



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP KESEHATAN MENTAL
PADA WARGA BINAAN LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS II A
SALEMBA**

TUGAS AKHIR

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

Oleh:
**NASIP SINAR MULIA ITA
46115120115**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2020

**THE EFFECT OF SELF-ADJUSTMENT TO MENTAL HEALTH IN
PRISONERS OF LEMBAGA PEMASYARAKATAN CLASS II A
SALEMBA**

Nasip Sin: Mulia Ita
nsmi52@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of self-adjustment to mental health in prisoners of Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Salemba. There were 333 respondents selected through accidental sampling. The instruments of this research use measurement tools which modified with 26 items for self adjustment (Albert & Emmons, 2002) with Cronbach's Alpha 0.835 and 22 items for mental health (Veit & Ware, 1983) with Cronbach's Alpha 0.822. Data processing techniques using the validity, reliability, data normality test, simple linear regression analysis, and the coefficient of determination using SPSS 25.0 for windows. The result shows that there is a significant positive effect between self judgement to mental health ($r = 0,557$; $p = 0,000$).

Keywords: *Self adjustment, Mental health, Prisoners*

MERCU BUANA

**PENGARUH PENYESUAIAN DIRI TERHADAP KESEHATAN MENTAL
PADA WARGA BINAAN LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS II A
SALEMBA**

Nasip Sinar Mulia Ita
nsmi52@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh penyesuaian diri terhadap kesehatan mental pada warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan kelas II A Salemba. Responden penelitian ini sebanyak 333 warga binaan yang terpilih secara *accidental sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan alat ukur hasil modifikasi dengan total 26 aitem untuk penyesuaian diri (Albert & Emmons, 2002) dengan Cronbach's Alpha 0,835 dan 22 aitem untuk kesehatan mental (Veit & Ware, 1983) dengan Cronbach's Alpha 0,822. Teknik pengolahan data menggunakan uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas data, analisis regresi linier sederhana, dan koefisien determinasi dengan menggunakan program *SPSS 25.0 for windows*. Dari hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif signifikan antara penyesuaian diri terhadap kesehatan mental dengan nilai ($p < 0,05$) dengan koefisien $R = 0,557$ sehingga hasil uji determinasi penyesuaian diri memiliki sumbangan 31% terhadap kesehatan mental.

Kata kunci: Penyesuaian diri, kesehatan mental, warga binaan



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Tugas Akhir yang berjudul “Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Kesehatan Mental pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Salemba” telah diujikan Sidang Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pada tanggal 14 Mei 2020, tugas akhir ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.



Sidang Tugas Akhir

Jakarta, 14 Mei 2020

Penguji I

Penguji II

Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

Pembimbing

Yenny, M.Psi., Psikolog

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Kesehatan Mental pada
Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Salemba**

Nama : Nasip Sinar Mulia Ita

NIM : 46115120115

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 14 Mei 2020



UNIVERSITAS Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

Muhammad Iqbal, Ph.D

Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P.M.Si

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini:

Judul : Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Kesehatan Mental pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Salemba

Nama : Nasip Sinar Mulia Ita

NIM : 46115120115

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 14 Mei 2020

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data dan hasil pengolahannya yang digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS Jakarta, 14 Mei 2020

MERCU BUANA Yang membuat pernyataan,



Nasip Sinar Mulia Ita
NIM. 46115120115

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini yang berjudul “Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Kesehatan Mental pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Salemba”. Tugas Akhir ini dibuat dan diajukan untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana. Selain itu, tujuan penulisan Tugas Akhir ini adalah memberikan pengetahuan kepada pembaca mengenai judul Tugas Akhir ini.

Selama penulisan Tugas Akhir ini, penulis banyak menerima bantuan dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Keluarga yang selalu memberikan dukungan serta do'a yang tak pernah berhenti kepada penulis.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, memotivasi, dan memberikan banyak ilmu dan pengetahuan selama proses penyelesaian Tugas Akhir ini.
3. Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Psikologi, seluruh Dosen dan StaffTata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana atas dukungan dan kerjasamanya.
4. Seluruh teman-teman seperjuangan Tugas Akhir, dan Angkatan 28 yang telah memberikan dukungan dan semangat demi kemajuan bersama.
5. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi bagian dari proses penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir yang telah disusun ini masih jauh dari kata sempurna. Semua kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Penulis berharap, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Jakarta, 14 Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

<i>ABSTRACT</i>	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	8
I.3 Tujuan Penelitian.....	8
I.4 Manfaat Penelitian.....	9
I.4.1 Manfaat Teoritis	9
I.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
II.1 Kesehatan Mental.....	10
II.1.1 Definisi Kesehatan Mental.....	10
II.1.2 Aspek-Aspek Kesehatan Mental.....	11
II.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	12
II.2 Penyesuaian Diri	13
II.2.1 Definisi Penyesuaian Diri	13
II.2.2 Aspek-Aspek Penyesuaian Diri	14
II.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	15
II.2 Penelitian Terdahulu	17
II.3 Kerangka Pemikiran.....	20
II.4 Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Desain Penelitian	23
III.2 Identifikasi Variabel Penelitian	23

III.2.1 Definisi Konseptual Variabel	23
III.2.2 Definisi Operasional Variabel	24
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
III.3.1 Populasi Penelitian	25
III.3.2 Sampel Penelitian	25
III.4 Metode dan Teknik Pengambilan Data.....	26
III.4.1 Instrumen Penelitian	26
III.4.2 Teknik Skoring Alat Ukur	28
III.5 Uji Kualitas Instrumen.....	29
III.5.1 Uji Validitas.....	29
III.5.2 Uji Reliabilitas	29
III.5.3 Seleksi Item	30
III.6 Uji Asumsi Klasik.....	30
III.6.1 Uji Normalitas	30
III.6.2 Uji Linieritas.....	30
III.7 Uji Hipotesis	31
III.7.1 Uji Regresi Linier Sederhana	31
III.7.2 Uji Koefisien Determinasi (R^2)	32
III.7.3 Uji Ketepatan Signifikansi Parameter Individual (Uji t).....	32
III.8 Analisis Deskriptif.....	32
III.9 Analisis Tambahan.....	33
III.9.1 Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
IV.1 Hasil Penelitian.....	34
IV.1.1 Gambaran Responden.....	34
IV.1.2 Hasil Analisis Deskriptif.....	34
IV.1.2 Hasil Uji Instrumen	37
IV.1.2.1 Hasil Uji Validitas	37
IV.2.2 Hasil Uji Reliabilitas	38
IV.2.3 Hasil Seleksi Item.....	38
IV.3 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	40
IV.3.1 Hasil Uji Normalitas.....	40
IV.3.2 Hasil Uji Linieritas	41
IV.4 Hasil Uji Hipotesis	42

IV.4.1 Hasil Analisis Regresi Sederhana	42
IV.4.2 Hasil Analisis Koefisien Determinasi	44
IV.5 Hasil Analisis Tambahan.....	44
IV.5.1 Hasil Korelasi Aspek Penyesuaian Diri dengan Kesehatan Mental.....	44
IV.5.2 Analisis Matriks Korelasi Antar Aspek.....	45
IV.5.3 Hasil Uji Beda Berdasarkan Demografis Responden.....	46
IV.2 Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN, KETERBATASAN PENELITIAN DAN SARAN.....	52
V.1 Kesimpulan	52
V.2 Keterbatasan Penelitian.....	52
V.3 Saran	52
V.3.1 Saran Metodologis	53
V.3.2 Saran Praktis	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	57



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian terdahulu.....	17
Tabel 3. 1 Blueprint skala kesehatan mental.....	27
Tabel 3. 2 Blueprint skala penyesuaian diri.....	28
Tabel 3. 3 Skoring dan norma penyesuaian diri.....	29
Tabel 3. 4 Skoring dan norma kesehatan mental.....	29
Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan.....	34
Tabel 4. 2 Statistik deskriptif.....	35
Tabel 4. 3 Norma kategorisasi penyesuaian diri.....	36
Tabel 4. 4 Norma kategorisasi kesehatan mental.....	36
Tabel 4. 5 Kategorisasi penyesuaian diri.....	36
Tabel 4. 6 Kategorisasi kesehatan mental.....	37
Tabel 4. 7 Hasil uji validitas skala penyesuaian diri dan kesehatan mental secara kualitatif melalui expert judgment.....	37
Tabel 4. 8 Hasil uji reliabilitas.....	38
Tabel 4. 9 Blueprint skala penyesuaian diri setelah uji kualitas instrumen.....	39
Tabel 4. 10 Blueprint skala kesehatan mental setelah uji kualitas instrumen.....	39
Tabel 4. 11 Hasil uji normalitas statistik.....	40
Tabel 4. 12 Hasil uji skewness dan kurtosis.....	41
Tabel 4. 13 Uji linieritas.....	42
Tabel 4. 14 Hasil uji model regresi.....	43
Tabel 4. 15 Hasil analisis regresi sederhana.....	43
Tabel 4. 16 Hasil uji determinasi.....	44
Tabel 4. 17 Korelasi aspek-aspek penyesuaian diri dengan variabel kesehatan mental.....	45
Tabel 4. 18 Matriks korelasi antar aspek variabel penyesuaian diri dan kesehatan mental.....	46
Tabel 4. 19 Hasil uji beda berdasarkan tingkat pendidikan.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka pemikiran pengaruh penyesuaian diri terhadap kesehatan mental.....	22
Gambar 4. 1 Grafik Normal P-P Plot Regression Standardized Residual	41

