkan bagaimana individu mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi yang ada dalam dirinya. Skor tinggi pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu memiliki keinginan untuk mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman baru, menyadari potensi yang dimiliki olehnya serta senantiasa memperbaiki diri (Ryff, 1989). Skor rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu stagnan, tidak dapat meningkatkan dan mengembangkan dirinya, merasa jenuh dengan hidupnya,

tidak tertarik dengan hidupnya, serta merasa tidak mampu untuk mengembangkan sikap atau tingkah laku yang baru.

2.1.3. Faktor-faktor yang Berkaitan dengan *Psychological Well-Being*

Ryff (1995) mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang. Faktor-faktor tersebut bisa berada dalam diri individu maupun lingkungan di sekitar individu. Faktor-faktor yang berkaitan dengan *psychological well-being* antara lain adalah usia. Ryff (1995) mengatakan bahwa pada setiap tahap perkembangan terdapat isu-isu dan tugas perkembangan tertentu. Hal tersebut berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara optimal. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ryff (1989; Ryff & Keyes, 1995), ditemukan bahwa skor dimensi *enviromental mastery*, *autonomy*, *purpose in life*, dan *personal growth* lebih tinggi pada individu usia dewasa madya dibandingkan dewasa muda sedangkan dimensi *self-acceptance* tidak banyak berubah seiring dengan pertambahan usia. Pada dimensi *autonomy* dan *enviromental mastery*, Ryff dan Keyes (1995) mengatakan bahwa kedua dimensi tersebut semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi *personal growth* dan *purpose in life* menurun seiring dengan bertambahnya usia.

Faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah jenis kelamin. Clark dkk (dalam Shield & Price, 2005) mengatakan bahwa laki-laki menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan wanita. Hal ini menurut Theodossiou (dalam Shield & Price, 2005) disebabkan wanita lebih suka memberikan kritik pada dirinya sendiri dan menetapkan nilai yang lebih rendah pada dirinya dibandingkan dengan laki-laki. Meskipun demikian, dalam penelitian yang dilakukan oleh Cooke, Bewick, Barkham, Bradley, dan Audin (2006) menemukan bahwa pada tahun pertama di perguruan tinggi, mean skor *psychological well-being* perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Ryff dan Keyes (1995) mengatakan bahwa perempuan, dalam tingkat perkembangan apapun, secara konsisten memiliki skor yang lebih tinggi secara signifikan pada dimensi *positive relation with others* dan *personal growth* dibandingkan dengan laki-laki. Sedangkan Bowman (2010) mengatakan bahwa

laki-laki memiliki skor dimensi *autonomy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Selanjutnya faktor lain yang berkaitan dengan *psychological well-being* adalah tingkat pendidikan dan pekerjaan. Ryff dan Singer (2008) mengatakan bahwa *psychological well-being* lebih tinggi pada individu dengan pendidikan yang tinggi terutama pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth*. Selain itu individu yang memiliki penghasilan yang lebih tinggi memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Kepribadian juga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *psychological well-being* pada individu. Ryff meneliti hubungan antara *big five trait* McCrae dan Costa dengan dimensi *psychological well-being* (Ryan & Deci, 2001). Schmutte dan Ryff (1997, dalam Ryan & Deci, 2001) menemukan bahwa *trait neuroticism* memiliki hubungan yang negatif dengan dimensi *self-acceptance*, *environment mastery*, *autonomy*, dan *purpose in life*. Sebaliknya, *trait extraversion* memiliki hubungan yang positif dengan *self-acceptance*, *environment mastery*, *autonomy*, dan *purpose in life*. *Trait openness to experience* memiliki hubungan yang positif dengan *personal growth*. Sementara itu, *trait agreeableness* memiliki hubungan yang positif dengan *positive relationship with others*. *Trait conscientiousness* memiliki hubungan yang positif dengan dimensi *self-acceptance*, *environment mastery*, dan *purpose in life*.

Keyes, Shmotkin, dan Ryff (2002) mengatakan bahwa tingkat sosial ekonomi juga berkaitan dengan *psychological well-being*. Ryff dkk (1999 dalam Ryan & Deci, 2001) meneliti dampak dari kemiskinan dengan menggunakan pengukuran *psychological well-being*. Mereka menemukan bahwa tingkat sosial ekonomi berkaitan dengan dimensi *self-acceptance*, *purpose in life*, *environmental mastery*, dan *personal growth*. Individu dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah memiliki skor yang rendah pada dimensi-dimensi tersebut. Hal ini menurut Ryff dkk merupakan hasil dari *social comparison process* dimana individu yang memiliki tingkat sosial ekonomi yang rendah menilai dirinya berada dalam kondisi yang kurang menguntungkan dan merasa tidak mampu untuk mendapatkan sumber daya yang bisa mengurangi kesenjangan yang dirasakan.

2.2. College Adjustment

Sebelum membahas mengenai *college adjustment*, perlu diketahui pandangan-pandangan tentang *adjustment* secara umum. Eshun (2006, p.187) mengatakan *adjustment* sebagai sebuah respon individu terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya, serta membantu individu mengatasi tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari. Lazarus (1976, p.18) mengemukakan bahwa *adjustment* terdiri dari proses-proses psikologis dimana individu mengatur atau mengatasi berbagai tuntutan atau tekanan.

Powell (1983) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *adjustment* dapat berasal dari dalam dan luar individu. Faktor yang berasal dari dalam individu antara lain yaitu faktor fisik, jenis kelamin, inteligensi, minat pada bidang tertentu, hobi dan rekreasi. Faktor-faktor dari luar individu yang mempengaruhi *adjustment* antara lain adalah kemampuan finansial keluarga dan hubungan yang suportif dengan orang lain.

College adjustment berangkat dari konsep *adjustment* itu sendiri.

“*Adjustment to college is multifaceted and involves demands varying in kind and degree and requiring a variety of coping responses (or adjustments) that will themselves vary in effectiveness.*” (Baker, McNeil & Siryk, 1985, p.95)

Berdasarkan definisi *adjustment* secara umum dan *college adjustment* tersebut diatas, *college adjustment* merupakan proses psikologis yang *multifacet* dan melibatkan tuntutan yang memiliki variasi dalam hal jenis serta tingkatannya serta membutuhkan beragam respon untuk mengatasi tuntutan yang akan berbeda pula efektivitasnya pada masing-masing individu. *Multifacet* yang dimaksudkan dalam hal ini adalah dimensi-dimensi yang memengaruhi dan menentukan *adjustment* seseorang. Baker dan Siryk (1984) menyatakan terdapat empat dimensi *college adjustment*, yakni *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional attachment*.

Menurut Baker, McNeil dan Siryk (1985) terdapat beberapa kriteria perilaku yang menunjukkan berhasilnya *college adjustment* pada seorang mahasiswa. Kriteria-kriteria tersebut antara lain tercapainya performa akademik yang wajar bahkan baik, dapat memanfaatkan sarana bantuan psikologis dan

konseling yang ada di fakultas saat diperlukan, dan menyelesaikan masa studi dalam rentang waktu yang ditentukan oleh fakultas. Dalam penelitian-penelitian sebelumnya ditemukan bahwa penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama memiliki pengaruh yang kuat terhadap pencapaian akademis (Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009). Selain sukses dalam bidang akademis, mahasiswa yang berhasil dalam beradaptasi di perguruan tinggi menunjukkan pertumbuhan personal yang baik di luar kelas (Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009). Sebaliknya, mahasiswa yang tidak dapat beradaptasi dengan baik di perguruan tinggi akan memiliki nilai akademis yang tidak memuaskan, performa akademis yang rendah, serta menunjukkan adanya kecenderungan untuk putus studi (Arkoff, 1968 dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009).

2.2.1. Dimensi *College Adjustment*

Baker dan Siryk (1984) mengatakan terdapat empat dimensi *college adjustment*. Keempat dimensi tersebut yaitu:

1. *Academic Adjustment*. *Academic adjustment* mengukur seberapa baik seorang mahasiswa mengatur tuntutan akademis di perguruan tinggi (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). *Academic adjustment* juga dapat diartikan sebagai kesuksesan mahasiswa dalam melakukan *coping* terhadap berbagai tuntutan di bidang akademis universitas termasuk motivasi, performa dan lingkungan akademis (Baker & Siryk, dalam Taylor & Pastor, 2005). Skor yang rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa individu memiliki nilai akademis yang rendah, kurang mampu mengatur dan mengontrol tuntutan akademis serta kurang realistis dalam menilai dirinya (Baker & Siryk, 1999 dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009.)
2. *Social Adjustment*. *Social adjustment* berkaitan dengan aspek sosial dari lingkungan perguruan tinggi dan bagaimana mahasiswa berinteraksi dengan keseluruhan pengalaman di perguruan tinggi. Dimensi ini mengukur keberhasilan mahasiswa dalam melakukan *coping* terhadap tuntutan *interpersonal-societal* yang berhubungan dengan pengalaman di perguruan tinggi (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). Dimensi

ini meliputi kecenderungan mahasiswa untuk berinteraksi, sejauh mana mahasiswa membina hubungan sosial dengan orang lain di kampusnya, bagaimana pengaturan lingkungan sosial di sekitar mahasiswa, bagaimana ia mengatasi rasa rindu dengan keluarganya, serta bagaimana perasaan mahasiswa akan pengalaman-pengalaman yang baru. Skor yang rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa mahasiswa kurang berpartisipasi dalam kegiatan sosial di kampus, kurang memiliki keterampilan sosial, memiliki rasa kesepian yang besar, memiliki *social avoidance* yang besar, *social distress*, memiliki *social self-concept* yang rendah serta merasa tidak memiliki dukungan sosial (Baker & Siryk, 1999 Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009).

3. *Personal-Emotional Adjustment*. Dimensi *personal-emotional adjustment* berfokus pada kondisi intrapsikis mahasiswa selama penyesuaiannya ke perguruan tinggi, dan sejauh mana ia mengalami tekanan psikologis secara umum serta gejala somatik seiring dengan adanya masalah (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). Mahasiswa yang memiliki skor rendah pada dimensi ini menunjukkan bahwa ia lebih emosional kepada orang lain, memiliki tingkat *psychological distress* yang tinggi, memiliki lebih banyak pengalaman hidup negatif (Baker & Siryk, 1999 dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009).
4. *Institutional Adjustment*. Hal yang diukur dalam dimensi ini adalah seberapa baik mahasiswa berkomitmen untuk mencapai tujuan akademisnya serta keterikatan mahasiswa kepada institusi perguruan tingginya (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). Dimensi ini melihat kepuasan mahasiswa secara keseluruhan mengenai keberadaan mahasiswa di perguruan tinggi serta emosi atau perasaan mahasiswa mengenai perguruan tinggi tempatnya menimba ilmu saat ini. Mahasiswa yang memiliki skor rendah pada dimensi ini memiliki kemungkinan besar untuk keluar dari perguruan tinggi tempat ia berkuliah dan kurang puas dengan pengalamannya di perguruan

tinggi (Baker & Siryk, 1989b dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli, 2009).

Baker dan Siryk (1984) mengonstruksi sebuah alat ukur yang bertujuan untuk mengukur penyesuaian diri mahasiswa dengan kehidupan di perguruan tinggi. Alat ukur tersebut diberi nama *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang item-itemnya tersusun atas keempat dimensi dari *college adjustment*. Mahasiswa yang memiliki skor tinggi pada keempat dimensi tersebut menunjukkan bahwa ia memiliki penyesuaian diri di perguruan tinggi yang baik (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). Hampir semua penelitian yang menggunakan SACQ sebagai alat ukurnya melibatkan mahasiswa tingkat pertama dari berbagai perguruan tinggi dan berdasarkan penemuan-penemuan sebelumnya, SACQ memiliki potensi sebagai alat ukur yang berguna untuk penelitian yang berkaitan dengan kehidupan di perguruan tinggi (Beyers & Goossens, 2002).

2.2.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *College Adjustment*

Faktor-faktor lain yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi menurut Baker (2004) antara lain adalah usia, jenis kelamin, kebangsaan, kemampuan intelektual, kepribadian seperti *extraversion* dan *neuroticism*, dan dukungan sosial. Abdullah, Elias, Mahyuddin, dan Uli (2009) dalam penelitiannya menemukan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki kemampuan yang lebih baik dalam hal adaptasi di perguruan tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan.

Selain itu Toews dan Yazedjian (2007) mengatakan bahwa kepercayaan diri juga berpengaruh terhadap penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi. Penelitian-penelitian yang sebelumnya dilakukan menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan *college adjustment* (Grant-Vallone et al., 2003-2004; Hickman, Toews, & Andrews, 2001 dalam Toews & Yazedjian, 2007). Faktor lain yang disebutkan oleh Toews dan Yazedjian adalah dukungan keluarga. Napoli dan Wortman (1998) mengatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga berdampak positif baik dari sisi dimensi *social adjustment* dan *academic*

adjustment. Martin, Swartz-Kulstad, dan Madson (1999, dalam Toews & Yazedjian, 2007) mengatakan bahwa dukungan dari *peer group* juga berpengaruh besar terhadap *college adjustment*. Saat mahasiswa merasa bahwa dukungan sosial dari keluarganya kurang efektif, maka ia akan lebih mendekati diri kepada *peer-group*.

2.3. Mahasiswa

Menurut Sarwono (1978), mahasiswa adalah suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya dengan cara berikatan dengan perguruan tinggi, dengan rentang usia antara 18 sampai 30 tahun. Menurut Arnett (2000), individu yang berada dalam rentang usia antara 18 hingga 25 tahun termasuk ke dalam tahap perkembangan *emerging adulthood*. Santrock (2002) mengatakan bahwa tahap perkembangan *emerging adulthood* merupakan transisi antara tahap remaja menuju dewasa dan memiliki karakteristik eksperimentasi dan eksplorasi dalam pemilihan karir, identitas dan gaya hidup. Pada tahap perkembangan *emerging adulthood*, individu biasanya mulai memasuki perguruan tinggi (Pratt, 2000 dalam Pittman & Richmond, 2008). Arnett (2001 dalam Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2004) mengatakan bahwa ada tiga tugas perkembangan yang menonjol pada periode ini, yaitu: (a) mampu untuk secara efektif mengatasi *home-leaving transition*, (b) meningkatkan kemampuan untuk mengembangkan hubungan yang intim dan matang baik dalam persahabatan maupun hubungan romantis, dengan tetap menjaga kemandirian dan hubungan dekat dengan orang tua, (c) mengembangkan *self-efficacy* dan individuasi.

Arnett (2004 dalam Scharf, Mayseless, & Kivenson-Baron, 2004) menguraikan lima ciri tahap perkembangan *emerging adulthood*, yaitu:

1. ***The age of identity explorations***. Eksplorasi identitas pada individu terjadi pada periode *emerging adulthood*. Eksplorasi identitas ini khususnya difokuskan dalam tiga aspek yaitu percintaan, karir, dan pandangan hidup. Tahap perkembangan *emerging adulthood* merupakan kunci terjadinya perubahan identitas bagi individu. Pada tahap ini individu dihadapkan dengan berbagai macam pilihan.

2. *The age of instability*. *The age of instability* terjadi ketika individu mulai merasakan perubahan yang terjadi secara cepat pada aspek percintaan, karir, dan pandangan hidup. Pada periode ini individu banyak mengalami stres dan cemas.
3. *The self-focused age*. Individu berada pada *the self-focused age* dimana pada masa ini ia memiliki paling sedikit kewajiban terhadap orang lain. Hal ini terjadi ketika individu mulai memiliki otonomi atau kemandirian dalam menjalankan kehidupannya.
4. *The age of feeling in between*. Hal ini terjadi ketika individu tidak lagi merasa bahwa dirinya adalah seorang remaja namun di sisi lain belum dapat merasa bahwa dirinya sudah dewasa. Oleh karena itu individu pada masa ini membutuhkan bimbingan dari figur orang dewasa untuk mengatasi rasa bimbang yang dihadapi.
5. *The age of possibilities*. *Emerging adulthood* adalah masa dimana individu memiliki kesempatan yang luas untuk melakukan perubahan pada hidupnya. Pada masa ini individu memiliki kesempatan untuk mengubah hidupnya dengan kemungkinan-kemungkinan yang lebih positif untuk masa depannya.

2.3.1. Mahasiswa pada Tahun Pertama di Perguruan Tinggi

Tahun pertama memasuki perguruan tinggi merupakan masa transisi yang cukup besar bagi mahasiswa (Bowman, 2010). Melnnis dan James (1995, dalam Zarfiel, 2006) mengatakan bahwa tahun pertama merupakan tahun yang sangat penting antara lain karena merupakan masa transisi dari belajar di tingkat sebelumnya yang lebih terbimbing; dengan belajar di tingkat perguruan tinggi yang cenderung bersifat individual dan banyaknya tekanan yang bersifat eksternal. Cohorn dan Giuliano (1999) mengatakan bahwa tahun pertama masa perkuliahan memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi.

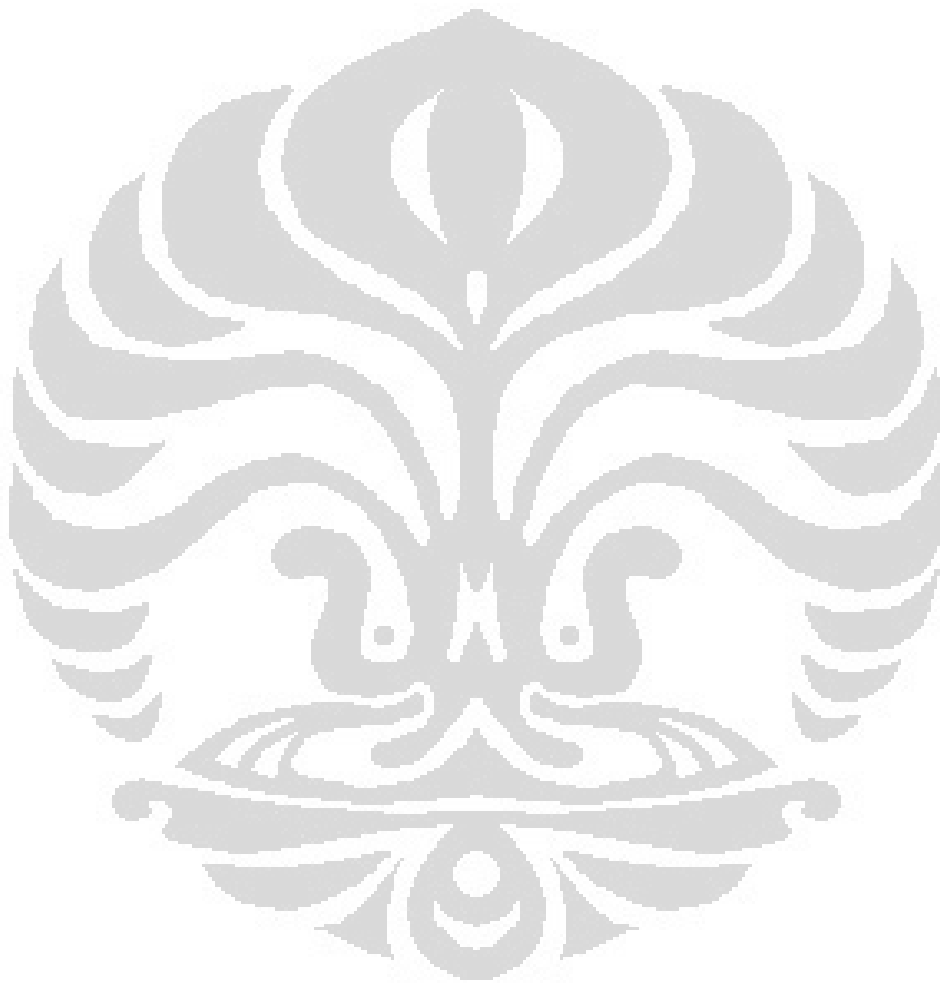
Menyesuaikan diri di perguruan tinggi merupakan suatu hal yang menantang bagi sebagian mahasiswa baru karena pada periode ini mahasiswa akan berhadapan dengan perubahan tempat tinggal, harapan-harapan orang lain, perubahan iklim akademis, dan hubungan yang baru dengan lingkungan di sekitarnya (Wetzel, 2007). Menurut Siryk (1981, dalam Waller 2009) ada tiga

area tantangan yang harus dihadapi oleh mahasiswa tahun pertama ketika masuk ke dunia perkuliahan. Area yang pertama adalah peningkatan tuntutan akademik. Area ini merupakan kemampuan mahasiswa untuk mengikuti peningkatan tugas kuliah yang makin lama makin menantang hingga mencapai kelulusan. Area yang kedua adalah lingkungan sosial, mencakup hubungan dengan *peer-group*, hubungan dengan otoritas kampus, hubungan dengan teman satu kamar, dll. Mahasiswa yang tidak mampu beradaptasi cenderung memisahkan diri dari pergaulan di lingkungan kampus. Area ketiga berkaitan dengan pilihan jurusan dan *attachment* pribadi dari mahasiswa tersebut kepada jurusan fakultas yang dia pilih. Mahasiswa yang mampu mengikatkan diri kepada institusi universitas lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan kampus dan bertahan hingga lulus.

Walaupun banyak mahasiswa yang sukses melewati masa transisi ini, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami gangguan emosional dan depresi (Gall, Evans, & Bellerose, 2000). Jackson dan Finey (2002) mengatakan bahwa masa transisi ke perguruan tinggi dapat menjadi pengalaman yang sangat menekan dan periode transisi tersebut mengakibatkan mahasiswa tahun pertama lebih rentan untuk mengalami gejala *psychological distress*. Sebuah sumber penting yang berpotensi untuk membantu mahasiswa agar sukses dalam masa transisi ini adalah fungsi psikologis yang positif (Bowman, 2010). Dengan kata lain, memiliki fungsi psikologis yang positif penting bagi mahasiswa yang sedang menjalani masa transisi di tahun pertamanya beradaptasi di perguruan tinggi. *Positive psychological functioning* terkait dengan konsep *psychological well-being*. *Psychological well-being* penting bagi individu yang sedang mengalami masa transisi dalam kehidupan (Bowman, 2010). *Psychological well-being* mencakup penggunaan keterampilan dan perspektif pada individu secara maksimal yang berguna untuk mengatasi tantangan dalam kehidupan dan secara efektif mengarahkan kehidupan (Smider, Essex, & Ryff, 1996). Dengan demikian penting bagi mahasiswa tahun pertama untuk memiliki *psychological well-being* yang tinggi agar sukses dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

Kesuksesan menyesuaikan diri di perguruan tinggi, terutama di tahun pertama, berujung pada kesuksesan akademis mahasiswa (Van Heyningen, 1997 dalam Kerr, et al., 2004). Mahasiswa tahun pertama yang mampu beradaptasi

secara efektif dengan lingkungan di perguruan tinggi jauh lebih mungkin untuk bertahan di perguruan tinggi dan pada akhirnya memperoleh gelar (Tinto, 1993 dalam Bowman, 2010).



BAB 3

METODE PENELITIAN

Bab ini akan menjelaskan mengenai hal-hal yang terkait dengan masalah penelitian, hipotesis penelitian, tipe penelitian, metode pengumpulan data dan partisipasi penelitian, prosedur persiapan dan pelaksanaan penelitian, serta prosedur analisis data penelitian.

3.1. Masalah Penelitian

3.1.1. Masalah Konseptual

Masalah konseptual dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
2. Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
3. Bagaimana gambaran *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?

3.1.2. Masalah Operasional

Masalah operasional dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor total *psychological well-being* dan skor total *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
2. Bagaimanakah gambaran skor total *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?
3. Bagaimanakah gambaran skor total *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia?

3.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan di dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

3.2.1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Hipotesis alternatif adalah hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antarvariabel yang signifikan (Seniati, Yulianto, & Setiadi, 2009). Hipotesis alternatif pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

(H_a): “Ada hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia.”

3.2.2. Hipotesis Nol (H₀)

Hipotesis Nol adalah hipotesis yang menyatakan tidak adanya hubungan antarvariabel yang signifikan (Seniati, Yulianto, & Setiadi, 2009). Hipotesis nol pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

(H₀): “Tidak ada hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia.”

3.3. Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan di dalam penelitian ini adalah *psychological well-being* dan *college adjustment*. Berikut penjelasan mengenai kedua variabel tersebut.

3.3.1. Variabel *Psychological Well-being*

3.3.1.1. Definisi Konseptual

Definisi konseptual *psychological well-being* adalah pencapaian penuh dari potensi psikologis individu dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan hidup, membangun hubungan positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan di sekitarnya, serta dapat terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989).

3.3.1.2. Definisi Operasional

Definisi operasional *psychological well-being* adalah skor total yang diperoleh dari alat ukur *psychological well-being* yang disusun oleh Ryff dan diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Yorike Desvita dan Irawati Nuansa Puspa yang tergabung dalam Payung Penelitian

Psychological Well-Being Mahasiswa pada tahun 2011. Semakin tinggi skor total seseorang artinya semakin tinggi *psychological well-being*nya.

3.3.2. Variabel *College Adjustment*

3.3.2.1. Definisi Konseptual

Definisi konseptual dari *college adjustment* adalah proses psikososial pada diri mahasiswa yang dapat menjadi sumber stres bagi mereka dan memerlukan serangkaian keterampilan *coping* sehingga mampu menyesuaikan diri di perguruan tinggi dalam bidang-bidang akademis, sosial, personal-emosional, dan *institution attachment* (Baker dan Siryk, 1984).

3.3.2.2. Definisi Operasional

Definisi operasional dari *college adjustment* adalah skor total yang diperoleh dari alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* yang disusun oleh Baker dan Siryk (1984) dan diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Umar Abdullah Hafiduddin pada tahun 2011. Semakin tinggi skor total merepresentasikan semakin tinggi *college adjustment* mahasiswa.

3.4. Tipe dan Desain Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, tipe penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian korelasional. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara *college adjustment* dan *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama. Informasi diperoleh melalui *self-report* dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner. Data yang diperoleh berupa angka. Berdasarkan tipe informasi yang diperoleh maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif.

Terdapat tiga perspektif untuk menentukan desain penelitian yaitu berdasarkan *the number of contact with the study population*, *the reference period of study*, dan *the nature investigation* (Kumar, 2005). Berdasarkan *the number of contact with the study population*, penelitian ini dikategorikan sebagai *cross-sectional study* karena pengambilan data hanya dilakukan sebanyak satu kali.

Berdasarkan *the reference period of study*, penelitian ini dikategorikan sebagai *retrospective study design* karena meneliti fenomena, situasi, masalah atau isu yang telah terjadi di masa lampau. Berdasarkan *the nature investigation*, penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian noneksperimental karena peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti dan tidak melakukan randomisasi pada partisipan penelitian

3.5. Partisipan Penelitian

3.5.1. Karakteristik Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Mahasiswa tahun pertama dalam penelitian ini tersebar di 12 fakultas. Peneliti memilih mahasiswa tahun pertama sebagai partisipan dalam penelitian karena mahasiswa tahun pertama baru mengalami perubahan iklim kehidupan dari bangku sekolah menengah ke perguruan tinggi. Bowman (2010) mengatakan bahwa tahun pertama memasuki perguruan tinggi merupakan masa transisi yang cukup besar bagi mahasiswa. Dengan demikian karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama dan belum pernah menjalani pendidikan di perguruan tinggi sebelumnya.

3.5.2. Prosedur dan Teknik Pengambilan Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini, pemilihan sampel dilakukan dengan prosedur *nonprobability sampling*, yaitu tidak semua individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Kumar, 2005). Penelitian ini juga menggunakan teknik pengambilan *accidental sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan pada ketersediaan atau kemudahan peneliti mengakses responden (Kumar, 2005). Teknik ini digunakan peneliti berdasarkan alasan terbatasnya waktu.

3.5.3. Jumlah Subyek Penelitian

Target partisipan dalam penelitian ini adalah sebanyak 120 partisipan. Untuk mencapai distribusi data yang mendekati kurva normal, diperlukan sampel minimal sebanyak 30 (Gravetter & Forzano, 2009). Kumar (2005) mengatakan

bahwa jumlah partisipan yang semakin besar akan semakin mewakili populasi keseluruhan dan menghasilkan estimasi yang lebih akurat. Dengan demikian peneliti memutuskan untuk menggunakan jumlah partisipan penelitian yang lebih banyak agar hasil penelitian semakin mewakili populasi.

3.6. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen pengumpulan data berupa kuesioner. Kumar (2005) mengatakan bahwa kuesioner adalah alat ukur dengan sejumlah pertanyaan tertulis dimana dalam proses pengerjaannya partisipan diminta untuk membaca setiap pertanyaan yang tertera kemudian menginterpretasikan pertanyaan-pertanyaan tersebut dan menuliskan sendiri jawabannya pada lembar kuesioner. Penggunaan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan data memiliki kekurangan serta kelebihan.

Anastasi (1997) mengatakan bahwa kelebihan menggunakan kuesioner dalam melakukan penelitian antara lain adalah menghemat biaya, dapat menghindari adanya *interviewer bias* karena kontak langsung antara responden dan peneliti tidak ada, serta adanya jaminan anonimitas partisipan. Berdasarkan pertimbangan keterbatasan waktu dan target partisipan yang cukup banyak, maka peneliti memutuskan untuk menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan data pada penelitian ini. Sebaliknya, kekurangan dari penggunaan kuesioner yaitu adanya keterbatasan informasi yang diterima karena respon yang diberikan hanya sebatas pada pertanyaan yang diberikan tanpa ada *probing* terhadap jawaban yang diberikan, adanya kemungkinan *respon bias* yaitu partisipan sadar terhadap arah pertanyaan yang ditanyakan dalam kuesioner sehingga ia tidak memberikan jawaban yang sesuai dengan dirinya sendiri, serta adanya kemungkinan munculnya *social desirability response* yaitu partisipan cenderung memberikan respon yang dianggap baik oleh masyarakat.

Peneliti menggunakan dua alat ukur untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Kedua alat ukur tersebut yaitu alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) dan alat ukur *Psychological Well-Being*. Kedua alat ukur tersebut kemudian digabungkan ke dalam satu *booklet*.

3.6.1. Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Pengukuran *psychological well-being* menggunakan kuisioner *Scale of Psychological Well-Being* yang disusun oleh Ryff. Alat ukur ini diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Yorike Desvita dan Irawati Nuansa Puspa (2012) yang tergabung dalam “Payung Penelitian *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa” pada tahun 2011. Alat ukur ini mengukur enam dimensi *psychological well being* yang terdiri dari *autonomy*, *environmental mastery*, *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *self-acceptance*. Total item pada alat ukur ini adalah 18 item. Alat ukur ini menggunakan skala Likert dengan enam kemungkinan jawaban mulai dari skala (1) sangat tidak setuju sampai dengan skala (6) sangat setuju. Alat ukur *psychological well being* ini terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*. Skor yang diberikan untuk skala jawaban terhadap item *favorable* adalah 6 untuk respon “Sangat Sesuai”, skor 5 untuk respon “Sesuai”, dan seterusnya. Untuk item *unfavorable*, pemberian skor dilakukan secara terbalik (*reverse score*), skor 1 untuk respon “Sangat Sesuai”, skor 2 untuk respon “Sesuai”, dan seterusnya. Skor total *psychological well-being* didapatkan dengan menjumlahkan skor semua item alat ukur *Scale of Psychological Well-Being*.

Tabel 3.1
Contoh alat ukur *Psychological Well-Being*

Dimensi	Contoh Item
<i>Self acceptance</i>	Saya menyukai sebagian besar aspek diri saya
<i>Positive Relations with Other</i>	Selama ini saya merasa kesulitan dalam membina hubungan dekat dengan orang lain
<i>Autonomy</i>	Saya memiliki kepercayaan diri dalam berpendapat meskipun berbeda dengan pendapat umum
<i>Environmental Mastery</i>	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya tertekan
<i>Purpose in Life</i>	Saya hidup untuk saat ini dan tidak memikirkan masa depan
<i>Personal Growth</i>	Bagi saya, hidup merupakan proses yang berkelanjutan untuk belajar, berubah, dan berkembang

3.6.2. Alat Ukur *College Adjustment*

Pengukuran variabel *college adjustment* menggunakan alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang dibuat oleh Baker dan Siryk (1984). Alat ukur ini telah banyak digunakan pada penelitian untuk mengukur kesuksesan penyesuaian diri di perguruan tinggi (Eshun, 2006). Alat ukur SACQ telah dialihbahasakan ke dalam bahasa Indonesia oleh Umar Abdullah Hafiduddin pada penelitiannya tahun 2011. Skala yang digunakan pada alat ukur ini adalah skala Likert dengan empat kemungkinan jawaban mulai dari skala (1) “Sangat Tidak Setuju” sampai dengan skala (4) “Sangat Setuju”. Alat ukur ini terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*. Untuk item *unfavorable*, pemberian skor dilakukan secara terbalik (*reverse score*), skor 1 untuk respon “Sangat Setuju”, skor 2 untuk respon “Setuju”, dan seterusnya. Alat ukur ini terdiri empat dimensi *college adjustment* yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk (1984) yaitu *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional attachment*. Alat ukur ini memiliki jumlah item sebanyak 59 dengan rincian 24 item mengukur dimensi *academic adjustment*, 13 item untuk mengukur dimensi *social adjustment*, 15 item untuk mengukur dimensi *personal-emotional adjustment*, dan 7 item untuk mengukur dimensi *goal commitment / institutional attachment*. Skor total *college adjustment* didapatkan dengan menjumlahkan skor semua item alat ukur SACQ.

Tabel 3.2
Contoh alat ukur *Student Adaptation to College Questionnaire*

Dimensi	Contoh Item
<i>Academic Adjustment</i>	Saya belum mampu mengerjakan soal ujian kuliah
<i>Social Adjustment</i>	Saya memiliki hubungan baik dengan teman sekelas saya di kampus
<i>Personal-Emotional Adjustment</i>	Saya mengalami kesulitan untuk mengatasi stres yang saya alami akibat tuntutan kuliah
<i>Institutional Attachment</i>	Saya puas dengan keputusan saya untuk melanjutkan kuliah

3.6.3. Uji Coba Alat Ukur

3.6.3.1. Uji Coba Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Peneliti bersama teman-teman yang tergabung dalam “Payung Penelitian *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa” tahun 2012 melakukan uji coba untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitas dari alat ukur *Scale of Psychological Well-Being* kepada 261 mahasiswa. Berdasarkan uji coba tersebut didapatkan skor reliabilitas 0,704 dengan menggunakan metode *coefficient alpha*. Menurut Kaplan dan Sacuzzo, (2005) nilai koefisien reliabilitas yang baik berkisar 0.7 - 0.8 maka dari itu berdasarkan hasil uji coba, dapat dikatakan bahwa alat ukur *psychological well-being* ini dinyatakan reliable atau dengan kata lain alat ukur ini homogen untuk mengukur konstruk *psychological well-being*.

Untuk uji validitas alat ukur ini, peneliti bersama teman-teman payung penelitian menggunakan metode *internal consistency*. Menurut Aiken dan Groth-Marnat (2006), nilai validitas yang dianggap baik untuk penelitian adalah lebih besar dari 0.2, sedangkan nilai validitas kurang dari 0.2 dinyatakan kurang memuaskan. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan, terdapat 4 item yang memiliki koefisien validitas kurang dari 0.2. Item-item tersebut adalah item nomor 1, 10, 13, dan 17. Kemudian peneliti bersama teman-teman payung melakukan revisi terhadap item-item tersebut dengan meminta *expert judgement* dari pembimbing skripsi.

3.6.3.2. Uji Coba Alat Ukur *College Adjustment*

Uji coba alat ukur SACQ dilakukan untuk mengetahui reliabilitas dan validitas alat ukur. Uji coba dilakukan kepada 36 mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Berdasarkan uji coba yang dilakukan, nilai reliabilitas alat ukur SACQ ini adalah 0.909 dengan menggunakan metode *Cronbach's alpha*. Menurut Kaplan dan Sacuzzo, (2005) nilai koefisien reliabilitas yang baik untuk hampir seluruh tujuan tes dalam penelitian dasar berkisar antara 0.7 - 0.8 maka dari itu berdasarkan skor yang didapat dari hasil uji coba ini, dapat dikatakan bahwa alat ukur SACQ ini reliabel. Dengan kata lain alat ukur ini homogen untuk mengukur konstruk *college adjustment*.

Uji validitas yang digunakan adalah teknik pengujian validitas konstruk dengan *internal consistency*, yaitu dengan mengorelasikan item-item dengan skor total. Menurut Aiken dan Groth-Marnat (2006), nilai validitas yang dianggap baik untuk penelitian adalah lebih besar dari 0.2. Untuk nilai validitas kurang dari 0.2 dinyatakan kurang memuaskan. Berdasarkan uji validitas yang dilakukan, terdapat 5 item yang memiliki validitas dibawah 0.2, yaitu item nomor 20, 33, 37, 39, dan 44. Kemudian setelah berkonsultasi dan meminta *expert judgement* dari pembimbing skripsi maka item nomor 20 tetap dipertahankan karena nilai validitasnya hampir mendekati 0.2 sedangkan item nomor 33, 37, 39, dan 44 tidak dipakai dalam penelitian ini. Dengan demikian maka total item alat ukur SACQ yang digunakan dalam penelitian ini adalah 55 item.

3.7. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini terdiri dari tiga tahap yaitu tahap persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian dan tahap pengolahan dan analisis serta interpretasi data.

3.7.1. Tahap Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti dan teman-teman yang tergabung dalam “Payung Penelitian *Psychological Well-Being* pada mahasiswa tahun 2012” mendapatkan penjelasan mengenai gambaran umum konsep *psychological well-being*. Kemudian peneliti dan teman-teman mendapatkan informasi mengenai alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu alat ukur *Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) yang disusun oleh Carol Ryff. Selanjutnya peneliti mencari topik yang diminati berkaitan dengan *psychological well-being* pada mahasiswa. Pada akhirnya peneliti memilih topik hubungan antara *college adjustment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Pada langkah selanjutnya, peneliti melakukan peninjauan terhadap berbagai literatur dan referensi yang relevan dengan topik yang sudah dipilih. Berdasarkan hasil peninjauan literatur mengenai konsep *college adjustment*, peneliti menemukan bahwa alat ukur yang relevan untuk mengukur konstruk tersebut adalah *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang disusun oleh Baker dan Siryk. Kemudian peneliti menemukan bahwa

penelitian sebelumnya yang disusun oleh Umar Abdullah Hafiduddin (2011) mengenai *college adjustment* menggunakan alat ukur SACQ. Pada penelitian tersebut, alat ukur SACQ sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia serta telah dilakukan uji keterbacaannya. Kemudian peneliti meminta izin kepada Umar Abdullah Hafiduddin untuk menggunakan alat ukur tersebut.

Selanjutnya peneliti bersama teman-teman yang tergabung dalam “Payung Penelitian *Psychological Well-Being* pada mahasiswa tahun 2012” melakukan uji kuantitatif (uji reliabilitas dan validitas) terhadap alat ukur *psychological well-being*. Proses uji kuantitatif dilakukan pada bulan Maret 2012. Kemudian peneliti juga melakukan uji kuantitatif terhadap alat ukur SACQ pada bulan Mei 2012. Setelah melakukan uji kuantitatif terhadap kedua alat ukur, peneliti kemudian membuat *booklet* berisikan kedua alat ukur tersebut dan kemudian siap untuk disebar kepada partisipan.

3.7.2. Tahap Pelaksanaan

Setelah melakukan uji kuantitatif, peneliti melakukan pengambilan data dengan cara menyebarkan kuesioner. Tahap pengambilan data ini dilakukan pada tanggal 7 hingga 14 Mei 2012. Peneliti melakukan pengambilan data di dua belas fakultas di Universitas Indonesia. Peneliti mendatangi setiap fakultas kemudian mencari calon partisipan dengan bertanya terlebih dahulu apakah mereka merupakan mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia di fakultas tersebut. Kemudian peneliti meminta kesediaan calon partisipan untuk mengisi kuesioner penelitian. Dari 250 kuesioner yang peneliti sebar, hanya sebanyak 226 kuesioner yang dapat diolah, sedangkan delapan kuesioner tidak dikembalikan kepada peneliti dan 16 kuesioner tidak dijawab secara lengkap oleh partisipan. Berdasarkan 226 kuesioner yang dapat diolah, sebanyak 82 partisipan adalah mahasiswa laki-laki dan 144 partisipan adalah mahasiswa perempuan. Seluruh partisipan tersebar ke dalam dua belas fakultas, namun jumlah persebaran tiap fakultas tidak merata.

3.7.3. Tahap Pembuatan Norma

Pada penelitian ini, norma untuk kedua alat ukur yang digunakan dibuat oleh peneliti. Pembuatan norma kelompok dilakukan untuk membagi skor partisipan kedalam kelompok skor tinggi dan rendah. Pembuatan norma kelompok dilakukan dengan menggunakan total keseluruhan partisipan dari data yang dapat diolah, yaitu 226 partisipan. Pembuatan norma dilakukan dengan teknik persentil 50. Untuk alat ukur *psychological well-being*, dihasilkan pembagian skor sebagai berikut:

Tabel 3.3 Pembagian Skor *Psychological Well-Being*

Skor	Kelompok
< 78	Rendah
≥ 78	Tinggi

Untuk skor *college adjustment*, dihasilkan pembagian sebagai berikut:

Tabel 3.4 Pembagian Skor *College Adjustment*

Skor	Kelompok
< 151	Rendah
≥ 151	Tinggi

3.7.4. Tahap Pengolahan dan Analisis Data

Dalam melakukan pengolahan dan analisis data yang telah terkumpul, peneliti menggunakan SPSS (*Statistic Package for Social Science*) 13.0 for Windows. Beberapa teknik yang digunakan untuk membantu dalam menganalisis data adalah:

1. Statistika Deskriptif

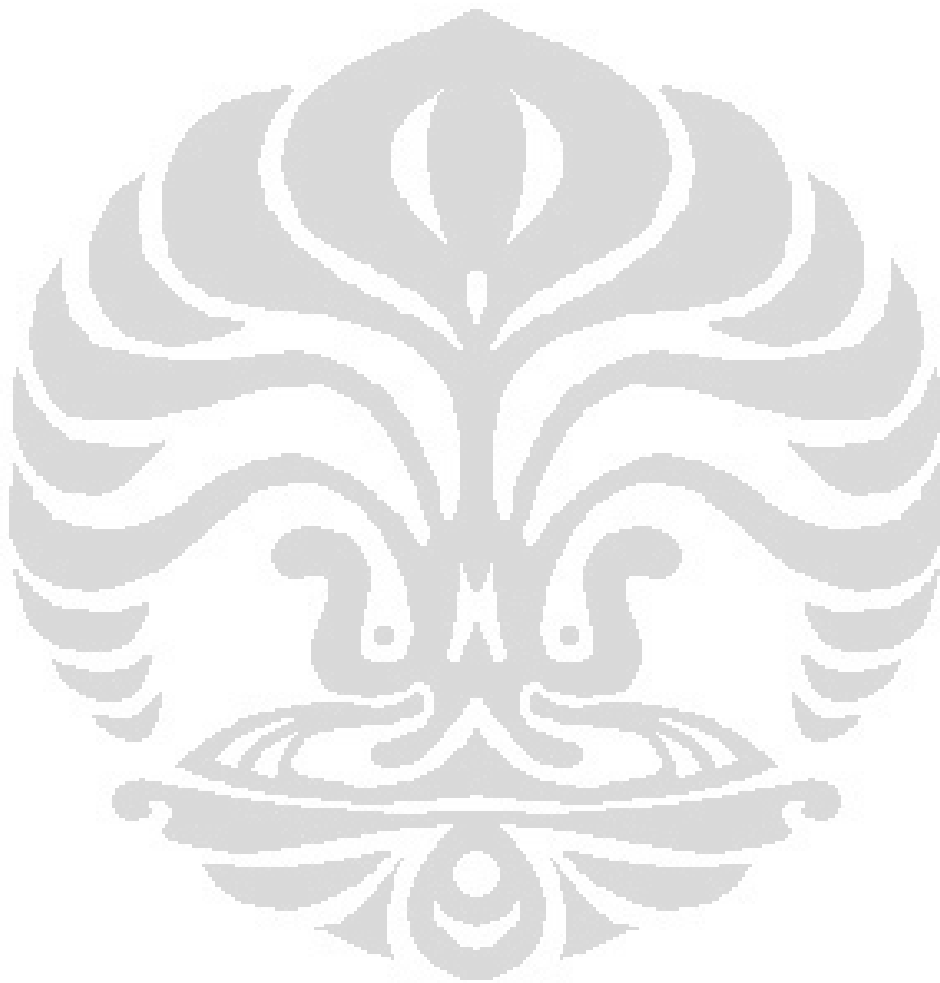
Perhitungan statistika deskriptif digunakan untuk melihat gambaran umum mengenai karakteristik dan sampel penelitian dengan menghitung nilai rata-rata atau mean, frekuensi, dan persentase partisipan berdasarkan data partisipan.

2. *Pearson Correlation*

Teknik statistik ini digunakan untuk melihat korelasi antara skor total *psychological well-being* dan skor total *college adjustment*.

3. *Independent Sample T-test*

Teknik statistik ini digunakan untuk analisis hasil tambahan penelitian. Melalui teknik ini peneliti dapat mengetahui apakah terdapat perbedaan mean yang signifikan antara kelompok partisipan laki-laki dan kelompok partisipan perempuan.



BAB 4

ANALISIS DAN INTERPRETASI HASIL

Pada bab ini, peneliti akan menjabarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan serta interpretasinya. Penjabaran hasil dan interpretasi penelitian pada bab ini akan dibagi menjadi tiga bagian. Bagian pertama berisi penjabaran mengenai gambaran umum partisipan penelitian. Bagian kedua berisi penjabaran mengenai hasil dan analisis utama. Bagian ketiga menjabarkan hasil dan analisis tambahan.

4.1. Gambaran Umum Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia atau dengan kata lain mahasiswa angkatan 2011 Universitas Indonesia. Total partisipan dalam penelitian ini adalah 242 mahasiswa, namun hanya 226 yang bisa diolah karena 16 partisipan tidak menjawab seluruh item pada kuesioner secara lengkap. Berikut adalah penjelasan mengenai gambaran distribusi partisipan penelitian berdasarkan data kontrol yang diberikan dalam booklet kuesioner.

4.1.1. Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentasi (%)
Laki-laki	82	36.3
Perempuan	144	63.7
Total	226	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas mengenai gambaran umum partisipan berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui bahwa pada penelitian ini jumlah partisipan perempuan lebih banyak dibandingkan dengan partisipan laki-laki yaitu dengan proporsi 63.7% dibandingkan 36.3%.

4.1.2. Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Usia

Tabel 4.2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
18	133	58.8
19	81	35.8
20	12	5.4
Total	226	100

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, dapat diketahui bahwa usia partisipan dalam penelitian ini bervariasi antara 18-20 tahun dengan mayoritas partisipan penelitian ini berusia 18 tahun.

4.1.3. Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Fakultas

Tabel 4.3 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Frekuensi	Persentase (%)
Kedokteran	14	6.2
Kedokteran Gigi	19	8.4
Hukum	11	4.9
Teknik	20	8.8
Psikologi	31	13.7
Ekonomi	20	8.8
Ilmu Pengetahuan Budaya	20	8.8
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	17	7.5
Kesehatan Masyarakat	15	6.6
Ilmu Keperawatan	16	7.1
Ilmu Komputer	18	8
Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	25	11.1
Total	226	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, partisipan penelitian ini tersebar di 12 fakultas yang ada di Universitas Indonesia dan kemudian terbagi ke dalam dua belas fakultas. Partisipan paling banyak adalah mahasiswa yang berasal dari fakultas psikologi yaitu sebesar 13.7%.

4.2. Hasil Utama Penelitian

4.2.1. Hubungan *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment*

Korelasi *psychological well-being* dan *college adjustment* dihitung dengan menggunakan metode korelasi statistik, yaitu dengan *pearson correlation*. Tabel korelasi kedua variabel tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4 Korelasi *psychological well-being* dan *college adjustment*

		TOTALCA	TOTALPWB
TOTALCA	Pearson Correlation	1	,595(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	226	226
TOTALPWB	Pearson Correlation	,595(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	226	226

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 4.4. di atas, dapat diketahui nilai korelasi (r) antara *psychological well-being* dan *college adjustment* adalah sebesar 0.595 dan nilai $p=0.000$. Berdasarkan perolehan nilai korelasi (r) sebesar 0.595, maka dapat dikatakan bahwa hasil tersebut signifikan pada *level of significance* 0.01. Hasil yang signifikan ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan nilai korelasi (r) yang didapatkan, diperoleh nilai r^2 sebesar 0.354. Nilai r^2 tersebut menunjukkan bahwa 35.4% varians yang ada pada *psychological well-being* dapat dijelaskan dengan varians *college adjustment*.

4.2.2. Gambaran Umum *Psychological Well-Being* Partisipan

Tabel 4.5 Gambaran Umum *Psychological Well-Being* Partisipan

Total Partisipan	Mean	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Standar Deviasi
226	77.68	50	102	7.516

Berdasarkan hasil yang tertera pada tabel 4.5 maka dapat diketahui bahwa mean skor *psychological well-being* dari keseluruhan partisipan adalah 77.68. Skor paling rendah adalah 50 dan skor paling tinggi adalah 102 dengan standar deviasi sebesar 7.516. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, standar deviasi menunjukkan besar kisaran nilai sebenarnya (*true score*) dari skor total *psychological well-being* melalui perhitungan rata-rata skor total partisipan \pm standar deviasi. Berdasarkan perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa besar kisaran *true score* dari skor total *psychological adjustment* partisipan adalah sebesar 70.164-85.196.

Tabel 4.6 Persebaran Skor *Psychological Well-Being*

Kelompok Skor	Rentang Skor	Jumlah Partisipan	Persentase
Rendah	<78	103	45.5
Tinggi	\geq 78	123	54.5
Total		226	100

Berdasarkan table 4.6 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor total *psychological well-being* yang tergolong ke dalam skor tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki kesejahteraan mental yang cukup baik.

Tabel 4.7 Gambaran Umum Dimensi *Psychological Well-Being* Partisipan

Dimensi	Mean
<i>Self-acceptance</i>	12.00
<i>Purpose in life</i>	13.81
<i>Positive relation with others</i>	13.33
<i>Autonomy</i>	11.54
<i>Enviromental mastery</i>	11.74
<i>Personal growth</i>	15.25

Berdasarkan tabel 4.7 di atas, dapat diketahui bahwa dimensi *personal growth* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi. Selanjutnya dimensi *purpose in life* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi kedua. Dimensi *positive relation with others* menempati urutan ketiga dilanjutkan dengan dimensi *self-acceptance* yang menempati urutan keempat. Dimensi *enviromental mastery* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi kelima. Dimensi dengan mean skor terendah adalah dimensi *autonomy*.

Dimensi *personal growth* memiliki mean skor yang tertinggi dibandingkan dengan lima dimensi *psychological well-being* lainnya. Dimensi ini menggambarkan bagaimana individu mengaktualisasikan dirinya, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, mengembangkan diri, dan tumbuh sebagai individu yang *fullyfunctioning*. Dengan demikian hasil yang didapat menunjukkan bahwa pada diri partisipan terdapat kebutuhan untuk mengaktualisasikan dirinya, sadar akan potensi yang dimilikinya, memiliki kebutuhan untuk selalu mengembangkan dirinya, dan keinginan yang tinggi untuk tumbuh sebagai individu yang *fullyfunctioning*.

4.2.3. Gambaran Umum *College Adjustment* Partisipan

Tabel 4.8 Gambaran Umum *College Adjustment* Partisipan

Total Partisipan	Mean	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Standar Deviasi
226	149.95	89	192	16.542

Hasil yang tertera pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa mean skor *college adjustment* partisipan adalah 149.95. Skor paling rendah adalah 89 dan skor paling tinggi adalah 192. Standar deviasi pada perhitungan deskriptif ini adalah 16.542. Standar deviasi menunjukkan besar kisaran nilai sebenarnya (*true score*) dari skor total *college adjustment*. Kisaran *true score* didapatkan melalui perhitungan rata-rata skor total partisipan \pm standar deviasi. Dengan demikian maka dapat diketahui bahwa besar kisaran *true score* dari skor total *college adjustment* partisipan adalah sebesar 133.408-166.492.

Tabel 4.9 Persebaran Skor *College Adjustment*

Kelompok Skor	Rentang Skor	Jumlah Partisipan	Persentase
Rendah	< 151	106	46.9
Tinggi	\geq 151	120	53.1
Total		226	100

Berdasarkan table 4.9 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor *college adjustment* yang tergolong ke dalam kelompok tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki kemampuan beradaptasi di perguruan tinggi yang baik.

Tabel 4.10 Gambaran Umum Dimensi *College Adjustment* Partisipan

Dimensi	Mean	Jumlah Item	Mean Item
<i>Academic adjustment</i>	59.61	23	2.59
<i>Social adjustment</i>	34.77	12	2.89
<i>Personal-emotional adjustment</i>	32.8	13	2.52
<i>Institutional attachment</i>	22.77	7	3.2

Hasil pada tabel 4.10 menunjukkan bahwa dimensi *institutional attachment* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi. Dimensi *social adjustment* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi kedua. Selanjutnya dimensi *academic adjustment* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi ketiga dan *personal-emotional* merupakan dimensi dengan mean skor terendah.

4.3. Hasil Tambahan Penelitian

Analisis data tambahan penelitian dihitung oleh peneliti untuk memperkaya hasil penelitian. Pada analisis tambahan peneliti menggunakan teknik perhitungan statistik *independent sample t-test* untuk melihat perbedaan mean skor dimensi *college adjustment* dan mean skor dimensi *psychological well-being* dengan data kontrol partisipan. Dalam hal ini data kontrol yang diolah sebagai hasil tambahan hanya jenis kelamin.

4.3.1. Skor *Psychological Well-Being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.11. Mean Skor *psychological well-being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Dimensi	Mean Skor		Signifikansi	Keterangan
	Laki-laki N=82	Perempuan N=144		
<i>Self-acceptance</i>	12.10	11.94	p = .580 t = .554	Tidak Signifikan
<i>Personal Growth</i>	15.16	15.30	p = .575 t = -.562	Tidak Signifikan
<i>Autonomy</i>	12.12	11.22	p = .002 t = 3.128	Signifikan
<i>Positif relation with others</i>	12.27	13.67	p = .009 t = -2.648	Signifikan
<i>Purpose in life</i>	13.66	13.90	p = .391 t = -.861	Tidak Signifikan
<i>Enviroment Mastery</i>	12.13	11.52	p = .027 t = 2.230	Signifikan
Total Mean	77.44	77.55		

Tabel 4.11 di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan, mean skor kelompok partisipan laki-laki (M=77.44) lebih rendah dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan (M=77.55) meskipun nilai perbedaannya tidak signifikan. Selain itu terdapat perbedaan mean skor yang signifikan pada dimensi *autonomy*, *positif relation with others* dan *environment mastery* antara kelompok partisipan berjenis kelamin laki-laki dengan kelompok partisipan berjenis kelamin perempuan. Untuk dimensi *autonomy*, mean skor kelompok

partisipasi laki-laki adalah sebesar 12.12 dan mean skor kelompok partisipan perempuan sebesar 11.22. Hal ini bisa memiliki arti bahwa kelompok partisipan laki-laki memiliki kemandirian yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

Perbedaan mean skor yang signifikan juga terdapat pada dimensi *positif relation with others*. Pada dimensi ini, kelompok partisipan perempuan memiliki mean skor sebesar 13.67 dan lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan laki-laki yaitu sebesar 12.27. Hal ini menunjukkan kelompok partisipan perempuan memiliki lebih banyak hubungan yang positif dengan orang lain dan terkait dengan kemampuannya mencintai orang lain dibandingkan dengan kelompok partisipan laki-laki.

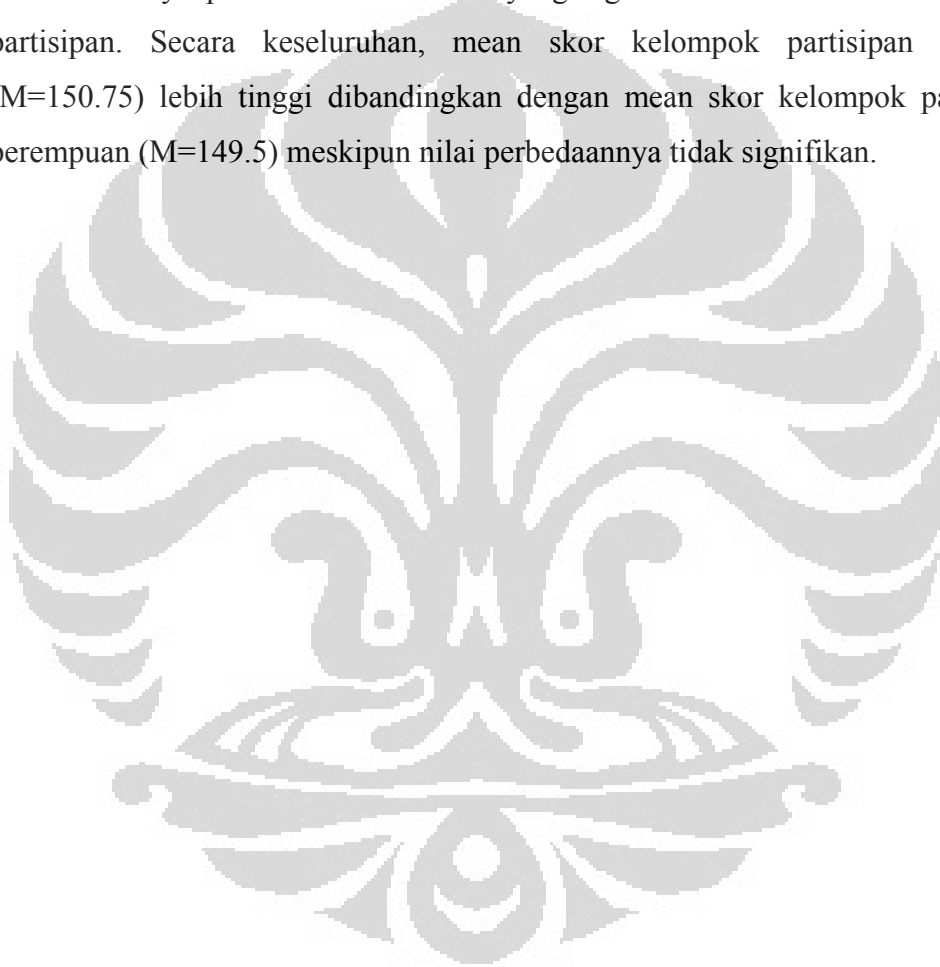
Pada dimensi *enviromental mastery* juga terdapat perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan laki-laki dan perempuan. Mean skor kelompok partisipan perempuan adalah 11.52, lebih rendah dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan laki-laki yaitu sebesar 12.13. Hal ini berarti kelompok partisipan laki-laki memiliki penguasaan lingkungan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

4.3.2. Skor *College Adjustment* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.12 Mean Skor *College Adjustment* Berdasarkan Jenis Kelamin

Dimensi	Mean Skor		Signifikansi	Keterangan
	Laki-Laki (N=82)	Perempuan (N=144)		
<i>Academic Adjustment</i>	59.49	59.68	p = .853 t = -.185	Tidak Signifikan
<i>Social Adjustment</i>	34.40	34.97	p = .327 t = -.983	Tidak Signifikan
<i>Personal-emotional Adjustment</i>	34.26	31.97	p = .006 t = 2.791	Signifikan
<i>Institutional attachment</i>	22.60	22.88	p = .568 t = -.572	Tidak Signifikan
Total Mean	150.75	149.5		

Tabel 4.12 di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan berjenis kelamin laki-laki dengan kelompok partisipan berjenis kelamin perempuan pada dimensi *personal-emotional adjustment*, yaitu dengan $M=34.26$ untuk kelompok partisipan laki-laki dan $M=31.97$ untuk kelompok partisipan perempuan. Artinya, kelompok partisipan laki-laki memiliki tingkat *personal-emotional adjustment* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan. Pada dimensi lain tidak ditemui adanya perbedaan mean skor yang signifikan di antara dua kelompok partisipan. Secara keseluruhan, mean skor kelompok partisipan laki-laki ($M=150.75$) lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan ($M=149.5$) meskipun nilai perbedaannya tidak signifikan.



BAB 5

KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab ini peneliti menguraikan kesimpulan penelitian yang berisikan jawaban dari masalah penelitian berdasarkan analisis data yang telah dilakukan. Peneliti juga mengemukakan diskusi hasil penelitian yang terdiri atas hasil utama penelitian dan hasil tambahan penelitian. Kemudian peneliti memberikan saran untuk penelitian selanjutnya.

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, hasil utama penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Indonesia. Artinya, semakin tinggi skor *psychological well-being* seseorang, maka semakin tinggi pula skor *college adjustment* nya. Dengan demikian maka peneliti menerima H_a dan menolak H_o .
2. Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum *psychological well-being*, dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor total *psychological well-being* yang tergolong ke dalam skor tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki *psychological well-being* yang cukup baik.
3. Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum *college adjustment* partisipan, dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor *college adjustment* yang tergolong ke dalam kelompok tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki kemampuan beradaptasi di perguruan tinggi yang cukup baik.
4. Pada alat ukur *psychological well-being*, dimensi *personal growth* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi pada partisipan. Hal ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa pada diri partisipan terdapat kebutuhan untuk mengaktualisasikan dirinya, sadar akan potensi yang dimilikinya, memiliki kebutuhan untuk selalu mengembangkan dirinya, serta memiliki keinginan yang tinggi untuk tumbuh sebagai individu yang *fullyfunctioning*. Sementara

itu, dimensi *autonomy* merupakan dimensi dengan mean skor terendah pada partisipan.

5. Pada alat ukur *college adjustment*, dimensi *institutional attachment* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi pada partisipan. Hal ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa partisipan memiliki komitmen yang tinggi untuk mencapai tujuan akademisnya serta memiliki rasa keterikatan yang baik kepada institusi perguruan tingginya. Sementara itu dimensi *personal-emotional adjustment* merupakan dimensi dengan mean skor terendah.
6. Berdasarkan analisis data tambahan, pada alat ukur *psychological well-being*, ditemukan perbedaan mean skor yang signifikan antara partisipan laki-laki dengan partisipan perempuan pada dimensi *positif relation with others*, *autonomy*, dan *enviromental mastery*. Pada dimensi *positif relation with others*, kelompok partisipan perempuan memiliki mean skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan laki-laki. Hal ini menunjukkan ada kemungkinan kelompok partisipan perempuan memiliki kemampuan dalam hal membina hubungan yang hangat dan positif dengan orang lain yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok partisipan laki-laki. Pada dimensi *autonomy* dan *enviromental mastery*, kelompok partisipan laki-laki memiliki mean skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa ada kemungkinan kelompok partisipan laki-laki memiliki kemampuan yang lebih baik dalam hal menentukan nasib sendiri, *independence*, dan mengatur diri sendiri dari dalam, serta kemampuan untuk mengatur lingkungannya, mengatur aktivitas luar, memanfaatkan kesempatan yang datang secara efektif serta memilih dan menciptakan lingkungan yang cocok dengan kebutuhan dan nilai hidupnya.
7. Pada alat ukur *college adjustment* dimensi yang memiliki perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan laki-laki dengan kelompok partisipan perempuan adalah dimensi *personal-emotional adjustment*. Pada dimensi ini, mean skor kelompok partisipan laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan. Perbedaan mean skor ini menunjukkan bahwa ada kemungkinan kelompok partisipan laki-laki

memiliki kemampuan beradaptasi dalam hal personal dan emosional yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

5.2.Diskusi

Bagian ini berisi diskusi mengenai hasil utama penelitian dan hasil tambahan penelitian.

5.2.1.Diskusi Hasil Utama Penelitian

Berdasarkan hasil utama penelitian, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment*. Hasil ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Bowman (2010) bahwa fungsi psikologis yang positif merupakan sumber penting bagi mahasiswa tahun pertama untuk berhasil dalam masa adaptasi di perguruan tinggi. Dengan kata lain *psychological well-being* penting bagi mahasiswa yang sedang berada pada masa transisi ke perguruan tinggi. Hal ini senada dengan Baker (2004) yang mengatakan bahwa penyesuaian diri di universitas memiliki dampak terhadap kesehatan mental mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum *psychological well-being*, dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor total *psychological well-being* yang tergolong ke dalam skor tinggi, yaitu dengan proporsi sebesar 54.4% dari keseluruhan partisipan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki *psychological well-being* yang cukup baik secara umum.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum *college adjustment* partisipan, ditemukan bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki skor *college adjustment* yang tergolong ke dalam kelompok tinggi, yaitu dengan proporsi sebesar 53.1% dari keseluruhan partisipan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki kemampuan beradaptasi di perguruan tinggi yang cukup baik.

Hasil penelitian mengenai gambaran *psychological well-being* partisipan menunjukkan bahwa dimensi *personal growth* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa pada diri partisipan terdapat

kesadaran akan potensi diri, kebutuhan akan aktualisasi diri, kebutuhan untuk selalu berkembang, serta kebutuhan akan perubahan dan kemajuan diri yang tinggi. Dimensi dengan mean skor tertinggi kedua adalah dimensi *purpose in life*. Dimensi ini menunjukkan seberapa besar individu memiliki tujuan hidup serta memiliki keyakinan dalam hidupnya (Ryff, 1989). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa partisipan penelitian ini memiliki tujuan hidup yang jelas, terarah, serta memiliki keyakinan dalam hidupnya. Hasil penelitian Ryff dan Singer (2008) menemukan bahwa *psychological well-being* lebih tinggi pada individu dengan pendidikan yang tinggi terutama pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth*. Hal ini menunjukkan bahwa ada kemungkinan tingginya mean skor partisipan pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth* pada penelitian ini disebabkan karena partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa perguruan tinggi di salah satu universitas unggulan di Indonesia. Oleh karena itu dengan kata lain partisipan penelitian ini memiliki pendidikan yang cukup tinggi sehingga memiliki skor yang baik pada dimensi *personal growth* dan *purpose in life*.

Dimensi *psychological well-being* yang memiliki mean skor paling rendah pada penelitian ini adalah *autonomy*. Ryff dan Keyes (1995) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan dalam dimensi *psychological well-being* adalah usia. Selanjutnya Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa dimensi *autonomy* semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan akan lebih tinggi nilainya pada individu yang berada pada usia *middle adulthood*. Hal ini mungkin menjadi alasan mengapa dimensi *autonomy* pada penelitian ini memiliki mean skor yang rendah, sebab partisipan dalam penelitian ini masih tergolong dalam tahap perkembangan *emerging adulthood*, yaitu masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa muda. Berdasarkan hasil penelitian Ryff dan Keyes (1995), maka ada kemungkinan dimensi *autonomy* ini akan semakin meningkat seiring dengan meningkatnya usia partisipan.

Hasil penelitian mengenai gambaran *college adjustment* partisipan menunjukkan bahwa dimensi *institutional attachment* tampil sebagai dimensi dengan mean skor tertinggi dibandingkan dengan ketiga dimensi *college adjustment* lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki komitmen

yang tinggi untuk mencapai tujuan akademisnya serta memiliki rasa keterikatan yang baik kepada institusi perguruan tingginya. *Institutional attachment* merupakan salah satu hal yang dianggap secara potensial berkontribusi dengan suksesnya adaptasi di perguruan tinggi (Hoffman, Richmond, Morrow, & Salomone, 2002 dalam Pittman & Richmond, 2008). Hal senada juga diungkapkan oleh Pittman dan Richmon (2008) bahwa rasa keterkaitan dengan universitas berhubungan erat dengan adaptasi di perguruan tinggi yang positif. 53.1% partisipan dalam penelitian ini tergolong ke dalam kelompok tinggi dalam hal beradaptasi dengan universitas. Dengan demikian ada kemungkinan mean skor yang tinggi pada dimensi *institutional attachment* dikarenakan mayoritas partisipan pada penelitian ini memiliki skor total *college adjustment* yang tergolong tinggi.

Dimensi *personal-emotional adjustment* pada penelitian ini tampil sebagai dimensi *college adjustment* dengan mean skor paling rendah. Menurut Baker dan Siryk (1989b, dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998) dimensi ini berfokus pada kondisi intrapsikis mahasiswa selama penyesuaiannya ke perguruan tinggi, serta sejauh mana ia sedang mengalami tekanan psikologis secara umum dan gejala somatik seiring dengan adanya masalah. Melnnis dan James (1995, dalam Zarfiel, 2006) mengatakan bahwa pada tahun pertama di perguruan tinggi mahasiswa banyak menemukan tekanan yang bersifat eksternal. Jackson dan Finey (2002) mengatakan bahwa masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi dapat menjadi pengalaman yang sangat menekan dan periode transisi tersebut akan mengakibatkan mahasiswa tahun pertama lebih rentan untuk mengalami gejala *psychological distress*. Hal ini mungkin menjadi penyebab mengapa pada partisipan penelitian ini dimensi *personal-emotional adjustment* tampil sebagai dimensi dengan mean skor yang rendah.

5.2.2. Diskusi Hasil Tambahan Penelitian

Diskusi tambahan penelitian ini akan membahas mengenai perbedaan mean skor dimensi *psychological well-being* dan mean skor dimensi *college adjustment* berdasarkan jenis kelamin partisipan.

Pada alat ukur *psychological well-being*, secara keseluruhan mean skor kelompok partisipan perempuan lebih besar dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan laki-laki walaupun perbedaan nilainya tidak signifikan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Cooke, Bewick, Barkham, Bradley, dan Audin (2006) yang menemukan bahwa pada tahun pertama di perguruan tinggi, mean skor *psychological well-being* perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Pada alat ukur *psychological well-being*, terdapat perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan laki-laki dengan kelompok partisipan perempuan pada dimensi *positive relation with others*, *autonomy*, dan *environment mastery*.

Pada dimensi *positive relation with others*, mean skor kelompok partisipan perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan laki-laki. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bowman (2010) bahwa perempuan memiliki skor pada dimensi *positive relation with others* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Ryff dkk (dalam Ryff & Keyes, 1995) juga menemukan bahwa wanita secara signifikan memiliki nilai yang lebih tinggi pada dimensi *positive relation with others*. Hasil ini menunjukkan kelompok partisipan perempuan pada penelitian ini memiliki hubungan positif yang lebih banyak kelompok partisipan laki-laki. Ryff dan Keyes (1995) mengatakan bahwa perempuan, dalam tingkat perkembangan apapun, secara konsisten memiliki skor yang lebih tinggi secara signifikan pada dimensi *positive relation with others* dan *personal growth* dibandingkan dengan laki-laki. Dalam penelitian ini, pada dimensi *personal growth* juga menunjukkan bahwa mean skor kelompok partisipan perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan laki-laki, walaupun perbedaannya tidak signifikan.

Pada dimensi *autonomy*, kelompok partisipan laki-laki memiliki mean skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan. Hal ini senada dengan hasil penelitian Bowman (2010) yang menemukan bahwa laki-laki memiliki skor dimensi *autonomy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Hasil ini bisa memiliki arti bahwa kelompok partisipan laki-laki pada penelitian ini memiliki kemandirian yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

Temuan lain yang dihasilkan oleh penelitian ini adalah dimensi *enviromental mastery* juga memiliki perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan perempuan dengan kelompok partisipan laki-laki. Pada dimensi ini, kelompok partisipan laki-laki memiliki mean skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan. Hasil ini memiliki arti bahwa kelompok partisipan laki-laki memiliki penguasaan lingkungan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

Pada alat ukur *college adjustment*, secara keseluruhan mean skor kelompok partisipan laki-laki lebih besar dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan meskipun perbedaannya tidak signifikan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abdullah, Elias, Mahyuddin, dan Uli (2009) bahwa mahasiswa laki-laki memiliki kemampuan yang lebih baik dalam hal adaptasi di perguruan tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Temuan ini juga sesuai dengan hasil penemuan lainnya oleh Enoch dan Roland (2006) bahwa mahasiswa laki-laki menunjukkan tingkat kemampuan adaptasi di perguruan tinggi yang lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa perempuan.

Dari empat dimensi *college adjustment*, hanya pada dimensi *personal-emotional adjustment* terdapat perbedaan mean skor yang signifikan antara kelompok partisipan laki-laki dengan kelompok partisipan perempuan. Pada dimensi ini mean skor kelompok partisipan laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan mean skor kelompok partisipan perempuan. Dimensi *personal-emotional adjustment* berfokus pada kondisi intrapsikis mahasiswa selama penyesuaiannya ke perguruan tinggi, dan sejauh mana ia sedang mengalami tekanan psikologis secara umum dan gejala somatik seiring dengan adanya masalah (Baker & Siryk, 1989b dalam Abe, Talbot, & Geehoed, 1998). Abdullah, Elias, Mahyuddin, dan Uli (2009) mengatakan bahwa perbedaan cara laki-laki dan perempuan mengatasi stres dan depresi dapat berkontribusi pada perbedaan mereka dalam penyesuaian perguruan tinggi. Laki-laki cenderung untuk menekan depresinya melalui isolasi dan *escape*, sementara perempuan cenderung untuk menyalahkan diri sendiri, menangis, dan lebih mungkin untuk mencari bantuan orang lain (Arthur, 1998

dalam Abdullah, Elias, Mahyuddin, dan Uli, 2009). Dengan kata lain perempuan lebih rentan untuk stres. Hal senada juga dikatakan oleh Aycock (2011) bahwa di berbagai budaya, prevalensi depresi lebih tinggi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini mungkin menjadi penyebab mengapa mean skor *personal-emotional adjustment* kelompok partisipan laki-laki lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan kelompok partisipan perempuan.

5.3. Saran

Pada bagian ini peneliti memberikan beberapa saran yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya. Saran yang diberikan berupa saran metodologis dan saran praktis.

5.3.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan beberapa saran untuk penelitian selanjutnya, yaitu sebagai berikut:

1. Metode pengambilan data sebaiknya tidak hanya menggunakan kuesioner, tetapi dilengkapi dengan metode observasi dan wawancara untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh dari partisipan penelitian.
2. Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya jumlah sampel diperbanyak.
3. Kuesioner sebaiknya ditambahkan *social desirability scale* agar dapat diketahui tingkat *social desirability* dari partisipan sehingga dapat dilakukan penyaringan partisipan yang mengisi kuesioner dengan sungguh-sungguh.
4. Data kontrol yang berhubungan dengan tujuan penelitian pada kuesioner sebaiknya diperbanyak agar hasil penelitian menjadi lebih kaya.

5.3.2 Saran Praktis

Selain saran metodologis, peneliti juga memberikan beberapa saran praktis untuk penelitian selanjutnya, yaitu sebagai berikut:

1. Hasil utama penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan *college adjustment* pada mahasiswa tahun pertama di Universitas Indonesia. Dengan demikian mahasiswa diharapkan memiliki *psychological well-being* yang baik agar sukses beradaptasi di perguruan tinggi serta mampu memaksimalkan potensi yang ada pada dirinya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir separuh partisipan memiliki skor *psychological well-being* yang tergolong rendah. Untuk meningkatkan *psychological well-being* mereka, salah satu caranya adalah dengan memanfaatkan fasilitas konseling psikologi yang tersedia di universitas yaitu Bimbingan Konseling Mahasiswa (BKM) di Pusat Kesehatan Mahasiswa Universitas Indonesia apabila menemui masalah yang mengganggu fungsi psikologisnya.
2. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa hampir separuh partisipan penelitian tergolong ke dalam kelompok skor *college adjustment* rendah. Penting bagi pihak kemahasiswaan universitas untuk mengetahui kondisi penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama sehingga mahasiswa yang mengalami kesulitan beradaptasi dapat dibantu melalui intervensi agar terhindar dari risiko kegagalan.
3. Staf universitas, khususnya dosen dan pembimbing akademik, serta mahasiswa senior sebaiknya lebih aktif lagi terlibat dalam program orientasi mahasiswa tahun pertama serta menyediakan bimbingan yang diperlukan untuk membantu meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa.
4. Pihak universitas sebaiknya mengadakan program-program pelatihan bagi mahasiswa tahun pertama yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi di perguruan tinggi, seperti pelatihan membina hubungan interpersonal yang baik, pelatihan mendengar aktif, pelatihan penulisan karya tulis, dll.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M.C., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment among first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Science, Vol. 8 (3)*.
- Abe, J., Talbot, D., & Geelhoed, R. (1998). Effects of a peer program on international student adjustment. *Journal of College Student Development, Vol, 39 (6)*.
- Aiken, L. R., & Groth-Marnat, G. (2006). *Psychological testing and assessment*. (12th ed.). Boston: Pearson Education.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological testing*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc..
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychological Association, Vol. 55 (5)*. 469-480.
- Aycock, K.J. (2011). *Coping Resources, Coping Styles, Mastery, Social Support, and Depression in Male and Female College Students*. Dissertation: Georgia State University.
- Backhaus, A. (2009). *The College Experience: Exploring the Relationships among Student Socioeconomic Background, Experiences of Classism, and Adjustment to College*. Dissertation: University of Nebraska.
- Baker, R., McNeil, O.V., & Siryk, B. (1985). Expectation and reality in freshman adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, Vol. 32 (1)*, 94-103.
- Baker, R., & Siryk, B. (1984). Measuring Adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology, Vol. 31 (2)*. 179-189.
- Baker, R. (2004). Intrinsic, extrinsic, and amotivational orientations: Their role in university adjustment, stress, well-being, and subsequent academic performance. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, and Social. Vol 23(3)*, 189-202.
- Beyers, W., & Goossens, L. (2002). Concurrent and predictive validity of the student adaptation to college questionnaire in a sample of european freshman students. *Educational and Psychological Measurement, Vol 62 (3)*. 527-538.
- Bowman, N. (2010). The development of psychological well-being among first-year college students. *Journal of College Student Development. 51(2)*, 180-200.

- Chow, H.P. (2010). Predicting academic success and psychological wellness in a sample of Canadian undergraduate students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, Vol. 8 (2)*. 473-496.
- Cohorn, C.A., & Giuliano, T.A. (1999). Predictors of adjustment and institutional attachment in 1st-year college students. *Journal of Undergraduate Research, Vol 4 (2)*, 47-56.
- Cooke, R., Bewick, B., Barkham, M., Bradley, M., & Audin, K. (2006). Measuring, monitoring and managing the psychological well-being of first year university students. *British Journal of Guidance & Counselling, Vol. 34 (4)*.
- Davis, D.L. (2011). Gambaran Masalah Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Enochs, W.K., & Roland, C.B. (2006). Social adjustment of college freshmen: The importance of gender and living environment. *College Student Journal, Vol. 40 (1)*.
- Eshun, S. (2006). Relationship between outlook to life and college adjustment: an analysis of the role of optimism in stress appraisal and overall mental health among college students. *Nova Science Publisher, Inc., page 187-201*. Diunduh dari <http://books.google.co.id> pada 13 Maret 2011 pukul 20.15 WIB.
- Gall, T.L., Evans, D.R., & Bellerose, S. (2000). Transition to first-year university: patterns of change in adjustment across life domains and time. *Journal of Social and Clinical Psychology, Vol. 19 (4)*, 544-567.
- Gerdes, H., & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development, Vol 72 (3)*, 281-288.
- Gravetter, F. & Forzano, L. (2009). *Research Methods for the Behavioral Science*. California: Thomson Wardsworth.
- Gunarsa, S.D., Gunarsa, Y.S.D. (2004). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hafiduddin, U.A. (2011). Perbedaan College Adjustment dan Self-Esteem Mahasiswa Universitas Indonesia Tahun Pertama Tinggal di Rumah, Asrama, dan Kos. *Skripsi*: Universitas Indonesia.
- Jackson, P.B., & Finey, M. (2002). Negative life events and psychological distress among young adults. *Social Psychology Quarterly, Vol. 65 (2)*, 186-201.
- Kaplan, R. M. & Saccuzzo, D. P. (2005). *Psychological testing: principles applications, and issues (6th ed.)*. Belmont (CA): Wadsworth.

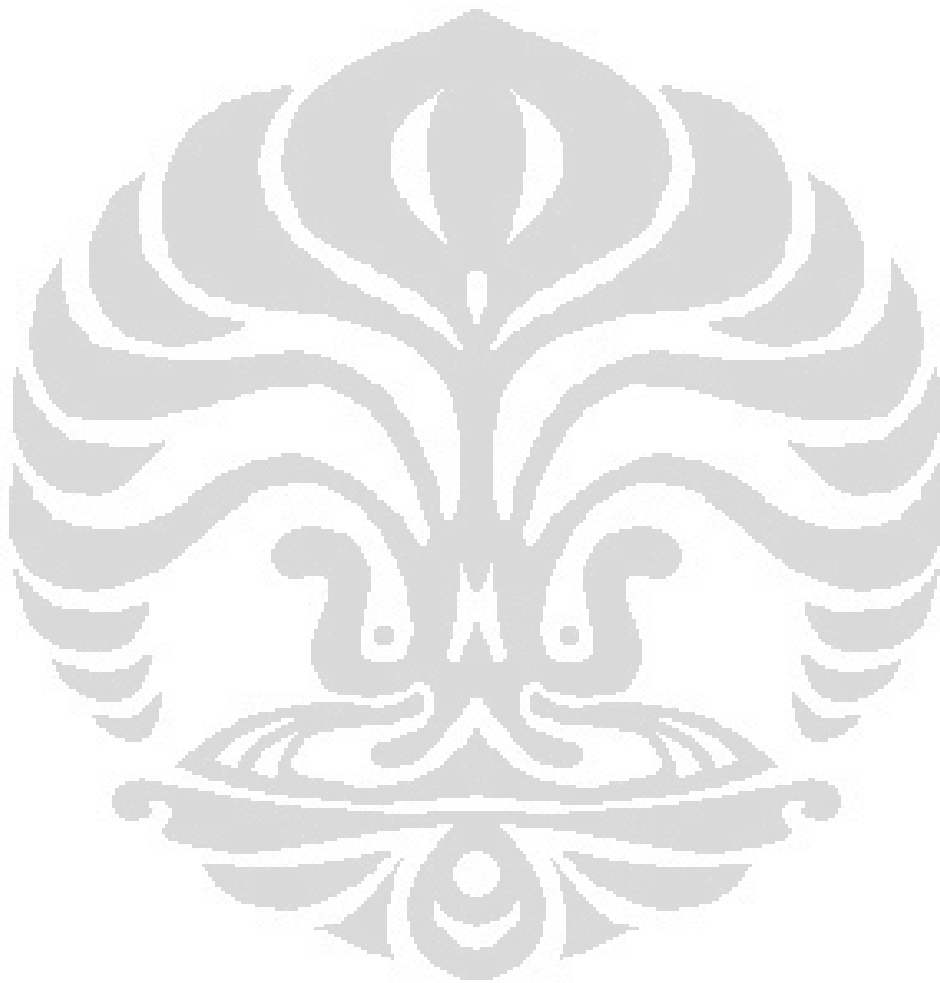
- Kerr, S., et al. (2004). Predicting adjustment during the transition to college: Alexithymia, perceived stress, and psychological symptoms. *Journal of College Student Development, Vol 45(6)*.
- Keyes, C.L., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 1007-1022.
- Kumar, R. (2005). *Research methodology: A step by step guide for beginners*. London: Sage Publications.
- Lazarus, R. (1976). *Pattern of Adjustment 3rd ed*. New York: McGraw-Hill
- Napoli, A. R. & Wortman, P. M. (1998). *Psychosocial Factors Related to Retention and Early Departure of Two-Year Community College Students*. *Research in Higher Education, Vol. 39, No. 4*, pp. 419-455.
- Pittman, D.L., Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality, and psychological adjustment during the transition to college. *The Journal of Experimental Education, Vol. 76(4)*, 343-361.
- Powell, D. 1983. *Human Adjustment: Normal Adaptation Through the Life Cycle*. Boston: Little, Brown.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology, Vol. 52*, 141-166.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 57*, 1069-1081.
- . (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science, 57(6)*, 99-104.
- . (1995). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development. 12(1)*, 35-55.
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69(4)*, 719-727.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies, 9*, 13-39.
- Santrock, J. W. (2008). *Life-Span Development 8th ed*. New York: McGraw-Hill

- Sarwono, S.W. (1978). *Perbedaan Antara Pemimpin dan Aktivistis dalam Gerakan Protes Mahasiswa. Suatu Studi Psikologi Sosial*. Disertasi. Pasca Sarjana: Universitas Indonesia
- Scharf, M., Mayseless, O., & Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescents' attachment representations and development tasks in emerging adulthood. *Development Psychology, Vol. 40(3)*. 430-444.
- Schultz, B.R. (2008). *A Descriptive Study of Freshmen Adjustment to College at the University of Alaska*. Dissertation: University of La Verne.
- Schmutte, P.S., & Ryff, C.D. (1997). Personality & well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality & Social Psychology, Vol. 73*. 549-559.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2009). *Psikologi eksperimen*. Jakarta: PT Indeks Gramedia.
- Shields, M.A. & Price, S.W. (2005). Exploring the economic and social determinants of psychological well-being and perceived social support in England. *Journal of The Royal Statistical Society: Series A (Statistics in Society)*, 168, 513-537.
- Smider, N.A., Essex, M.J., & Ryff, C.D. (1996). Adaptation to community relocation: The interactive influence of psychological resources and contextual factors. *Psychology And Aging, Vol. 11 (2)*. 362-372.
- Taylor, M.A., & Pastor, D.A. (2005). *A Confirmatory Factor Analysis of the Student Adaptation to College Questionnaire*. Paper presented at the annual meeting of the Association of Institutional Research, San Diego, CA.
- Toews, L.T., Yazedjian, A. (2007). *College Adjustment Among Freshmen: Predictors for White and Hispanic Males and Females*. College Student Journal Vol. 41, Iss. 4; Part A. pg. 891.
- Walker, C.J. (2009). *A Longitudinal Study on the Psychological Well-Being of College Students*. New York: St. Bonaventure University. Diunduh dari www.wellbeingincollege.org.
- Waller, T.O. (2009). *A Mixed Method Approach for Assessing the Adjustment of Incoming First-Year Engineering Students in a Summer Bridge Program*. Dissertation: Graduate Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University.
- Wetzel, J.L. (2007). *The Effect of the First Generation Status on the Well-Being of Undergraduate Students: A Study in the Relationship between Well-Being, Perceived Social Support, Self Esteem, and Adaptation to College Among A Unique Group of Non-traditional Students*. Dissertation: Graduate School of the University of Detroit Mercy.

Zarfiel, M. (2001). Keberhasilan Belajar di Perguruan Tinggi dalam Sukadji, Soetarlinah & E.E. Singgih-Salim (2001). *Sukses Belajar di Perguruan Tinggi (Edisi Khusus)*. Depok: Psikologi Pendidikan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

<http://nasional.news.viva.co.id/news/read/155001>. Diunduh pada 23 Juni 2012 pukul 18.00 WIB

<http://www.ui.ac.id/id/profile/page/visi-misi>. Diunduh pada 13 Maret 2012 pukul 15.00 WIB.



LAMPIRAN A

(Hasil Uji Coba Alat Ukur *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment*)

A.1. Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur *Psychological Well-Being*

A.1.1. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.704	.717	18

A.1.2. Hasil Uji Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM1	77.36	55.180	.036	.189	.716
ITEM2	75.87	49.995	.408	.224	.680
ITEM3	75.06	53.448	.196	.163	.700
ITEM4	75.90	48.387	.437	.340	.675
ITEM5	75.11	49.564	.384	.421	.681
ITEM6	76.20	51.296	.222	.237	.700
ITEM7	75.88	51.001	.347	.304	.686
ITEM8	76.58	51.087	.251	.241	.696
ITEM9	74.64	51.877	.492	.365	.682
ITEM10	75.65	53.820	.182	.164	.701
ITEM11	74.93	52.312	.338	.307	.689
ITEM12	75.42	48.562	.578	.411	.665
ITEM13	75.48	56.714	-.066	.101	.724
ITEM14	75.82	50.512	.384	.269	.683
ITEM15	75.21	50.490	.364	.302	.684
ITEM16	75.37	47.538	.334	.242	.688
ITEM17	76.33	55.796	-.013	.165	.722
ITEM18	75.83	48.522	.453	.373	.673

A.2. Uji Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur *College Adjustment*

A.2.1. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,909	,912	59

A.2.2. Hasil Uji Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
CA1	312,67	1145,029	,411	.	,732
CA2	312,83	1137,286	,600	.	,730
CA3	313,36	1133,723	,554	.	,729
CA4	313,28	1134,949	,599	.	,729
CA5	313,75	1146,764	,439	.	,732
CA6	313,08	1130,021	,616	.	,728
CA7	312,64	1152,180	,260	.	,733
CA8	313,31	1146,561	,325	.	,732
CA9	312,61	1147,387	,447	.	,732
CA10	313,14	1151,494	,337	.	,733
CA11	312,83	1148,657	,359	.	,733
CA12	313,08	1134,307	,469	.	,729
CA13	313,31	1147,533	,374	.	,732
CA14	313,14	1147,723	,369	.	,732
CA15	312,67	1153,200	,206	.	,734
CA16	312,53	1140,428	,518	.	,731
CA17	312,92	1151,564	,272	.	,733
CA18	313,39	1141,044	,460	.	,731
CA19	313,22	1137,321	,451	.	,730
CA20	313,31	1152,790	,188	.	,734
CA21	313,22	1145,778	,370	.	,732
CA22	313,17	1138,714	,302	.	,731
CA23	313,25	1146,079	,386	.	,732
CA24	313,19	1133,875	,570	.	,729
CA25	313,56	1137,283	,558	.	,730
CA26	313,08	1138,650	,474	.	,730
CA27	313,06	1123,483	,688	.	,727
CA28	313,56	1141,568	,436	.	,731
CA29	312,86	1149,037	,289	.	,733
CA30	313,17	1137,686	,433	.	,730
CA31	313,75	1127,907	,646	.	,728

CA32	313,25	1144,021	,434	.	,732
CA33	313,42	1160,593	,044	.	,736
CA34	312,64	1142,752	,456	.	,731
CA35	313,72	1134,092	,445	.	,729
CA36	313,22	1146,863	,372	.	,732
CA37	315,53	1172,199	-,164	.	,739
CA38	313,69	1140,047	,503	.	,731
CA39	313,19	1162,047	,018	.	,736
CA40	313,89	1137,873	,513	.	,730
CA41	312,78	1142,578	,447	.	,731
CA42	313,19	1142,390	,423	.	,731
CA43	313,58	1151,793	,213	.	,734
CA44	313,33	1158,629	,067	.	,735
CA45	312,67	1145,029	,361	.	,732
CA46	313,39	1143,787	,401	.	,732
CA47	312,33	1153,429	,249	.	,734
CA48	313,11	1136,444	,486	.	,730
CA49	314,00	1144,914	,395	.	,732
CA50	312,36	1136,066	,605	.	,730
CA51	313,64	1137,666	,480	.	,730
CA52	312,81	1146,561	,268	.	,732
CA53	313,64	1149,952	,256	.	,733
CA54	313,58	1137,564	,599	.	,730
CA55	312,39	1151,559	,272	.	,733
CA56	313,28	1140,035	,415	.	,731
CA57	313,92	1141,450	,353	.	,731
CA58	312,58	1148,136	,285	.	,733
CA59	313,44	1147,340	,265	.	,733
TOTALCA	157,94	290,797	1,000	.	,909

LAMPIRAN B
(Hasil Utama Penelitian)

B.1 Hasil Korelasi antara *Psychological Well-Being* dan *College Adjustment*
Correlations

		TOTALCA	TOTALPWB
TOTALCA	Pearson Correlation	1	,595(**)
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	226	226
TOTALPWB	Pearson Correlation	,595(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	226	226

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
TOTALCA	149,95	16,542	226
TOTALPWB	77,68	7,516	226

B.2 Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Data Demografis

B.2.1. Gambaran umum partisipan berdasarkan jenis kelamin
jeniskelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	82	36,3	36,3	36,3
	P	144	63,7	63,7	100,0
Total		226	100,0	100,0	

B.2.2. Gambaran umum partisipan berdasarkan usia
usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18	133	58,8	58,8	58,8
	19	81	35,8	35,8	94,7
	20	12	5,3	5,3	100,0
	Total	226	100,0	100,0	

B.2.3. Gambaran umum partisipan berdasarkan fakultas

fakultas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid FASILKOM	18	8,0	8,0	8,0
FE	20	8,8	8,8	16,8
FH	11	4,9	4,9	21,7
FIB	20	8,8	8,8	30,5
FIK	16	7,1	7,1	37,6
FISIP	17	7,5	7,5	45,1
FK	14	6,2	6,2	51,3
FKG	19	8,4	8,4	59,7
FKM	15	6,6	6,6	66,4
MIPA	25	11,1	11,1	77,4
PSIKOLOG	31	13,7	13,7	91,2
Teknik	20	8,8	8,8	100,0
Total	226	100,0	100,0	

B.3. Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Alat Ukur *Psychological Well-Being*

B.3.1. Perhitungan norma *psychological well-being* Statistics

		TOTALPWB
N	Valid	226
	Missing	0
Percentiles	50	78,00

B.3.2. Gambaran umum *psychological well-being* partisipan

Statistics

		TOTALPWB
N	Valid	226
	Missing	0
Mean		77,68
Std. Deviation		7,516
Minimum		50
Maximum		102

**B.3.3. Persebaran skor *psychological well-being* partisipan
TOTALPWB**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 50	1	,4	,4	,4
56	1	,4	,4	,9
61	1	,4	,4	1,3
62	4	1,8	1,8	3,1
63	2	,9	,9	4,0
64	3	1,3	1,3	5,3
65	2	,9	,9	6,2
66	1	,4	,4	6,6
67	7	3,1	3,1	9,7
68	4	1,8	1,8	11,5
69	7	3,1	3,1	14,6
70	7	3,1	3,1	17,7
71	6	2,7	2,7	20,4
72	6	2,7	2,7	23,0
73	9	4,0	4,0	27,0
74	10	4,4	4,4	31,4
75	6	2,7	2,7	34,1
76	14	6,2	6,2	40,3
77	12	5,3	5,3	45,6
78	14	6,2	6,2	51,8
79	9	4,0	4,0	55,8
80	12	5,3	5,3	61,1
81	17	7,5	7,5	68,6
82	12	5,3	5,3	73,9
83	12	5,3	5,3	79,2
84	11	4,9	4,9	84,1

85	6	2,7	2,7	86,7
86	10	4,4	4,4	91,2
87	6	2,7	2,7	93,8
88	3	1,3	1,3	95,1
89	4	1,8	1,8	96,9
90	1	,4	,4	97,3
92	1	,4	,4	97,8
93	1	,4	,4	98,2
94	2	,9	,9	99,1
98	1	,4	,4	99,6
102	1	,4	,4	100,0
Total	226	100,0	100,0	

B.3.4. Gambaran umum partisipan berdasarkan dimensi *psychological-well-being*

Statistics

		TPWB SA	TPWB PG	TPWBA UT	TPWB PR	TPWB PL	TPWB EM
N	Valid	226	226	226	226	226	226
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		12,00	15,25	11,54	13,33	13,81	11,74
Std. Deviation		1,996	1,799	2,135	2,396	1,893	2,006

B.4. Gambaran Umum Partisipan Berdasarkan Alat Ukur *College Adjustment*

B.4.1. Perhitungan norma *college adjustment*

Statistics

		TOTALCA
N	Valid	226
	Missing	0
Percentiles	50	151,00

B.4.2. Gambaran umum *college adjustment* partisipan

Statistics

		TOTALCA
N	Valid	226
	Missing	0
Mean		149,95
Std. Deviation		16,542
Minimum		89
Maximum		192

B.4.3. Persebaran skor *college adjustment* partisipan

TOTALCA					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	89	1	,4	,4	,4
	98	1	,4	,4	,9
	102	1	,4	,4	1,3
	106	1	,4	,4	1,8
	109	1	,4	,4	2,2
	113	2	,9	,9	3,1
	114	1	,4	,4	3,5
	116	1	,4	,4	4,0
	118	1	,4	,4	4,4
	122	2	,9	,9	5,3
	123	1	,4	,4	5,8
	124	1	,4	,4	6,2
	126	1	,4	,4	6,6
	127	3	1,3	1,3	8,0
	130	1	,4	,4	8,4
	131	3	1,3	1,3	9,7
	132	4	1,8	1,8	11,5
	133	4	1,8	1,8	13,3
		3	1,3	1,3	14,6

134				
135	2	,9	,9	15,5
136	5	2,2	2,2	17,7
137	9	4,0	4,0	21,7
138	4	1,8	1,8	23,5
139	2	,9	,9	24,3
140	4	1,8	1,8	26,1
141	3	1,3	1,3	27,4
142	6	2,7	2,7	30,1
143	6	2,7	2,7	32,7
144	7	3,1	3,1	35,8
145	4	1,8	1,8	37,6
146	5	2,2	2,2	39,8
147	1	,4	,4	40,3
148	5	2,2	2,2	42,5
149	4	1,8	1,8	44,2
150	6	2,7	2,7	46,9
151	9	4,0	4,0	50,9
152	7	3,1	3,1	54,0
153	7	3,1	3,1	57,1
154	9	4,0	4,0	61,1
155	7	3,1	3,1	64,2
156	11	4,9	4,9	69,0
157	4	1,8	1,8	70,8
158	1	,4	,4	71,2
159	5	2,2	2,2	73,5
160	4	1,8	1,8	75,2
161	3	1,3	1,3	76,5
162	6	2,7	2,7	79,2

163	3	1,3	1,3	80,5
164	3	1,3	1,3	81,9
165	4	1,8	1,8	83,6
166	3	1,3	1,3	85,0
167	3	1,3	1,3	86,3
168	6	2,7	2,7	88,9
169	5	2,2	2,2	91,2
170	1	,4	,4	91,6
171	2	,9	,9	92,5
172	1	,4	,4	92,9
173	3	1,3	1,3	94,2
175	1	,4	,4	94,7
176	1	,4	,4	95,1
177	1	,4	,4	95,6
178	1	,4	,4	96,0
179	2	,9	,9	96,9
180	2	,9	,9	97,8
185	1	,4	,4	98,2
187	1	,4	,4	98,7
188	1	,4	,4	99,1
191	1	,4	,4	99,6
192	1	,4	,4	100,0
Total	226	100,0	100,0	

B.4.4. Gambaran umum partisipan berdasarkan dimensi *college adjustment*

Statistics

		TCAAC	TCASOC	TCAPER	TCAGOAL
N	Valid	226	226	226	226
	Missing	0	0	0	0
Mean		59,61	34,77	32,80	22,77
Std. Deviation		7,510	4,189	6,039	3,500

LAMPIRAN C
(Hasil Tambahan Penelitian)

C.1. Analisis Data Kontrol Jenis Kelamin pada Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Group Statistics

jkbaru		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TPWBSA	Laki-laki	82	12,10	1,876	,207
	Perempuan	144	11,94	2,065	,172
TPWBPG	Laki-laki	82	15,16	1,940	,214
	Perempuan	144	15,30	1,718	,143
TPWBAUT	Laki-laki	82	12,12	2,333	,258
	Perempuan	144	11,22	1,947	,162
TPWBPR	Laki-laki	82	12,72	2,899	,320
	Perempuan	144	13,67	1,985	,165
TPWBPL	Laki-laki	82	13,66	2,240	,247
	Perempuan	144	13,90	1,665	,139
TPWBEM	Laki-laki	82	12,13	1,877	,207
	Perempuan	144	11,52	2,048	,171
TOTALPWB	Laki-laki	82	77,89	8,038	,888
	Perempuan	144	77,56	7,228	,602

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TPWBSA	Equal variance assumed	,756	,385	,554	224	,580	,153	,277	-,392	,698
	Equal variance not assumed			,568	182,139	,570	,153	,269	-,378	,685
TPWBPG	Equal variance assumed	,339	,561	-,562	224	,575	-,140	,249	-,631	,351
	Equal variance not assumed			-,544	152,291	,588	-,140	,258	-,649	,369
TPWBAUT	Equal variance assumed	3,785	,053	3,128	224	,002	,907	,290	,336	1,478
	Equal variance not assumed			2,978	145,104	,003	,907	,304	,305	1,508
TPWBPR	Equal variance assumed	8,700	,004	-2,926	224	,004	-,954	,326	-1,597	-,312
	Equal variance not assumed			-2,648	125,006	,009	-,954	,360	-1,667	-,241
TPWBPL	Equal variance assumed	5,978	,015	-,932	224	,352	-,244	,262	-,760	,272
	Equal variance not assumed			-,861	132,578	,391	-,244	,284	-,805	,317
TPWBEM	Equal variance assumed	,541	,463	2,230	224	,027	,613	,275	,071	1,155
	Equal variance not assumed			2,284	180,926	,024	,613	,269	,083	1,143
TOTALPW	Equal variance assumed	,954	,330	,321	224	,748	,335	1,042	-1,719	2,388
	Equal variance not assumed			,312	154,242	,755	,335	1,073	-1,785	2,454

C.2. Analisis Data Kontrol Jenis Kelamin pada Alat Ukur *College Adjustment*

Group Statistics

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TOTALCA	Laki-laki	82	150,74	15,347	1,695
	Perempuan	144	149,49	17,222	1,435
TCAAC	Laki-laki	82	59,49	7,719	,852
	Perempuan	144	59,68	7,414	,618
TCASOC	Laki-laki	82	34,40	4,136	,457
	Perempuan	144	34,97	4,219	,352
TCAGOAL	Laki-laki	82	22,60	3,348	,370
	Perempuan	144	22,88	3,591	,299
TCAPER	Laki-laki	82	34,26	5,910	,653
	Perempuan	144	31,97	5,972	,498

Independent Samples Test

	Levene's Test for equality of Variance:		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
TOTALC									
Equal varianc assumed	,583	,446	,546	224	,586	1,251	2,292	-3,266	5,768
Equal varianc not assumed			,563	184,948	,574	1,251	2,221	-3,130	5,632
TCAAC									
Equal varianc assumed	,073	,787	-,185	224	,853	-,193	1,041	-2,245	1,859
Equal varianc not assumed			-,183	162,985	,855	-,193	1,053	-2,272	1,886
TCASOC									
Equal varianc assumed	,001	,979	-,983	224	,327	-,570	,580	-1,712	,572
Equal varianc not assumed			-,988	171,360	,324	-,570	,576	-1,708	,568
TCAGO/									
Equal varianc assumed	1,019	,314	-,572	224	,568	-,277	,485	-1,233	,678
Equal varianc not assumed			-,583	178,504	,560	-,277	,476	-1,216	,661
TCAPER									
Equal varianc assumed	,112	,739	2,783	224	,006	2,291	,823	,669	3,913
Equal varianc not assumed			2,791	170,020	,006	2,291	,821	,671	3,911