



**Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Masa  
Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan  
Program Sarjana S1 Pada Program Studi Psikologi**

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Oleh:  
**LARRA MAYRIZKA ARVIAN**

**46117010108**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA**

**2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Larra Mayrizka Arvian

NIM : 46117010108

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Berdasarkan Masa Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 25 Januari 2024



Larra Mayrizka Arvian

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Larra Mayrizka Arvian

NIM : 46117010108

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Studi Perbandingan Psychological Well Being Berdasarkan Masa Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0315099102



Ketua Penguji : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.  
NIDN : 0308018301



Penguji 1 : Dina Syakina, S.Si., M.Si.  
NIDN : 0306099001



Jakarta, 14 September 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan juga karunia-Nya kepada saya, sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir yang berjudul “Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Masa Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi”. Shalawat dan juga salam tidak lupa saya panjatkan kepada Baginda Besar Nabi Muhammad SAW. Skripsi ini diajukan untuk dapat memenuhi syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Strata-1 dari Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Mercu Buana.

Dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini, saya juga tidak terlepas dari berbagai bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT., yang telah memberikan nikmat sehat, iman, serta kekuatan dan kesabaran untuk saya dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini hingga sidang Skripsi.
2. Kedua Orang tua saya, beserta Kakak dan Adik saya, yang selalu bisa memberikan dukungan penuh cinta dalam segala hal apapun dan doa - doa tulus kepada saya.
3. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang selalu dapat memberikan arahan, dukungan, serta kritik kepada saya selama penyusunan Tugas Akhir ini.
4. Halimah Bunga Qatrunada S.Psi., Diva Fajrian Afania S.Psi., dan Kristiana Siahaan S.Psi yang selalu mendukung dan memberikan masukan terbaiknya ketika penulis mengalami kesulitan, memberikan masukan serta dukungan selama penyusunan Tugas Akhir. Terimakasih juga untuk semangat dan hiburan dikala pikiran dan fisik yang sudah amat sangat lelah.

Serta seluruh pihak yang terlibat yang tidak dapat disebutkan satu persatu sudah berbaik hati membantu dalam pengisian dan penyebaran google form. Terimakasih atas waktu yang sudah kalian luangkan, semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang terlibat.

Oleh karena itu, saya berharap semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, bagi peneliti selanjutnya, dan khususnya bagi penulis.

Jakarta, 15 September 2023

Larra Mayrizka Arvian



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

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

Nama : Larra Mayrizka Arvian  
NIM : 46117010108  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Berdasarkan Masa Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**

Jakarta, 25 Januari 2024

Yang menyatakan,



Larra Mayrizka Arvian

# Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Masa Studi Mahasiswa di Perguruan Tinggi

Larra Mayrizka Arvian

Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Universitas Mercu Buana

## ABSTRAK

Mahasiswa merupakan suatu kelompok orang yang memiliki kesempatan untuk bisa melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi. Mahasiswa tingkat pertama ditandai dengan perpindahan individu dari masa remaja ke masa dewasa, serta melakukan kegiatan yang berbeda dengan yang sebelumnya. Kondisi fisik maupun psikologis pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh bagaimana cara mahasiswa tersebut melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan perkuliahannya. Salah satu pendekatan pendukung untuk membuat mahasiswa berkembang adalah dengan melakukan pendekatan kesejahteraan secara psikologis (*well being*). *Psychological well being* sebagai keadaan dimana seseorang akan dinilai secara aktif oleh dirinya sendiri atas pengalaman dalam hidupnya. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui apakah adanya perbedaan pada studi perbandingan *psychological well being* berdasarkan masa studi mahasiswa di perguruan tinggi. Partisipan dalam penelitian ini adalah 89 orang mahasiswa tingkat awal dan 42 mahasiswa tingkat akhir. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (RPWB) yang dikembangkan oleh Carol Ryff (1989) yang terdiri dari 84 item. Berdasarkan uji beda dengan menggunakan *mann whitney*, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *Psychological Well Being* pada tingkat semester awal dan tingkat semester akhir.

**Kata Kunci:** Mahasiswa Tingkat Awal. Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psychological Well Being*.

**Studi Perbandingan *Psychological Well Being* Berdasarkan Masa Studi  
Mahasiswa di Perguruan Tinggi**

Larra Mayrizka Arvian

Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Universitas Mercu Buana

***ABSTRACT***

*Students are a group of people who have opportunities to be able to continue their education at university. First year students are characterized by the individual moving from adolescence to adulthood, and also going off the beaten path than before. The physical and psychological conditions of students can be influenced by how the student adapts to the college environment. One of the supporting approaches to make students develop is to take a psychological well-being approach. Psychological well-being is when you feel active overall about your life experience. This research intends to find out whether there are differences in comparative studies psychological well being based on the student's study period at the university. There are 89 first year students and 42 final year students involved in this research. The instrument in this research uses measurement instruments Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWB) developed by Carol Ryff (1989) which consists of 84 items. Based on different tests using Mann Whitney, it can be concluded that there are differences between psychological well-being in the first year semester level and final year semester level.*

**Keywords:** *Beginning Level Student. Final-Year Students. Psychological Well-Being.*



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
2.1 Definisi <i>Psychological Well Being</i> .....	8
2.2 Dimensi <i>Psychological Well Being</i> .....	9
2.3 Faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i> .....	11
2.4 Pengukuran <i>Psychological Well Being</i> .....	12
2.5 Penelitian Terdahulu .....	12
2.6 Dinamika Penelitian .....	17
2.7 Kerangka Berpikir .....	18
2.8 Hipotesis Penelitian .....	18
BAB III METODE PENELITIAN .....	19
3.1 Metode dan Desain Penelitian .....	19
3.2 Subjek Penelitian .....	19
3.2.1 Populasi .....	19
3.2.2 Sampel .....	19
3.2.3 Teknik Sampling .....	19
3.3 Teknik Pengumpulan Data .....	20
3.4 Instrumen Penelitian .....	20

3.5 Teknik Analisis Data .....	21
3.5.1 Uji Validitas .....	21
3.5.2 Uji Reliabilitas .....	22
3.5.3 Uji Asumsi Klasik .....	22
3.6 Uji Hipotesis .....	22
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>24</b>
4.1 Gambaran Data Penelitian .....	24
4.2 Profil Responden .....	24
4.2.1 Jenis Kelamin .....	24
4.2.2 Tingkatan Masa Studi .....	24
4.3 Analisis Data Deskriptif .....	24
4.4 Uji Reliabilitas .....	25
4.5 Uji Normalitas .....	26
4.6 Uji Homogenitas .....	26
4.7 Uji Beda .....	26
4.8 Pembahasan .....	30
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>32</b>
5.1 Kesimpulan .....	32
5.2 Limitasi .....	32
5.3 Saran .....	32
5.3.1 Saran Teoritis .....	32
5.3.2 Saran Praktis .....	33
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>34</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>36</b>