

**ADAPTASI *RYFF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE*  
DALAM KONTEKS INDONESIA**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Program Studi Psikologi.



Disusun oleh:

Engger

109114054

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SANATA DHARMA  
YOGYAKARTA**

**2015**

HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

SKRIPSI

ADAPTASI *RYFF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE* DALAM  
KONTEKS INDONESIA

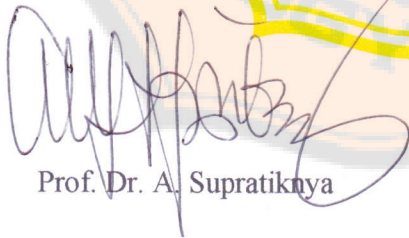
Disusun Oleh :

Engger

109114054

Telah Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing :



Prof. Dr. A. Supratiknya

Tanggal : 05 JUN 2015

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

ADAPTASI RYFF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE DALAM  
KONTEKS INDONESIA

Dipersiapkan dan Ditulis Oleh :

Engger

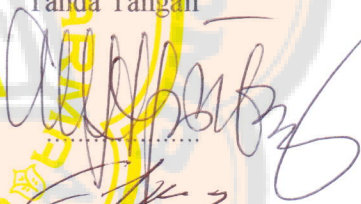
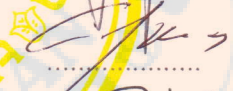

109114054

Telah dipertahankan dan di depan Panitia Penguji

Pada Tanggal 28 Mei 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Panitia

	Nama Lengkap	Tanda Tangan
Penguji 1	Prof. Dr. A. Supratiknya	
Penguji 2	C. Siswa Widyamoko, M. Psi.	
Penguji 3	Ratri Sunar Astuti, M. Si.	

Yogyakarta, 06 JUN 2015

Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma

Dekan



  
Dr. T. Priyo Widiyanto, M.Si.

HALAMAN MOTTO

***Semakin banyak kita tahu, sebenarnya  
semakin banyak yang kita tidak tahu***

*Dharma itu seperti sebuah rakit yang digunakan ketika kita ingin menyeberangi sungai, ketika kita sudah melewati sungai tersebut berarti sudah saatnya kita melepas rakit tersebut. (Buddha)*

*Segala sesuatu dalam kehidupan ini membutuhkan keseimbangan. Bagaimana bisa ada putih apabila tidak ada hitam. Bagaimana bisa ada benar kalau tidak ada salah -*

*Lao Tze*

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Karya ini saya persembahkan untuk**

*Aliran Tantrayana Satya Budha dan ajarannya yang telah membimbingku, memberikanku kehidupan baru dan menjadikanku sebagai manusia seutuhnya.*

*Papa (The Yauw Tong), mama (Susianti), Kakak (Haryadi), saudara-saudara, pacar (Fiona) dan orang-orang terkasih yang telah mendukung, mengajari, dan menemaniku di saat-saat diriku mengalami kesulitan.*

*Terima kasih untuk semua dukungannya*



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

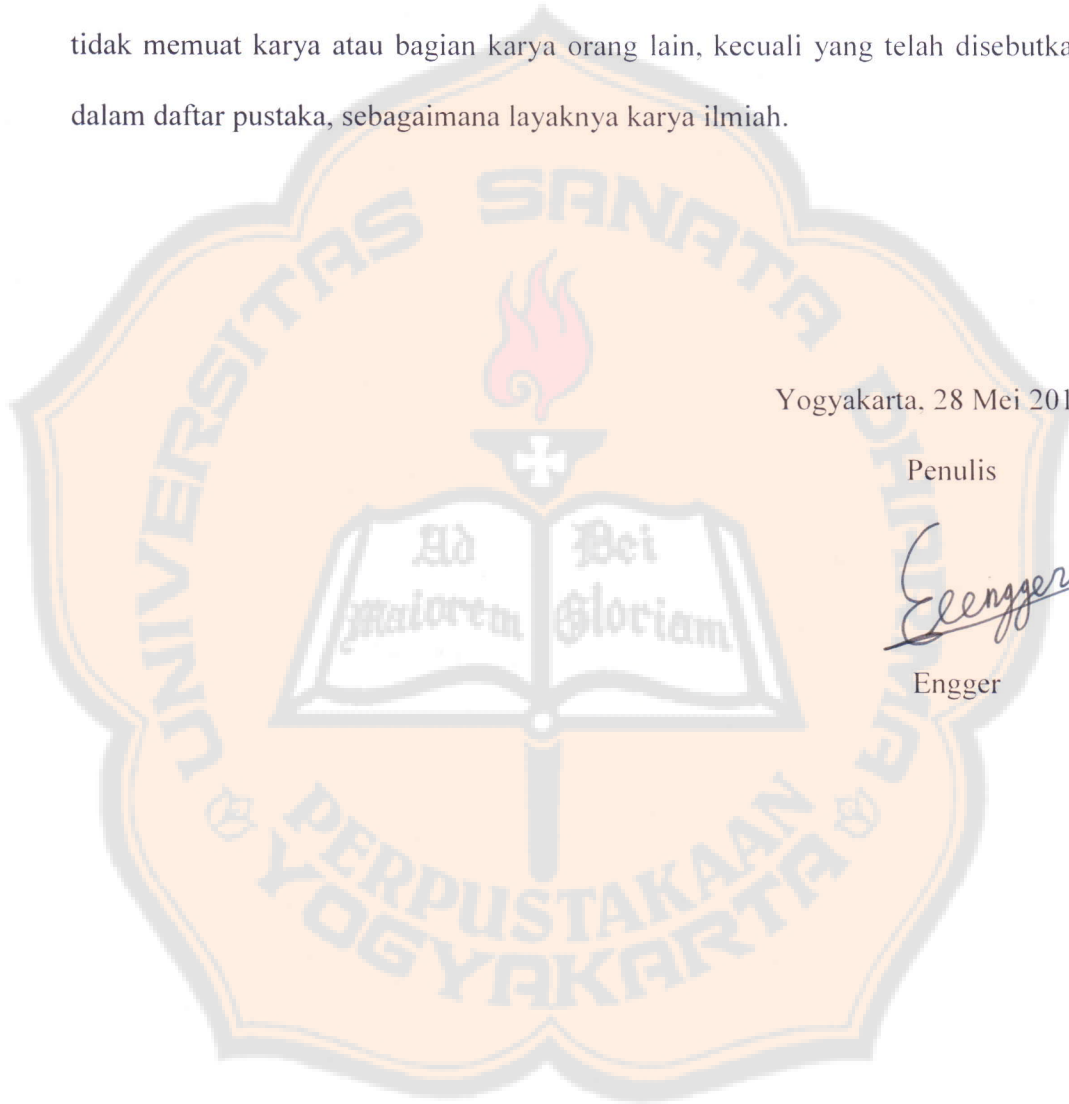
Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini tidak memuat karya atau bagian karya orang lain, kecuali yang telah disebutkan dalam daftar pustaka, sebagaimana layaknya karya ilmiah.

Yogyakarta, 28 Mei 2015

Penulis



Engger



**ADAPTASI RYFF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE DALAM  
KONTEKS INDONESIA**

*Engger*

**ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan adaptasi suatu alat ukur psikologis yakni *psychological well-being scale* (PWBS) yang disusun oleh Carol Ryff. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah hasil adaptasi PWBS memiliki ekuivalensi dengan PWBS versi asli. Adaptasi ini dilakukan dengan mengikuti pedoman adaptasi yang telah disusun oleh *International Test Commission* (ITC). Proses adaptasi melibatkan proses *forward translation, back-translation, decentering*, pemeriksaan validitas konten dan pemeriksaan *construct bias* dalam rangka ekuivalensi. Subjek yang digunakan dalam pemeriksaan *construct bias* terdiri dari 373 pria dan wanita yang berada di Yogyakarta dan sekitarnya, dengan rentang umur 17-69 tahun (mean = 26,63). PWBS hasil adaptasi menunjukkan bahwa memiliki validitas konten yang baik (CVR = 1) dan validitas konstruk yang baik (model fit), namun tidak memiliki struktur konstruk yang sesuai dengan struktur konstruk yang dirumuskan oleh Carol Ryff. Struktur konstruk PWBS versi adaptasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aspek yang bersifat langsung seperti aspek *autonomy* dengan *self acceptance, purpose in life* dengan *personal growth, positive relations with others* dengan *environmental mastery*, dan *positive relations with others* dengan *autonomy*. Meskipun begitu PWBS versi adaptasi memiliki reliabilitas yang baik ( $\alpha = 0,935$ ) dan mampu memberikan informasi mengenai kondisi *psychological well-being* di Indonesia. Hanya saja hasil PWBS versi adaptasi menggambarkan kondisi individu yang kolektif, yang ditandai dengan skor *autonomy* yang rendah dan skor *positive relations with others* yang tinggi. Selain itu diperlukan pemeriksaan kembali atas skor PWBS adaptasi karena memiliki struktur konstruk yang berbeda dengan konstruk yang disusun oleh Carol Ryff.

Kata kunci : Adaptasi, Psychological well-being, Confirmatory Factor Analysis.

**ADAPTATION OF RYFF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE IN  
THE CONTEXT OF INDONESIA**

*Engger*

**ABSTRACT**

This research about an adaption of psychological measurement scale named psychological well-being scale (PWBS) developed by Carol Ryff. The purpose of this research is to examine whether the adaptation of PWBS having an equivalence with the original version of PWBS. Adaptation was conducted by following the guidelines that have been developed by International Test Commission (ITC). The process consist of the forward-translation, back-translation, decentering, the examination of content validity and the examination of construct bias in the order of equivalence. The subjects that used in this examination of construct bias consisted of 373 man and female that lived in Yogyakarta and surrounding areas, with span of age between 17-69 (mean=26,63). The results of adaptation showed that adaptation of PWBS has good content validity (CVR = 1) and good construct validiy (fit model), but doesn't have same construct with the construct that were formulated by Carol Ryff. The construct of adaptation showed that some of dimension has a direct relationship such as autonomy with self acceptance, purpose in life with personal growth, positive relations with others with environmental mastery, dan positive relations with others with autonomy. Nevertheless the adaptation of PWBS has good reliability ( $\alpha = 0,935$ ) and able to provide information about psychological well-being in Indonesia. But only the result of adaptation of PWBS described the characterize of collective individual, which is marked with low scored autonomy and high scored positive relations with others. Besides it's necessary to conduct another examination of the score of adaptation because it had different construct the construct that had been compiled by Carol Ryff.

Kata kunci : Adaptation, Psychological well-being, Confirmatory Factor Analysis.



# PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Universitas Sanata Dharma

Nama : Engger  
Nomor Mahasiswa : 109114054

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma karya ilmiah saya yang berjudul :

### **Adaptasi Ryff Psychological Well-being Scale dalam Konteks Indonesia**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan demikian saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Yogyakarta

Pada tanggal : 28 Mei 2015

Yang menyatakan,



( Engger )

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada sang Catur Ratna, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *Adaptasi Ryff Psychological Well Being Scale* dalam konteks Indonesia ini.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa bantuan dari berbagai pihak yang membantu. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin berterimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Sang Catur Ratna, karena dengan bimbingan dan ajarannya saya dapat melalui semuanya dengan baik.
2. Bapak Dr. T. Priyo Widiyanto, M. Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
3. Ibu Ratri Sunar Astuti, M. Si, selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma.
4. Bapak Prof. A. Supratiknya, Ph. D., selaku Dosen Pembimbing Skripsi atas bimbingan, petunjuk dan arahan beliau selama proses penulisan skripsi.
5. Ibu Dra. L. Pratidarmanastiti, M. S., selaku Dosen Pembimbing Akademik atas nasihat dan masukan Ibu selama perkuliahan.
6. Mrs. Carol Ryff, Ph. D., atas pemberian ijin atas penggunaan *Psychological Well-being Scale*.
7. Sr. Lidwina Tri Ariastuti., FCJ., M. A., atas masukan dan diskusi yang membangun mengenai topik skripsi ini yaitu *psychological well-being*.

## PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

8. Bapak Ir. Ignasius Aris Dwiatmoko, M. Sc., & bapak Agung Santoso, M. A., atas bimbingan bapak mengenai proses analisis yang tidak pernah saya pelajari sebelumnya.
9. Segenap dosen-dosen fakultas psikologi universitas Sanata Dharma, terima kasih atas bimbingannya dan ilmu psikologi yang telah saya dapatkan selama lima tahun ini.
10. Melisa Setyawan, S. Pd., atas proses *back translation* yang telah dilakukan.
11. Prof. Bernard Adeney-Risakotta dan SR. Claire Hand, FCJ, sebagai rater dalam adaptasi yang telah saya lakukan. Tanpa bantuan anda saya tidak akan dapat melangkah menuju tahap berikutnya.
12. Maria Fiona Ratih karena telah mendukung dan menemani setiap langkah yang telah saya jalankan dalam penelitian ini. Terima kasih atas semuanya pacarku.
13. Kedua orangtua dan Kakak saya yang telah memberikan dukungan dan masukan selama ini. Terima kasih atas segalanya.
14. Teman-teman “kepompong berkumis” (Yatim, Anju, Ochi, Richard, Mondri, dan Randy) yang selalu siap membantu ketika dibutuhkan dan memberikan hiburan yang menyenangkan serta persaudaraan yang dijalin oleh kepompong.
15. UKF basket Psikologi (Bang Martin, Koh Ronald, Koh Hendrik, Manto, Ochi, Baskoro, Plentonk, Mbak Tina, Mondri, Albert, Yatim, Parto, Richard, Kribo, Vincent, Bayu, Andre, Anju, Dwi, Sita, Pinno, Monik, Randy, Ayik, Ani, Radit, Yosua, Erlin, Zelda, Eddi, Dewa, Age, Gorby, Nia, Gera, Rudy, Sinta, dan Etta) Terima kasih atas kebersamaan dan kekeluargaannya, semoga kita dapat bermain bersama lagi kedepannya.

## PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

16. Teman-teman angkatan 2010 yang telah menemani perkuliahan saya selama lima tahun ini.
17. Teman-teman yang telah membantu dalam penyebaran skala, terima kasih banyak atas bantuannya.
18. Para responden yang telah membantu dalam proses adaptasi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis meminta maaf atas kesalahan dan kelalaian yang telah diperbuat baik sikap, tutur kata maupun tulisan. Penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun demi sempurnanya tulisan ini. Akhir kata saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 23 April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
1. Manfaat Teoritis.....	11
2. Manfaat Praktis.....	11
BAB II. LANDASAN TEORI.....	12

# PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

A. Kebahagiaan .....	13
B. <i>Psychological well-being Scale</i> .....	17
C. Prinsip-prinsip adaptasi .....	23
D. Adaptasi PWBS di Indonesia .....	29
E. Langkah-langkah adaptasi PWBS .....	31
BAB III. METODE PENELITIAN .....	34
A. Desain Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel .....	34
C. Definisi Operasional Variabel .....	35
D. Subjek Penelitian .....	39
E. <i>Psychological Well-being Scale</i> (PWBS) .....	39
F. Langkah-langkah adaptasi .....	41
1. <i>Forward-translation</i> .....	43
2. <i>Back-translation</i> .....	43
3. <i>Decentering</i> (Generalisasi konsep dan bahasa dari dua budaya yang berbeda) .....	43
4. Pemeriksaan validitas konten .....	44
5. Pemeriksaan <i>construct bias</i> pada PWBS dalam rangka ekuivalensi .....	45
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	49
A. Pelaksanaan Penelitian .....	49
B. Hasil Penelitian .....	50
1. <i>Forward-translation</i> .....	50

# PLAGIAT MERUPAKAN TINDAKAN TIDAK TERPUJI

2. <i>Back-translation</i> .....	50
3. <i>Decentering</i> (Generalisasi konsep dan bahasa dari dua budaya yang berbeda) .....	50
4. Pemeriksaan validitas konten.....	51
5. Pemeriksaan <i>construct bias</i> pada PWBS dalam rangka ekuivalensi.....	52
6. Reliabilitas .....	55
7. Deskripsi Subjek Penelitian .....	57
C. Pembahasan.....	59
BAB V. Penutup .....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Keterbatasan Penelitian.....	65
C. Saran.....	65
1. Bagi para peneliti selanjutnya.....	65
DAFTAR PUSTAKA .....	67
LAMPIRAN.....	71

**DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Data Psikometrik PWBS.....	18
Tabel 2. Korelasi antar aspek PWBS.....	19
Tabel 3. Korelasi PWBS dengan alat ukur lainnya.....	20
Tabel 4. Pedoman adaptasi oleh ITC.....	26
Tabel 5. Parameter CFA.....	46
Tabel 6. Rincian Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	49
Tabel 7. Hasil pemeriksaan CFA.....	52
Tabel 8. Reliabilitas setiap aspek PWBS.....	57
Tabel 9. Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin.....	57
Tabel 10. Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan usia.....	58
Tabel 11. Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	59
Tabel 12. Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan Status Perkawinan.....	59
Tabel 13. Deskripsi Data Penelitian.....	62



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Psychological Well-being Scale</i> .....	71
Lampiran 2. Hasil <i>Forward-Translation</i> .....	77
Lampiran 3. Hasil <i>Back-Translation</i> .....	84
Lampiran 4. Hasil Pemeriksaan <i>Rater</i> .....	89
Lampiran 5. Hasil Revisi <i>Decentering</i> .....	93
Lampiran 6. Pemeriksaan Validitas Konten.....	100
Lampiran 7. Hasil CVR.....	114
Lampiran 8. PWBS adaptasi .....	119
Lampiran 9. Ijin Penggunaan alat ukur.....	135

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dewasa ini, dunia yang kita jalani sekarang sedang berkembang dengan sangat pesat. Perkembangan tersebut merupakan perkembangan yang bersifat positif dalam bidang ekonomi dan teknologi, namun perkembangan tersebut memiliki sisi negatif yang memunculkan banyaknya penyakit saat ini baik fisik maupun mental. Hal tersebut terlihat nyata dalam kondisi suatu negara adidaya yakni Amerika Serikat. Amerika Serikat merupakan salah satu negara yang paling berpengaruh di dunia dalam bidang ekonomi dan teknologi, akan tetapi terdapat banyak kasus gangguan kesehatan di negara tersebut (Helliwell, Layard & Sachs, 2012).

Survei serupa juga pernah dilakukan di Indonesia, dimana pada survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) ditemukan bahwa Indonesia memiliki indeks kebahagiaan sebesar 65,11 (Erawan, 2014). Indeks kebahagiaan yang disusun oleh BPS merupakan indeks kebahagiaan yang bergerak dari skor 0-100, dimana semakin kecil skor yang didapatkan maka semakin tidak bahagia sedangkan apabila skor semakin tinggi maka semakin bahagia. Meskipun begitu, indeks ini tidak didukung karena indeks ini terlalu bersifat materi dan tidak psikologis (Pusat Kependudukan dan Kebijakan Universitas Gadjah Mada, 2014). Protes tersebut menunjukkan suatu pertanyaan besar mengenai apakah yang sebenarnya dimaksud dengan kebahagiaan?

Gambaran tersebut memperlihatkan bahwa kondisi negara yang baik tidak menjanjikan kondisi individu yang ideal, yakni bebas dari penyakit fisik maupun

mental. Namun untuk dapat menghindari penyakit, tentu kita perlu mengetahui bagaimana kondisi yang ideal baik secara fisik maupun mental. Kondisi ideal secara fisik merupakan kondisi yang dapat diketahui secara jelas berdasarkan pemeriksaan kesehatan di rumah sakit ataupun institusi kesehatan lainnya. Sedangkan kondisi ideal secara mental merupakan kondisi dimana individu tidak merasa depresi, cemas dan berbagai kondisi negatif lainnya serta merasakan kondisi positif dalam diri yang kita kenal juga dengan nama kebahagiaan.

Kebahagiaan merupakan kondisi yang didambakan oleh setiap orang. Kebahagiaan memiliki kata dasar bahagia yang berarti keadaan atau perasaan senang dan tenteram atau bebas dari segala keadaan yang menyusahkan (KBBI, 2008). Kebahagiaan juga memiliki definisi kesenangan, ketenteraman hidup, keberuntungan maupun kemujuran yang bersifat batiniah (KBBI, 2008). Aristoteles membedakan kebahagiaan menjadi dua, yaitu *hedonic* dan *eudaimonic*. Kebahagiaan *hedonic* merupakan kebahagiaan yang dirasakan ketika individu memenuhi keinginannya, merasakan afek positif dan tidak merasakan afek negatif. Sedangkan kebahagiaan *eudaimonic* merupakan kebahagiaan yang dirasakan ketika individu dapat mengenal dirinya dengan lebih jauh sehingga dapat mengetahui potensi di dalam diri serta menggunakannya dengan sepenuhnya (Baumgardner & Crothers, 2009). Kedua definisi kebahagiaan tersebut kemudian dikembangkan dalam ilmu psikologis oleh para peneliti lainnya khususnya peneliti psikologis.

Diener dan Ryff merumuskan kedua definisi kebahagiaan tersebut menjadi konstruk psikologis baru sesuai dengan definisi kebahagiaan tersebut yaitu *subjective well-being* dan *psychological well-being*. *Subjective well-being*

merupakan konstruk yang berkembang dari kebahagiaan hedonic dimana merupakan kondisi individu merasa puas akan hidupnya baik secara kognitif maupun afektif. Kepuasan secara afektif tercermin oleh *mood* dan emosi individu, sedangkan kepuasan secara kognitif adalah dimana individu berpikir bahwa dirinya telah mencapai apa yang diinginkan (Diener & Suh dalam Dodge, Daly, Hutton & Sanders, 2012). Definisi tersebut menunjukkan bahwa individu yang telah mencapai *subjective well-being* dapat dikatakan telah bahagia. Hal tersebut dikarenakan *subjective well-being* dan kebahagiaan memiliki kondisi yang serupa (Snyder, Lopez & Pedrotti, 2011).

Kebahagiaan *eudaimonic* juga berkembang menjadi suatu konstruk yang dinamakan *psychological well-being*. *Psychological well-being* umumnya digambarkan sebagai kondisi kebahagiaan individu yang tertinggi atau dengan kata lain kondisi puncak individu. Hal tersebut membuat *psychological well-being* seringkali diasosiasikan dengan aktualisasi diri pada Maslow ataupun individuasi diri pada Jung (Ryff, 1989). Aktualisasi diri adalah kondisi dimana individu dapat mempertahankan harga diri mereka dalam keadaan ditolak ataupun diabaikan oleh orang lain. Hal tersebut dapat dicapai individu ketika mereka dapat menyadari potensi dalam dirinya, mencapai pemenuhan diri dan memiliki hasrat untuk menjadi kreatif secara penuh (Maslow dalam Feist & Feist, 2006). Sedangkan individuasi diri atau yang disebut juga dengan nama *psychological rebirth* atau *self-realization* merupakan proses pembentukan individu seutuhnya. Proses ini merupakan proses bergabungnya dua kutub kepribadian yang saling berlawanan dalam diri individu yaitu kutub kepribadian introversif dan ekstraversif, sehingga individu tersebut

berada dalam kondisi yang seimbang antar introversif dan ekstraversif (Feist & Feist, 2006). Kedua kondisi tersebut menggambarkan kondisi puncak individu.

Berdasarkan definisi-definisi tersebut, Ryff pada tahun 1989 mengelaborasi lebih lanjut konsep *psychological well-being* sebagai konstruk psikologis. Konstruk tersebut tersusun oleh enam aspek. Aspek pertama adalah *autonomy* yakni kemampuan individu untuk dapat menentukan dirinya sendiri dan menjadi independen, bahkan jika harus berlawanan dengan kebiasaan umum yang konvensional. Aspek kedua adalah *environmental mastery*, suatu kemampuan untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Aspek ketiga adalah *personal growth*, dimana individu dapat menyadari potensi dalam diri dan menyadari bahwa dirinya berkembang seiring berjalannya waktu. Aspek keempat adalah *positive relations with others*, dimana individu dapat memiliki hubungan yang erat dan memuaskan dengan orang lain. Aspek kelima merupakan *purpose in life* yakni kemampuan individu untuk dapat menentukan pentingnya arah dalam hidup dan menemukan arti dalam saat ini maupun masa lalunya. Aspek keenam atau terakhir adalah *self acceptance* yaitu untuk menilai dirinya secara positif, hal tersebut terkait dengan kesadaran akan kekuatan dan keterbatasan individu (Ryff dalam Snyder, Lopez & Pedrotti, 2011).

Konstruk *psychological well-being* dengan enam aspek itu kemudian disusun menjadi sebuah alat ukur yaitu *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang digunakan pertama kali pada tahun 1989. Dalam kemunculan pertamanya, Ryff memeriksa validitas PWBS berdasarkan evidensi terkait struktur internal tes dan

evidensi terkait hubungannya dengan variabel lain. Berdasarkan evidensi terkait struktur internal tes, ditemukan korelasi positif antara keenam aspek tersebut yang berkisar antara 0,32 hingga 0,76 (Ryff, 1989). Sedangkan berdasarkan metode evidensi terkait hubungannya dengan variabel lain, Ryff mengukur korelasi PWBS dengan alat ukur lainnya yang secara teoritis dipandang berkorelasi secara positif maupun negatif. Alat ukur yang digunakan oleh Ryff terdiri dari LSI (*Life Satisfaction Index*), ABS (*Affect Balance Scale*), SE (*Self Esteem Scale*), LEVP (*Powerful Others*), LEVI (*Internal*), LEVC (*Chance*), ZDS (*Zung Depression Scale*), dan MS (*Philadelphia Geriatric Morale Scale*). Berdasarkan hasil pemeriksaan, didapatkan bahwa keenam aspek dalam PWBS berkorelasi positif terhadap alat ukur seperti LSI (0,26 hingga 0,73), ABS (0,25 hingga 0,62), SE (0,29 hingga 0,62), LEVI (0,37 hingga 0,53), dan MS (0,30 hingga 0,62). Hasil korelasi tersebut menunjukkan bahwa PWBS memiliki hubungan yang bersifat positif dan konsisten pada alat ukur yang mengukur fungsi positif manusia. Sedangkan pada alat ukur yang mengukur kondisi negatif individu ditemukan korelasi negatif seperti pada LEVP (-0,30 hingga -0,47), LEVC (-0,33 hingga -0,46), dan ZDS (-0,33 hingga -0,59). Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS memiliki hubungan yang negatif dengan kondisi negatif individu (Ryff, 1989).

Penelitian tersebut kemudian menjadi penelitian pertama yang menggambarkan struktur internal PWBS. Ryff sendiri kembali mengukur struktur internal PWBS yang disusun oleh dirinya dalam model LISREL, dimana ditemukan bahwa PWBS telah memiliki konstruk yang baik dan fit. Hal ini menunjukkan bahwa PWBS memiliki konsistensi internal yang baik sehingga telah memiliki validitas yang baik

melalui evidensi terkait struktur internal tes (Ryff & Keyes, 1995). Namun terdapat pula peneliti lain yang mengukur struktur internal PWBS dan peneliti tersebut menemukan hasil temuan yang berbeda. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2006 kembali memeriksa validitas melalui evidensi terkait struktur internal tes, dimana didapatkan hasil bahwa aspek *purpose in life*, *self acceptance*, *environmental mastery* dan *personal growth* dalam PWBS saling tumpang tindih. Hal tersebut diperkirakan karena aspek-aspek tersebut merupakan suatu aspek tunggal dalam kehidupan sehari-hari (Springer & Hauser, 2006).

Penelitian kemudian dilakukan dalam konteks budaya lain dengan bahasa nasional Inggris yakni Australia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa konstruk PWBS sudah baik hanya saja terdapat perbedaan pemahaman *psychological well-being* pada setiap individu sehingga menyebabkan koresponden bingung akan item-item dalam PWBS (Burns & Machin, 2009). Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS memiliki validitas yang lemah berdasarkan evidensi terkait isi tes (Supratiknya, 2014).

Penelitian juga dilakukan pada negara dengan bahasa nasional non Inggris, hal tersebut didukung oleh PWBS yang telah diterjemahkan dalam 30 bahasa. Penelitian yang berhasil peneliti dapatkan adalah adaptasi PWBS dalam bahasa Spanyol dan Urdu. Dalam penelitian bahasa Spanyol diketahui bahwa 6 aspek yang disusun oleh Ryff sudah terbukti secara empiris. Hanya saja perlu diperhatikan kembali dalam bentuk item PWBS yang hanya terdiri dari 6 item per aspek, sehingga terdapat kekurangan dalam konstruk aslinya (Dierendonck, Diaz, Rodriguez-Carvajal, Blanco & Moreno-Jimenez, 2007). Pada bahasa Urdu,

penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil korelasi antar aspek PWBS. Hal tersebut terlihat dari korelasi yang rendah antar aspek yaitu *autonomy* dengan *purpose in life* serta *positive relations* dengan *self acceptance*. Korelasi yang rendah tersebut berlawanan dengan hasil yang didapatkan Ryff sebelumnya, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan konsep *psychological well-being* yang disusun oleh Ryff dengan yang berada di Pakistan. (Ansari, 2010).

PWBS sendiri juga sudah digunakan di Indonesia dimana peneliti menemukan lima penelitian yang menggunakan adaptasi PWBS di Indonesia. Adaptasi tersebut menunjukkan PWBS memiliki reliabilitas *alpha cronbach* dan korelasi item total yang beragam. Terdapat penelitian yang memiliki *alpha cronbach* sebesar 0,960 dan korelasi item total yang bergerak dari 0,344 hingga 0,832 (Werdyaningrum, 2013), adapula yang memiliki *alpha cronbach* sebesar 0,958 dan korelasi item total yang bergerak dari 0,345 hingga 0,736 (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013). Pada penelitian lain, *alpha cronbach* yang didapatkan sebesar 0,704 dan korelasi item total yang lebih dari 0,2 (Salina, 2012; Aprianti, 2012) dan terdapat penelitian dengan *alpha cronbach* sebesar 0,911 dan korelasi item total yang bergerak dari 0,165 hingga 0,770 (Rusdian, 2012). Semua hasil tersebut menunjukkan bahwa adaptasi PWBS memiliki reliabilitas dan konsistensi internal yang baik. Hanya saja peneliti menemukan terdapat langkah-langkah adaptasi yang perlu diperhatikan kembali. Hal tersebut dikarenakan peneliti menemukan beberapa langkah adaptasi yang tidak sesuai dengan pedoman yang dibuat *International Test Commission* (ITC) pada tahun 2010. ITC sendiri merupakan suatu organisasi yang



mempromosikan mengenai pengembangan, evaluasi, dan penggunaan suatu tes psikologis dan pendidikan secara benar. Organisasi ini merupakan organisasi non-profit yang terafiliasi dengan *International Association of Applied Psychology* (IAAP) dan *International Union of Psychological Science* (IUPsyP)

Ketidaksesuaian tersebut terlihat dalam bentuk adaptasi, proses penerjemahan, serta analisis statistik yang digunakan. Ketidaksesuaian yang terlihat dalam bentuk adaptasi adalah jumlah item yang digunakan. Dalam adaptasi yang dilakukan di Indonesia, sebagian besar peneliti hanya mengadaptasi setengah dari jumlah total item dalam PWBS. Peneliti-peneliti sebelumnya hanya menggunakan sebanyak 21 item (Rusdian, 2012), 24 item (Salina, 2012; Aprianti, 2012), dan 42 item (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013; Werdyaningrum, 2013). Jumlah tersebut bukanlah jumlah asli dari bentuk PWBS itu sendiri. Kemudian dalam tahap proses penerjemahan, peneliti tidak dapat menemukan bagaimana dan siapakah yang bertanggung jawab atas penerjemahan yang dilakukan. Peneliti hanya mengetahui bahwa terdapat satu penelitian yang melakukan penerjemahan dengan bantuan lembaga bahasa (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013). Hal tersebut penting karena dalam panduan ITC ditekankan bahwa penerjemahan yang dilakukan haruslah dilakukan oleh pihak yang kompeten dan menguasai bahasa, budaya serta aspek psikologis dari bahan yang akan diterjemahkan (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2005). Selain kedua hal tersebut, hal lain yang menjadi kendala adalah analisis statistik yang dilakukan. Analisis statistik yang digunakan adalah *alpha cronbach*, korelasi antar aspek, dan korelasi terkait variabel lain (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013; Werdyaningrum, 2013; Salina, 2012; Rusdian, 2012;

Aprianti, 2012). Khusus untuk korelasi terkait dengan variabel lain, hal tersebut dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian sehingga tidak dapat dikatakan bahwa hal tersebut dilakukan untuk memeriksa validitas PWBS berdasarkan evidensi terkait dengan variabel lain. Analisis- analisis yang telah dilakukan tersebut tidak sesuai dengan pedoman yang dibuat oleh ITC yang menekankan pada kesamaan analisis dengan hasil adaptasi lain agar dapat dibandingkan (ITC, 2010). Selain itu, dikatakan pula bahwa analisis yang harus dilakukan adalah analisis yang bersifat memeriksa konstruk yakni analisis faktor dan hal tersebut tidak dilakukan di adaptasi yang dilakukan di Indonesia (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2005).

Melihat kelemahan-kelemahan tersebut, peneliti ingin melakukan adaptasi PWBS secara utuh dan sesuai dengan pedoman yang disusun oleh ITC. Hal tersebut menjadi penting karena dengan adanya alat ukur yang terstandarkan, para peneliti lain di Indonesia dapat menggunakan PWBS dengan lebih baik. PWBS sendiri juga memiliki peran bagi para praktisi maupun klinisi. Hal tersebut dikarenakan PWBS dapat digunakan sebagai standar apakah terapi yang diberikan telah berjalan dengan efektif ataupun sebagai salah satu metode asesmen awal dalam sebuah terapi.

Selain itu, adaptasi yang dilakukan dalam penelitian ini juga bertujuan untuk memeriksa apakah konstruk yang berada dalam PWBS cocok dengan budaya Indonesia. Hal tersebut penting, karena konsep *psychological well-being* yang disusun oleh Carol Ryff dibangun dengan budaya barat sehingga mereka sangat konsisten dengan individualisme barat (Christopher, 1999).

Pernyataan tersebut merupakan hal yang menarik untuk diteliti, karena struktur asli PWBS yang sangat individualis akan diadaptasi pada negara dengan struktur budaya kolektif di Asia Tenggara yakni Indonesia. Peneliti ingin melihat bagaimanakah struktur PWBS di Indonesia, apakah masih sama dengan struktur yang dibangun oleh sang pembuat yakni Carol Ryff? Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui apakah dengan pedoman adaptasi yang diberlakukan oleh ITC, PWBS versi Indonesia memiliki validitas yang baik dan sesuai dengan bentuk aslinya?

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan pertanyaan untuk menjadi permasalahan penelitian :

- Apakah hasil adaptasi PWBS memiliki struktur yang sama seperti yang dimaksudkan sang penyusun, Carol Ryff?
- Berdasarkan langkah-langkah adaptasi yang dicantumkan oleh ITC, apakah PWBS versi Indonesia memiliki validitas yang baik?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep *psychological well-being* yang berkembang di Indonesia dengan menggunakan konsep *psychological well-being* yang disusun oleh Carol Ryff.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur mengenai adaptasi. Selain itu diharapkan dapat memperluas literatur mengenai psikologi positif dan *psychological well-being* di Indonesia. Melihat bahwa terdapat banyak pertentangan yang muncul sehingga dapat memberikan gambaran nyata mengenai kondisi yang terjadi.

##### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu tambahan alat ukur berbahasa Indonesia. Selain itu, diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu alat bantu dalam melakukan sesi konseling maupun terapi.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kebahagiaan

Kebahagiaan atau yang kita kenal juga dengan istilah *happiness* merupakan kesenangan, ketenteraman hidup, keberuntungan maupun kemujuran yang bersifat batiniah (KBBI, 2008). Kebahagiaan sendiri berkembang dalam dua konsep yakni *hedonic* dan *eudaimonic*. Kedua konsep tersebut berasal dari *nichomachean ethics* yang ditulis oleh Aristoteles (Aristoteles dalam Ryff, 1989). Dalam *nichomachean ethics* dikatakan bahwa kebahagiaan merupakan pencapaian tertinggi individu. Definisi tersebut didapatkan dari hasil penerjemahan *nichomachean ethics* dalam bahasa Inggris, namun kebahagiaan apakah yang dimaksud dalam *nichomachean ethics*? Kebahagiaan *hedonic* ataukah kebahagiaan *eudaimonic*? Dalam penerjemahannya, seringkali *eudaimonia* diartikan sebagai kebahagiaan, dan hal tersebut memunculkan suatu pertanyaan dalam kalangan masyarakat mengenai apakah sebenarnya yang dinamakan kebahagiaan (Waterman, 1990)?

Pada umumnya kebahagiaan yang dirasakan dan dimengerti oleh masyarakat merupakan kebahagiaan yang bersifat *hedonic*, yakni kebahagiaan yang dirasakan individu ketika memiliki perasaan dan pikiran yang menyenangkan sehingga individu dapat memiliki kualitas hidup yang baik (Baumgardner & Crothers, 2009; Diener & Suh dalam Dodge, Daly, Hutton & Sander, 2012). Akan tetapi hal tersebut bukanlah kebahagiaan yang dimaksudkan oleh Aristoteles dalam *nichomachean ethics*. Aristoteles sendiri bahkan menganggap bahwa kebahagiaan *hedonic* merupakan kebahagiaan yang dirasakan oleh binatang (Waterman, 1990). Hal

tersebut dikarenakan kebahagiaan *hedonic* merupakan kebahagiaan yang didapatkan dengan mengikuti prinsip kenikmatan. Hal tersebut sangatlah berbeda dengan kebahagiaan yang dimaksud oleh Aristoteles sebagai pencapaian tertinggi manusia. Hal yang dimaksudkan oleh Aristoteles merupakan kebahagiaan *eudaimonic*, yakni kebahagiaan yang didapatkan dari kesadaran akan potensi individu. Individu akan merasa bahagia apabila mereka mengikuti dan memperoleh tujuan individu serta mengembangkan potensi diri (Baumgardner & Crothers, 2009). Kebahagiaan tersebut juga didapatkan ketika individu dapat memaknai kebahagiaan yang dialaminya (Snyder, Lopez & Pedrotti, 2011). Kedua definisi kebahagiaan tersebut kemudian membuka jalan baru bagi munculnya konsep *well-being* dalam psikologi.

Definisi kebahagiaan *hedonic* kemudian dikembangkan menjadi konstruk psikologis yang kita kenal dengan *subjective well-being*. Konstruk yang disusun oleh Diener dan Suh ini terbagi dalam tiga unsur yang saling berhubungan yakni kehadiran afek positif (*positive affect*), kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan tidak adanya afek negatif (*negative affect*). Afek yang dimaksudkan terkait dengan emosi dan *mood* individu, sedangkan kepuasan hidup merupakan kondisi dimana individu secara kognitif merasa bahwa dirinya telah mencapai apa yang diinginkannya (Diener & Suh dalam Dodge, Daly, Hutton & Sanders, 2012). Hal tersebut menunjukkan bahwa individu dapat merasakan *subjective well-being* apabila dirinya melakukan evaluasi terhadap dirinya secara kognitif maupun afektif (Baumgardner & Crothers, 2009). Maka seseorang dapat dikatakan bahagia apabila mencapai *subjective well-being*. Hal tersebut dikarenakan *subjective well-being*

berasal dari kebahagiaan *hedonic* yang kita kenal juga sebagai kebahagiaan itu sendiri.

Sedangkan pada konsep kebahagiaan *eudaimonic* kemudian berkembang menjadi konstruk psikologis yang bernama *psychological well-being*. Konstruk *psychological well-being* tersebut pertama kali dimunculkan oleh Bradburn pada tahun 1969. Hanya saja konstruk yang dimunculkan oleh Bradburn memiliki kemiripan dengan konstruk *subjective well-being* karena membedakan afek positif dan negatif (Ryff, 1989). Konstruk tersebut kemudian berkembang menjadi suatu alat ukur yang dinamakan *Life Satisfaction Index* (LSI). LSI sendiri tidak menggambarkan kondisi puncak individu seperti yang diharapkan kebahagiaan *eudaimonic*. Hal tersebut kemudian membuat peneliti lain untuk mengembangkan konsep *well-being*, meskipun begitu konsep-konsep tersebut hanya berfokus terhadap evaluasi individu terhadap diri mereka sendiri (Dodge, Daly, Hutton & Sanders, 2012).

Evaluasi terhadap diri sendiri merupakan syarat agar individu dapat mengetahui apakah dirinya bahagia atau tidak. Akan tetapi dalam kebahagiaan *eudaimonic*, kebahagiaan tidak hanya berasal dari evaluasi terhadap diri sendiri semata karena setelah evaluasi dilakukan diperlukan tahap lain yakni tumbuh bersama hasil evaluasi tersebut. Pertumbuhan tersebut kemudian dirumuskan oleh Carol Ryff menjadi model *psychological well-being* yang kita kenal saat ini. Model yang dibangun oleh Ryff merupakan model yang menekankan pada perkembangan individu (Baumgardner & Crothers, 2009).

Model tersebut terdiri dari enam unsur yang saling berhubungan yakni :

1. *Autonomy* atau otonomi, yaitu kemampuan individu untuk dapat mengendalikan dirinya sendiri dan independen. Individu juga mampu bertahan dari tekanan sosial mengenai cara untuk berpikir dan berperilaku. Individu juga mengendalikan perilaku dari dalam dirinya sendiri serta mengevaluasi diri menggunakan standar yang dikembangkan sendiri.
2. *Environmental mastery* atau penguasaan atas lingkungan, yaitu kemampuan untuk menguasai serta mengendalikan lingkungan di sekitarnya. Individu mampu mengendalikan serangkaian aktifitas di luar dirinya yang kompleks. Individu juga mampu menggunakan kesempatan disekitarnya secara efektif serta mampu memilih atau menciptakan situasi yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.
3. *Personal growth* atau pertumbuhan pribadi, yaitu kondisi dimana individu merasakan adanya pertumbuhan yang terus berlanjut. Individu juga melihat dirinya terus bertumbuh dan berkembang. Individu terbuka dengan pengalaman baru dan mampu menyadari potensi dalam dirinya. Individu juga mampu melihat perkembangan dalam diri dan perilakunya seiring berjalannya waktu. Serta berkembang menjadi individu yang lebih mencerminkan pengetahuan akan diri sendiri dan efektif.
4. *Positive relations with others* atau hubungan positif dengan orang lain, yaitu kondisi dimana individu memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan terpercaya dengan orang lain. Individu juga memiliki kekhawatiran dengan kesejahteraan orang lain serta memiliki empati yang kuat. Individu memiliki



kasih sayang dan keintiman serta mengerti konsep menerima dan memberi dalam relasi interpersonal.

5. *Purpose in life* atau tujuan dalam hidup, yaitu kondisi dimana individu memiliki tujuan dalam hidupnya dan mampu mengetahui apa yang baik dan buruk. Individu juga dapat mengetahui makna dalam masa lalu dan kehidupannya saat ini. Individu juga memiliki keyakinan bahwa terdapat tujuan dalam hidupnya serta memiliki tujuan dalam hidupnya.
6. *Self-acceptance* atau penerimaan diri, yaitu kondisi dimana individu memiliki pemikiran positif terhadap dirinya. Individu juga mengetahui dan menerima segala aspek dalam dirinya baik aspek positif maupun negatif serta menerima masa lalu dirinya secara positif.

Model tersebut merupakan model yang paling menggambarkan kondisi individu berdasarkan konsep kebahagiaan *eudaimonic*. Hal tersebut juga tercermin dari banyaknya penelitian lain mengenai *psychological well-being* yang diciptakan oleh Carol Ryff. Model tersebut memunculkan kondisi individu yang berkembang dalam tahap perkembangan dan pengaruh kejadian sehari-hari (Ryff, 2014). Hal tersebut membuat diperlukannya operasionalisasi dari model yang diciptakan Carol Ryff. Carol Ryff sendiri telah mengoperasionalkan model *psychological well-being* yang dirancangnya menjadi sebuah alat ukur yang bernama *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) (Ryff, 1989).

### **B. *Psychological well-being Scale***

*Psychological well-being scale* (PWBS) merupakan skala yang dibuat oleh Carol Ryff (Ryff, 1989). Skala ini merupakan alat ukur yang terdiri dari enam unsur yang saling berkorelasi yakni *autonomy*, *environmental mastery*, *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *self acceptance*. Alat ukur ini pada awalnya terdiri dari 120 item dengan 20 item pada setiap aspeknya (Ryff, 1989). Alat tersebut kemudian berkembang menjadi 84 item dengan 14 item pada setiap aspeknya. Meskipun begitu, alat ukur ini juga memiliki dua bentuk alternatif yakni 54 item dengan 9 item per aspek dan 18 item dengan 3 item per aspek (Ryff, 2014). Tiga bentuk PWBS tersebut memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Hanya saja perlu diketahui bahwa tidak diketahui informasi yang cukup mendalam mengenai bentuk kedua yakni 54 item. Sehingga peneliti hanya dapat memberikan informasi mendetail mengenai 2 bentuk yaitu 84 item dan 18 item. Informasi tersebut dapat dilihat dalam tabel 1

**Tabel 1****Data Psikometrik PWBS**

Aspek	$\alpha$ pada 84 item	Korelasi antara 84 item dengan 120 item	$\alpha$ pada 18 item
AU	0.83	0.97	0.37
EM	0.86	0.98	0.49
PG	0.85	0.97	0.40
PR	0.88	0.98	0.56
PL	0.88	0.98	0.33
SA	0.91	0.99	0.52

Keterangan: AU= *autonomy*, EM= *environmental mastery*, PG= *personal growth*, PR= *positive relations with others*, PL= *purpose in life*, SA= *self acceptance*

Berdasarkan tabel tersebut, dapat dikatakan bahwa bentuk PWBS yang memiliki kualitas psikometri yang baik adalah bentuk 84 item. Sedangkan bentuk 18 item disarankan untuk tidak digunakan dalam penelitian yang membutuhkan kualitas asesmen yang tinggi karena kualitas psikometrik yang tidak terlalu baik. Oleh karena itu penelitian ini akan mengadaptasi PWBS versi 84 item.

Pada kemunculan pertama PWBS, Ryff memeriksa validitas PWBS berdasarkan dua evidensi yakni terkait struktur internal tes dan terkait hubungannya dengan variabel lain. Pada evidensi terkait struktur internal tes, dilakukan analisis korelasi terhadap setiap aspek dalam PWBS. Hasil analisis korelasi dapat dilihat pada Tabel 2

**Tabel 2****Korelasi antar aspek PWBS**

	AU	EM	PG	PR	PL	SA
AU	-					
EM	0.53	-				
PG	0.39	0.46	-			
PR	0.32	0.45	0.57	-		
PL	0.46	0.66	0.72	0.55	-	
SA	0.52	0.76	0.48	0.52	0.72	-

Keterangan: semua korelasi signifikan pada  $p < 0,01$ . AU= *autonomy*, EM= *environmental mastery*, PG= *personal growth*, PR= *positive relations with others*, PL= *purpose in life*, SA= *self acceptance*

Berdasarkan data dari tabel diatas, dapat dilihat bahwa terdapat korelasi yang cukup kuat ( $> 0.70$ ) antar aspek seperti *self acceptance* dengan *environmental mastery*, *self acceptance* dengan *purpose in life*, serta *purpose in life* dengan *personal growth*. Sehingga dapat dikatakan bahwa aspek-aspek tersebut memiliki hubungan yang positif dan kuat.

Kemudian berdasarkan metode evidensi terkait hubungannya dengan variabel lain, Ryff mengukur korelasi PWBS dengan alat ukur lainnya yang secara teoretis dipandang berkorelasi secara positif maupun negatif. Berikut. Berikut hasil korelasi tersebut dapat dilihat dalam tabel 3.

**Tabel 3****Korelasi PWBS dengan alat ukur lainnya**

	LSI	ABS	SE	LEVP	LEVI	LEVC	ZDS	MS
AU	0.26	0.36	0.36	-0.45	0.38	-0.38	-0.38	0.32
EM	0.61	0.62	0.55	-0.47	0.52	-0.46	-0.60	0.62
PG	0.38	0.25	0.29	-0.30	0.38	-0.39	-0.48	0.44
PR	0.43	0.30	0.36	-0.36	0.37	-0.33	-0.33	0.30
PL	0.59	0.42	0.49	-0.37	0.53	-0.46	-0.60	0.55
SA	0.73	0.55	0.62	-0.45	0.49	-0.43	-0.59	-0.59

Keterangan: semua korelasi signifikan pada  $p < 0,01$ . AU= *autonomy*, EM= *environmental mastery*, PG= *personal growth*, PR= *positive relations with others*, PL= *purpose in life*, SA= *self acceptance*, LSI= *Life Satisfaction Index*, ABS= *Affect Balance Scale*, SE= *Self Esteem Scale*, LEVP= *Powerful Others*, LEVI= *Internal*, LEVC= *Chance*, ZDS= *Zung Depression Scale*, MS= *Philadelphia Geriatric Morale Scale*.

Berdasarkan hasil pemeriksaan, dapat dilihat bahwa PWBS memiliki hubungan yang bersifat positif dan konsisten dengan alat ukur yang mengukur fungsi positif manusia. Begitu pula sebaliknya, PWBS memiliki hubungan yang bersifat negatif dan konsisten dengan alat ukur yang mengukur kondisi negatif individu (Ryff, 1989).

Setelah penelitian tersebut, Ryff kembali mengukur struktur internal PWBS. Dalam penelitian berikutnya, Ryff mengukur konstruk PWBS menggunakan model LISREL dimana ditemukan bahwa model tersebut telah fit (Ryff & Keyes, 1995). Hanya saja dalam penelitian ini, Ryff menggunakan bentuk PWBS yang memiliki kekuatan psikometrik yang paling lemah yakni 18 item. Hal tersebut menyebabkan penelitian memiliki kelemahan dalam kekuatan alat ukur (Ryff & Keyes, 1995).

Selain Ryff terdapat pula peneliti-peneliti lain yang mengukur struktur internal PWBS. Dalam penelitian-penelitian tersebut, peneliti berhasil menemukan suatu temuan yang menarik dari penelitian yang dilakukan oleh Springer & Hauser pada 2006. Pada penelitian tersebut, mereka menemukan bahwa terjadi *overlapping* terhadap beberapa unsur dalam PWBS yaitu unsur *purpose in life*, *self acceptance*, *environmental mastery* dan *personal growth*. Penelitian ini merupakan penelitian yang menentang hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Carol Ryff. Selain itu penelitian ini juga dilakukan di Amerika Serikat, negara dimana Ryff mengembangkan konsep *psychological well-being*.

Selain di Amerika Serikat, terdapat peneliti lain yang membawa PWBS pada negara lain yakni Australia. Australia yang merupakan negara dengan bahasa pengantar bahasa Inggris, hal ini menyebabkan PWBS tidak perlu diterjemahkan dalam bahasa lain. Walaupun demikian penelitian ini mendapatkan suatu temuan yang cukup penting dan mendasar, yaitu adanya kebingungan para responden terhadap item-item yang terdapat dalam PWBS (Burns & Machin, 2009). Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun memiliki bahasa yang sama, masyarakat Australia memiliki pemahaman yang berbeda dengan masyarakat Amerika Serikat. Penelitian ini menunjukkan bahwa PWBS memiliki validitas isi yang lemah (Supratiknya, 2014).

Selain pada dua negara dengan bahasa Inggris, penelitian yang berhubungan dengan PWBS juga dilakukan di Spanyol dan Kolombia. Hal tersebut menyebabkan PWBS harus diterjemahkan dan diadaptasi dalam bahasa Spanyol. Penelitian ini menemukan bahwa PWBS telah memiliki 6 dimensi dan telah terbukti secara

empiris melalui metode analisis faktor. Meskipun begitu, sang peneliti meragukan kembali penelitian yang telah dilakukan oleh dirinya. Hal tersebut dikarenakan peneliti hanya menggunakan 6 item pada setiap dimensinya sehingga sang peneliti merasa bahwa adaptasi yang dilakukan olehnya kurang mewakili bentuk aslinya (Dierendonck, Diaz, Rodriguez-Carvajal, Blanco & Moreno-Jimenez, 2007).

Penerjemahan PWBS juga dilakukan di Asia, tepatnya di Pakistan. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2010 ini mengukur validitas dan reliabilitas dari PWBS dalam bahasa Urdu. Hasil penelitian ini memiliki perbedaan dengan hasil penelitian pertama yang dilakukan oleh Ryff yakni dalam hal korelasi antar dimensi. Ketidaksesuaian tersebut terlihat dari korelasi yang rendah antara *autonomy* dengan *purpose in life* serta *positive relations* dengan *self acceptance* (Ansari, 2010). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan konsep *psychological well-being* di antara kebudayaan Pakistan dan Amerika Serikat. Hal ini mendukung pendapat Christopher yang mengatakan bahwa konsep *psychological well-being* yang dirancang oleh Carol Ryff merupakan konsep yang sangat konsisten dengan individualisme Barat (Christopher, 1999).

Penelitian-penelitian tersebut merupakan adaptasi yang telah dilakukan pada PWBS. Adaptasi-adaptasi tersebut dilakukan agar PWBS dapat digunakan dalam budaya lain. Hal tersebut diperlukan karena PWBS merupakan alat ukur yang sangat penting dalam *psychological well-being* (Ryff, 2014). Hal tersebut juga berlaku di Indonesia.

PWBS telah diadaptasi di Indonesia dan peneliti berhasil menemukan minimal 3 bentuk adaptasi PWBS dalam bahasa Indonesia dengan 4 penelitian yang berbeda.

Perbedaan ketiga bentuk adaptasi tersebut adalah jumlah item yang digunakan yakni 21 item (Rusdian, 2012), 24 item (Salina, 2012; Aprianti, 2012), dan 42 item (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013; Werdyaningrum, 2013). Ketiga bentuk adaptasi tersebut dilakukan untuk tujuan penelitian semata. Peneliti menemukan bahwa pada penelitian-penelitian sebelumnya, tidak dilakukan langkah-langkah adaptasi seperti yang dilakukan oleh para peneliti di luar Indonesia. Hal tersebut memunculkan suatu pertanyaan kepada peneliti, yakni bagaimanakah suatu adaptasi dapat dilakukan dengan baik dan benar?

### **C. Prinsip-prinsip adaptasi**

Adaptasi tes merupakan hal yang berbeda dengan penerjemahan tes. Dalam adaptasi tes terdapat serangkaian kegiatan lain selain penerjemahan tes itu sendiri. Kegiatan-kegiatan tersebut merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menentukan apakah sebuah tes dapat mengukur konstruk yang sama pada bahasa dan budaya yang berbeda, menentukan penerjemah, menentukan langkah-langkah yang tepat dalam mempersiapkan bentuk adaptasi, mengadaptasi tes serta memeriksa ekuivalensi hasil adaptasi. Tes yang dimaksud dalam konteks ini merupakan segala bentuk instrumen psikologis dan akademik bahkan survei maupun kuesioner (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004).

Dalam adaptasi tes, terdapat dua kondisi umum yang perlu diperhatikan yakni bias dan ekuivalensi. Bias merupakan faktor yang mengganggu hasil adaptasi sedangkan ekuivalensi merupakan kesamaan antara tes asli dengan hasil adaptasi.



Bias sendiri dikelompokkan menjadi tiga kategori yakni, *construct* bias, *method* bias, dan *item* bias (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004).

*Construct* bias merupakan perbedaan konstruk pada kelompok budaya yang berbeda. Bias ini bersumber pada perbedaan definisi konstruk antar budaya serta perbedaan penggunaan perilaku dalam konstruk yang dimaksud. *Method* bias merupakan segala faktor yang muncul dari aspek metodologi. Pada umumnya *method* bias dibagi menjadi dua yakni *instrument* bias dan *administration* bias. *Instrument* bias merupakan gangguan yang muncul dari instrumen semata yang menyebabkan terjadinya perbedaan skor dan tidak terkait dengan konstruk. Sedangkan *administration* bias merupakan kegagalan komunikasi antara tester dan testee. *Method* bias ini biasanya muncul akibat sampel yang tidak dapat dibandingkan. Selain itu juga bisa terjadi karena adanya perbedaan pemahaman terhadap stimulus, prosedur respon, tipe respon, serta kondisi lingkungan ketika administrasi baik secara fisik maupun sosial. Tipe bias yang terakhir adalah *item* bias yaitu terdapatnya anomali pada item-item. Hal ini biasanya terjadi akibat terjemahan item yang buruk dan/ataupun item yang ambigu serta adanya item yang berkorelasi dengan faktor-faktor (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004).

Bias-bias tersebut dapat diperiksa menggunakan beberapa metode, salah satunya adalah menggunakan metode analisis statistik. Analisis statistik dilakukan dalam dua tahap yakni sebelum dilakukannya pengambilan data dan setelah dilakukannya pengambilan data. Sebelum pengambilan data, peneliti haruslah memerhatikan terlebih dahulu isi dari tes yang akan diadaptasi serta menyesuaikannya dengan budaya setempat. Sedangkan setelah dilakukannya

pengambilan data, peneliti harus menentukan metode analisis data apakah yang harus dilakukan, apakah dalam tahapan mengecek *construct bias* ataupun *item bias*. Metode analisis yang dapat digunakan untuk memeriksa apakah terdapat *construct bias* terdiri dari *exploratory factor analysis*, *confirmatory factor analysis*, *multidimensional scaling*, dan *comparison of nomological networks*. Sedangkan metode yang dapat digunakan untuk memeriksa apakah terdapat *item bias* terdiri dari *data plots*, *standardization*, *mantel-haenszel*, *logistic regression*, *lord's chi-square*, *IRT area*, *IRT likelihood ratio*, dan *SIBTEST* (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004).

Bias-bias tersebut menunjukkan kekurangan yang muncul dalam hasil adaptasi. Hal tersebut berbanding terbalik dengan ekuivalensi. Ekuivalensi merupakan kemampuan hasil adaptasi untuk dapat dibandingkan secara lintas budaya. Terdapat tiga tingkat ekuivalensi yakni *construct equivalence/structural equivalence/functional equivalence*, *measurement unit equivalence*, dan *scalar equivalence/full score equivalence*. *Construct equivalence/structural equivalence/functional equivalence* merupakan kondisi dimana konstruk yang sama digunakan untuk mengukur beberapa kelompok budaya yang berbeda, meskipun tidak diketahui bagaimana konstruk tersebut dibangun. Sedangkan *measurement unit equivalence* merupakan kondisi dimana alat ukur memiliki unit pengukuran yang sama namun memiliki perbedaan dalam interval ataupun rentang sehingga tidak dapat dibandingkan secara langsung. Kemudian *scalar equivalence/full score equivalence* merupakan kondisi dimana alat ukur memiliki unit pengukuran yang

sama dan tidak memiliki perbedaan pada kelompok budaya berbeda (Van de Vijver & Tanzer, 2004).

Prinsip-prinsip tersebut kemudian akan dituangkan kedalam langkah-langkah adaptasi. Langkah-langkah tersebut diatur oleh pedoman yang dirancang oleh *International Test Commission* (ITC). Berikut pedoman adaptasi yang dimaksud

**Tabel 4**

**Pedoman adaptasi oleh ITC**

No	Pedoman	Kategori
1	Efek perbedaan budaya yang tidak relevan atau tidak penting dalam tujuan utama penelitian seharusnya diminimalisir.	<i>Context (isi)</i>
2	Jumlah overlapping dalam konstruk yang diukur oleh tes atau alat ukur pada populasi yang dituju haruslah ditentukan.	
3	Pengembang atau penerbit alat tes harus menjamin bahwa proses adaptasi yang dilakukan telah disesuaikan dengan populasi yang dituju baik secara linguistik maupun budaya.	<i>Text development and adaptation (perkembangan tes dan adaptasi)</i>
4	Pengembang atau pencetak alat tes harus memberikan bukti bahwa bahasa yang digunakan dalam petunjuk, rubrik, dan item dalam tes maupun manual telah sesuai untuk semua budaya dan populasi dimana tes dan instrumen akan diberikan.	
5	Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan bukti bahwa pemilihan teknik pengetesan, format item, penggunaan tes, dan prosedur yang digunakan sudah sering digunakan oleh populasi yang dituju.	

- 6 Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan bukti bahwa konten item dan *stimulus material* sudah cukup dikenal untuk semua populasi yang dituju.
- 7 Pengembang atau penerbit alat tes harus mengimplementasikan bukti penilaian yang sistematis, baik secara linguistik maupun psikologis, untuk meningkatkan akurasi dari proses adaptasi dan mengumpulkan bukti dari kesamaan dalam setiap versi bahasa.
- 8 Pengembang atau penerbit alat tes harus menyakinkan bahwa desain pengumpulan data yang digunakan mengizinkan penggunaan teknik statistik yang sesuai untuk menciptakan kesamaan item dalam versi bahasa yang berbeda dari tes atau instrumen.
- 9 Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan teknik statistik yang sesuai untuk (1) menciptakan kesamaan antara versi yang berbeda pada tes atau instrumen, dan (2) mengidentifikasi komponen atau aspek yang bermasalah pada tes atau instrumen yang mungkin akan tidak sesuai pada satu atau lebih populasi yang dituju.
- 10 Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan informasi terhadap evaluasi validitas dalam semua target populasi untuk versi adaptasi yang dituju
- 11 Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan bukti statistik atas kesamaan pertanyaan kepada semua populasi yang dituju
- 12 Pertanyaan yang tidak memiliki kesamaan antara bentuk-bentuk yang dituju pada populasi-populasi yang berbeda sebaiknya tidak digunakan dalam skala yang umum ataupun dalam membandingkan antar populasi.

Akan tetapi, mereka dapat digunakan untuk mengukur validitas isi dari skor yang dilaporkan dari setiap populasi secara terpisah.

- 13 Pengembang alat tes dan administrator harus mencoba untuk mengantisipasi tipe permasalahan yang dapat muncul, dan mengambil tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah melalui persiapan atas instruksi dan material yang sesuai.
- 14 Administrator tes harus peka atas beberapa faktor yang berkaitan dengan *stimulus material*, prosedur administrasi, dan tipe-tipe respon yang dapat merubah validitas dari kesimpulan yang didapatkan dari skor.
- 15 Aspek-aspek dari lingkungan yang mempengaruhi administrasi tes atau instrumen harus dibuat semirip mungkin pada setiap populasi.
- 16 Instruksi dalam administrasi tes harus bersumber dari bahasa yang dijadikan sebagai target bahasa untuk meminimalisir pengaruh dari sumber yang tidak diinginkan atas variasi pada setiap populasi.
- 17 Manual tes harus menjelaskan semua aspek dari administrasi yang membutuhkan penelitian yang cermat dalam konteks budaya baru.
- 18 Administrator harus rendah hati dan interaksi antara administrator dan responden harus diminimalisir. Peraturan eksplisit yang dijelaskan di dalam manual untuk administrasi haruslah disertakan.
- 19 Ketika tes atau instrumen diadaptasi untuk digunakan pada populasi lain, dokumentasi atas perubahan haruslah disertakan, beserta dengan bukti bahwa memiliki kesamaan.

*Administration*  
(administrasi)

Documentation/  
score  
interpretation

- 20 Perbedaan skor antara sampel dari populasi yang (dokumentasi/  
diadministrasikan tes ataupun instrumen seharusnya interpretasi skor)  
tidak hanya diperiksa dari nilainya semata. Peneliti  
memiliki tanggung jawab untuk membuktikan  
perbedaan dengan bukti empiris
- 21 Perbandingan antar populasi hanya dapat dibuat dalam  
tingkatan yang konstan dimana telah ditetapkan untuk  
skala dimana skor telah dilaporkan.
- 22 Pengembang tes harus memberikan informasi spesifik  
mengenai bagaimana konteks sosio-kultural dan ekologi  
populasi dapat mempengaruhi performa, dan harus  
menyarankan prosedur untuk melaporkan efek-efek  
tersebut dalam menginterpretasikan hasil.

---

Prinsip dan pedoman tersebut menjadi panduan bagi peneliti untuk menyusun langkah-langkah dalam melakukan adaptasi PWBS.

#### **D. Adaptasi PWBS di Indonesia**

Berdasarkan prinsip-prinsip tersebut, kita dapat melihat kembali bagaimanakah adaptasi yang telah dilakukan di Indonesia. Penelitian-penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan sejumlah kekurangan berdasarkan pedoman yang dibuat oleh ITC (ITC, 2010).

Kekurangan pokok yang ditemukan oleh peneliti adalah sebagai berikut. Pertama, pada pedoman 7 mengenai perkembangan dan adaptasi tes. Dalam pedoman ITC (2010) tersebut dinyatakan “Pengembang atau penerbit alat tes harus mengimplementasikan bukti penilaian yang sistematis, baik secara linguistik maupun psikologis, untuk meningkatkan akurasi dari proses adaptasi dan mengumpulkan bukti dari kesamaan dalam setiap versi bahasa.” Pelaksanaan

pedoman tersebut tidak dapat ditemukan oleh peneliti dalam lima penelitian sebelumnya. Penelitian-penelitian sebelumnya hanya menunjukkan bahwa mereka melakukan penerjemahan oleh pihak yang dianggap kompeten dalam bidang penerjemahan (Werdyaningrum, 2013; Salina, 2012; Rusdian, 2012; Aprianti, 2012) dan lembaga bahasa (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013). Data-data tersebut tidaklah menunjukkan suatu penilaian yang bersifat sistematis mengenai adaptasi yang dilakukan.

Kedua, pedoman lain yang dilanggar oleh penelitian-penelitian sebelumnya adalah pedoman nomor 9 yang berbunyi “Pengembang atau penerbit alat tes harus memberikan teknik statistik yang sesuai untuk (1) menciptakan kesamaan antara versi yang berbeda pada tes atau instrumen, dan (2) mengidentifikasi komponen atau aspek yang bermasalah pada tes atau instrumen yang mungkin akan tidak sesuai pada satu atau lebih populasi yang dituju.” Pelanggaran pedoman ini terdapat pada teknik statistik yang digunakan. Para peneliti sebelumnya tidak menggunakan teknik statistik yang disarankan seperti *exploratory factor analysis*, *confirmatory factor analysis*, *multidimensional scalling*, dan *comparison of nomoligal networks* (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004). Teknik-teknik tersebut memang ditujukan untuk memeriksa apakah terdapat *construct bias* ataukah tidak. Akan tetapi teknik tersebut menjadi suatu langkah dasar yang tidak dapat dilepaskan dari proses adaptasi itu sendiri. Teknik-teknik tersebut juga dapat membantu para peneliti untuk melihat apakah terdapat ekuivalensi antara versi adaptasi dengan versi aslinya.

Kedua pelanggaran pokok tersebut mendorong peneliti untuk mengadaptasi ulang PWBS berdasarkan pedoman yang dibuat oleh ITC (2010). Hal tersebut mendorong peneliti untuk menciptakan langkah-langkah adaptasi baru yang lebih terstruktur dan lebih baik.

### **E. Langkah-langkah adaptasi PWBS**

Mengingat kekurangan di atas, maka penelitian ini bertujuan mengadaptasi kembali PWBS versi 84 item lengkap dengan prosedur yang semestinya dengan langkah-langkah seperti yang diuraikan berikut ini :

#### 1. Melakukan proses penerjemahan

Dalam tahap ini, peneliti akan melakukan beberapa tahap penerjemahan sesuai yang dirumuskan oleh Brislin (1970) :

##### a. *Direct translation*

Pada tahap ini peneliti akan menerjemahkan terlebih dahulu PWBS dalam bahasa Indonesia. Penerjemahan tersebut akan dilakukan oleh penerjemah yang memahami bahasa dan budaya Indonesia dan Amerika.

##### b. *Back translation*

Setelah proses pertama dilakukan, hasil terjemahan PWBS diterjemahkan kembali dalam bahasa Inggris oleh penerjemah lainnya yang mengerti bahasa dan budaya Indonesia dan Amerika.

##### c. *Decentering*

Setelah mendapatkan versi *back translation*, peneliti kemudian mencari para penilai (*rater*) yang terdiri dari para pengguna dua bahasa (*bilingual*).



Para penilai akan memeriksa kedua versi PWBS. Para penilai akan memeriksa versi *back translation* dengan versi asli PWBS. Penilai akan membandingkan kedua versi PWBS tersebut dan melaporkan apabila terdapat kesalahan. Kesalahan yang dimaksud merupakan perbedaan kedua versi PWBS baik secara definisi maupun secara konseptual. Perbedaan ini dikhawatirkan akan memunculkan bias dalam adaptasi sehingga diperlukan pemeriksaan yang intensif.

Pada tahap ini, apabila ditemukan banyak kesalahan, peneliti diwajibkan untuk mengulang kembali proses penerjemahan dari poin a.

Tahap-tahap ini dilakukan untuk menghindari munculnya *construct bias*, hal ini dikarenakan dengan adanya proses penerjemahan yang komprehensif maka kemunculan *construct bias* dapat ditekan seminimal mungkin.

## 2. Memeriksa validitas konten

Pada tahap ini, peneliti akan memeriksa validitas konten dari PWBS. Pemeriksaan validitas konten tersebut dilakukan dengan metode *Content Validity Ratio (CVR)*. Pada metode ini, peneliti meminta bantuan para ahli untuk menilai PWBS memiliki item-item yang sudah baik dan sesuai dengan konstruk PWBS itu sendiri.

## 3. Melakukan penyebaran data

Pada tahap ini, peneliti akan menyebar PWBS yang telah diadaptasi pada sejumlah responden. Responden yang dituju merupakan responden berumur 18 tahun ke atas dan memiliki pendidikan terakhir minimal berupa SMA. Selain itu jumlah responden yang ingin dicapai adalah sekitar 300 subjek.

4. Melakukan analisis statistik untuk memeriksa *construct bias*

Pada tahap ini, peneliti akan melakukan analisis faktor terhadap data PWBS.

Hal tersebut diperlukan untuk mengetahui apakah konstruk PWBS yang disusun oleh Ryff dapat digunakan di Indonesia. Setelah mengetahui hasil tersebut, peneliti akan berusaha untuk mendapatkan data penelitian di negara lain untuk melihat apakah terdapat ekuivalensi antara PWBS versi Indonesia dengan versi bahasa lain. Metode ini dipilih karena dengan metode ini peneliti dapat memeriksa terlebih dahulu konstruk dari PWBS. Setelah pemeriksaan konstruk selesai dilakukan, peneliti akan memeriksa kembali item-item dalam PWBS. Setelah pemeriksaan tersebut, maka peneliti akan membandingkan hasil pemeriksaan dengan hasil dari budaya lain. Hanya saja data dari budaya lain merupakan analisis tambahan yang akan dilakukan peneliti.

Tahap-tahap tersebut merupakan tahap adaptasi yang akan dilakukan dalam penelitian ini. Tahap-tahap ini merupakan tahap yang disesuaikan dengan pedoman yang dibuat oleh ITC (ITC, 2010). Hal tersebut diharapkan dapat memberikan suatu alat ukur baru yang dapat digunakan dengan baik di Indonesia.

## BAB III

### Metode Penelitian

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan adaptasi sebuah alat ukur psikologis yang bernama *Psychological Well-Being Scale* (PWBS). Adaptasi meliputi kegiatan penerjemahan dan pemeriksaan konstruk alat ukur pada budaya yang berbeda, dimana kegiatan-kegiatan tersebut dilakukan untuk menemukan suatu kondisi yang dinamakan *equivalence* (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004).

Adaptasi ini menggunakan metode kualitatif maupun kuantitatif. Metode kualitatif yang dilakukan pada proses adaptasi ini dilakukan pada tahap penerjemahan dan *decentering*. Pada tahap penerjemahan, peneliti meminta bantuan para ahli bahasa untuk menerjemahkan PWBS. Setelah penerjemahan dilakukan, peneliti meminta bantuan para pengguna dua bahasa (*bilingual*) untuk memeriksa kualitas penerjemahan PWBS secara kualitatif.

Setelah tahap kualitatif selesai dilaksanakan, peneliti kemudian melanjutkan penelitian pada tahap kuantitatif. Pada tahap kuantitatif, peneliti memeriksa bias dan ekuivalensi yang terdapat dalam hasil adaptasi (Hambleton, Merenda & Spielberger, 2004). Teknik pemeriksaan yang digunakan merupakan teknik pemeriksaan *construct bias* menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA).

#### B. Identifikasi Variabel

Variabel utama dalam penelitian ini adalah *psychological well-being* sebagaimana dirumuskan oleh Ryff dan diukur dengan PWBS yang diciptakannya.

### C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan penjelasan atas satu konsep secara prosedural agar dapat digunakan untuk menghasilkan dan mengukur konsep tersebut (Shaughnessy, Zechmeister & Zechmeister, 2012). Menurut Stangor (2007), definisi operasional merupakan sebuah pernyataan yang bersifat pasti mengenai bagaimana sebuah variabel konseptual dapat diukur atau dimanipulasi.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti mencoba untuk merumuskan definisi operasional variabel penelitian berdasarkan rumusan sang pembuat alat ukur. Berikut merupakan rumusan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan rumusan Carol Ryff.

#### ***Psychological Well-being***

*Psychological well-being* merupakan suatu kondisi dimana individu melakukan evaluasi terhadap dirinya sendiri dan dapat berkembang berdasarkan evaluasi tersebut. Kondisi tersebut ditandai ketika individu memiliki kemandirian, hubungan positif dengan orang lain, penerimaan diri, penguasaan atas lingkungan, pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup. Keenam kondisi tersebut, merupakan dimensi-dimensi yang menyusun *psychological well-being* (Ryff, 1989, 1995).

Berikut merupakan definisi dari dimensi-dimensi *psychological well-being* menurut Ryff (1995):

#### **1. Otonomi (*autonomy*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang dapat mengendalikan dirinya sendiri dan independen. Individu juga mampu bertahan dari tekanan sosial mengenai cara berpikir dan

berperilaku, serta mengendalikan perilaku dari dalam dirinya sendiri serta mengevaluasi diri menggunakan standar yang dikembangkannya sendiri.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang memiliki perhatian khusus atas ekspektasi dan evaluasi-evaluasi dari orang-orang lain. Individu juga bergantung kepada keputusan-keputusan orang lain untuk membuat keputusan yang penting, serta berpikir dan bertindak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh tuntutan sosial.

## **2. Penguasaan atas lingkungan (*environmental mastery*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang mampu menguasai serta mengendalikan lingkungan di sekitarnya. Individu juga mampu mengendalikan serangkaian aktifitas di luar dirinya yang kompleks, mampu menggunakan kesempatan di sekitarnya secara efektif, serta mampu memilih atau menciptakan situasi yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang memiliki kesulitan dalam menangani permasalahan sehari-hari. Individu juga merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan lingkungan sekitarnya, tidak menyadari mengenai kesempatan-kesempatan di sekitarnya, serta kurangnya kemampuan untuk mengendalikan dunia di luar dirinya.

## **3. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang merasakan adanya pertumbuhan yang terus berlanjut. Individu juga melihat dirinya terus bertumbuh dan berkembang, terbuka dengan

pengalaman baru dan mampu menyadari potensi dalam dirinya. Individu juga mampu melihat perkembangan dan perilakunya seiring berjalannya waktu, serta berkembang menjadi individu yang lebih mencerminkan pengetahuan akan diri sendiri dan efektif.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang merasakan adanya stagnansi dalam dirinya dan kurang memiliki kebutuhan untuk berkembang atau memperluas dirinya seiring berjalannya waktu. Individu juga merasa bosan dan tidak tertarik dengan hidup serta merasa tidak mampu mengembangkan sifat atau perilaku baru.

#### **4. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan terpercaya dengan orang lain. Individu juga memiliki kekhawatiran dengan kesejahteraan orang lain serta memiliki empati yang kuat. Individu memiliki kasih sayang dan keintiman serta mengerti konsep menerima dan memberi dalam relasi interpersonal.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang memiliki sedikit hubungan yang dekat dan saling percaya dengan orang lain. Individu juga merasa kesulitan untuk hangat, terbuka, dan peduli mengenai orang lain. Individu juga merasa frustrasi dan terisolasi dalam hubungan interpersonal serta tidak ingin membuat perjanjian untuk mempertahankan suatu ikatan yang penting dengan orang lain.

### **5. Tujuan hidup (*purpose in life*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki tujuan dalam hidupnya dan mampu mengetahui apa yang baik dan buruk. Individu juga dapat mengetahui makna dalam masa lalu dan kehidupannya saat ini serta memiliki keyakinan bahwa terdapat tujuan dalam hidupnya serta memiliki tujuan dalam hidupnya.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang kemampuan yang kurang dalam memaknai hidup. Individu juga memiliki sedikit tujuan atau harapan, memiliki kemampuan untuk melihat kedepan yang rendah. Individu tidak melihat tujuan dalam masa lalunya serta tidak memiliki keyakinan bahwa hidup memiliki makna.

### **6. Penerimaan diri (*self-acceptance*)**

Individu yang memiliki skor yang tinggi pada dimensi ini dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki pemikiran positif terhadap dirinya. Individu juga mengetahui dan menerima segala aspek dalam dirinya baik aspek positif maupun negatif serta menerima masa lalu dirinya secara positif.

Sedangkan apabila individu memiliki skor yang rendah pada dimensi ini merupakan individu yang merasa tidak puas dengan dirinya. Individu juga merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi di masa lalu, serta merasa khawatir dengan beberapa kualitas personal sehingga berharap dirinya merupakan individu yang berbeda dari dirinya saat ini.

#### D. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti memiliki dua kategori subjek untuk dua tahap penelitian yang berbeda yaitu tahap penerjemahan dan *decentering* serta tahap pemeriksaan bias dan ekuivalensi. Pada tahap penerjemahan dan *decentering*, peneliti menggunakan jasa tiga orang ahli bahasa dan tiga orang *bilingual* sebagai subjek dan pemeriksa hasil penerjemahan.

Pada tahap pemeriksaan bias dan ekuivalensi, peneliti terlebih dahulu harus menentukan populasi dan sampel penelitian. Populasi penelitian yang digunakan adalah semua individu yang telah berada dalam tahap perkembangan dewasa awal hingga lanjut usia dan berada di Indonesia. Berdasarkan populasi tersebut, kemudian peneliti mengambil sampel penelitian berupa para individu yang berada dalam tahap perkembangan dewasa awal hingga lanjut usia yang berada di provinsi Yogyakarta dan sekitarnya.

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik pengambilan sampel nonprobabilitas khususnya *convenience* sampling. Metode ini dipilih karena memudahkan peneliti dalam mendapatkan subjek penelitian (Noor, 2011). Subjek yang dipilih kemudian dikelompokkan dalam beberapa kelompok yaitu agama, pekerjaan, pendidikan terakhir, suku bangsa, dan status hubungan.

#### E. *Psychological Well-being Scale (PWBS)*

*Psychological well-being scale* (PWBS) merupakan suatu alat ukur psikologis yang terdiri dari enam dimensi yang terdiri dari otonomi (*autonomy*), penguasaan atas lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*),



hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), Tujuan hidup (*purpose in life*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Keenam dimensi ini disusun menjadi enam sub skala yang menyusun PWBS. PWBS sendiri dapat dikatakan sebagai sebuah instrumen *self-report* yang disusun dari pengacakan dan penggabungan enam buah sub skala tersebut. Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS merupakan suatu skala multidimensional dengan dimensi yang saling berkorelasi. Sifat tersebut menunjukkan bahwa dalam penggunaannya PWBS tidak dapat dibaca sebagai satu kesatuan, namun sebagai enam sub skala yang saling berkaitan.

Berdasarkan bentuk skala, PWBS merupakan suatu skala Likert dengan enam pilihan jawaban. Enam pilihan jawaban tersebut terdiri dari STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), ATS (Agak Tidak Setuju), AS (Agak Setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Keenam pilihan jawaban tersebut memiliki penilaian yang berbeda pada dua tipe item yakni item *favorable* dan *unfavorable*. Dalam item *favorable*, STS bernilai 1, TS bernilai 2, ATS bernilai 3, AS bernilai 4, S bernilai 5, dan SS bernilai 6. Sedangkan pada item *unfavorable*, berlaku sebaliknya dimana STS bernilai 6, TS bernilai 5, ATS bernilai 4, AS bernilai 3, S bernilai 2, dan SS bernilai 1.

Setelah didapatkan skor, PWBS kemudian diinterpretasikan dengan cara melihat skor total PWBS. Skor total PWBS kemudian dipecah dalam enam sub skala tersebut. Akan tetapi PWBS tidak memiliki norma yang baku mengenai apakah skor yang didapatkan subjek tinggi atau rendah. Ryff menyarankan kepada para peneliti untuk menggunakan distribusi data yang dimiliki sebagai patokan

apakah skor yang didapatkan subjek tinggi ataukah rendah. Penggunaan distribusi dapat menggunakan dua cara yakni menggunakan kuartil maupun menggunakan standar deviasi.

PWBS memiliki kualitas psikometrik yang baik, khususnya dalam versi 14 item pada enam sub skala atau 84 item. Hal tersebut terlihat dari reliabilitas yang dimiliki oleh sub skala PWBS yakni 0,83 pada otonomi (*autonomy*), 0,86 pada penguasaan atas lingkungan (*environmental mastery*), 0,85 pada pertumbuhan pribadi (*personal growth*), 0,88 pada hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), 0,88 pada tujuan hidup (*purpose in life*), dan 0,91 pada penerimaan diri (*self-acceptance*).

#### **F. Langkah-langkah Adaptasi**

PWBS sendiri akan diadaptasi menggunakan pedoman yang dirumuskan oleh *International Test Commission* (ITC) (ITC, 2010). Pedoman tersebut dibuat dalam rangka memunculkan suatu metode yang terstandarisasi serta dapat menekan kemunculan bias dan meningkatkan ekuivalensi dari suatu adaptasi. Bias dan ekuivalensi merupakan permasalahan utama yang sangat sering muncul dalam adaptasi. Bias merupakan ketidaksesuaian yang muncul antara alat ukur hasil adaptasi dengan alat ukur versi aslinya. Sedangkan ekuivalensi merupakan kesesuaian dalam tingkat pengukuran sehingga skor alat ukur hasil adaptasi dengan alat ukur versi aslinya dapat dibandingkan (Hambleton, Mereda & Spielberger, 2004).

Suatu hasil adaptasi dapat dikatakan bebas dari bias apabila konsisten antara hasil adaptasi dengan versi aslinya. Konsistensi tersebut diperiksa dalam tiga tingkatan yaitu konsistensi konstruk, konsistensi administrasi, dan konsistensi item. Pemeriksaan tersebut dilakukan dengan menggunakan beberapa cara seperti penerjemahan yang baik dan analisis statistik yang cukup mendalam mengenai konstruk maupun item dalam adaptasi yang dilakukan. Apabila pemeriksaan tersebut menunjukkan bahwa terdapat inkonsistensi, maka dapat dikatakan bahwa terdapat bias dalam adaptasi yang dilakukan (Hambleton, Mereda & Spielberger, 2004). Di sisi lain, apabila didapatkan hasil yang konsisten, maka dapat dikatakan bahwa terdapat ekuivalensi antara hasil adaptasi dengan versi asli. Ekuivalensi yang muncul tersebut merupakan ekuivalensi pada tingkat *construct equivalence*. Hal tersebut dikarenakan ekuivalensi ini menekankan mengenai kesamaan konstruk antara alat ukur versi asli dengan alat ukur adaptasi (Van de Vijver & Tanzer, 2004).

Berdasarkan pertimbangan akan bias dan ekuivalensi, peneliti kemudian merumuskan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam rangka menghilangkan kemunculan dari bias dan memunculkan ekuivalensi dari adaptasi. Langkah-langkah tersebut terdiri dari dua bagian yakni pemeriksaan sebelum pengambilan data dan pemeriksaan setelah pengambilan data. Pada pemeriksaan sebelum pengambilan data, peneliti mencoba untuk menyusun suatu adaptasi yang baik secara bahasa dan konten. Hal tersebut dikarenakan dapat menurunkan potensi terjadinya bias dalam hasil adaptasi. Pemeriksaan ini dilakukan pada tahap pertama hingga tahap keempat adaptasi. Sedangkan pada pemeriksaan setelah pengambilan data, peneliti dapat memeriksa apakah adaptasi yang dilakukan bias ataukah tidak.

Pemeriksaan ini dilakukan pada tahap kelima dari adaptasi yang dilakukan. Berikut merupakan tahapan dari proses yang akan dilakukan peneliti :

### **1. *Direct-translation***

Pada tahap ini, peneliti akan menerjemahkan PWBS dalam bahasa Inggris menjadi PWBS dalam versi bahasa Indonesia. Proses penerjemahan menggunakan jasa dari penerjemah dari lembaga bahasa Universitas Sanata Dharma. Proses penerjemahan ini dilakukan sepenuhnya oleh sang penerjemah yang telah mengenal budaya Amerika dan Indonesia. Setelah didapatkan hasil terjemahan, peneliti kemudian melanjutkan adaptasi pada tahap berikutnya, yaitu *back-translation*.

### **2. *Back-translation***

Pada tahap ini, peneliti akan menerjemahkan kembali PWBS versi bahasa Indonesia kembali menjadi bahasa Inggris. Proses penerjemahan ini menggunakan jasa penerjemah yang merupakan lulusan jurusan pendidikan bahasa Inggris universitas Sanata Dharma. Proses penerjemahan ini dilakukan sepenuhnya oleh sang penerjemah. Setelah didapatkan hasil terjemahan, peneliti kemudian melanjutkan adaptasi pada tahap berikutnya.

### **3. *Decentering* (Generalisasi konsep dan bahasa dari dua budaya yang berbeda)**

Pada tahap ini, peneliti akan membandingkan PWBS versi asli dengan PWBS hasil *back-translation*. Perbandingan tersebut dilakukan oleh para *native speaker* yang telah dipilih oleh peneliti.

Para *native-speaker* menentukan apakah terdapat ekuivalensi antara hasil *back-translated* dengan bentuk asli penelitian. Hasil penilaian tersebut akan

menunjukkan apakah PWBS yang telah diterjemahkan memiliki kesetaraan dengan PWBS versi aslinya. Apabila tidak ditemukan kesetaraan maka peneliti harus memeriksa kembali hasil terjemahan *direct translation* yang telah dilakukan.

#### 4. Pemeriksaan validitas konten

Pada tahap ini, peneliti akan memeriksa validitas konten dari PWBS dengan menggunakan *content validity ratio* (CVR). CVR merupakan suatu analisis data yang digunakan untuk memeriksa kesesuaian isi tes dengan konstruk yang ada atau yang dikenal juga sebagai validitas terkait isi tes. Analisis ini telah dikembangkan oleh Lawshe (1975). Pada pendekatan ini, peneliti akan meminta bantuan dari para ahli khususnya ahli psikologi untuk memeriksa item dari skala yang peneliti gunakan. Para ahli akan diminta untuk memeriksa setiap item dari skala peneliti dan memberikan penilaian terhadap item-item tersebut. Penilaian yang diberikan akan dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu (1) esensial, (2) berguna tapi tidak esensial, (3) tidak penting. Apabila item dalam skala merupakan representasi yang baik mengenai konstruk penelitian, maka akan diberikan nilai esensial. Sedangkan semakin rendah tingkat representasi, maka penilai dapat memberikan nilai berguna tapi tidak esensial atau bahkan tidak penting.

Setelah mendapatkan hasil dari para ahli, hasil tersebut kemudian dimasukkan ke dalam rumus CVR yaitu :

$$CVR = \frac{n_e - N/2}{N/2}$$

Keterangan :

$n_e$  = jumlah anggota panelis yang memilih esensial

$N$  = jumlah total anggota panelis

Pada CVR yang digunakan dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan dua orang panelis. Karena hanya menggunakan dua orang panelis sehingga peneliti memerlukan nilai CVR minimal 0,99 untuk dapat mengatakan bahwa item yang diperiksa memiliki validitas terkait isi tes yang baik.

Apabila tidak mencapai nilai yang diinginkan, peneliti akan melakukan revisi terhadap bentuk adaptasi yang telah dilakukan dan melakukan CVR kembali.

#### **5. Pemeriksaan *construct bias* pada PWBS dalam rangka ekuivalensi**

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengambilan data. Setelah data terkumpul, peneliti kemudian melakukan pemeriksaan terhadap ekuivalensi hasil adaptasi.

Pemeriksaan ekuivalensi dilakukan dengan cara melihat apakah konstruk yang digunakan mengandung bias atau tidak. Pemeriksaan konstruk tersebut dilakukan dengan menggunakan metode analisis faktor.

Analisis faktor yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *confirmatory factor analysis* (CFA). CFA memiliki kemiripan dengan *explanatory factor analysis* (EFA), hanya saja CFA bersifat konfirmatori atau menjelaskan struktur dari variabel laten yang terdapat dalam variabel yang diteliti (Furr & Bacharach, 2014).

Pemeriksaan dengan CFA dapat dilakukan dengan cara membandingkan hasil CFA PWBS adaptasi dengan CFA PWBS asli. Hasil adaptasi akan dikatakan bebas dari *construct bias* apabila terdapat konsistensi antara hasil adaptasi dengan versi aslinya (Hambleton, Mereda & Spielberger, 2004). Hasil adaptasi akan dikatakan ekuivalen apabila model CFA PWBS adaptasi memiliki kesamaan dengan model CFA PWBS asli. Hal tersebut dikarenakan apabila terdapat kesamaan model, maka

dapat dikatakan tidak ada bias dan apabila tidak terdapat bias maka terdapat ekuivalensi (Van de Vijver & Tanzer, 2004).

Selain memeriksa ekuivalensi, CFA juga dapat digunakan untuk memeriksa validitas berdasarkan evidensi struktur internal tes. CFA sendiri dapat memeriksa hirarki model suatu konstruk. Hirarki model yang dimaksud peneliti adalah *first-order factor model* dan *second-order factor model*. *First-order factor model* adalah ketika kovarian antara variabel yang diukur dijelaskan dalam satu tingkatan faktor. Sedangkan *second-order factor model* adalah ketika model yang disusun dalam dua tingkatan faktor, hal tersebut dikarenakan terdapat beragam variabel laten yang menyusun variabel utama yang diukur.

Pada umumnya, CFA diestimasi dengan melihat apakah model yang digunakan merupakan model yang fit atau tidak. Menurut Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham (2006), terdapat tiga parameter yang digunakan untuk memeriksa apakah suatu model dapat dikatakan fit atau tidak. Berikut merupakan penjelasan dari parameter yang digunakan

**Tabel 5**

**Parameter CFA**

No	Parameter	Syarat Parameter yang dibutuhkan
1	<i>Chi-Squared</i> ( $\chi^2$ )	$\geq 0,90$
2	<i>Goodnes Fit Index</i> (GFI)	$\geq 0.90$
3	<i>Root Mean Square Error Approximation</i> (RMSEA)	$\leq 0.07$

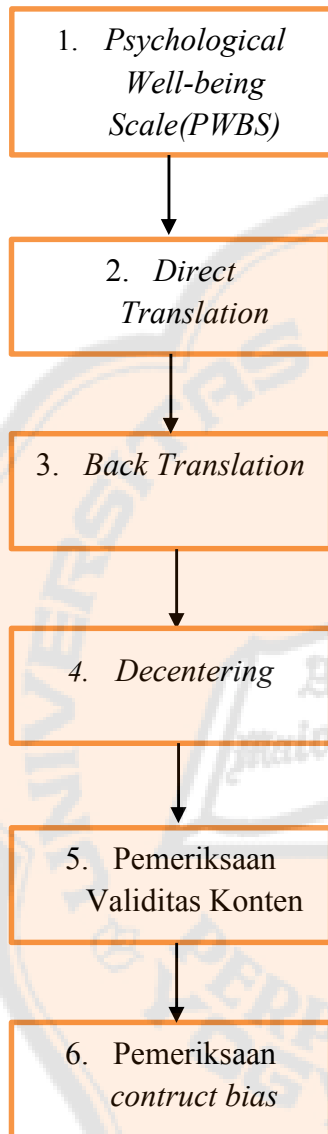
Hasil pemeriksaan ketiga parameter tersebut tidaklah mutlak. Hal tersebut dikarenakan peneliti dapat melakukan *modification indices*. *Modification indices* merupakan metode dalam CFA yang menunjukkan beberapa jalur yang secara spesifik dapat meningkatkan model yang tidak fit (Furr & Bacharach, 2014). *Modification indices* akan dilakukan apabila model yang disusun merupakan model yang tidak fit.

Berdasarkan tahapan-tahapan tersebut, peneliti akan mengetahui apakah adaptasi yang dilakukan peneliti memiliki ekuivalensi pada tahap *construct equivalence* dan tidak mengandung *construct bias* (Hambleton, Mereda & Spielberger, 2004). Tahapan-tahapan tersebut juga akan memberikan informasi mengenai validitas PWBS adaptasi, baik validitas terkait isi serta validitas terkait struktur internal tes.

Setelah mengetahui validitas PWBS adaptasi, peneliti ingin memeriksa reliabilitas yang dimiliki oleh PWBS adaptasi. Pemeriksaan reliabilitas sendiri akan dilakukan menggunakan pendekatan *alpha cronbach*. Pendekatan ini merupakan pendekatan koefisien yang didasarkan pada hubungan antar skor pada masing-masing item atau antara skor pada sekelompok item dalam tes yang datanya diperoleh dari satu kali pengadministrasian tes pada sekelompok subjek (Supratiknya, 2014). Pendekatan koefisien konsistensi internal yang biasa kita kenal dengan koefisien *alpha Cronbach* ( $\alpha$ ) dikatakan baik apabila bergerak dari angka 0,60 hingga 0,90 (Aron, Coups & Aron, 2013).



Berikut merupakan bagan langkah-langkah adaptasi yang dilakukan



Keterangan :

1. *Psychological Well-being Scale* : merupakan skala yang akan diadaptasi dalam penelitian ini
2. *Direct Translation* : proses penerjemahan PWBS dari bahasa Inggris menjadi bahasa Indonesia
3. *Back Translation* : proses penerjemahan hasil *direct translation* menjadi bahasa Inggris
4. *Decentering* : proses perbandingan hasil *back translation* dengan versi asli untuk menghilangkan perbedaan konteks budaya dalam keduanya
5. Pemeriksaan validitas konten : proses pemeriksaan validitas konten menggunakan metode CVR (*Content Validity Ratio*)
6. Pemeriksaan *construct bias* : proses pemeriksaan *construct bias* menggunakan CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) untuk melihat ekuivalensi

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini merupakan adaptasi PWBS yang dilakukan dengan tahap-tahap adaptasi yang telah disusun di bab sebelumnya. Tahapan tersebut terdiri dari *direct translation*, *back translation*, *decentering*, CVR, dan pemeriksaan *construct bias* dalam rangka ekuivalensi. Tahap-tahap tersebut merupakan rangkaian proses adaptasi yang berlangsung selama kurang lebih 7 bulan. Berikut merupakan rincian pelaksanaan penelitian.

**Tabel 6**  
**Rincian Jadwal Pelaksanaan Penelitian**

No	Bulan	Tanggal	Kegiatan
1	Juli	1-7	<i>Direct translation</i>
2	Agustus	11-15	<i>Back translation</i>
3	Oktober	5-7	<i>Decentering</i> rater pertama
4	Oktober	12-25	<i>Decentering</i> rater kedua
5	November	11-25	Revisi <i>back translation</i>
6	Desember	9-18	CVR
7	Desember-Februari	15-1	Pemeriksaan <i>construct bias</i> dalam rangka ekuivalensi

## B. Hasil adaptasi

Berikut merupakan hasil dari setiap tahapan adaptasi yang telah dilakukan.

### 1. *Direct translation*

Pada tahap ini, peneliti telah mendapatkan hasil terjemahan bahasa Indonesia pertama mengenai PWBS. Proses ini dilakukan oleh para penerjemah yang berada di lembaga bahasa Sanata Dharma. Para penerjemah juga merupakan dosen pendidikan bahasa Inggris universitas Sanata Dharma. Hasil terjemahan tersebut terdapat pada lampiran 2.

### 2. *Back translation*

Pada tahap ini, peneliti mendapatkan hasil penerjemahan ulang PWBS versi Indonesia menjadi PWBS Indonesia. *Back translation* ini dilakukan oleh sarjana pendidikan bahasa Inggris universitas Sanata Dharma. Hasil *back translation* terdapat pada lampiran 3.

### 3. *Decentering* (Generalisasi konsep dan bahasa dari dua budaya yang berbeda)

Pada tahap ini, peneliti mendapatkan hasil pemeriksaan item yang menunjukkan bahwa terdapat banyak item yang tidak memiliki ekuivalensi antara PWBS hasil *back translation* dengan PWBS versi asli. Proses *decentering* ini dilakukan oleh dua orang native speaker yang telah tinggal cukup lama di Indonesia dan menguasai bahasa dan budaya Indonesia. Hasil pemeriksaan dapat dilihat pada lampiran 4. Apabila ditemukan ketidak sesuaian antara kedua versi, maka peneliti perlu memeriksa kembali hasil terjemahan pada tahap sebelumnya baik *direct translation* maupun *back translation*. Pemeriksaan akan dilakukan

apabila salah satu penilai mengatakan adanya ketidak sesuaian, apabila kedua penilai mengatakan sesuai maka terjemahan sudah dianggap baik.

Hasil pemeriksaan tersebut menunjukkan bahwa terdapat ketidak sesuaian antara versi asli dengan hasil *back translation*. Hal tersebut menuntut peneliti untuk melakukan revisi terhadap hasil *direct translation*. Revisi tersebut dilakukan dengan bantuan seorang bilingual yang telah menguasai konsep *psychological well-being*. Hasil revisi tersebut kemudian menjadi bentuk final PWBS yang digunakan dalam penelitian ini. Hasil revisi dapat dilihat pada lampiran 5.

#### 4. Pemeriksaan validitas konten

Setelah melewati proses penerjemahan dan *decentering*, PWBS adaptasi kemudian diperiksa validitas terkait isi tes terlebih dahulu. Hal tersebut dilakukan agar peneliti dapat mendapatkan alat ukur yang memiliki validitas terkait isi tes yang baik.

Pendekatan yang digunakan dalam pemeriksaan validitas ini adalah *content validity ratio* (CVR). Pada pendekatan ini, peneliti meminta bantuan dua orang dosen fakultas psikologi universitas Sanata Dharma sebagai *rater*. Kedua rater diminta untuk memeriksa dan memberikan penilaian apakah setiap item dalam PWBS adaptasi dapat menjelaskan definisi operasional dari *psychological well-being*. Hasil rating kedua *rater* kemudian akan dibandingkan dengan menggunakan CVR.

Hasil pemeriksaan kedua rater menunjukkan bahwa setiap item dalam PWBS memiliki angka sebesar 1. Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS adaptasi memiliki validitas isi yang baik. Hasil CVR dapat dilihat pada lampiran 7.

#### 5. Pemeriksaan *construct bias* dalam rangka ekuivalensi

Setelah didapatkan PWBS dengan validitas isi yang baik, peneliti kemudian menyusun bentuk final PWBS untuk pengambilan data di lapangan. Bentuk final PWBS dapat dilihat pada lampiran 8.

Data-data yang didapatkan peneliti kemudian diperiksa untuk melihat apakah terdapat *construct bias* atau tidak. Pemeriksaan *construct bias* dilakukan dengan metode *confirmatory factor analysis* (CFA). CFA digunakan untuk melihat apakah aspek-aspek dalam PWBS versi adaptasi dapat dikonfirmasi sesuai dengan aspek yang dimiliki oleh PWBS. CFA ini sendiri dibuat dalam dua model yaitu *first order* model dan *second order* model.

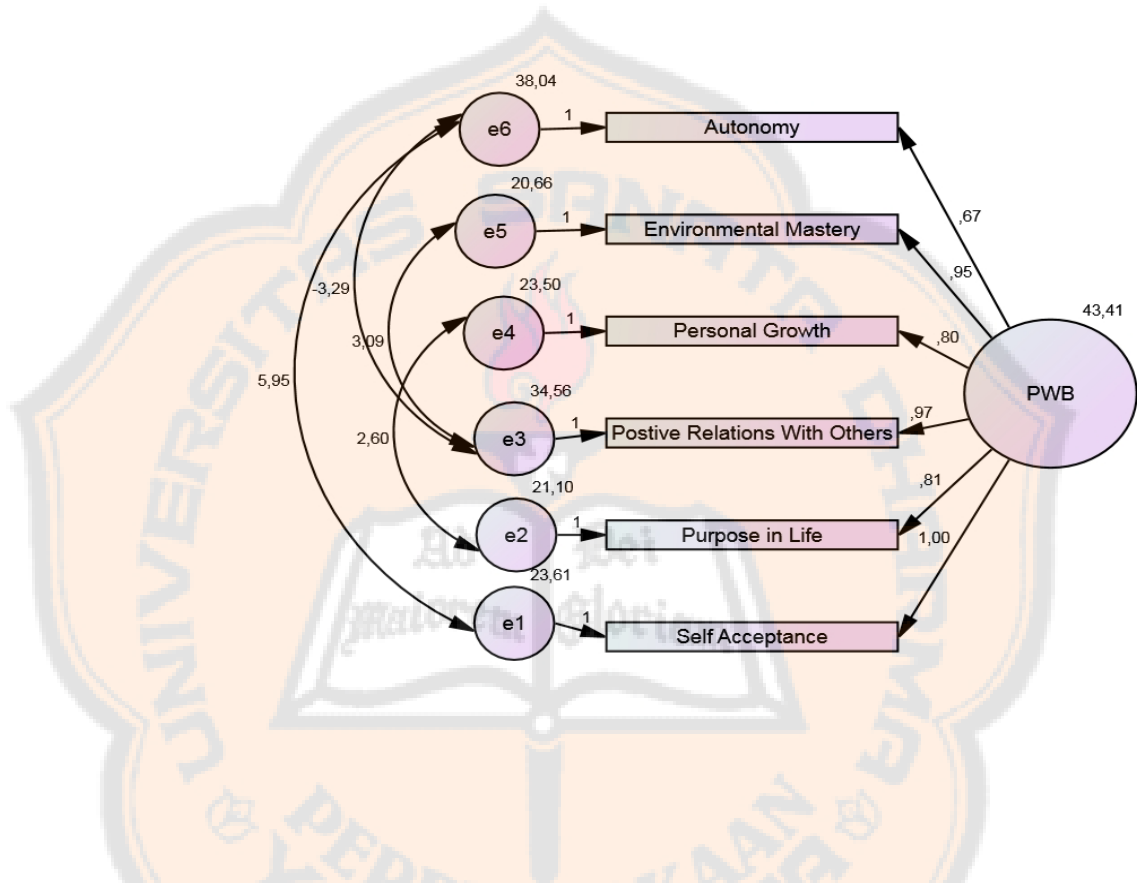
Model pertama merupakan model *second order* yang disusun dengan menjadikan 84 item dalam PWBS sebagai variabel *observed* dan menjadikan enam aspek PWBS sebagai variabel laten yang digunakan. Sedangkan model kedua merupakan model *first order* yang disusun dengan menjadikan skor total keenam aspek PWBS sebagai variabel *observed* yang digunakan. Berikut merupakan hasil pemeriksaan kedua model tersebut.

**Tabel 7****Hasil pemeriksaan CFA (N=373)**

<b>Model</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p.</b>	<b>GFI</b>	<b>RMSEA</b>
<i>Second order</i>	8281.224	0.0000	0.483	0.062
<i>First order</i>	29.023	0.001	0.974	0.077

Keterangan :  $\chi^2$  = *chi square*; p. = signifikansi *chi square* ; GFI = *Goodness Fit Index*; RMSEA = *Rooted Mean Square Error Approximation*

Hasil yang ditunjukkan pada tabel 7 menunjukkan bahwa kedua model yang disusun peneliti merupakan model yang tidak fit. Model yang tidak fit tersebut menunjukkan bahwa model konstruk yang dimiliki PWBS versi adaptasi tidak sesuai dengan model PWBS versi aslinya seperti yang dirumuskan oleh sang pembuat yakni Carol Ryff. Namun model yang tidak fit tidak berarti bahwa hasil adaptasi PWBS tidak valid, hanya saja diperlukan modifikasi terhadap model yang sudah ada. Peneliti kemudian mencoba untuk melakukan *modification indices* berdasarkan panduan aplikasi statistik *IBM AMOS 21*. Berikut merupakan bentuk *modification indices* yang dilakukan peneliti



Hasil *modification indices* tersebut menghasilkan model yang fit dengan nilai skor *chi square* sebesar 3690 ( $p=0.595$ ), (GFI) = 0.997, dan (RMSEA) = 0.000. Hanya saja dalam model tersebut terdapat hubungan antara aspek *autonomy* dengan *self acceptance*, *purpose in life* dengan *personal growth*, *positive relations with others* dengan *environmental mastery*, dan *positive relations with others* dengan *autonomy*.

Model tersebut memiliki perbedaan dengan model yang dimiliki PWBS asli yang disusun oleh sang pembuat sebelumnya, Carol Ryff. Struktur PWBS asli yang disusun Ryff merupakan model yang tidak memiliki hubungan antar aspek. Hubungan antar aspek yang muncul dalam PWBS adaptasi menunjukkan bahwa terdapat aspek yang saling mempengaruhi secara langsung sehingga aspek tersebut dapat memprediksi aspek lainnya.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa PWBS adaptasi memiliki *construct bias* dan tidak memiliki ekuivalensi pada tingkat *construct equivalence*. Akan tetapi, model yang fit menunjukkan bahwa PWBS adaptasi merupakan alat ukur yang valid berdasarkan struktur internal tes. Hal tersebut menuntut peneliti untuk memeriksa kembali kualitas psikometrik lainnya yang dimiliki oleh PWBS adaptasi.

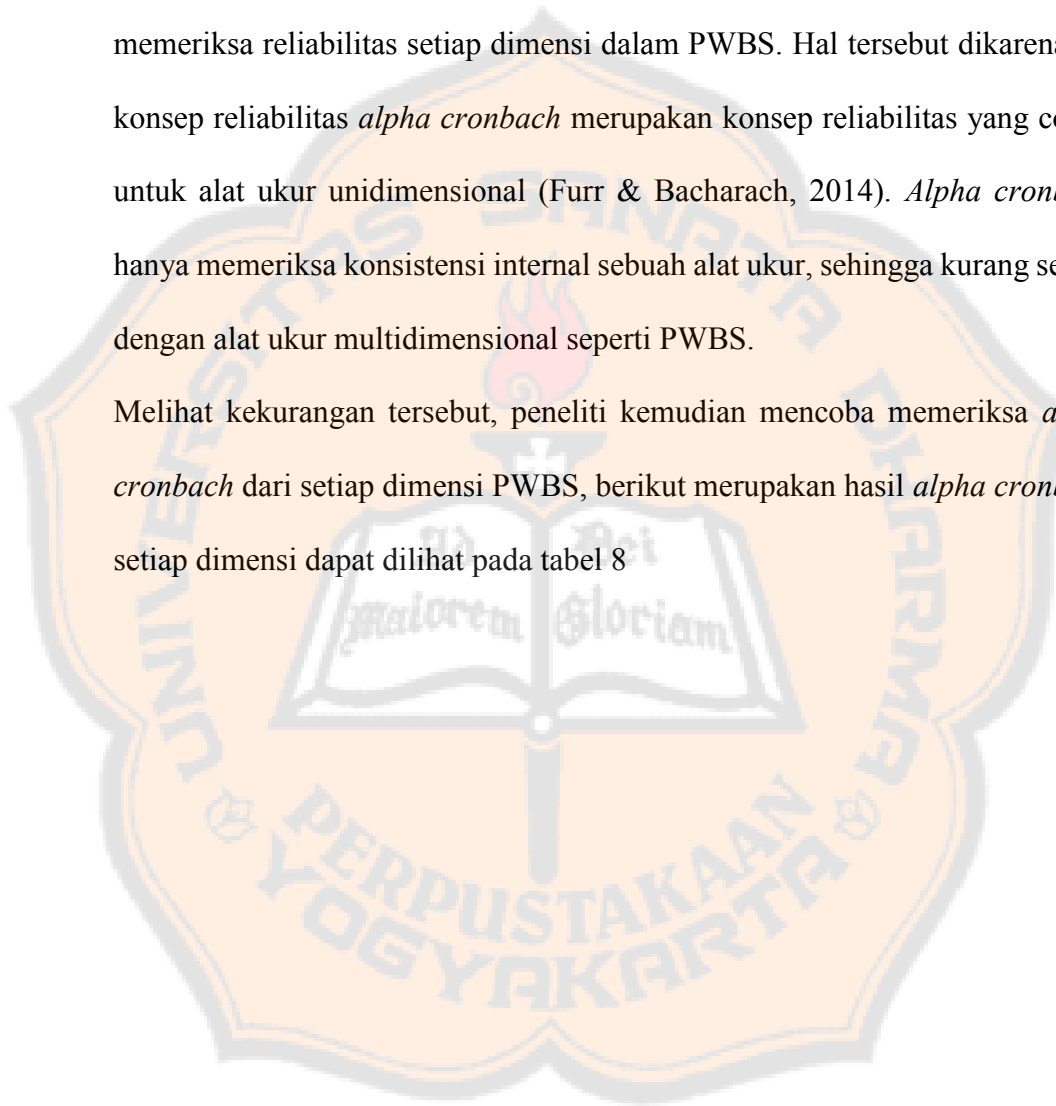
#### **6. Reliabilitas *Psychological Well Being Scale* (PWBS)**

Setelah melakukan analisis validitas terhadap data penelitian, peneliti kemudian memeriksa reliabilitas PWBS menggunakan metode koefisien *alpha cronbach* ( $\alpha$ ). Dimana didapatkan koefisien alpha cronbach sebesar 0,935. Hasil tersebut menunjukkan bahwa PWBS memiliki konsistensi internal yang baik karena berada diatas batas minimal yaitu 0,60 (Aron, Coups & Aron, 2013). Akan tetapi terdapat beberapa item yang memiliki korelasi item total ( $r_{it}$ ) yang tidak optimal yakni lebih kecil dari 0,30. Item-item tersebut adalah item nomor 25, 40, 77, 82, 24, 59, 11, 18, 17, 80, 45, 34, 71, 19, 2, 26, 44, 38, 72, dan 65.  $r_{it}$  yang rendah menunjukkan bahwa item-item tersebut dapat merusak konsistensi internal dari PWBS.



Hanya saja, terdapat permasalahan dalam bentuk dan sifat PWBS itu sendiri. PWBS merupakan sebuah alat ukur multidimensional dengan dimensi yang saling berkorelasi. Bentuk alat ukur tersebut menuntut peneliti untuk memeriksa reliabilitas setiap dimensi dalam PWBS. Hal tersebut dikarenakan konsep reliabilitas *alpha cronbach* merupakan konsep reliabilitas yang cocok untuk alat ukur unidimensional (Furr & Bacharach, 2014). *Alpha cronbach* hanya memeriksa konsistensi internal sebuah alat ukur, sehingga kurang sesuai dengan alat ukur multidimensional seperti PWBS.

Melihat kekurangan tersebut, peneliti kemudian mencoba memeriksa *alpha cronbach* dari setiap dimensi PWBS, berikut merupakan hasil *alpha cronbach* setiap dimensi dapat dilihat pada tabel 8



**Tabel 8**

**Reliabilitas setiap aspek PWBS**

Aspek	A	Keterangan
AU	0,709	Baik
EM	0,767	Baik
PG	0,783	Baik
PR	0,827	Baik
PL	0,715	Baik
SA	0,783	Baik

Keterangan : AU= *autonomy*, EM= *environmental mastery*, PG= *personal growth*, PR= *positive relations with others*, PL= *purpose in life*, SA= *self acceptance*

Hasil-hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap aspek dalam PWBS adaptasi memiliki konsistensi internal yang cukup baik. Meskipun reliabilitas yang dimiliki PWBS adaptasi lebih rendah dari PWBS asli, reliabilitas setiap aspek PWBS adaptasi telah melewati batas standar *alpha cronbach* yaitu 0,60 (Aron, Coups & Aron, 2013). Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS merupakan alat ukur yang reliabel di Indonesia.

**7. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 373 subjek. berikut merupakan tabel-tabel deskripsi subjek penelitian yang digunakan

**Tabel 9**

**Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin**

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	176	47,18
Perempuan	197	52,82

Berdasarkan tabel 9, dapat dilihat bahwa subjek dalam penelitian ini cukup merata antara jenis kelamin laki-laki dengan perempuan. Kemudian pada tabel 10, dapat dilihat bahwa setengah dari subjek dalam penelitian merupakan individu dewasa awal yang berada pada umur 22 hingga 39 tahun (53,35%) dan individu pada dewasa akhir yang berumur lebih dari sama dengan 61 merupakan yang paling sedikit (1,6%).

**Tabel 10**

**Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan usia (mean =26,63)**

Usia	N	%
Tidak diketahui	1	0,3
Remaja (17-21)	124	33,24
Dewasa Awal (22-39)	199	53,35
Paruh baya (40-60)	43	11,52
Dewasa akhir ( $\geq 61$ )	6	1,6

Berdasarkan tabel 11, dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek penelitian ini merupakan individu dengan tingkat pendidikan SMA atau Sederajat (71,85%). Kemudian pada tabel 12, dapat dilihat bahwa mayoritas subjek penelitian merupakan para individu yang belum menikah (81,98%).

**Tabel 11**

**Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan Pendidikan Terakhir**

Pendidikan Terakhir	N	%
Tidak tercatat	2	0,5
Di bawah SMA	1	0,3
SMA dan Sederajat	268	71,85
Perguruan Tinggi	102	27,34

**Tabel 12**

**Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan Status Perkawinan**

Status Perkawinan	N	%
Sudah menikah	67	17,96
Belum menikah	306	81,98

### C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat dikatakan bahwa adaptasi PWBS yang dilakukan memiliki *construct bias*. *Construct bias* tersebut menunjukkan bahwa adaptasi PWBS yang dilakukan tidak berhasil. Ketidak berhasilan adaptasi tersebut terjadi karena di Indonesia, PWBS memiliki model

konstruk yang berbeda dengan model konstruk yang telah disusun oleh Carol Ryff. Hal tersebut terlihat dari model konstruk PWBS adaptasi memiliki hubungan aspek *autonomy* dengan *self acceptance*, *purpose in life* dengan *personal growth*, *positive relations with others* dengan *environmental mastery*, dan *positive relations with others* dengan *autonomy*. Hubungan antar aspek tersebut tidak muncul pada model konstruk yang disusun oleh Carol Ryff.

Hal tersebut juga terjadi pada adaptasi PWBS di Pakistan, dimana terdapat perbedaan konsep *psychological well-being* di Pakistan dengan konsep yang disusun oleh Ryff (Ansari, 2010). Perbedaan tersebut terlihat dari korelasi yang rendah antara *autonomy* dengan *purpose in life* ( $r=0,349$ ) (Ansari, 2010). Selain itu peneliti juga menemukan suatu konstruk baru mengenai *psychological well-being* yang muncul di Thailand (Ingersoll-Dayton, Saengtienchai, Kespichayawattana & Aunguroch, 2001). Konstruk terdiri dari lima dimensi yaitu *harmony*, *interdependence*, *acceptance*, *respect*, dan *enjoyment*. Konstruk ini ditemukan dari penelitian yang dilakukan pada lansia di Thailand.

Perbedaan-perbedaan tersebut diduga karena terdapat perbedaan antara budaya timur dan budaya barat mengenai pemahaman atas *psychological well-being* (Christopher, 1999). Perbedaan tersebut bisa disebabkan oleh terdapatnya perbedaan budaya dalam pembentukan PWBS. PWBS yang disusun oleh Ryff merupakan alat ukur yang disusun oleh budaya individualis sedangkan Indonesia merupakan suatu negara dengan budaya kolektif (Christopher, 1999). Perbedaan budaya juga menyebabkan individu memiliki pendekatan yang berbeda dalam mencapai kebahagiaan (Lu, Gilmour, Kao, Weng, Hu, Chern, Huang & Shih, 2000).

Dimana dalam budaya individualis lebih menekankan mengenai bagaimana dirinya dapat memiliki kontrol atas dirinya dan lingkungan di luar dirinya. Sedangkan pada budaya kolektif, lebih menekankan mengenai bagaimana dirinya dapat memiliki keharmonisan dengan lingkungan di luar dirinya (Lu, Gilmour, Kao, Weng, Hu, Chern, Huang & Shih, 2000).

Meskipun begitu, PWBS adaptasi memiliki skor reliabilitas sebesar 0,935. Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS memiliki reliabilitas yang baik (Aron, Coups & Aron, 2013). Reliabilitas yang baik menunjukkan bahwa PWBS adaptasi dapat digunakan di Indonesia karena memiliki konsistensi internal yang baik. Berdasarkan hal tersebut, peneliti kemudian mencoba untuk memeriksa hasil PWBS adaptasi yang dilakukan. Berdasarkan hasil pengambilan data, dapat dilihat bahwa *psychological well-being* yang dimiliki subjek cenderung tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari skor mean empirik subjek yang lebih tinggi daripada skor mean teoritik subjek. Deskripsi tersebut dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13

Deskripsi Data Penelitian (N=373)

Skala	Skor Teoritik			Skor Empirik		
	Xmin	Xmax	Mean	Xmin	Xmax	Mean
PWBS	84	504	294	241	473	358,0912
AU	14	84	49	32	77	53,3646
EM	14	84	49	32	83	59,0456
PG	14	84	49	44	82	65,0563
PR	14	84	49	38	84	63,0885
PL	14	84	49	38	79	60,7105
SA	14	84	49	25	80	56,8257

Keterangan : PWBS = *Psychological well-being scale*, AU= *autonomy*, EM= *environmental mastery*, PG= *personal growth*, PR= *positive relations with others*, PL= *purpose in life*, SA= *self acceptance*

Selain terdapat skor total yang tinggi, peneliti juga menemukan bahwa subjek juga memiliki skor yang tinggi terhadap semua aspek-aspek dalam PWBS. Meskipun begitu, dapat dilihat bahwa di Indonesia terdapat skor *autonomy* yang lebih rendah dibandingkan aspek lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa orang-orang Indonesia cenderung lebih tidak otonom. Sedangkan pada aspek *personal growth* dan *positive relations with others* didapatkan skor yang paling tinggi. Hal tersebut mendukung budaya kolektif yang terdapat di Indonesia dan menjelaskan bahwa terdapat perbedaan konstruk PWBS antara budaya Timur dan Barat.

Perbedaan-perbedaan tersebut menunjukkan bahwa PWBS adaptasi masih dapat digunakan di Indonesia. Hanya saja penggunaan hasil adaptasi PWBS tidak digunakan seperti PWBS versi aslinya. Hal tersebut dikarenakan hasil adaptasi PWBS tidak memiliki model konstruk seperti versi aslinya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti menyarankan untuk dilakukannya *exploratory factor analysis* (EFA) untuk dapat dilakukannya pemetaan faktor baru dari PWBS sehingga dapat diketahui gambaran ideal mengenai kondisi PWBS seperti yang disarankan oleh Hopwood & Donnellan (2010). Selain itu peneliti juga dapat membuat model CFA yang sesuai dengan model ideal dengan melakukan seleksi item terlebih dahulu, namun hal tersebut tidak dilakukan peneliti karena tindakan tersebut akan mengubah PWBS itu sendiri.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan dari penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana konsep *psychological well-being* yang berkembang di Indonesia menggunakan adaptasi PWBS. Adapun kesimpulan tersebut adalah sebagai berikut:

1. PWBS adaptasi memiliki *construct bias*. Hal tersebut terlihat dari model PWBS adaptasi yang tidak sesuai dengan model PWBS asli, serta adanya hubungan langsung antara beberapa aspek PWBS. Hal tersebut menunjukkan bahwa PWBS adaptasi tidak memiliki struktur yang sama dengan PWBS asli yang disusun oleh Carol Ryff.
2. PWBS adaptasi memiliki validitas terkait isi tes ( $CVR=1$ ) dan validitas terkait struktur internal tes yang baik (model yang fit).
3. PWBS memiliki reliabilitas keseluruhan yang baik ( $\alpha=0.935$ ). Selain itu reliabilitas setiap aspek PWBS juga memiliki reliabilitas yang baik ( $>0,60$ ).
4. Peneliti menduga bahwa PWBS merupakan alat ukur yang kurang sesuai apabila digunakan dalam budaya Indonesia, sehingga diperlukan pemetaan ulang mengenai faktor yang berada dalam PWBS. Selain itu PWBS tidak dapat digunakan secara langsung seperti PWBS aslinya.

## B. Keterbatasan Penelitian

Selama pelaksanaan berlangsung, peneliti menemukan sejumlah keterbatasan. Salah satu keterbatasan tersebut yakni; jumlah subjek penelitian yang kecil dan kurang mewakili budaya Indonesia. Hal tersebut dikarenakan peneliti tidak mampu untuk menemukan subjek yang berasal dari budaya luar Jawa, sehingga membuat data yang dimiliki peneliti kurang variatif.

## C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan serta keterbatasan penelitian, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

### 1. Bagi para peneliti selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian ini, dapat dilihat bahwa data yang dimiliki kurang variatif dan kecil. Hal tersebut diduga dapat ditanggulangi dengan mengambil data yang lebih besar dan mewakili keberagaman di Indonesia.

Selain itu dapat dilihat bahwa PWBS memiliki model yang kurang ideal digunakan di budaya Indonesia. PWBS memang merupakan alat ukur yang reliabel, namun hal tersebut menuntut pengguna PWBS yang lain untuk menemukan pemetaan faktor lain dalam PWBS menggunakan metode *explanatory factor analysis* (EFA) maupun mereduksi item dalam PWBS dengan metode  $r_{ix}$ . Hanya saja kedua metode tersebut akan menjadikan PWBS sebagai alat ukur baru, karena tidak memiliki sifat seperti PWBS yang disusun oleh Carol Ryff.

Kemudian berdasarkan hasil dan proses penelitian, peneliti menyarankan para peneliti lain untuk mengurangi tindakan pengadaptasian sebuah alat ukur. Hal tersebut dikarenakan dalam pengadaptasian alat ukur, diperlukan proses penerjemahan yang intensif dan pemeriksaan kualitas alat ukur secara psikometrik menggunakan metode analisis faktor (EFA dan/atau CFA). Peneliti menemukan bahwa sebagian besar peneliti lain melakukan penelitian adaptasi dengan melalui tahap penerjemahan yang intensif dan dilanjutkan dengan seleksi item, namun tidak melewati proses pemeriksaan psikometrik dengan analisis faktor (EFA dan/atau CFA).

Bagi para peneliti yang ingin menggunakan alat ukur luar, peneliti menyarankan peneliti lain untuk membuat alat ukur sendiri dengan menggunakan konstruk alat ukur luar tersebut. Hal tersebut dikarenakan dengan metode tersebut para peneliti dapat melakukan perubahan alat ukur tersebut dengan bebas sehingga dapat lebih disesuaikan dengan budaya Indonesia.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ansari, S. A. (2010). Cross Validation of Ryff Scales Of Psychological Well-Being: Translation into Urdu Language. *Pakistan Business Review*, July, pp. 244-259.
- Aprianti, I. (2012). *Hubungan antara Perceived Social Support dan Psychological Well-being pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama di Universitas Indonesia*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok, Jawa Barat.
- Aron, A., Coups, E. J., Aron, E. N., (2013). *Statistics for Psychology Sixth Edition*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Baumgardner, S. R. & Marie K. Crothers (2009) *Positive Psychology*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Burns, R. A. & Machin, M. A. (2009). Investigating the Structural Validity of Ryff's Psychology Well-Being Scales across Two Samples. *Social Indicators Research*, 93 (2). pp. 359-375.
- Brislin, R. W. (1970). Back-Translation for Cross-Cultural Research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 1 (3). pp. 185-216.
- Christopher, J. C. (1999) Situating Psychological Well-Being: Exploring Cultural Roots of Its Theory and Research. *Journal of Counseling & Development*, 1999(77), pp. 141-152.
- Dierendonck, D. V., Diaz, D., Rodriguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jimenez, B. (2008). Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration. *Soc Indic Res*, 87, 472-479.
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., Sanders, L. D. (2012). The Challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222-235.

- Erawan, A. (n.d.). Survei: Sebahagia Apakah Warga Indonesia? Retrieved June 2, 2015, from <http://ekonomi.kompasiana.com/bisnis/2014/06/03/survei-sebahagia-apakah-warga-indonesia-662632.html>
- Feist, J. & Feist, Gregory J. (2010). *Theories of Personality Seventh Edition*. Singapore : McGraw-Hill Companies.
- Furr, M, R. & Bacharach, V. R. (2014) *Psychometrics an Introduction Second Edition*. Washington DC : Sage Publications, Inc.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L. (2006). *Multivariate Data Analysis Sixth Edition*. New Jersey : Pearson Prentice Hall.
- Hambleton, R. K., Merenda, P. F., Spielberger, C. D. (2005). *Adapting Educational and Psychological Tests for Cross-Cultural Assessment*. New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers
- Helliwell, J., Layard, R., Jeffrey, S. (eds.). (2012). *World Happiness Report*. The Earth Institute, Columbia University : New York.
- Hopwood, C. J., & Donnellan, M. B. (2010). How should the internal structure of personality inventories be evaluated?. *Personality and Social Psychology Review*, 14(3), 332-346
- Ingersoll-Dayton, B., Saengtienchai, C., Kespichayawattana, J., Aunguroch, Y. (2001). Psychological Well-being Asian Style: The Perspective of Thai Elders. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 16, pp. 283-302.
- International Test Commission (2010). International Test Commission Guidelines for Translating and Adapting Test. [<http://www.intestcom.org>]
- Lawshe, C. H. (1975). A Quantitative Approach to Content Validity. *Personnel Psychology*, (28), 563-575.

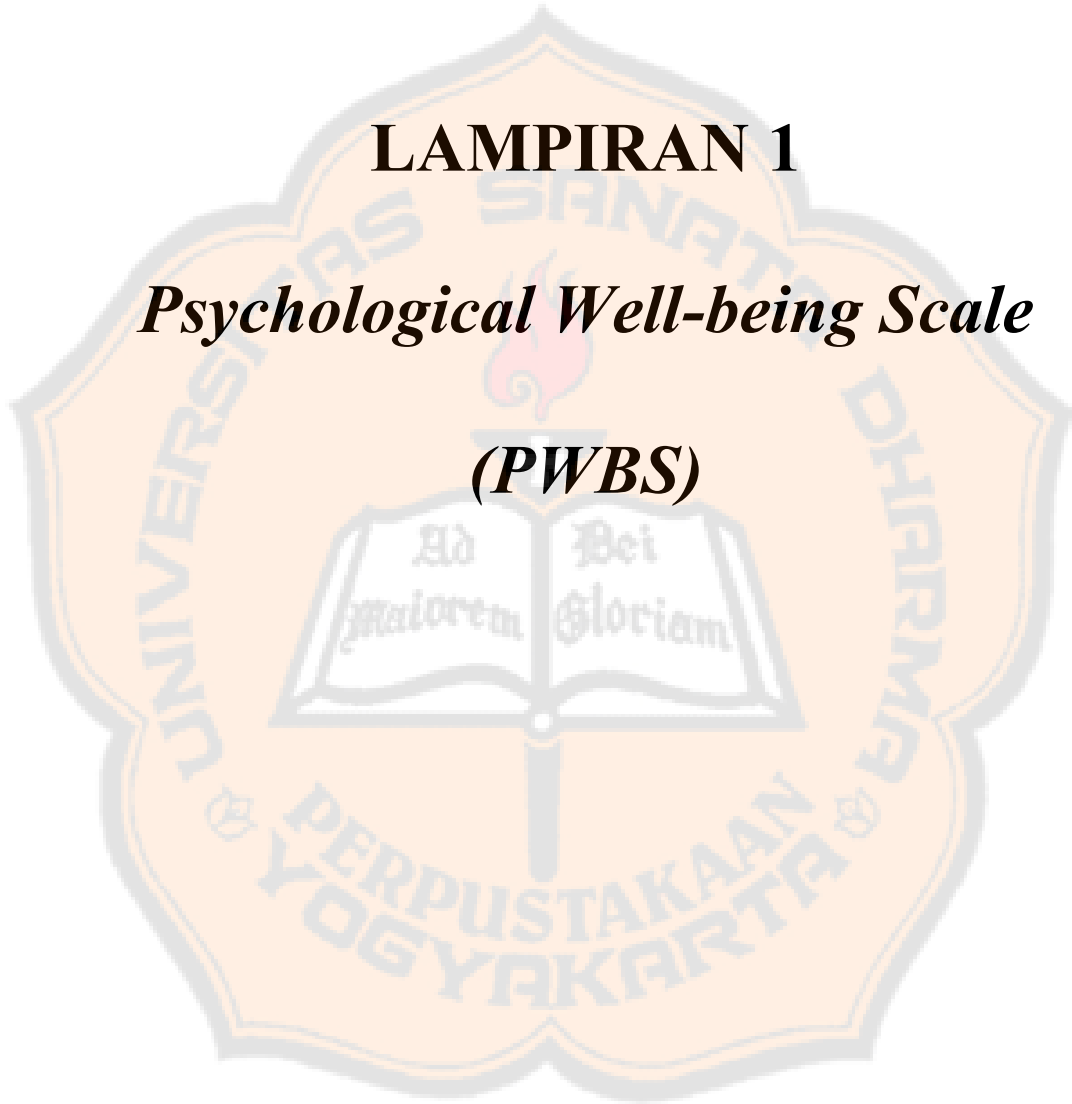
- Lu, L., Gilmour, R., Kao, S. F., Weng, T. H., Hu, C. H., Chern, J. G., Huang, S. W. & Shih, J. B. (2001). Two ways to achieve happiness: When the East meets the West. *Personality and Individual Differences*, 30(7), 1161-1174.
- Noor, J. (2011). *Metodologi Penelitian : Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah*. Kencana : Jakarta.
- Pusat Kependudukan dan Kebijakan Universitas Gadjah Mada. (n.d.). Retrieved June 2, 2015, from <http://www.cpps.or.id/content/indikator-hanya-materi-indeks-kebahagiaan-dikritik>
- Rosalinda, L., Latipun., Nurhamida, Y. (2013). Who Have Higher Psychological Well-Being? A Comparison Between Early Married and Adulthood Married Woman. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*. 2(1), pp. 21-31.
- Rusdian, C. (2012). *Hubungan antara Psychological well-being dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak disabilitas intelektual usia kanak-kanak (4-11 tahun)*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok, Jawa Barat.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Keyes, Corey L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Sarina, N. Y. (2012). *Hubungan antara stres akademis dan Psychological well-being pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok, Jawa Barat.

- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2006). *Research Methods in Psychology. Seventh Edition*. New York : McGraw-Hill.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J., & Pedrotti, J. T. (2011). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths. Second Edition*. California : Sage Publications, Inc.
- Springer, K. W. & Hauser R. M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-Being: Method, mode and measurement effects. *Sosial Science Research*, 35.
- Stangor, C. (2007). *Research Methods for the Behavioral Sciences Third Edition*. Boston : Houghton Mifflin.
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta : Penerbit Universitas Sanata Dharma.
- van de Vijver, F. & Tanzer, N. K. (2004) Bias and Equivalence in cross-cultural assessment: an overview. *Revue européenne de psychologie appliquée*, 54, 119-135
- Waterman, A. S. (1990). The relevance of Aristotle's conception of eudaimonia for the psychological study of happiness. *Theoretical & Philosophical Psychology*, 10(1), 39.
- Widyaningrum, P. (2013). Psychological well-being pada remaja yang Orang Tua bercerai dan yang tidak bercerai (utuh). *Jurnal Online Psikologi*, 1(2), 480-492.

## LAMPIRAN 1

### *Psychological Well-being Scale*

*(PWBS)*





The following set of questions deals with how you feel about yourself and your life. Please remember that there are no right or wrong answers.

Circle the number that best describes your present agreement or disagreement with each statement.	Strongly Disagree	Disagree Somewhat	Disagree Slightly	Agree Slightly	Agree Somewhat	Strongly Agree
1. Most people see me as loving and affectionate.	1	2	3	4	5	6

**Berikut merupakan daftar item dalam PWBS:**

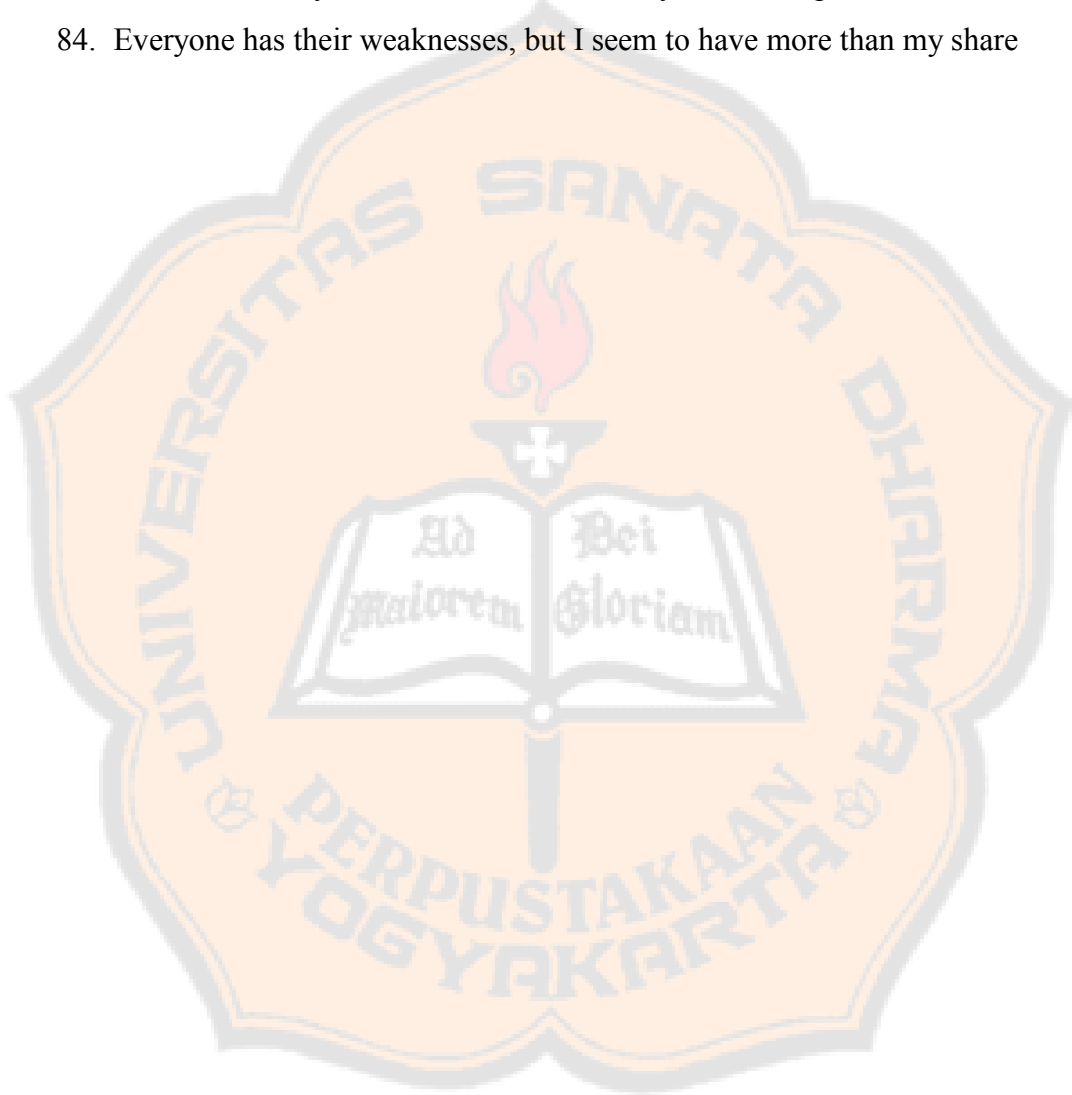
1. Most people see me as loving and affectionate.
2. Sometimes I change the way I act or think to be more like those around me.
3. In general, I feel I am in charge of the situation in which I live.
4. I am not interested in activities that will expand my horizons.
5. I feel good when I think of what I've done in the past and what I hope to do in the future.
6. When I look at the story of my life, I am pleased with how things have turned out.
7. Maintaining close relationships has been difficult and frustrating for me.
8. I am not afraid to voice my opinions, even when they are in opposition to the opinions of most people.
9. The demands of everyday life often get me down.
10. In general, I feel that I continue to learn more about myself as time goes by.
11. I live life one day at a time and don't really think about the future.
12. In general, I feel confident and positive about myself.
13. I often feel lonely because I have few close friends with whom to share my concerns.
14. My decisions are not usually influenced by what everyone else is doing.
15. I do not fit very well with the people and the community around me.

16. I am the kind of person who likes to give new things a try.
17. I tend to focus on the present, because the future nearly always brings me problems.
18. I feel like many of the people I know have gotten more out of life than I have.
19. I enjoy personal and mutual conversations with family members or friends.
20. I tend to worry about what other people think of me.
21. I am quite good at managing the many responsibilities of my daily life.
22. I don't want to try new ways of doing things - my life is fine the way it is.
23. I have a sense of direction and purpose in life.
24. Given the opportunity, there are many things about myself that I would change.
25. It is important to me to be a good listener when close friends talk to me about their problems.
26. Being happy with myself is more important to me than having others approve of me.
27. I often feel overwhelmed by my responsibilities.
28. I think it is important to have new experiences that challenge how you think about yourself and the world.
29. My daily activities often seem trivial and unimportant to me.
30. I like most aspects of my personality.
31. I don't have many people who want to listen when I need to talk.
32. I tend to be influenced by people with strong opinions.
33. If I were unhappy with my living situation, I would take effective steps to change it.
34. When I think about it, I haven't really improved much as a person over the years.
35. I don't have a good sense of what it is I'm trying to accomplish in life.
36. I made some mistakes in the past, but I feel that all in all everything has worked out for the best.
37. I feel like I get a lot out of my friendships.

38. People rarely talk to me into doing things I don't want to do.
39. I generally do a good job of taking care of my personal finances and affairs.
40. In my view, people of every age are able to continue growing and developing.
41. I used to set goals for myself, but that now seems like a waste of time.
42. In many ways, I feel disappointed about my achievements in life.
43. It seems to me that most other people have more friends than I do.
44. It is more important to me to "fit in" with others than to stand alone on my principles.
45. I find it stressful that I can't keep up with all of the things I have to do each day.
46. With time, I have gained a lot of insight about life that has made me a stronger, more capable person.
47. I enjoy making plans for the future and working to make them a reality.
48. For the most part, I am proud of who I am and the life I lead.
49. People would describe me as a giving person, willing to share my time with others.
50. I have confidence in my opinions, even if they are contrary to the general consensus.
51. I am good at juggling my time so that I can fit everything in that needs to be done.
52. I have a sense that I have developed a lot as a person over time.
53. I am an active person in carrying out the plans I set for myself.
54. I envy many people for the lives they lead.
55. I have not experienced many warm and trusting relationships with others.
56. It's difficult for me to voice my own opinions on controversial matters.
57. My daily life is busy, but I derive a sense of satisfaction from keeping up with everything.
58. I do not enjoy being in new situations that require me to change my old familiar ways of doing things.
59. Some people wander aimlessly through life, but I am not one of them.

60. My attitude about myself is probably not as positive as most people feel about themselves.
61. I often feel as if I'm on the outside looking in when it comes to friendships.
62. I often change my mind about decisions if my friends or family disagree.
63. I get frustrated when trying to plan my daily activities because I never accomplish the things I set out to do.
64. For me, life has been a continuous process of learning, changing, and growth.
65. I sometimes feel as if I've done all there is to do in life.
66. Many days I wake up feeling discouraged about how I have lived my life.
67. I know that I can trust my friends, and they know they can trust me.
68. I am not the kind of person who gives in to social pressures to think or act in certain ways.
69. My efforts to find the kinds of activities and relationships that I need have been quite successful.
70. I enjoy seeing how my views have changed and matured over the years.
71. My aims in life have been more a source of satisfaction than frustration to me.
72. The past had its ups and downs, but in general, I wouldn't want to change it.
73. I find it difficult to really open up when I talk with others.
74. I am concerned about how other people evaluate the choices I have made in my life.
75. I have difficulty arranging my life in a way that is satisfying to me.
76. I gave up trying to make big improvements or changes in my life a long time ago.
77. I find it satisfying to think about what I have accomplished in life.
78. When I compare myself to friends and acquaintances, it makes me feel good about who I am.
79. My friends and I sympathize with each other's problems.
80. I judge myself by what I think is important, not by the values of what others think is important.

81. I have been able to build a home and a lifestyle for myself that is much to my liking.
82. There is truth to the saying that you can't teach an old dog new tricks.
83. In the final analysis, I'm not so sure that my life adds up to much.
84. Everyone has their weaknesses, but I seem to have more than my share



## LAMPIRAN 2

Hasil *Direct-Translation*



Pernyataan-pernyataan berikut terkait dengan perasaan anda tentang diri anda sendiri dan hidup anda. Mohon diperhatikan bahwa tidak ada jawaban yang benar atau salah untuk setiap pernyataan.

Lingkarkanlah angka yang paling menggambarkan sikap setuju atau tidak setuju anda terhadap masing-masing pernyataan.	Sangat tidak setuju	Agak tidak setuju	Sedikit tidak setuju	Sedikit setuju	Agak setuju	Sangat Setuju
1. Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh cinta dan kasih sayang	1	2	3	4	5	6

Berikut merupakan daftar item dalam hasil *forward-translation* :

1. Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh cinta dan kasih sayang
2. Kadang-kadang saya mengubah cara saya bertindak atau berpikir agar lebih serupa dengan orang-orang sekeliling saya.
3. Secara umum, saya merasa bahwa saya dapat mengendalikan situasi di mana saya berada.
4. Saya tidak tertarik pada kegiatan yang akan memperluas cakrawala saya.
5. Saya merasa nyaman bila memikirkan apa yang telah saya lakukan di masa lampau dan apa yang saya harap dapat saya lakukan di masa mendatang.
6. Bila saya menatap riwayat hidup saya, saya senang atas bagaimana segala hal telah terjadi.
7. Menjaga hubungan dekat terasa sulit dan membikin saya frustrasi.
8. Saya tak takut untuk menyuarakan pendapat saya bahkan bila bertentangan dengan pendapat kebanyakan orang.
9. Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya merasa patah semangat.
10. Secara umum, saya merasa bahwa seiring perjalanan waktu saya dapat terus belajar tentang diri saya sendiri.
11. Saya menjalani hidup dari hari ke hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.
12. Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif atas diri saya sendiri,

13. Saya sering merasa kesepian karena saya hanya memiliki sedikit teman yang dapat saya ajak berbagi pendapat tentang hal-hal yang saya anggap penting.
14. Keputusan saya biasanya tidak terpengaruh oleh apa yang dilakukan orang lain.
15. Saya tidak terlalu cocok dengan orang dan masyarakat sekitar saya.
16. Saya adalah jenis orang yang senang mencoba hal-hal baru.
17. Saya cenderung berfokus pada masa sekarang karena masa depan hampir selalu mendatangkan masalah bagi saya.
18. Saya merasa bahwa banyak orang yang saya kenal lebih menikmati hidup daripada yang saya alami.
19. Saya menikmati percakapan pribadi yang bersifat dua arah dengan anggota keluarga atau teman.
20. Saya cenderung khawatir akan apa yang orang pikirkan tentang diri saya.
21. Saya cukup mampu mengelola tanggung jawab saya yang banyak atas hidup sehari-hari saya.
22. Saya tak ingin mencoba cara baru dalam melakukan sesuatu – hidup saya sudah bagus seperti sekarang ini.
23. Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup.
24. Seandainya ada kesempatan, ada banyak hal dalam diri saya yang akan saya ubah.
25. Penting bagi saya untuk menjadi pendengar yang baik bila teman dekat berbicara kepada saya tentang masalah mereka.
26. Bagi saya, merasa puas dengan diri sendiri lebih penting daripada memperoleh persetujuan orang lain atas diri saya.
27. Saya sering merasa terlalu terbebani tanggung-jawab saya.
28. Saya merasa bahwa memiliki pengalam-an baru yang menantang bagaimana anda berpendapat tentang diri anda sendiri dan dunia merupakan hal yang penting.
29. Hidup sehari-hari saya sering terasa remeh dan tak penting bagi saya.
30. Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya,

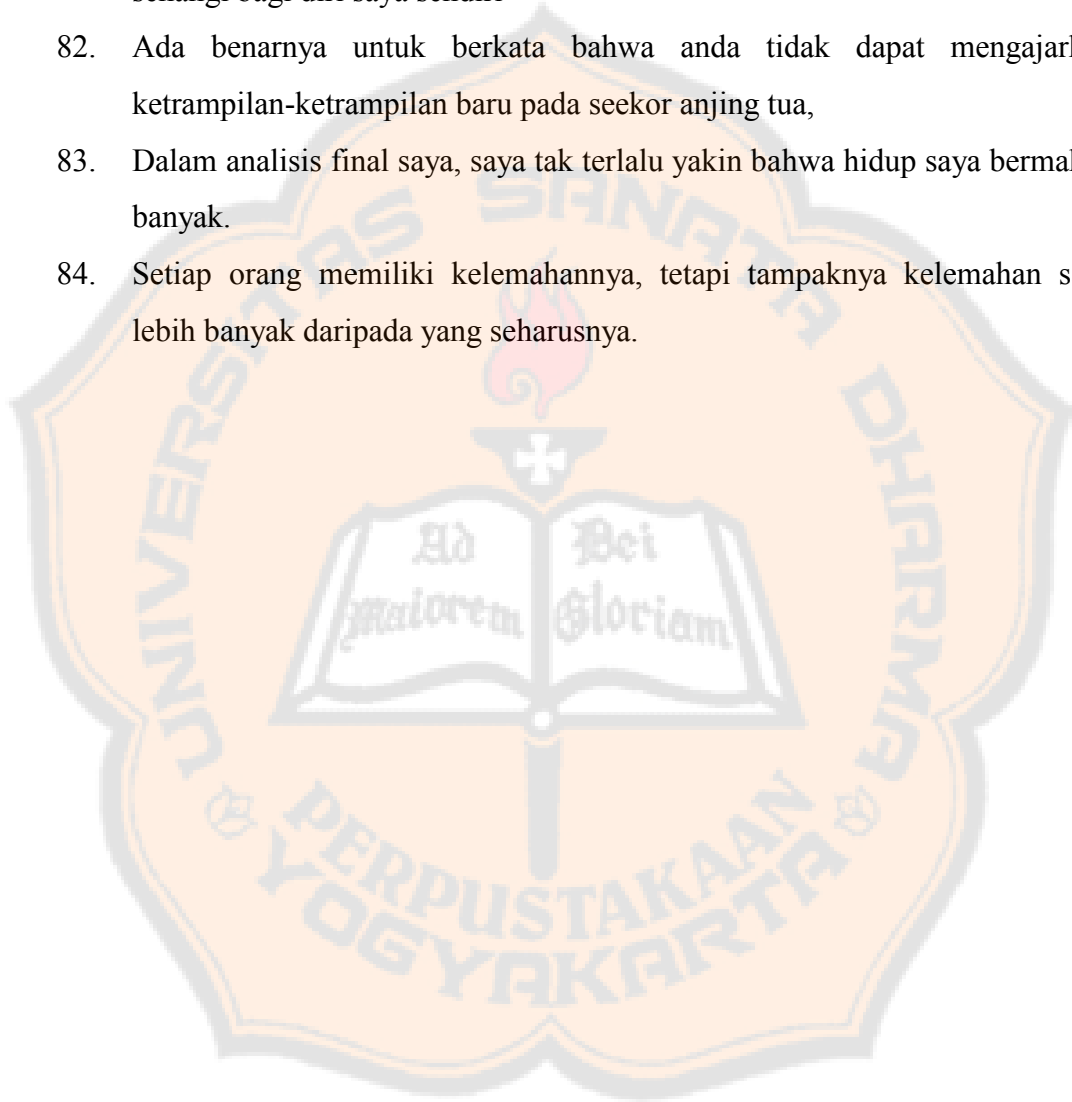


31. Saya tak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan saya ketika saya butuh berbicara.
32. Saya cenderung terpengaruh oleh orang yang pendapatnya teguh.
33. Seandainya saya tak bahagia dengan keadaan hidup saya, saya akan mengambil langkah efektif untuk mengubahnya.
34. Ketika memikinya, sebagai orang saya belum benar-benar banyak bertambah baik dari tahun ke tahun.
35. Saya tak tahu dengan tepat atas apa yang saya sedang coba capai dalam hidup.
36. Saya berbuat kesalahan di masa lampau, tetapi saya rasa bahwa secara umum segalanya telah berjalan dengan sebaik-baiknya.
37. Saya merasa memperoleh banyak hal dari persahabatan saya.
38. Orang jarang menyuruh saya melakukan hal-hal yang tak saya inginkan..
39. Pada umumnya saya dapat mengatur keuangan dan urusan pribadi saya.
40. Menurut pendapat saya, orang di segala usia mampu terus tumbuh dan berkembang.
41. Dahulu saya menentukan tujuan bagi diri sendiri tetapi sekarang itu semua serasa buang-buang waktu saja.
42. Dalam banyak hal, saya merasa kecewa atas pencapaian hidup saya,
43. Saya merasa bahwa kebanyakan orang lain memiliki lebih banyak teman daripada saya.
44. Lebih penting bagi saya untuk “cocok” dengan orang lain daripada mempertahankan prinsip-prinsip saya sendiri.
45. Saya merasa sangat tertekan bila saya tak mampu melaksanakan hal-hal yang harus saya kerjakan setiap hari.
46. Seiring dengan perjalanan waktu, saya telah memperoleh banyak wawasan tentang hidup yang membuat saya menjadi orang yang lebih kuat dan mampu,
47. Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha merealisasikannya.

48. Secara umum, saya bangga atas diri dan hidup saya,
49. Orang lain biasanya menggambarkan saya sebagai yang senang memberi dan bersedia berbagi waktu untuk orang lain,
50. Saya yakin atas pendapat saya bahkan bila bertentangan dengan pendapat umum.
51. Saya cakap dalam mengatur waktu sehingga saya dapat meluangkan waktu untuk setiap hal yang perlu saya lakukan.
52. Saya merasa bahwa sebagai pribadi dari waktu ke waktu saya telah banyak berkembang.
53. Saya adalah orang yang aktif dalam melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tentukan untuk diri saya sendiri.
54. Saya iri terhadap orang lain atas hidup yang mereka alami.
55. Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.
56. Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat saya sendiri atas hal-hal yang kontroversial.
57. Hidup sehari-hari saya penuh kesibukan, tetapi saya memperoleh rasa puas karena mampu mengikuti semuanya.
58. Saya tak merasa nyaman dalam situasi baru yang menuntut saya mengubah cara kerja yang sudah menjadi kebiasaan saya.
59. Beberapa orang berkelana tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satunya.
60. Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri.
61. Saya sering merasa seolah-olah saya orang luar yang melihat ke dalam ketika berurusan dengan persahabatan,
62. Saya sering mengubah keputusan saya bila teman-teman atau keluarga tidak setuju.
63. Saya merasa frustrasi bila mencoba merencanakan kegiatan sehari-hari karena tidak pernah menyelesaikan hal yang sudah saya tentukan..

64. Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah dan berkembang yang terus berlangsung.
65. Saya kadang-kadang merasa seolah apa yang telah saya lakukan adalah sesuatu yang harus saya lakukan dalam hidup.
66. Sering kali ketika saya bangun tidur saya merasa kecewa atas cara saya telah menjalani hidup.
67. Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman, dan mereka tahu mereka dapat mempercayai saya.
68. Saya bukanlah orang yang menyerah pada tekanan sosial untuk berpikir ataupun bertindak dengan cara tertentu.
69. Usaha saya untuk menemukan jenis kegiatan dan hubungan yang saya butuhkan telah cukup berhasil
70. Saya senang melihat bagaimana pandangan-pandangan saya telah berubah dan bertambah matang dari tahun ke tahun.
71. Tujuan hidup saya lebih merupakan sumber kepuasan daripada keputus-asaan saya.
72. Masa lalu ada pasang surutnya, tetapi secara umum saya tak mau mengubahnya,
73. Saya merasa kesulitan untuk bersikap terbuka ketika berbicara dengan orang lain,
74. Saya menaruh perhatian pada cara orang lain menilai pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya,
75. Saya kesulitan mengatur hidup dengan cara yang memuaskan saya.
76. Saya sudah lama sekali tidak lagi berusaha melakukan perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.
77. Saya merasa puas ketika berpikir tentang apa yang telah saya capai dalam hidup.
78. Bila saya bandingkan diri saya dengan teman atau kenalan, saya merasa puas terhadap siapa diri saya.
79. Teman-teman dan saya saling bersimpati atas masalah-masalah kami.

80. Saya menilai diri saya sendiri dengan apa yang saya anggap penting, bukan dengan nilai yang dianggap penting orang lain.
81. Saya telah mampu membangun rumah dan gaya hidup yang sangat saya senangi bagi diri saya sendiri
82. Ada benarnya untuk berkata bahwa anda tidak dapat mengajarkan ketrampilan-ketrampilan baru pada seekor anjing tua,
83. Dalam analisis final saya, saya tak terlalu yakin bahwa hidup saya bermakna banyak.
84. Setiap orang memiliki kelemahannya, tetapi tampaknya kelemahan saya lebih banyak daripada yang seharusnya.



## LAMPIRAN 3

### Hasil *Back-Translation*



1. Many people see me as a loving person
2. Sometimes, I change how I act or thought to be similar to people around me
3. Generally, I think that I can handle the situation....
4. I am not interested to the activities that enrich my knowledge
5. I feel comfortable if I think about what I've done in the past and what I wish I could do in the future
6. If I looked back to my past, I'm happy about how things are done
7. Maintaining a close relationship feels difficult and it makes me frustrated
8. I'm not afraid to voice my opinion even if it is different from others
9. The (My) daily needs (demands) often makes me feel desperate
10. Generally, I felt that as the time goes by, I can still (continue) to learn about myself
11. I live my life without thinking about the future very much
12. Generally, I feel confident and positive about myself
13. I often feel lonely because I only have a few friends whom I can share important matters with
14. My decisions usually are not influenced by other people
15. I am don't really fit in with the people and the society around me
16. I am kind of person who like to try out new things
17. I can't (don't) really get along with the people the society around me
18. I think that a lot of peoples around me enjoy their life more than I do
19. I enjoy a private two way communication with family members or friends
20. I tend to worry about other's opinion on me
21. I am quite able to manage the many responsibilities about myself in my life
22. I don't like to try a new method in doing something my life is already good now
23. I have goals in my life
24. If there is a chance, there is a lot of things that I would like to change in me
25. It is important to me to be a good listener when a close friend tells about his/her problems

26. For me feeling satisfied (happy) about myself is more important than getting a consent from other people
27. I often feel burden by my own responsibility
28. I fell that having new challenging experience which challenge how you see yourself and the world is not important
29. My daily life often feels trivial and unimportant for me
30. I like most of my personality aspects
31. I don't have many people who wants (are willing) to hear me when I need to speak (talk)
32. I intend to be affected (influenced) by a person who stand firm on his opinion
33. If I am not happy with my life, I will take an effective step to change it
34. When I think of it, as a person I am not really getting better by the changing year.
35. I don't really know what I am trying in this life
36. I made mistake in the past, but I fell that generally (overall) everything goes really well
37. I fell I get many things form my friendship
38. People seldom asked me to do things that I don't want to do
39. Generally (overall), I can manage my expense (money) and my private matter
40. In my opinion, everyone in every age can keep growing and developing
41. Previously, I decide (make) a purpose for myself but now it all feels like a waste of time
42. In many things, I fell disappointed about my life accomplishment
43. I feel that most people have many more friends than me
44. It is more important for me to fit in with other people than defending (keeping) my own principles
45. I feel very pressured when I cannot do the things that I have to do everything
46. As the time goes by, I've got a lot of (much) knowledge of life which makes me a stronger and a more capable person
47. I like to make plans for the future and try to realize it

48. Generally (overall), I am proud of myself and my life
49. Other people usually describe me as a person who likes to give and are willing to share time for others
50. I am sure of (about) my opinion even if it contradicts the common opinion
51. I am good in managing time so that I can spare a time to do everything that I have to do
52. I feel that as an individual (a person), as the time goes by I've developed so much
53. I am a person who actively do (an active person in doing) my plan which I've decided (made) for my self
54. I envy other people for their life
55. I haven't got many warm and trusting relations with other people
56. It is hard (difficult) for me to say my own opinion about controversial matters (things)
57. My daily life is full of busy activities, but I get a satisfaction feeling for I can do/ follow it all
58. I don't feel comfortable in a new situation which expects me to change my habitual way of working
59. Some people wander without a purpose in life, but I am not one of them
60. My attitude towards myself may not be as positive as others to themselves
61. I often feel like I am an outsider who looks inside when I deal with friendship
62. I often change my decision when my friends and family don't agree
63. I fell frustrated when I try to plan my daily activity because I never finish what I've decided
64. For me, life is a learning process, changes and development which continue to happen (continuing changes and development)
65. I sometimes feel as if what I've done is something which (that) I have to do in this life
66. Often, when I wake up from my sleep, I feel disappointed at my way of passing (carrying) this life.



67. I know that I can trust friends, and they know they can trust me
68. I am not a person who surrenders to the social pressure to think or act in a certain way
69. My effort to find a kind of activity and relation which I need is quite successful
70. I like to see how my opinions have changed and became more mature by the changing year
71. My purpose of life is more like a source of satisfaction than my desperation
72. The past has its up and downs, but overall I don't want to change it.
73. I have difficulties (feel difficult) to be open when I talk to other people
74. I give (put) my attention on how other people evaluate the choice that I have made in my life
75. I have difficulties to manage this life in a way which satisfy me
76. It's been a long time for me to try making reparations or big changes in my life
77. I feel satisfied when I think about what I've achieved in life
78. If I compare myself with a friend or acquaintance, I feel satisfied with who I am.
79. My friends and me share with each other about our problems.
80. I judge (evaluate) my self with by what I consider important, not by value which is considered (as) important by others
81. I have been able to build a house and a life style which I really like for myself
82. There's a truth to say that you cannot teach new skills to an old dog
83. In my final analysis, I am not really sure that my life means a lot
84. Every person has his/her own weakness, but apparently my weakness is a lot more than it should be.

## LAMPIRAN 4

### Hasil Pemeriksaan *Rater*



No item	Hasil penilaian
1	
2	
3	Can handle the situation is a little different from I am in charge. Mainly a difference in nuance
4	Enrich my knowledge is a little different from expand my horizons
5	
6	How things have turned out is different from how things are done
7	
8	
9	The demands of everyday life are different from my daily needs and get me down is a little from feel desperate
10	
11	
12	
13	Only have a few friends is different from I have few friends, which may imply that you don't have any close friends
14	Influenced by other people is different from influenced by what everyone else is doing. The first sounds like the person is unwilling to listen to others, while the second sound like the person is independent and not just a follower
15	
16	
17	<b>This is completely different</b>
18	
19	Personal and mutual conversations are not necessarily private two way communications
20	
21	
22	Difference in nuance between new method and new ways
23	A sense of direction and purpose is much broader than goals
24	
25	
26	Consent is different form approval
27	
28	This one is wrong. It says the opposite of the original
29	
30	Most aspects of my personality is a little different from most of my personality aspects
31	
32	
33	
34	

35  
36  
37  
38  
39  
40  
41  
42  
43  
44  
45  
46  
47  
48  
49  
50  
51  
52  
53  
54  
55  
56  
57  
58  
59  
60  
61  
62  
63  
64  
65  
66  
67  
68  
69  
70  
71  
72  
73  
74  
75  
76  
77  
78

Salah ketik

Salah ketik

Talk me into is different from asked me

Goal is different form purpose

The things I have to do each day is different from the things I have to do  
everything

Sure about is a little different form have confidence in

**This is a bit different**

**This is different**

Gave my attention is differnet form concerned

**This is wrong and means something different**

79  
80  
81  
82  
83  
84

---



## LAMPIRAN 5

Hasil revisi *decentering*



1. Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh cinta dan kasih sayang
2. Kadang-kadang saya mengubah cara saya bertindak atau berpikir agar lebih serupa dengan orang-orang sekeliling saya.
3. Secara umum, saya merasa bahwa saya dapat mengendalikan situasi di mana saya berada.
4. Saya tidak tertarik pada aktifitas yang akan memperluas cakrawala saya.
5. Saya merasa baik saat berpikir tentang apa yang telah saya lakukan di masa lampau dan apa yang saya lakukan di masa mendatang.
6. Saat saya melihat sejarah hidup saya, saya merasa senang atas segala hal yang telah terjadi.
7. Mempertahankan relasi dekat terasa sulit dan membuat saya frustrasi.
8. Saya tidak takut untuk menyuarakan pendapat-pendapat saya bahkan jika bertentangan dengan pendapat kebanyakan orang.
9. Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya merasa patah semangat.
10. Secara umum, saya dapat terus belajar tentang diri saya sendiri seiring berjalannya waktu.
11. Saya menjalani hidup dari hari ke hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.
12. Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif atas diri saya sendiri,
13. Saya sering merasa kesepian karena saya hanya memiliki sedikit teman yang dapat saya ajak berbagi pendapat tentang hal-hal yang saya anggap penting.
14. Keputusan saya biasanya tidak terpengaruh oleh apa yang dilakukan orang-orang lain.
15. Saya tidak terlalu cocok dengan orang-orang dan komunitas di sekitar saya.
16. Saya adalah jenis orang yang senang mencoba hal-hal baru.
17. Saya cenderung berfokus pada masa sekarang karena masa depan hampir selalu mendatangkan masalah bagi saya.
18. Saya merasa bahwa sebagian besar orang yang saya kenal telah mendapatkan hidup yang lebih dari saya.

19. Saya menikmati percakapan pribadi yang bersifat mutual dengan anggota keluarga atau teman.
20. Saya cenderung khawatir akan apa yang orang lain pikirkan tentang diri saya.
21. Saya cukup mampu mengelola tanggung jawab –tanggung jawab saya sehari-hari.
22. Saya tak ingin mencoba cara baru dalam melakukan sesuatu hidup saya sudah bagus seperti sekarang ini.
23. Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup.
24. Seandainya ada kesempatan, ada banyak hal dalam diri saya yang akan saya ubah.
25. Penting bagi saya untuk menjadi pendengar yang baik saat teman dekat berbicara kepada saya tentang masalah mereka.
26. Bagi saya, merasa puas dengan diri sendiri lebih penting daripada memperoleh persetujuan orang lain tentang diri saya.
27. Saya sering merasa terlalu terbebani oleh tanggung jawab-tanggung jawab saya.
28. Menurut saya adalah hal yang penting untuk memiliki pengalaman-pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir tentang diri saya dan tentang dunia.
29. Aktifitas saya sehari-hari sering nampak remeh dan tak penting bagi saya.
30. Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya,
31. Saya tak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan saat saya butuh berbicara.
32. Saya cenderung terpengaruh oleh orang-orang yang pendapatnya teguh.
33. Seandainya saya tak bahagia dengan keadaan hidup saya, saya akan mengambil langkah efektif untuk mengubahnya.
34. Ketika memikirkannya, saya sadar bahwa saya belum sungguh-sungguh berkembang menjadi manusia yang lebih baik.
35. Saya tidak memiliki gambaran pasti tentang apa yang akan saya capai dalam hidupku.



36. Saya melakukan beberapa kesalahan di masa lampau, tetapi saya merasa bahwa secara umum segalanya telah berjalan dengan baik.
37. Saya merasa memperoleh banyak hal dari persahabatan-persahabatan saya.
38. Orang jarang menyuruh saya melakukan hal-hal yang tak saya inginkan..
39. Pada umumnya saya dapat mengatur dengan baik keuangan dan urusan pribadi saya.
40. Menurut pendapat saya, orang di segala usia mampu terus bertumbuh dan berkembang.
41. Dahulu saya biasa menentukan tujuan bagi diri sendiri, tetapi sekarang itu sepertinya hanya buang-buang waktu saja.
42. Dalam banyak hal, saya merasa kecewa atas pencapaian hidup saya,
43. Bagi saya kebanyakan orang memiliki lebih banyak teman daripada saya.
44. Penting bagi saya untuk menyesuaikan diri (membangunkan) dengan orang-orang lain daripada bertahan sendiri dengan prinsip-prinsip saya.
45. Saya sangat tertekan bila saya tidak mampu mengerjakan hal-hal yang harus saya kerjakan sehari-hari.
46. Seiring dengan perjalanan waktu, saya telah memperoleh banyak wawasan tentang hidup yang membuat saya menjadi orang yang lebih kuat dan mampu,
47. Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha merealisasikannya.
48. Secara umum saya bangga atas diri saya dan hidup yang saya jalani,
49. Orang-orang biasanya menggambarkan saya sebagai orang yang senang berbagi, bersedia berbagi waktu untuk orang lain.
50. Saya yakin atas pendapat-pendapat saya bahkan jika hal-hal itu bertentangan dengan kesepakatan umum.
51. Saya cakap dalam mengatur waktu sehingga saya dapat meluangkan waktu untuk setiap hal yang perlu saya lakukan.
52. Saya merasa bahwa sebagai pribadi saya telah banyak berkembang dari waktu ke waktu.

53. Saya adalah orang yang aktif dalam melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tentukan untuk diri saya sendiri.
54. Saya iri terhadap orang lain atas hidup yang mereka alami.
55. Saya tidak banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.
56. Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat saya sendiri atas hal-hal yang kontroversial.
57. Hidup sehari-hari saya penuh kesibukan, tetapi saya merasa puas karena mampu menjalani semuanya.
58. Saya tak merasa nyaman berada dalam situasi baru yang menuntut saya mengubah cara kerja yang sudah menjadi kebiasaan saya.
59. Beberapa orang berkelana tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.
60. Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri.
61. Saya sering merasa seolah-olah saya orang luar yang hanya bisa menatap ketika berurusan dengan persahabatan.
62. Saya sering mengubah keputusan-keputusan saya bila teman-teman atau keluarga tidak setuju.
63. Saya menjadi frustrasi saat mencoba merencanakan kegiatan sehari-hari, karena saya tidak pernah menyelesaikan hal yang sudah saya tentukan.
64. Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah dan berkembang yang terus berlangsung.
65. Saya kadang-kadang merasa seolah apa yang telah saya lakukan adalah sesuatu yang harus saya lakukan dalam hidup.
66. Sering kali saya terbangun dengan perasaan kecewa atas cara saya dalam menjalani hidup.
67. Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya dan mereka tahu mereka dapat mempercayai saya.

68. Saya bukanlah orang yang menyerah pada tekanan sosial untuk berpikir ataupun bertindak dengan cara tertentu.
69. Usaha-usaha saya untuk menemukan jenis-jenis kegiatan dan relasi-relasi yang saya butuhkan telah cukup berhasil
70. Saya senang melihat bagaimana pandangan-pandangan saya telah berubah dan bertambah matang dari tahun ke tahun.
71. Tujuan hidup saya lebih merupakan sumber kepuasan daripada keputusan-keputusan saya.
72. Masa lalu ada pasang surutnya, tetapi secara umum saya tak mau mengubahnya,
73. Saya merasa kesulitan untuk bersikap terbuka ketika berbicara dengan orang lain,
74. Saya khawatir mengenai cara orang lain menilai pilihan-pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya.
75. Saya kesulitan mengatur hidup dengan cara yang memuaskan saya.
76. Saya sudah sejak lama tidak lagi berusaha melakukan perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.
77. Saya merasa puas ketika berpikir tentang apa yang telah saya capai dalam hidup.
78. Ketika saya membandingkan diri saya dengan teman-teman atau kenalan-kenalan, saya merasa puas tentang siapa diri saya.
79. Teman-teman dan saya saling bersimpati satu sama lain atas masalah-masalah kami.
80. Saya menilai diri saya sendiri dengan apa yang saya anggap penting, bukan dengan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.
81. Saya telah mampu membangun rumah dan gaya hidup saya sesuai dengan apa yang saya sukai.
82. Ada kebenaran dalam ungkapan anda tidak dapat mengajarkan ketrampilan-ketrampilan baru pada seekor anjing tua.

83. Dalam analisis final saya, saya tidak terlalu yakin bahwa hidup saya bermakna banyak.
84. Setiap orang memiliki kelemahan-kelemahannya, tetapi nampaknya kelemahan saya lebih banyak daripada yang seharusnya.



## **LAMPIRAN 6**

### **Pemeriksaan Validitas Konten**



Berikut ini, anda akan melihat serangkaian pernyataan yang berhubungan dengan alat ukur yang bernama *psychological well-being scale* (PWBS). Saudara diminta untuk membaca serangkaian pernyataan tersebut dan menilai apakah pernyataan-pernyataan yang berada dalam alat ukur tersebut merupakan pernyataan yang sesuai dengan konstruk yang ingin digunakan. Penilaian tersebut akan dibagi menjadi 3 kategori yaitu : **essensial, berguna namun tidak essensial, dan tidak berguna.**

Penilaian essensial akan diberikan apabila saudara melihat bahwa item tersebut memiliki kesesuaian dengan konstruk yang diberikan. Baik bersifat mendukung (*favorable*), maupun tidak mendukung (*unfavorable*)

Penilaian berguna namun tidak essensial akan diberikan apabila saudara menemukan bahwa item tersebut tidak sesuai dengan konstruk yang diberikan namun masih dapat digunakan dalam skala yang digunakan.

Penilaian tidak berguna akan diberikan apabila saudara menemukan bahwa item tersebut tidak sesuai dengan konstruk yang diberikan dan tidak sesuai dengan skala yang digunakan.

Berikanlah tanda (✓) pada kotak yang Anda anggap paling sesuai

Untuk membantu anda dalam menilai alat ukur tersebut, kami menyertakan *blue print* serta definisi operasional dari PWBS itu sendiri.

Berikut merupakan daftar pernyataan yang akan saudara nilai, atas kesediaannya saya ucapkan terima kasih

*Autonomy*

Adalah kemampuan individu untuk dapat mengendalikan dirinya sendiri dan independen. Individu juga mampu bertahan dari tekanan sosial mengenai cara untuk berpikir dan berperilaku. Individu juga mengendalikan perilaku dari dalam dirinya sendiri serta mengevaluasi diri menggunakan standar yang dikembangkan sendiri.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Saya tidak takut untuk menyuarakan pendapat-pendapat saya bahkan jika bertentangan dengan pendapat kebanyakan orang.			
Keputusan saya biasanya tidak terpengaruh oleh apa yang dilakukan orang-orang lain.			
Bagi saya, meraaa puas dengan diri sendiri lebih penting daripada memperoleh persetujuan orang lain tentang diri saya.			
Orang jarang menyuruh saya melakukan hal-hal yang tak saya inginkan.			
Saya yakin atas pendapat-pendapat saya bahkan jika hal-hal itu bertentangan dengan kesepakatan umum.			
Saya bukanlah orang yang menyerah pada tekanan sosial untuk berpikir ataupun bertindak dengan cara tertentu.			

Saya menilai diri saya sendiri dengan apa yang saya anggap penting, bukan dengan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.			
Kadang-kadang saya mengubah cara saya bertindak atau berpikir agar lebih serupa dengan orang-orang sekeliling saya.			
Saya cenderung khawatir akan apa yang orang lain pikirkan tentang diri saya.			
Saya cenderung terpengaruh oleh orang-orang yang pendapatnya teguh.			
Penting bagi saya untuk menyesuaikan diri dengan orang-orang lain daripada bertahan sendiri dengan prinsip-prinsip saya.			
Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat saya sendiri atas hal-hal yang kontroversial.			
Saya sering mengubah keputusan-keputusan saya bila teman-teman atau keluarga tidak setuju.			
Saya khawatir mengenai cara orang lain menilai pilihan-pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya.			



*Environmental mastery*

Merupakan kemampuan untuk menguasai serta mengendalikan lingkungan di sekitarnya. Individu mampu mengendalikan serangkaian aktifitas di luar dirinya yang kompleks. Individu juga mampu menggunakan kesempatan disekitarnya secara efektif serta mampu memilih atau menciptakan situasi yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Secara umum, saya merasa bahwa saya dapat mengendalikan situasi di mana saya berada.			
Saya cukup mampu mengelola tanggung jawab – tanggung jawab saya sehari-hari.			
Seandainya saya tak bahagia dengan keadaan hidup saya, saya akan mengambil langkah efektif untuk mengubahnya.			
Pada umumnya saya dapat mengatur dengan baik keuangan dan urusan pribadi saya.			
Saya cakap dalam mengatur waktu sehingga saya dapat meluangkan waktu untuk setiap hal yang perlu saya lakukan.			
Hidup sehari-hari saya penuh kesibukan, tetapi saya merasa puas karena mampu menjalani semuanya.			
Usaha-usaha saya untuk menemukan jenis-jenis kegiatan dan relasi-relasi yang saya butuhkan telah cukup berhasil.			

Saya telah mampu membangun rumah dan gaya hidup saya sesuai dengan apa yang saya sukai.			
Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya merasa patah semangat.			
Saya tidak terlalu cocok dengan orang-orang dan komunitas di sekitar saya.			
Saya sering merasa terlalu terbebani oleh tanggung jawab-tanggung jawab saya.			
Saya sangat tertekan bila saya tidak mampu mengerjakan hal-hal yang harus saya kerjakan sehari-hari.			
Saya menjadi frustrasi saat mencoba merencanakan kegiatan sehari-hari, karena saya tidak pernah menyelesaikan hal yang sudah saya tentukan.			
Saya kesulitan mengatur hidup dengan cara yang memuaskan saya.			

*Personal growth*

Merupakan kondisi dimana individu merasakan adanya pertumbuhan yang terus berlanjut. Individu juga melihat dirinya terus bertumbuh dan berkembang. Individu terbuka dengan pengalaman baru dan mampu menyadari potensi dalam dirinya. Individu juga mampu melihat perkembangan dalam diri dan perilakunya seiring berjalannya waktu. Serta berkembang menjadi individu yang lebih mencerminkan pengetahuan akan diri sendiri dan efektif.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Secara umum, saya dapat terus belajar tentang diri saya sendiri seiring berjalannya waktu.			
Saya adalah jenis orang yang senang mencoba hal-hal baru.			
Menurut saya adalah hal yang penting untuk memiliki pengalaman-pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir tentang diri saya dan tentang dunia.			
Menurut pendapat saya, orang di segala usia mampu terus bertumbuh dan berkembang.			
Seiring dengan perjalanan waktu, saya telah memperoleh banyak wawasan tentang hidup yang membuat saya menjadi orang yang lebih kuat dan mampu.			
Saya merasa bahwa sebagai pribadi saya telah banyak berkembang dari waktu ke waktu.			

<p>Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah dan berkembang yang terus berlangsung.</p>			
<p>Saya senang melihat bagaimana pandangan-pandangan saya telah berubah dan bertambah matang dari tahun ke tahun.</p>			
<p>Saya tidak tertarik pada aktifitas yang akan memperluas cakrawala saya.</p>			
<p>Saya tak ingin mencoba cara baru dalam melakukan sesuatu hidup saya sudah bagus seperti sekarang ini.</p>			
<p>Ketika memikirkannya, saya sadar bahwa saya belum sungguh-sungguh berkembang menjadi manusia yang lebih baik.</p>			
<p>Saya tak merasa nyaman berada dalam situasi baru yang menuntut saya mengubah cara kerja yang sudah menjadi kebiasaan saya.</p>			
<p>Saya sudah sejak lama tidak lagi berusaha melakukan perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.</p>			
<p>Ada kebenaran dalam ungkapan anda tidak dapat mengajarkan ketrampilan-ketrampilan baru pada seekor anjing tua.</p>			

*Positive relationships with others*

Merupakan kondisi dimana individu memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan terpercaya dengan orang lain. Individu juga memiliki kekhawatiran akan kesejahteraan orang lain serta memiliki empati yang kuat. Individu memiliki kasih sayang dan keintiman serta mengerti konsep menerima dan memberi dalam relasi interpersonal.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh cinta dan kasih sayang.			
Saya menikmati percakapan pribadi yang bersifat mutual dengan anggota keluarga atau teman.			
Penting bagi saya untuk menjadi pendengar yang baik saat teman dekat berbicara kepada saya tentang masalah mereka.			
Saya merasa memperoleh banyak hal dari persahabatan-persahabatan saya.			
Orang-orang biasanya menggambarkan saya sebagai orang yang senang berbagi, bersedia berbagi waktu untuk orang lain.			
Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya dan mereka tahu mereka dapat mempercayai saya.			
Teman-teman dan saya saling bersimpati satu sama lain atas masalah-masalah kami.			

Mempertahankan relasi dekat terasa sulit dan membuat saya frustrasi.			
Saya sering merasa kesepian karena saya hanya memiliki sedikit teman yang dapat saya ajak berbagi pendapat tentang hal-hal yang saya anggap penting.			
Saya tak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan saat saya butuh berbicara.			
Bagi saya kebanyakan orang memiliki lebih banyak teman daripada saya.			
Saya tidak banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.			
Saya sering merasa seolah-olah saya adalah orang luar yang hanya bisa menatap ketika berurusan dengan persahabatan.			
Saya merasa kesulitan untuk bersikap terbuka ketika berbicara dengan orang lain.			

*Purpose in life*

Merupakan kondisi dimana individu memiliki tujuan dalam hidupnya dan mampu mengetahui apa yang baik dan buruk. Individu juga dapat mengetahui makna dalam masa lalu dan kehidupannya saat ini. Individu juga memiliki keyakinan bahwa terdapat tujuan dalam hidupnya serta memiliki tujuan dalam hidupnya.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Saya merasa baik saat berpikir tentang apa yang telah saya lakukan di masa lampau dan apa yang saya lakukan di masa mendatang.			
Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup.			
Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha merealisasikannya.			
Saya adalah orang yang aktif dalam melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tentukan untuk diri saya sendiri.			
Beberapa orang berkelana tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.			
Tujuan hidup saya lebih merupakan sumber kepuasan daripada keputusan saya.			
Saya merasa puas ketika berpikir tentang apa yang telah saya capai dalam hidup.			
Saya menjalani hidup dari hari ke hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.			

<p>Saya cenderung berfokus pada masa sekarang karena masa depan hampir selalu mendatangkan masalah bagi saya.</p>			
<p>Aktifitas saya sehari-hari sering nampak remeh dan tak penting bagi saya.</p>			
<p>Saya tidak memiliki gambaran pasti tentang apa yang akan saya capai dalam hidupku.</p>			
<p>Dahulu saya biasa menentukan tujuan bagi diri sendiri, tetapi sekarang itu sepertinya hanya buang-buang waktu saja.</p>			
<p>Saya kadang-kadang merasa seolah apa yang telah saya lakukan adalah sesuatu yang harus saya lakukan dalam hidup.</p>			
<p>Dalam analisis final saya, saya tidak terlalu yakin bahwa hidup saya bermakna banyak.</p>			



*Self-acceptance*

Merupakan kondisi dimana individu memiliki pemikiran positif terhadap dirinya. Individu juga mengetahui dan menerima segala aspek dalam dirinya baik aspek positif maupun negatif serta menerima masa lalu dirinya secara positif.

Pernyataan	Essensial	Berguna tapi tidak Essensial	Tidak Penting
Saat saya melihat sejarah hidup saya, saya merasa senang atas segala hal yang telah terjadi.			
Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif atas diri saya sendiri,			
Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya.			
Saya melakukan beberapa kesalahan di masa lampau, tetapi saya merasa bahwa secara umum segalanya telah berjalan dengan baik.			
Secara umum saya bangga atas diri saya dan hidup yang saya jalani.			
Masa lalu ada pasang surutnya, tetapi secara umum saya tak mau mengubahnya.			
Ketika saya membandingkan diri saya dengan teman-teman atau kenalan-kenalan, saya merasa puas tentang siapa diri saya.			
Saya merasa bahwa sebagian besar orang yang saya kenal telah mendapatkan hidup yang lebih dari saya.			

Seandainya ada kesempatan, ada banyak hal dalam diri saya yang akan saya ubah.			
Dalam banyak hal, saya merasa kecewa atas pencapaian hidup saya.			
Saya iri terhadap orang lain atas hidup yang mereka alami.			
Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri.			
Sering kali saya terbangun dengan perasaan kecewa atas cara saya dalam menjalani hidup.			
Setiap orang memiliki kelemahan-kelemahannya, tetapi nampaknya kelemahan saya lebih banyak daripada yang seharusnya.			

## **LAMPIRAN 7**

### **Hasil CVR**



No Item	Reviewer 1	Reviewer 2	Hasil CVR
1	Essensial	Essensial	1
2	Essensial	Essensial	1
3	Essensial	Essensial	1
4	Essensial	Essensial	1
5	Essensial	Essensial	1
6	Essensial	Essensial	1
7	Essensial	Essensial	1
8	Essensial	Essensial	1
9	Essensial	Essensial	1
10	Essensial	Essensial	1
11	Essensial	Essensial	1
12	Essensial	Essensial	1
13	Essensial	Essensial	1
14	Essensial	Essensial	1
15	Essensial	Essensial	1
16	Essensial	Essensial	1
17	Essensial	Essensial	1
18	Essensial	Essensial	1
19	Essensial	Essensial	1
20	Essensial	Essensial	1
21	Essensial	Essensial	1
22	Essensial	Essensial	1
23	Essensial	Essensial	1
24	Essensial	Essensial	1
25	Essensial	Essensial	1
26	Essensial	Essensial	1
27	Essensial	Essensial	1

28	Essensial	Essensial	1
29	Essensial	Essensial	1
30	Essensial	Essensial	1
31	Essensial	Essensial	1
32	Essensial	Essensial	1
33	Essensial	Essensial	1
34	Essensial	Essensial	1
35	Essensial	Essensial	1
36	Essensial	Essensial	1
37	Essensial	Essensial	1
38	Essensial	Essensial	1
39	Essensial	Essensial	1
40	Essensial	Essensial	1
41	Essensial	Essensial	1
42	Essensial	Essensial	1
43	Essensial	Essensial	1
44	Essensial	Essensial	1
45	Essensial	Essensial	1
46	Essensial	Essensial	1
47	Essensial	Essensial	1
48	Essensial	Essensial	1
49	Essensial	Essensial	1
50	Essensial	Essensial	1
51	Essensial	Essensial	1
52	Essensial	Essensial	1
53	Essensial	Essensial	1
54	Essensial	Essensial	1
55	Essensial	Essensial	1
56	Essensial	Essensial	1
57	Essensial	Essensial	1

58	Essensial	Essensial	1
59	Essensial	Essensial	1
60	Essensial	Essensial	1
61	Essensial	Essensial	1
62	Essensial	Essensial	1
63	Essensial	Essensial	1
64	Essensial	Essensial	1
65	Essensial	Essensial	1
66	Essensial	Essensial	1
67	Essensial	Essensial	1
68	Essensial	Essensial	1
69	Essensial	Essensial	1
70	Essensial	Essensial	1
71	Essensial	Essensial	1
72	Essensial	Essensial	1
73	Essensial	Essensial	1
74	Essensial	Essensial	1
75	Essensial	Essensial	1
76	Essensial	Essensial	1
77	Essensial	Essensial	1
78	Essensial	Essensial	1
79	Essensial	Essensial	1
80	Essensial	Essensial	1
81	Essensial	Essensial	1
82	Essensial	Essensial	1
83	Essensial	Essensial	1
84	Essensial	Essensial	1

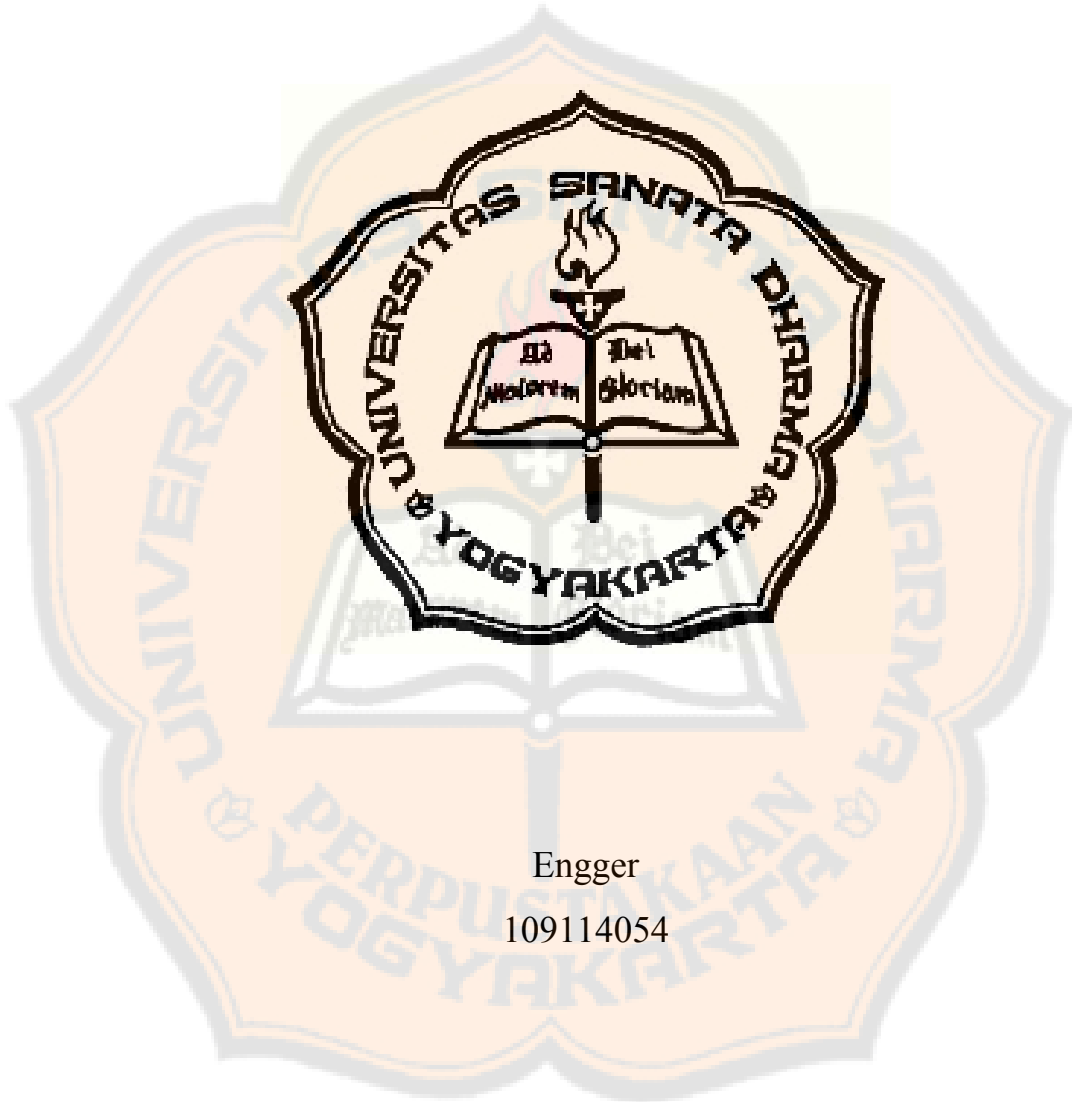
---

## **LAMPIRAN 8**

### **PWBS adaptasi**



SKALA PENGUKURAN PSIKOLOGIS  
*(dalam rangka memenuhi tugas akhir kuliah)*



Engger  
109114054

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SANATA DHARMA  
YOGYAKARTA



## FORM PERSETUJUAN

Dengan hormat,

Dalam rangka penelitian untuk penulisan skripsi, saya mahasiswa akhir Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma memohon bantuan Anda untuk mengisi kuisisioner yang sudah disediakan dibawah ini.

Penelitian ini mengenai kesejahteraan psikologis atau yang dikenal juga dengan nama *psychological well-being* Untuk itu, saya meminta kesediaan Anda untuk meluangkan waktu serta berpartisipasi dalam mengisi kuesioner yang telah disediakan.

Secara umum kuesioner ini berisi pernyataan- pernyataan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis yang dikenal juga dengan nama *psychological well-being* Anda.

Sebelum memulai pengerjaan, isilah data yang tertera pada bagian *Identitas Diri*. Bacalah dengan teliti *Petunjuk Pengisian* sebelum mengisi jawaban dari pernyataan yang ada.

Tidak ada jawaban yang salah dalam kuisisioner ini. Semua jawaban yang Anda berikan adalah tepat sepanjang hal itu sesuai dengan pengalaman dan pengetahuan Anda yang sesungguhnya.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa jawaban yang Anda berikan bersifat pribadi. Semua informasi yang didapat dari responden akan diperlakukan sebagai sesuatu hal yang bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk penyusunan penelitian.

Dengan mengisi kuesioner ini Anda dapat berefleksi atau melihat kembali kehidupan yang telah anda jalani selama ini. Terkait dengan risiko, kemungkinan Anda merasa tidak nyaman dalam

memberikan jawaban-jawaban pada kuesioner ini. Kendatipun demikian, saya berharap Anda dapat sepenuhnya berpartisipasi.

Anda juga bebas untuk mengajukan pertanyaan kepada kami melalui email [enggerzheng@gmail.com](mailto:enggerzheng@gmail.com) atau dengan dosen pembimbing skripsi saya, Prof. Dr. A. Supratiknya melalui email [aswignyawardaya@yahoo.co.id](mailto:aswignyawardaya@yahoo.co.id)

Atas waktu dan perhatian Saudara, saya mengucapkan terimakasih.

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyanggupi permohonan di atas dan bersedia untuk mengisi kuisisioner yang ada di bawah ini.

Yogyakarta, ..... Januari 2015

(.....)

Engger

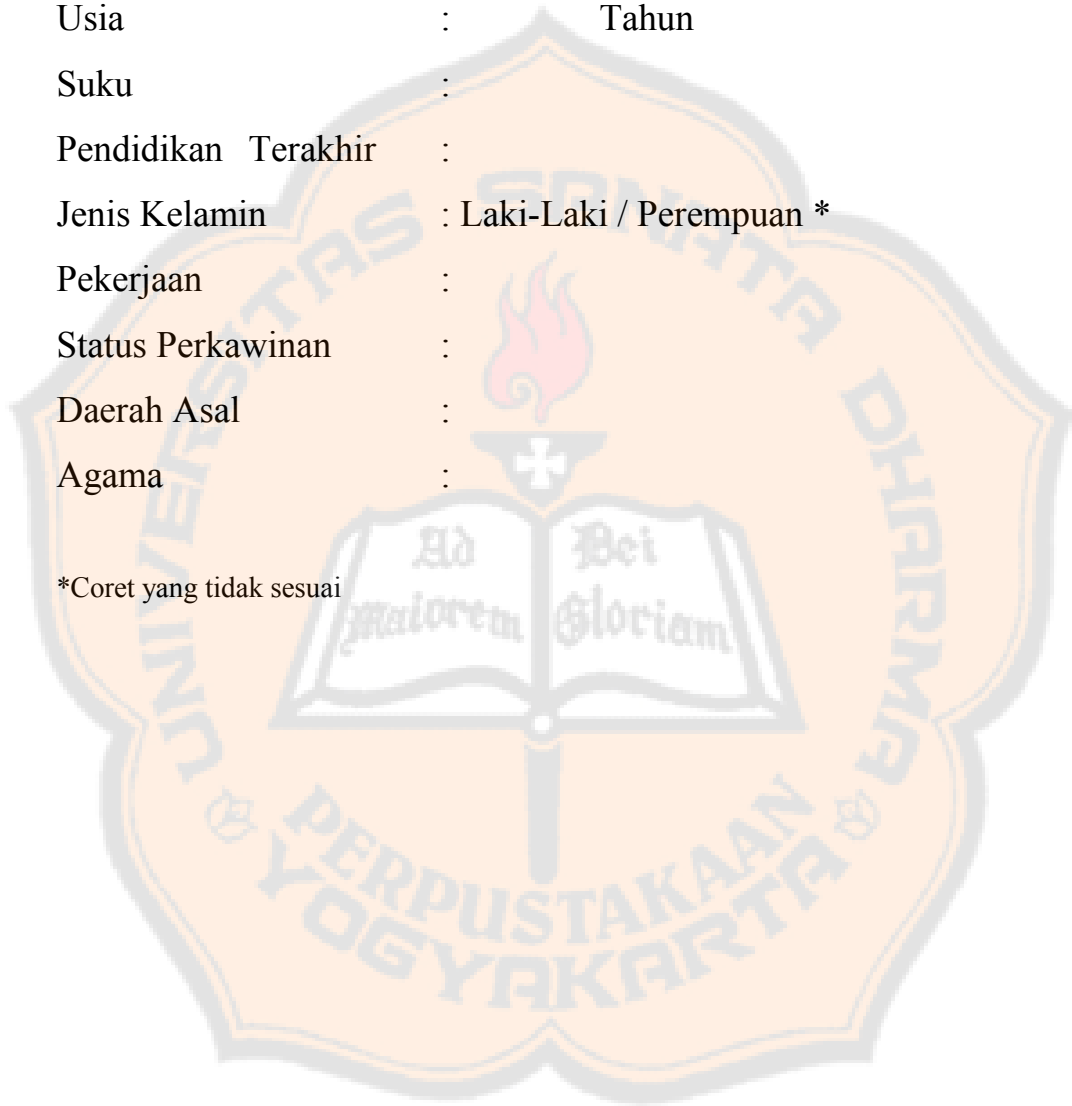
(.....)

Partisipan

### Identitas Diri

Inisial :  
Usia : Tahun  
Suku :  
Pendidikan Terakhir :  
Jenis Kelamin : Laki-Laki / Perempuan \*  
Pekerjaan :  
Status Perkawinan :  
Daerah Asal :  
Agama :

\*Coret yang tidak sesuai



### Petunjuk Pengisian

Berikut terdapat sejumlah pernyataan yang terkait dengan perasaan anda tentang diri anda sendiri dan hidup anda dan pada setiap pernyataan terdapat enam pilihan jawaban.

Berikan tanda (✓) pada kotak yang Anda anggap **paling** menggambarkan diri Anda.

Pilihan jawabannya adalah :

- STS : Sangat Tidak Setuju**
- TS : Tidak Setuju**
- ATS : Agak Tidak Setuju**
- AS : Agak Setuju**
- S : Setuju**
- SS : Sangat Setuju**

Dalam Skala ini, tidak ada jawaban yang benar maupun salah untuk setiap pernyataan. Semua jawaban yang anda pilih merupakan jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. Kami berharap Anda menjawab dengan jujur. Terimakasih atas kerjasama, serta kesediaannya untuk mengisi skala ini.

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Kebanyakan orang melihat saya sebagai orang yang penuh cinta dan kasih sayang.						
2	Kadang-kadang saya mengubah cara saya bertindak atau berpikir agar lebih serupa dengan orang-orang di sekeliling saya.						
3	Secara umum, saya merasa dapat mengendalikan situasi di mana saya berada.						
4	Saya tidak tertarik pada aktifitas yang dapat memperluas cakrawala saya.						
5	Saya merasa baik saat berpikir tentang apa yang telah saya lakukan di masa lampau dan apa yang saya lakukan di masa mendatang.						
6	Saat saya melihat sejarah hidup saya, saya merasa senang atas segala hal yang telah terjadi.						
7	Mempertahankan relasi dekat terasa sulit dan membuat saya frustrasi.						
8	Saya tidak takut untuk menyuarakan pendapat-pendapat saya bahkan jika bertentang dengan pendapat kebanyakan orang.						
9	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya merasa patah semangat.						
10	Secara umum, saya dapat terus belajar tentang diri saya sendiri seiring berjalannya waktu.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
11	Saya menjalani hidup dari hari ke hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.						
12	Secara umum, saya merasa percaya diri dan positif atas diri saya sendiri.						
13	Saya sering merasa kesepian karena saya hanya memiliki sedikit teman yang dapat saya ajak berbagi pendapat tentang hal-hal yang saya anggap penting.						
14	Keputusan saya biasanya tidak terpengaruh oleh apa yang dilakukan orang-orang lain.						
15	Saya tidak terlalu cocok dengan orang-orang dan komunitas di sekitar saya.						
16	Saya adalah jenis orang yang senang mencoba hal-hal baru.						
17	Saya cenderung berfokus pada masa mendatang karena masa depan hampir selalu mendatangkan masalah bagi saya.						
18	Saya merasa bahwa sebagian besar orang yang saya kenal telah mendapatkan hidup yang lebih dari saya.						
19	Saya menikmati percakapan pribadi yang bersifat mutual dengan anggota keluarga atau teman.						
20	Saya cenderung khawatir akan apa yang orang lain pikirkan tentang diri saya.						
21	Saya cukup mampu mengelola tanggung jawab-tanggung jawab saya sehari-hari.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
22	Saya tak ingin mencoba hal baru dalam melakukan sesuatu, karena hidup saya sudah bagus seperti sekarang ini.						
23	Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup.						
24	Seandainya ada kesempatan, ada banyak hal dalam diri saya yang akan saya ubah.						
25	Penting bagi saya untuk menjadi pendengar yang baik saat teman dekat berbicara kepada saya tentang masalah mereka.						
26	Bagi saya, merasa puas dengan diri sendiri lebih penting daripada memperoleh persetujuan orang lain tentang diri saya.						
27	Saya sering merasa terlalu terbebani oleh tanggung jawab-tanggung jawab saya.						
28	Menurut saya adalah hal yang penting untuk memiliki pengalaman-pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir tentang diri saya dan tentang dunia.						
29	Aktifitas saya sehari-hari sering nampak remeh dan tak penting bagi saya.						
30	Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya.						
31	Saya tak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan saat saya butuh berbicara.						
32	Saya cenderung terpengaruh oleh orang-orang-orang yang pendapatnya teguh.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
33	Seandainya saya tak bahagia dengan keadaan hidup saya, saya akan mengambil langkah efektif untuk mengubahnya.						
34	Ketika memikirkannya, saya sadar bahwa saya belum sungguh-sungguh berkembang menjadi manusia yang lebih baik.						
35	Saya tidak memiliki gambaran pasti tentang apa yang akan saya capai dalam hidupku.						
36	Saya melakukan beberapa kesalahan di masa lampau, tetapi saya merasa bahwa secara umum segalanya telah berjalan dengan baik.						
37	Saya merasa memperoleh banyak hal dari persahabatan-persahabatan saya.						
38	Orang jarang menyuruh saya melakukan hal-hal yang tak saya inginkan.						
39	Pada umumnya saya dapat mengatur dengan baik keuangan dan urusan pribadi saya.						
40	Menurut pendapat saya, orang di segala usia mampu terus bertumbuh dan berkembang.						
41	Dahulu saya biasa menentukan tujuan bagi diri sendiri, tetapi sekarang itu sepertinya hanya buang-buang waktu saja.						
42	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa atas pencapaian hidup saya.						
43	Bagi saya kebanyakan orang memiliki lebih banyak teman daripada saya.						



No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
44	Penting bagi saya untuk menyesuaikan diri dengan orang-orang lain daripada bertahan sendiri dengan prinsip-prinsip saya.						
45	Saya sangat tertekan bila saya tidak mampu mengerjakan hal-hal yang harus saya kerjakan sehari-hari.						
46	Seiring dengan perjalanan waktu, saya telah memperoleh banyak wawasan tentang hidup yang membuat saya menjadi orang yang lebih kuat dan mampu.						
47	Saya senang membuat terencana untuk masa depan dan berusaha merealisasikannya.						
48	Secara umum saya bangga atas diri saya dan hidup yang saya jalani.						
49	Orang-orang biasanya menggambarkan saya sebagai orang yang senang berbagi, bersedia berbagi waktu untuk orang lain.						
50	Saya yakin atas pendapat-pendapat saya bahkan jika hal-hal itu bertentangan dengan kesepakatan umum.						
51	Saya cakap dalam mengatur waktu sehingga saya dapat meluangkan waktu setiap hal yang perlu saya lakukan.						
52	Saya merasa bahwa sebagai pribadi saya telah banyak berkembang dari waktu ke waktu.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
53	Saya adalah orang yang aktif dalam melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tentukan diri saya sendiri.						
54	Saya iri terhadap orang lain atas hidup yang mereka alami.						
55	Saya tidak banyak mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.						
56	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat saya sendiri atas hal-hal yang kontroversial.						
57	Hidup sehari-hari saya penuh kesibukan, tetapi saya merasa puas karena mampu menjalani semuanya.						
58	Saya tak merasa nyaman berada dalam situasi baru yang menuntut saya mengubah cara kerja yang sudah menjadi kebiasaan saya.						
59	Beberapa orang berkelana tanpa tujuan dalam hidup, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.						
60	Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri.						
61	Saya sering merasa seolah-olah saya orang luar yang hanya bisa menatap ketika berurusan dengan persahabatan.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
62	Saya sering mengubah keputusan-keputusan saya bila teman-teman atau keluarga tidak setuju.						
63	Saya menjadi frustrasi saat mencoba merencanakan kegiatan sehari-hari, karena saya tidak pernah menyelesaikan hal yang sudah saya tentukan.						
64	Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah dan berkembang yang terus berlangsung.						
65	Saya kadang-kadang merasa seolah apa yang telah saya lakukan adalah sesuatu yang harus saya lakukan dalam hidup.						
66	Sering kali saya terbangun dengan perasaan kecewa atas cara saya dalam menjalani hidup.						
67	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya dan mereka tahu mereka dapat mempercayai saya.						
68	Saya bukanlah orang yang menyerah pada tekanan sosial untuk berpikir ataupun bertindak dengan cara tertentu.						
69	Usaha-usaha saya untuk menemukan jenis-jenis kegiatan dan relasi-relasi yang saya butuhkan telah cukup berhasil						
70	Saya senang melihat bagaimana pandangan-pandangan saya telah berubah dan bertambah matang dari tahun ke tahun.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
71	Tujuan hidup saya lebih merupakan sumber kepuasan daripada keputus-asaan saya.						
72	Masa lalu ada pasang surutnya, tetapi secara umum saya tak mau mengubahnya.						
73	Saya merasa kesulitan untuk bersikap terbuka ketika berbicara dengan orang lain.						
74	Saya khawatir mengenai cara orang lain menilai pilihan-pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya.						
75	Saya kesulitan mengatur hidup dengan cara yang memuaskan saya.						
76	Saya sudah sejak lama tidak lagi berusaha melakukan perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.						
77	Saya merasa puas ketika berpikir tentang apa yang telah saya capai dalam hidup.						
78	Ketika saya membandingkan diri saya dengan teman-teman atau kenalan-kenalan, saya merasa puas tentang siapa diri saya.						
79	Teman-teman dan saya saling bersimpati satu sama lain atas masalah-masalah kami.						
80	Saya menilai diri saya sendiri dengan apa yang saya anggap penting, bukan dengan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
81	Saya telah mampu membangun rumah dan gaya hidup saya sesuai dengan apa yang saya sukai.						
82	Ada kebenaran dalam ungkapan, “anda tidak dapat mengajarkan ketrampilan-ketrampilan baru pada seekor anjing tua.”						
83	Dalam analisis terakhir saya, saya tidak terlalu yakin bahwa hidup saya bermakna banyak.						
84	Setiap orang memiliki kelemahan-kelemahannya, tetapi nampaknya kelemahan saya lebih banyak daripada yang seharusnya.						

Semoga Hari Anda Menyenangkan

## LAMPIRAN 9

**Izin Penggunaan alat ukur**



Engger Zheng <enggerzheng@gmail.com>

to cryff

Dear Ms Carol Ryff,  
Greetings from Indonesia!

My name is Engger. I am from Indonesia. I am a college student at psychology department, Sanata Dharma University, Yogyakarta, Indonesia.

I have been doing research about psychological well-being in Indonesia and I am interested in the Psychological Well-Being Scale that you have conceptualized. In fact, I have an interest for using that scale for my research paper which will study about the psychological well-being in Indonesia.

Ms Ryff,  
I would like to ask your permission to use your scale. This scale will be adapted into Indonesian and will only be used for research purpose. I hope you do not mind to give me permission to use your scale.

Looking forward to hearing from you.  
Best regards,  
Engger

Theresa Berrie <[berrie@wisc.edu](mailto:berrie@wisc.edu)>

to me

Greetings,

Thanks for your interest in the well-being scales. I am responding to your request on behalf of Carol Ryff. You have her permission to use the scales. They are attached in the following files (both are Word 97-2003 documents):

- "14 Item Instructions" lists all 14 items for each of the six scales of well-being (14x6=84 items), and includes information about shorter options, scoring, and psychometric properties, plus a list of published studies using the scales. (See the publications by C. D. Ryff if you need more background information about the scales.)

- "14-item Questionnaire" is a formatted version of the full instrument with all 84 items. (This file can be modified if you choose a shorter length option- see the "14 Item Instructions" for which questions to include.)

Please note, Dr. Ryff strongly recommends that you NOT use the ultra-short-form version (3 items per scale, 3x6=18 items). That level of assessment has psychometric problems and does not do a good job of covering the content of the six well-being constructs.

There is no charge to use the scales, but we do ask that you please send us copies of any materials you may publish using the scales to [berrie@wisc.edu](mailto:berrie@wisc.edu) and [cryff@wisc.edu](mailto:cryff@wisc.edu).

Best wishes for your research,

Theresa Berrie

Administrative Assistant  
UW-MADISON INSTITUTE ON AGING (IOA)  
2245 Medical Sciences Center  
1300 University Ave.  
Madison, WI 53706-1532

Phone: [608-261-1493](tel:608-261-1493)  
Fax: [608-263-6211](tel:608-263-6211)  
Email: [berrie@wisc.edu](mailto:berrie@wisc.edu)

Web: [aging.wisc.edu](http://aging.wisc.edu)  
Main IOA phone: [608-262-1818](tel:608-262-1818)