

## ABSTRAK

Nama : Pawestri Mukti Hidayati  
NIM : 46119010152  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Psychological Well – Being*  
Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa di  
Universitas X Jakarta  
Pembimbing : Erna Multahada, S. Hi., S. Psi., M. Si

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *psychological well – being* terhadap kesehatan mental mahasiswa di Universitas X Jakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan sampel sebanyak 140 mahasiswa. Kesehatan mental menggunakan alat ukur *General Health Questionnaire (GHQ-28)* dan *psychological well – being* menggunakan alat ukur RPWB versi 42. Penelitian ini menggunakan uji regresi sederhana. Hasil menunjukkan nilai  $r = 0,605$  dan nilai  $p = 0,000$ , artinya terdapat pengaruh signifikan *psychological well – being* terhadap kesehatan mental dengan korelasi kuat. Dan sumbangan efektif sebesar 36,6% dan sisanya sebesar 63,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan *psychological well –being* terhadap kesehatan mental pada mahasiswa di Universitas X Jakarta.

**Kata Kunci :** *Psychological well –being*, Kesehatan Mental

## ABSTRACT

Nama : Pawestri Mukti Hidayati  
NIM : 46119010152  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : The Effect of Psychological Well-Being  
on the Mental Health of Student at  
University X Jakarta  
Pembimbing : Erna Multahada, S. Hi., S. Psi., M. Si

This study aims to determine the effect of psychological well-being on the mental health of students at University X Jakarta. The sampling technique used accidental sampling with a sample of 140 students. Mental health uses the General Health Questionnaire (GHQ-28) measuring instrument and psychological well-being uses the RPWB version 42 measuring instrument. This research uses a simple regression test. The results show an  $r$  value = 0.605 and a  $p$  value = 0.000, meaning that there is a significant influence of psychological well-being on mental health with a strong correlation. And the effective contribution of 36.6% and the remaining 63.4% is influenced by other factors. Based on the research results, it can be concluded that there is a significant influence of psychological well-being on the mental health of students at University X Jakarta.

**Keywords:** *Psychological well-being*, Mental Health

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA