

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai dimensi-dimensi wellness yaitu emotional-mental wellness, intellectual wellness, physical wellness, social wellness, dan spiritual wellness pada mahasiswa Magister Psikologi Profesi Universitas “X” Bandung berdasarkan pada teori Wellness dari Corbin (2006). Responden penelitian ini yaitu populasi berjumlah 44 orang mahasiswa dari angkatan 2012 sampai angkatan 2015 Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas “X” Bandung.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner wellness yang dirancang oleh Rosalia (2015) dan telah dimodifikasi oleh peneliti. Uji validitas alat ukur menggunakan content validity dengan empat expert judgment. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji reliabilitas Alpha Cronbach dengan reliabilitas dimensi wellness berkisar antara 0,527 hingga 0,733. Item yang digunakan dalam penelitian berjumlah 45 item.

Berdasarkan hasil pengolahan data, mahasiswa Magister Psikologi Profesi Universitas “X” Bandung memiliki derajat tinggi pada dimensi-dimensi wellness. Dalam penelitian ini ditemukan kecenderungan keterkaitan antara faktor health-care system dengan dimensi emotional-mental wellness, faktor gaya hidup sehat dengan dimensi emotional-mental wellness dan intellectual wellness.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengajukan saran pada penelitian selanjutnya dengan meneliti kontribusi faktor-faktor yang memengaruhi wellness pada dimensi-dimensi wellness. Selain itu, untuk Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas “X” Bandung disarankan untuk mengadakan sesi konseling agar membantu mahasiswa merasa mampu mengatasi tekanan-tekanan yang diberikan dalam menyelesaikan studi magister profesinya.

Abstract

The goal of this research is to find big pictures about wellness dimensions which is emotional-mental wellness, intellectual wellness, physical wellness, social wellness, and spiritual wellness on collage student at Psychology Magister of “X” University in Bandung based on the theories of Wellness from Corbin in 2006. The respondent of this research is a population consist of 44 people from generation 2012 until 2015 of student collage in Psychology Master Profession of “X” University in Bandung.

The measuring instrument used in this research is a questionnaire of wellness that Rosalia (2015) designed and have been modified by researcher. Validity of the item were tested using content validity and four expert judgment. Data that were gathered have been tested using Alpha Cronbach test of reliability and the result is the reliability of wellness dimension is in the range of 0,527 and 0,733. This research has consisted of 45 item.

Based on the result of data interpreting, student collage in Psychology Magister of “X” University in Bandung have high degree in wellness dimensions. In this research found a tendency linkages between health-care system factor with dimensions of emotional-mental wellness , healthy lifestyle factors with dimensions of emotional- mental wellness and intellectual wellness.

Based on the research, researcher suggest that on the next research to find contribution of the factors that affect wellness dimensions. For Psychology Magister of “X” University in Bandung, researcher suggest to hold a counseling session to help collage student feel capable of handling pressures that were given to finish their study.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN PENELITIAN	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	11
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	11
1.3.1 Maksud Penelitian	11
1.3.2 Tujuan Penelitian	11
1.4 Kegunaan Penelitian	12
1.4.1 Kegunaan Teoritis	12
1.4.2 Kegunaan Praktis	12
1.5 Kerangka Pemikiran	13
1.6 Asumsi	21

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 <i>Health</i> dan <i>Wellness</i>	22
2.2 <i>Wellness</i>	22
2.2.1 Dimensi-dimensi <i>Wellness</i>	24
2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Wellness</i>	26
2.4 Teori Perkembangan Dewasa Awal.....	30
2.4.1 Perkembangan Kognitif Dewasa Awal.....	30
2.4.2 Perkembangan Fisik Dewasa Awal	32
2.4.3 Perkembangan Sosioemosional Dewasa Awal	34

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian	36
3.2 Bagan Prosedur Penelitian	36
3.3 Variabel Penelitian, Definisi Konseptual, dan Definisi Operasional	37
3.3.1 Variabel Penelitian	37
3.3.2 Definisi Konseptual	37
3.3.3 Definisi Operasional	38
3.4 Alat Ukur	40
3.4.1 Alat Ukur <i>Wellness</i>	40
3.4.2 Sistem Penelitian	41
3.4.3 Data Pribadi dan Data Penunjang	43
3.4.4 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	43
3.4.4.1 Validitas Alat Ukur	43
3.4.4.2 Reliabilitas Alat Ukur	44

3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel	45
3.5.1 Populasi Sasaran	45
3.5.2 Teknik Penarikan Sampel	45
3.6 Teknik Analisis Data	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Responden	47
4.1.1 Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Angkatan	47
4.1.2 Persentase Responden Berdasarkan Status Marital	47
4.2 Hasil Penelitian	48
4.3 Pembahasan Penelitian	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	73
5.2 Saran	73
5.2.1 Saran Teoritis	73
5.2.2 Saran Praktis	74

DAFTAR PUSTAKA	76
----------------------	----

DAFTAR RUJUKAN	77
----------------------	----

LAMPIRAN

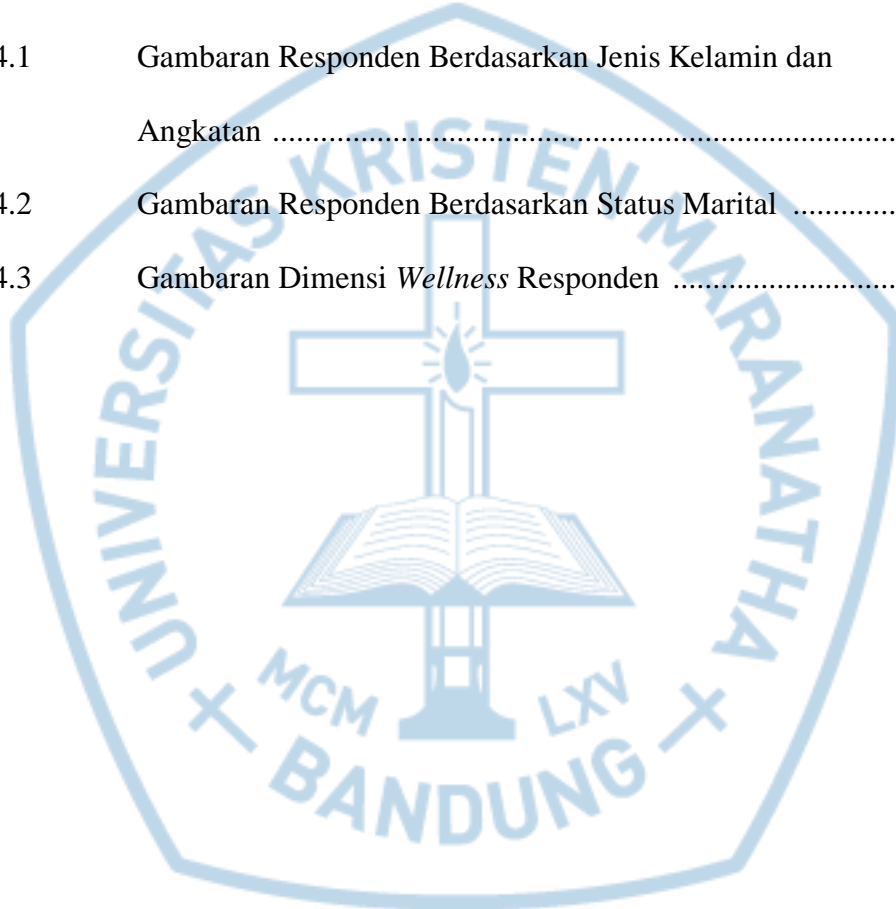
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran	20
Gambar 3.1 Bagan Rancangan Penelitian	37



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1	Kisi-kisi Alat Ukur <i>Wellness</i> 40
Tabel 3.2	Bobot Penilaian Alat Ukur <i>Wellness</i> 40
Tabel 3.3	Skor Mutlak Dimensi 42
Tabel 3.4	Kriteria Reliabilitas..... 44
Tabel 3.5	Reliabilitas Dimensi <i>Wellness</i> 45
Tabel 4.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Angkatan 48
Tabel 4.2	Gambaran Responden Berdasarkan Status Marital 49
Tabel 4.3	Gambaran Dimensi <i>Wellness</i> Responden 50



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kisi-kisi Alat Ukur *Wellness*
- Lampiran 2 Data Mentah
- Lampiran 3 Kuesioner *Wellness*
- Lampiran 4 Tabel *Crosstab* Faktor-Faktor yang memengaruhi
- Lampiran 5 Tabel Analisis Item
- Lampiran 6 Tabel *Crosstab* Data Demografis
- Lampiran 7 Data Responden
- Lampiran 8 Reliabilitas Alat Ukur
- Lampiran 9 Output statistik SPSS

