

# **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## 1. Verbatim Wawancara

### A. Identitas Konseli

Nama Narasumber : AFW  
 Usia : 18 tahun 11 bulan  
 Status : Pelajar  
 Alamat : Banjar Baru

### B. Verbatim Konseling

No	Verbatim (Ucapan Konselor dan Konseli)	Micro Skill yang digunakan	Micro Skill yang seharusnya digunakan beserta Kalimatnta
1.	<p>Ki : Hello kak, selamat sore</p> <p>Ko : Selamat sore, silakan duduk.</p> <p>Ki : Terimakasih kak...</p> <p>Ko : Senang Bertemu dengan kamu</p>	<p><i>Attending dan</i></p> <p><i>Acceptance</i></p>	<p><i>Attending dan</i></p> <p><i>Acceptance</i> (Konselor berdiri, menyapa, berjabat tangan dengan konseli lalu mempersilahkan duduk).</p>
2.	<p>Ko : Baiklah sebelumnya saya akan menjelaskan, disini sesi konseling ini dilakukan sebagai sala satu syarat memenuhi tugas mata kuliah, namun disamping itu saya ingin menegaskan bahwa psikolog itu hanya membantu klien untuk mencari solusi dengan cara berpikir sendiri, nah kadang disitulah orang suka sala persektif sama psikolog gitu.</p>		

	Ki : Baik kak.		
3.	<p>Ko : Baiklah langsung saja ya, apa yang membawa kamu sampe mau ketemu kaka ?</p> <p>Ki : Jadi gini ya kak, Ulun masalahya itu lebih ke (<i>People Pleaser</i>) kaya Ulun suka nggak enakan gitu kak sama orang, misalnya ada orang yang minta tolong sama Ulun terus kan ulun gak bisa Ulun tuh jadi kepikiran kak, saampe bisa ke Over Thinkink kak.</p>	<i>Refleksi Perasaan</i>	Pertanyaan Terbuka (Sambil memandang Konseli)
4.	<p>Ko : Lalu kalau ada yang minta tolong sama kamu terus kamu tidak bisa bantu, apa yang kamu rasakan ?</p> <p>Ki : Ngga enakan gitu kak, bisa sampe kepikiran berhari-hari, suka kepikiran sendiri kaynya dia marah padahal orangnya biasa aja.</p> <p>Ko : Kalau kamu kepikiran terus, berarti itu mengganggu ya ?</p> <p>Ki : Iya</p> <p>Ko : Mengganggu seperti apa ?</p> <p>Ki : Sampe over thinking gitu kak.</p>	<i>Leading dan Eksplorasi perasaan</i>	Leading dan Eksplorasi perasaan (Menggali lebih dalam tentang apa yang di rasakan oleh Konseli)
4.	<p>Ko : Terus misalnya sebaliknya, kamu menolong orang, apa yang kamu rasakan ?</p> <p>Ki : Perasaan aku puas kak, tapi ada beberapa masi keganggu juga, kaya dia merasa puas atau gak sama bantuan aku, gitu kak.</p>	<i>Getting Started</i>	Getting Started (Memancing Konseli Untuk menceritakan dan memulai Keluhanya).

	<p>Karna misalnya ada yang minta tolong tapi Ulun gak mampu tapi ulun berusaha supaya ulun bisa kak.</p> <p>Ko : Kadang kalau ada yang minta tolong kamu lebih mementingkan orang atau diri kamu sendiri</p> <p>Ki : Orang kak.</p> <p>Ko : Memank ya, kalau People Pleaser itu yang ada dipikiran kita yang penting orang puas dulu, urusan kita yha belakangan.</p>		
5.	<p>Ko : Kadang kalau kamu tidak menolong mereka, apa yang kamu pikirkan itu terjadi juga ?</p> <p>Ki : Kadang yha kak, ada yang beberapa juga begitu.</p> <p>Ko : Jadi itu yang semakin mendorong kamu selalu berpikir seperti itu.</p> <p>Ki : Iya kak, ada juga kadang yang sengaja memanfaatkan keadaan Ulun seperti ini.</p> <p>Ko : Sengaja menggertak kamu gitu ?</p> <p>Ki : Iya kak, jadi Ulun itu kepikiran kak.</p>	<i>Attending (hear eye contact)</i>	Konselor mendengarkan keluhan konseli sambil menatap konseli
6.	<p>Ko : Kalau kamu membayangkan masalah kamu ini bisa teratasi, seperti rasa tidak enakan kamu ini bisa kamu kesampingkan dan kamu lebih memetingkan diri kaamu sendiri, kira-kira gimana perasaan kamu ?</p>	<i>Parafrase</i>	Koersenyum, lalu Konselor mendorong klien untuk berpikir bagaimana cara untuk mengatasi keluhanya.

	<p>Ki : Tenang,mungkin Ulun akan bisa lebih fokus sama diri ulun.</p> <p>Ko : Menurut kamu dengan prilaku apa sehingga kamu bisaa mengatasi masalah kamu ini ?</p> <p>Ki : Belum tau yha kak, belum kepikiran gitu sampe sana.</p>		
7.	<p>Ko : Yang kamu alami selama People Pleaser ini selain tertekan, over thinking, tidak di kawani, apalagi ?</p> <p>Ki : Sejauh ini ngga ada si kak, hanya kepikiran aja itu yang terus mengganggu dan jadi gangguan yang berlebihan buat aku.</p> <p>Ko : Berarti masala dipikiran aja, kalau tindakan orang lain secara nyata sama kamu nggak ada ?</p> <p>Ki : Cuma gini si kak, tiba-tiba ada yang melempar aku, kaya gertakan gitu kak, paling itu si kak tindakan bukti nyata yang aku alamin.</p> <p>Ko : Sebelumnya ini kamu langsung ada gangguan seperti ini atau ada penyebabnya ?</p> <p>Ki : Sebelumnya Ulun suda tau si kak kalau ini itu troma tapi kaya Ulun gak terlalu mikirin gitu, dan ini kan dari SD ya kak, jadi pas SD itu Ulun uda ada masalah sama perkawanan gitu.Ulun perna di bully kak.</p>	<i>Leading</i>	(Leading) merumuskan masalah, penggunaan teknik konseling (Humanistik) bahwa setiap individu mampu untuk terus berkembang, mengarahkan diri, kreatif dan mampu memenuhi kebutuhannya sendiri. Sikap hangat pada konseli.

	<p>Ko : Mungkin itu salah satu faktor penyebabnya, karena SD itu rentan loh, dipikiran anak-aak SD itu sangat rentan untuk terpengaruh hal-hal seperti itu apalagi hal-hal yang kurang baik. Kaya seakan akan kenapa sih aku di jauhkan, aku di musuhin, jadi kita itu berpikir untuk melakukan yang terbaik aja buat orang lain, supaya bisa menyenangkan mereka dan menerima keberadaan kita kan.</p>		
8.	<p>Ko : Sebenarnya menjadi diri sendiri itu tidak salah. Menurut kamu apakah kamu sudah mencintai diri kamu sendiri ?</p> <p>Ki : Belum kak.</p> <p>Ko : Kenapa Belum ?</p> <p>Ki : Karna aku lebih belum bersyukur si kak, aku selalu membandingkan diri aku sama orang lain, seperti kok aku nggak kaya dia ya, aku nggak bisa jadi seperti dia. Aku merasa masi banyak yang kurang dari diri ulun tapi aku belum ada usaha untuk maju seperti orang lain gitu kak.</p> <p>Ko : Kamu suka apa ? Bisa main music ?</p> <p>Ki : Nggak kak. Cuma kaya nyanyi aja.</p> <p>Ko : Padahal menurut aku itu bukan hal yang baik ya, kamu suda berusaha jadi diri sendiri Cuma belum bisa lebih aja, jadi</p>	<i>Paraphrasing</i>	Paraphrasing (Kinselor mengulang/menyatakan kembali. Serta konselor mencoba mengerti apa yang dikatakan oleh konseli mencoba merealisasikanya tanpa di tambah atau dikurangi.

	<p>menurut kamu menjadi diri sendiri itu belum baik kan nggak bisa apa-apa.</p> <p>Ki : Iya kak.</p>		
9.	<p>Ko : Saya paham masalah kamu, kamu harus mulai mencintai diri kamu sendiri, mungkin bukan untuk mencintai kelebihan tapi cintailah kekurangan, kadang ketika kita menerima kekurangan maka secara tidak langsung kelebihan itu kita sadar apa yang kita punya.</p> <p>Menurut kamu keekurangan apa yang paling mengganggu kamu ?</p> <p>Ki : Mungkin lebih kek, saya nggak pernah mikir diri saya sendiri.</p> <p>Ko : Tapi kamu tau kan tentang diri kamu ?</p> <p>Ki : iyaa.</p> <p>Ko : Dari sini kamu harus coba mencintai diri kamu, kamu cari tau kamu suka apa, kamu mau apa, hobi kamu apa, kamu harus mulai dari hal-hal kecil sedikit demi sedikit kamu belajar pahami diri kamu. Kamu mulai aja dulu dari hal-hal kecil bertahap aja.</p> <p>Kamu cari bidang kamu, kamu tekuni dan kamu akan tau bagaimana mencintai apa yang kita suka. Tidak mesti satu kali lakukan bertahap yha.</p>	<p><i>Summarize dan Termination</i></p>	<p>Konselor menyampaikan kembali hal-hal yang dibutuhkan dan yang telah diputuskan oleh konseli agar tidak terjadi kesalahpahaman. Konselor juga bersikap hangat pada konseli dengan mengelus pundak konseli.</p>

	<p>Apa yang kaamu pikirkan sekarang setelah perbincangan kita ?</p> <p>Ki : Mungkin harus lebih terbuka lagi si kak.</p> <p>Ko : Ya, intinya kaamu harus belajar mencintai diri kamu sih, jangan merugikan diri sendiri ajah. Poinya itu Love Your Self.</p> <p>Baiklah karena kita dibatasi oleh waktu, mungkin sampe sini dulu pembicaraan kita, saran kamu harus lebih terbuka sama diri kamu sendiri sih itu saja.</p> <p>Terimakasih yha</p> <p>Ki : Terimakasih</p>		
--	---	--	--



## 2. Kuesioner Skala *Psychological Well-Being* untuk *Try Out*

### Skala *Psychological well-being*

Nama : \_\_\_\_\_

Angkatan : \_\_\_\_\_

#### PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Dalam angket ini terdapat beberapa pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan yang ada, kemudian anda diminta memilih salah satu pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda dengan cara memberi tanda ( ✓ ) pada salah satu kolom yang tersedia. Keterangan pada tiap kolom ialah sebagai berikut:

**SS** : Jika anda *Sangat Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**S** : Jika anda *Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**TS** : Jika anda *Tidak Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**STS** : Jika anda *Sangat Tidak Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

Semua jawaban anda adalah benar, asalkan benar-benar merupakan pendapat anda sendiri berdasarkan kenyataan yang anda alami. Setiap individu itu berbeda, karena itu kejujuran seangattlah diperlukan untuk menjawab skala ini.

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya berani menyampaikan pendapat saya meskipun bertentangan dengan pendapat orang lain				
2.	Ketika saya mencobal hal baru, saya tetap tidak bisa mengembangkan diri saya				
3.	Kesalahan di masa lalu menjadi pelajaran berharga bagi saya				
4.	Saya mampu mengelola tanggung jawab dengan baik dalam kehidupan sehari-hari				
5.	Saya sulit untuk menjalin hubungan baik dengan orang lain				
6.	Saya memiliki rencana yang sudah disusun untuk menjalani keseharian				
7.	Pembelajaran dari kesalahan yang lalu tetap saya sukuri				
8.	Saya seorang penyayang, perhatian dan pengertian dengan orang lain				
9.	Saya sering kali tidak menjadi diri sendiri agar disukai orang lain				
10.	Saya hanya memikirkan masa kini				
11.	Saya tidak suka berada pada situasi baru yang merubah kebiasaan lama saya dalam melakukan sesuatu				
12.	Saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan di sekitar saya				

13.	Banyak hal yang telah saya sesali dalam hidup saya				
14.	Keputusan yang saya ambil tidak dipengaruhi oleh orang lain				
15.	Untuk mewujudkan impian saya maka saya membuat rencana sebelumnya				
16.	Saya sering merasa kewalahan dengan tanggung jawab yang saya hadapi				
17.	Saya perlu menantang diri untuk melakukan hal baru				
18.	Saya tidak terbuka dengan teman-teman				
19.	Saya mampu mengatur keuangan pribadi dengan baik				
20.	Saya merasa bahwa saya telah berkembang seperti kebanyakan orang pada umumnya				
21.	Aktifitas saya membosankan				
22.	Saya mencemaskan pendapat orang lain akan mempengaruhi saya				
23.	Saya senang berbagi cerita dengan orang-orang terdekat saya				
24.	Saya merasa tidak percaya diri				
25.	Saya pendengar aktif bagi teman-teman				
26.	Saya tidak mempunyai tujuan dari apa yang saja kerjakan dalam hidup ini				
27.	Saya mampu mengatur waktu, oleh karena itu saya bisa menyesuaikan segala kebutuhan yang harus dikerjakan				
28.	Saya merasa kecewa dengan pencapaian hidup saya				
29.	Saya meyakini pendapat saya benar				
30.	Saya tidak bisa mengubah kebiasaan-kebiasaan lama dengan kebiasaan yang baru				
31.	Saya kesulitan dalam mengatur hidup sesuai dengan apa yang saya inginkan				
32.	Saya tertarik pada kegiatan yang memperluas wawasan saya				
33.	Saya bersungguh-sungguh dengan impian saya				
34.	Saya sering berubah pikiran tentang apa yang menjadi Keputusan saya, jika teman-teman dan keluarga saya tidak menyetujuinya				
35.	Saya tidak mempunyai banyak teman yang mau mendengarkan saat saya ingin bercerita				
36.	Saya merasa bangga dengan segala pencapaian diri saya				

37.	Sulit bagi saya mengemukakan pendapat saya ketika ada di diskusi kelas				
38.	Saya dapat membuat hidup saya sesuai dengan apa yang saya inginkan				
39.	Saya merasa tidak bersikap baik kepada orang lain				
40.	Kadang-kadang saya merasa telah melakukan semua hal yang harus saya lakukan dalam hidup				
41.	Saya selalu mengembangkan potensi saya				
42.	Teman-teman percaya kepada saya				
43.	Saya selalu berusaha berpikir positif terhadap diri saya dan percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki				
44.	Saya tidak memiliki teman seperti yang dimiliki orang lain				
45.	Saya bangga menjadi diri saya yang sekarang				

### 3. Kuesioner Skala *Big Five Personality* untuk *Try Out*

#### Skala *Big five personality*

Nama : \_\_\_\_\_

Angkatan : \_\_\_\_\_

#### PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Dalam angket ini terdapat beberapa pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan yang ada, kemudian anda diminta memilih salah satu pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda dengan cara memberi tanda ( ✓ ) pada salah satu kolom yang tersedia. Keterangan pada tiap kolom ialah sebagai berikut:

**SS** : Jika anda *Sangat Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**S** : Jika anda *Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**TS** : Jika anda *Tidak Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

**STS** : Jika anda *Sangat Tidak Sesuai* dengan pernyataan tersebut.

Semua jawaban anda adalah benar, asalkan benar-benar merupakan pendapat anda sendiri berdasarkan kenyataan yang anda alami. Setiap individu itu berbeda, karena itu kejujuran sangatlah diperlukan untuk menjawab skala ini.

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya mempunyai semangat yang tinggi untuk mencari teman sebanyak-banyaknya				
2.	Saya percaya bahwa pada dasarnya semua orang adalah baik				
3.	Saya mudah cemas				
4.	Sering muncul ide-ide baru dari pikiran saya				
5.	Saya tahu setiap orang memiliki kekurangan dan kelebihan yang harus diterima dalam dirinya				
6.	Saya sering lupa menaruh kembali barang sesuai tempatnya				
7.	Saya merasa nyaman jika sedang berkempul dengan semua orang				
8.	Kerja/belajar kelompok adalah hal yang membosankan				
9.	Saya adalah orang yang pandai mengendalikan emosi				
10.	Saya kurang bisa menyampaikan apa yang saya pikirkan				
11.	Saya tidak berusaha maksimal dalam melakukan suatu pekerjaan				
12.	Saya mampu mengatakan dengan terus terang akan sesuatu yang tidak saya sukai				
13.	Saya bisa menghargai orang lain				

14.	Jika ada hal tidak berkenan saya mudah tersinggung				
15.	Saya merasa sulit memunculkan ide baru				
16.	Saya selalu menyusun jadwal terlebih dahulu setiap akan melakukan sesuatu				
17.	Saya ingin menjadi mahasiswa berprestasi				
18.	Saya suka sesuatu yang berhubungan dengan seni				
19.	Saya tidak mudah bersedih				
20.	Saya tidak bisa membantu teman yang sedang memiliki masalah				
21.	Saya lebih senang menyendiri dari pada berkumpul dengan teman-teman				
22.	Saya aktif mengikuti organisasi yang ada di kampus				
23.	Saya merasa senang jika melihat orang lain gagal atau nasibnya lebih buruk daripada saya				
24.	Saya sering membanting sesuatu apabila sedang marah				
25.	Saya tidak suka dengan hal yang menantang				
26.	Saya selalu menyelesaikan tugas tepat pada waktunya				
27.	Saat berdebat dengan teman, saya lebih memilih untuk mengalah				
28.	Saya mudah menyerah menghadapi masalah yang berat				
29.	Saya tidak suka mencoba sesuatu hal-hal baru dalam keseharian				
30.	Saya sering ceroboh dalam melakukan sesuatu hal				
31.	Saya senang menghadiri undangan kegiatan yang melibatkan orang banyak				
32.	Saat ada teman yang sedih maka saya mudah ikut bersedih				
33.	Saya mampu bersikap tenang saat menghadapi masalah				
34.	Saya sering dipercaya teman-teman untuk menjadi juru bicara ketika presentasi				
35.	Saya sering menunda pekerjaan yang menjadi tanggung jawab saya				
36.	Saya senang dengan memimpin yang memberi kebebasan kepada rekan-rekan saya				
37.	Saya sulit melupakan suatu masalah yang dialami				
38.	Saya lebih baik diam (tidak ikut campur) saat teman mengalami masalah				
39.	Saya senang dengan kehidupan yang saya jalani saat ini				

40.	Saya tidak suka berkomunikasi dengan orang lain				
-----	---	--	--	--	--

**1. Tabulasi Data Hasil *Trayout* Variabel *Psychological well-being***

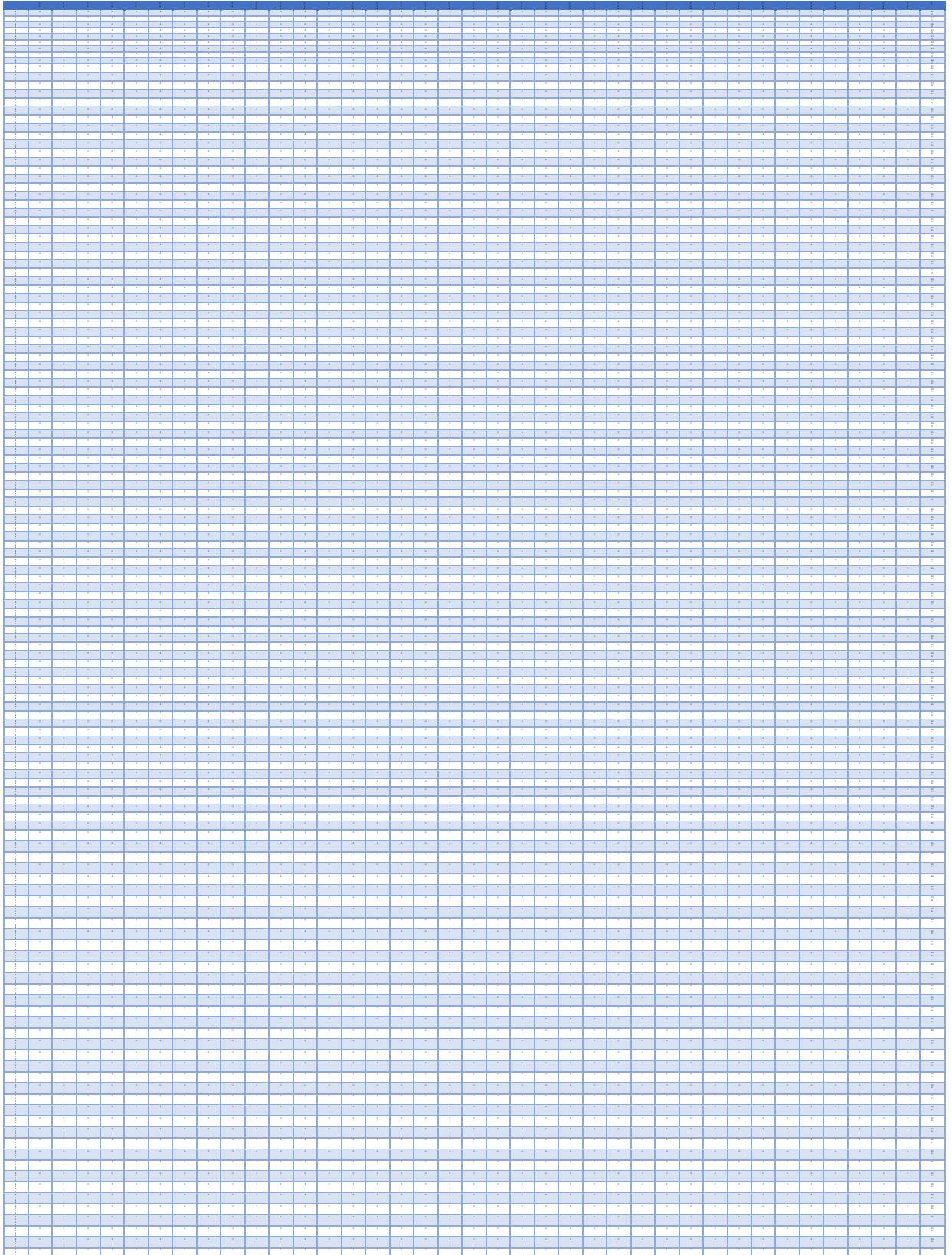
	R 1	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	R 7	R 8	R 9	R 10	R 11	R 12	R 13	R 14	R 15	R 16	R 17	R 18	R 19	R 20	R 21	R 22	R 23	R 24	R 25	R 26	R 27	R 28	R 29	R 30	R 31	R 32		
Y 1	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	
Y 2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3		
Y 3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	
Y 4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3		
Y 5	2	4	3	3	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2		
Y 6	3	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3		
Y 7	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	
Y 8	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4
Y 9	2	3	3	1	2	2	3	4	3	3	2	1	2	4	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	1	2	
Y 10	2	2	2	1	2	1	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	
Y 11	2	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	1	1	1	3	2	3	1	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	4	3	3	2		
Y 12	2	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3		
Y 13	2	2	3	1	2	2	2	4	2	3	3	4	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	4	1	2	1		
Y 14	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	1	3	3	2		
Y 15	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	
Y 16	2	1	3	2	2	1	3	4	2	3	2	4	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	4	1	2	1	
Y 17	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	
Y 18	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	1		
Y 19	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	
Y 20	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
Y 21	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	3	2	3	3	4	3	3	2		
Y 22	2	3	3	1	2	2	2	4	2	3	3	1	1	1	3	2	3	3	1	3	2	2	4	2	3	2	2	2	4	3	2	1		
Y 23	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2		
Y 24	2	4	4	1	2	2	3	4	4	3	3	4	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	4	4	3	1	
Y 25	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	
Y 26	2	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	1	3	4	2	1	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	1		
Y 27	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3		
Y 28	2	2	4	2	2	1	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2		
Y 29	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	1	3	3	3		
Y 30	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	2	
Y 31	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	1		
Y 32	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	
Y 33	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
Y 34	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	3	4	2	2	2	
Y 35	2	3	4	1	2	2	3	1	4	3	3	4	4	3	2	2	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	1		
Y 36	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	
Y 37	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	
Y 38	3	2	4	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	
Y 39	2	3	3	3	2	1	2	4	2	3	3	1	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	1		
Y 40	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	1	3	2	4	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	1	3	2	3	
Y 41	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	3	1	1	2	3	2	1	1	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	
Y 42	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	
Y 43	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	
Y 44	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	1	3	
Y 45	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	
Y	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	4	6	2	2	1	5	7	8	2	9	9	5	0	4	2	8	7	9	0	0	7	9	9	5	6	9	8	3	3	6	3	0		

2. Tabulasi Data Hasil *Trayout* Variabel *Big Five Peronality*

	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	X36	X37	X38	X39	X40	X		
R1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	105
R2	4	4	4	4	4	2	4	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	2	3	2	2	2	4	3	1	3	1	4	3	3	3	4	124		
R3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	120		
R4	4	3	2	2	3	2	4	3	3	1	4	2	3	4	2	4	4	2	4	3	4	3	4	1	4	4	3	3	3	1	4	2	2	2	2	2	4	3	2	3	115		
R5	4	4	3	3	3	2	4	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	114		
R6	4	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	3	1	1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	112		
R7	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	4	3	117		
R8	3	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4	2	2	4	1	3	4	3	1	4	3	2	4	1	3	3	4	2	3	4	4	124		
R9	3	4	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	2	2	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	115		
R10	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	109		
R11	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	113		
R12	4	1	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	3	4	4	131		
R13	4	1	3	3	4	4	4	1	2	2	3	3	4	4	1	4	4	3	4	2	4	1	1	1	1	1	4	4	2	3	3	2	4	3	2	2	3	4	1	3	3	111	
R14	3	3	4	2	3	2	3	3	3	1	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	2	4	1	2	3	4	2	3	3	2	4	1	3	3	2	3	1	3	3	112		
R15	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	1	3	2	2	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	3	4	101
R16	3	3	3	3	4	1	3	3	2	1	2	3	3	3	1	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	104		
R17	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	123		
R18	4	4	4	4	3	2	4	3	1	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	4	2	1	4	3	3	3	3	4	3	122		
R19	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	1	3	2	4	4	1	3	2	3	4	2	4	4	124		
R20	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	1	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	118		
R21	4	3	3	4	4	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	115		
R22	4	3	3	4	4	2	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	124		
R23	4	4	4	4	4	2	3	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	1	3	4	1	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	134		
R24	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	106		
R25	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	2	2	4	111		
R26	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	2	4	1	3	4	3	1	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	4	4	131		
R27	2	2	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	4	2	3	3	3	4	120			
R28	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	117		
R29	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	147		
R30	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	4	3	111		
R31	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	120			
R32	3	4	4	4	4	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	116		



### 3. Tabulasi Data Hasil Kuesioner Variabel *Psychological well-being*

A large grid of blue graph paper, intended for data tabulation. The grid consists of many small squares, typical of graph paper used for plotting or organizing data. The grid is empty and occupies most of the page below the section header.

The image shows a large, empty grid of blue-lined cells, resembling a table or a form. The grid is composed of many small, uniform rectangular cells arranged in a regular pattern. The lines are thin and light blue, creating a grid that spans most of the width and height of the page. There are no characters, numbers, or other content within the cells.



Hal : Permohonan *Expert Judgement*  
Lampiran : 1 Bundel Skala

Yth. Ibu Widya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog  
di Tempat

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Dengan hormat,  
Kami mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin:  
Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Prodi : Psikologi Islam (PI)

Dengan ini bermaksud mengajukan *Expert Judgement* Instrumen Skala untuk penelitian tugas akhir/skripsi saya dengan Judul "Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin".

Dengan permohonan ini atas kesediaan Ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing Akademik



Dr. Akhmad Sagir, M.Ag

Banjarmasin, 01 Mei 2024  
Hormat Kami,



Fujariah Ahyani

### Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

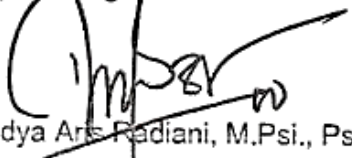
Nama : Widya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog  
Jabatan/Instansi : Dosen/Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Judul Penelitian : Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being  
Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin  
Obyek Penilaian : VB : Big Five Personality VT : Psychological Well-Being

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.  
(terlampir)

Banjarmasin, .....  
*Expert Judgement*

  
Widya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog



### Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dina Aprilia. M. Psi, Psikolog  
Jabatan/Instansi : Dosen/Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Judul Penelitian : Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being  
Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin  
Obyek Penilaian : VB : Big Five Personality VT: Psychological Well-Being

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.  
(terlampir)

Banjarmasin, 28 Mei 2024  
Expert Judgement



Dina Aprilia, M.Psi., Psikolog



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasan.ac.id](http://www.pi.uin-antasan.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasan.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasan.ac.id)

Lampiran:

**Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement**

**Instrumen Skala**

Secara umum Instrumen Skala "VB : Big Five Personality VT: Psychological Well-Being" pada Desain Penelitian a.n. Fujariah Ahyani (NIM:200103040030) tersebut\*):

- a. Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- b. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- c. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- d. **Dapat digunakan tanpa revisi**

**Komentar dan Saran Perbaikan:**

Sudah melakukan revisi perbaikan pada skala sebelumnya

Banjarmasin, 28 Mei 2024  
Expert Judgement

Dina Aprilia, M.Psi., Psikolog

\*) lingkarihlah sesuai dengan penilaian bapak/Ibu secara obyektif.



## 6. Lembaran Konsultasi Skripsi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**


Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

## KARTU KONSULTASI SKRIPSI

**Nama** : Fajariyah Ahyani **Dosen Pembimbing**  
**NIM** : 200103040030 1. Dr. Akhmad Sagir, M.Ag  
**Judul** : Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin 2. Anwar Fuadi, M.A

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	10 November 2023	Bimbingan skripsi	✓
2	20 November 2023	Bimbingan skripsi	✓
3	06 Desember 2023	Bimbingan skripsi	✓
4	09 Desember 2023	Bimbingan skripsi	✓
5	16 Desember 2023	Bimbingan skripsi	✓
6	23 Desember 2023	konsultasi skala penelitian	✓
7	30 Desember 2023	konsultasi item yg digunakan	✓
8	02 Januari 2024	konsultasi tryout	✓
9	15 Januari 2024	konsultasi hasil penelitian	✓
10	25 Januari 2024	konsultasi hasil	✓
11	15 April 2024	konsultasi BAB 5	✓
12	19 Agustus 2024	konsultasi skripsi	✓
...	03 September 2024	konsultasi jurnal	✓

Banjarmasin, 29 April 2024  
Ketua Prodi Psikologi Islam

  
 Dra. Mulyani, M.Ag



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id, E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**

**Nama** : Fujariah Ahyani **Dosen Pembimbing**  
**NIM** : 200103040030 1. Dr. Akhmad Sagir, M.Ag  
**Judul** : Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Psikologi 2. Anwar Fuadi, M.A  
 Islam UIN Antasari Banjarmasin

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	08 September 2023	Konsultasi judul penelitian skripsi	
2	19 September 2023	bimbingan proposal skripsi	
3	25 September 2023	bimbingan proposal skripsi	
4	08 November 2023	bimbingan skripsi	
5	13 November 2023	konsultasi professional j.	
6	01 Januari 2024	konsultasi tryout	
7	23 Januari 2024	konsultasi Harat	
8	15 Februari 2024	konsultasi ujian kompre	
9	29 April 2024	konsultasi BAB 5	
10	19 Agustus 2024	konsultasi jurnal	
11	03 September 2024	konsultasi jurnal	
12			
...			

Banjarmasin, 29 April 2024  
Ketua Prodi Psikologi Islam

Dra. Mulyani, M.Ag

## 7. Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

Nomor : 1085/Un.14/III.3/PP.00.9/05/2024  
Lampiran : -  
Hal : **Mohon Izin Uji Coba (Try Out) Intrumen Penelitian**

Yth. Dekan Fakultas Syariah  
UIN Antasari Banjarmasin

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin bermaksud melakukan uji coba (*Try Out*) instrumen penelitian.

Untuk maksud di atas, dimohon kesediaan Bapak/Ibu agar dapat mengizinkan mahasiswa kami untuk memperoleh data yang diperlukan dalam rangka penyelesaian penelitiannya.

Mahasiswa Psikologi Islam dimaksud adalah:

Nama : Fujariah Ahyani

NIM : 200103040030

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Pengaruh Big Five Personality Terhadap *Psychological Well Being* Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Banjarmasin, 26 Mei 2024



An. Ketua Program Studi Psikologi Islam

Sekretaris,

Musfichin, M.A

## 8. Surat Izin Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593  
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

### SURAT RISET

Nomor: 1075/Un.14/III.3/PP.00.9/05/2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Semester : VIII (Delapan)  
Jurusan : S1 Psikologi Islam  
Alamat Sekarang : Jl. KH. Hasan Ahmad Kec. Barabai Kab. HST Prov. Kalimantan Selatan  
Untuk : Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

**Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well Being Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin**

Tempat yang dituju : Prodi Psikologi Islam  
Barang Yang dibawa : Seperangkat Alat Penelitian  
Lamanya Riset : 1 bulan  
Dari Tanggal : 31/05/2024  
Sampai Tanggal : 30/06/2024

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 29 Mei 2024

Dekan,

Dzikri Nirwana



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593

Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

Nomor : B-1076/Un.14/III.3/TL.00/05/2024 29 Mei 2024  
Sifat : -  
Lampiran : 1 (satu) Lembar  
Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth.

Ketua Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Dengan Hormat, bersama ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar berkenan kiranya memberikan informasi/data yang diperlukan mahasiswa(i) :

Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Jurusan : S1 Psikologi Islam  
Alamat : Jl. KH. Hasan Ahmad Kec. Barabai Kab. HST Prov. Kalimantan Selatan

sehubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan sebagaimana surat riset terlampir.

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.*

Banjarmasin, 29 Mei 2024

Dekan,

  
Dzikri Nirwana



## 9. Surat Telah Selesai Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Pandarapan Guntung Manggis Landasan Ulin Banjarbaru Kode Pos 70732  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); Email: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

### **Surat Keterangan Selesai Penelitian**

Nomor: 2452/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2024

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa:

Nama : Fujariah Ahyani  
NIM : 200103040030  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Penelitian : Pengaruh *Big Five Personality* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin

Adalah benar telah melakukan Penelitian di Program Studi Psikologi Islam pada tanggal 31-05-2024 sampai dengan 30-06-2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 23 Juli 2024



.....  
n. Ketua Prodi Psikologi Islam,  
Sekretaris,  
Musfichin, M.A

## 10. Sertifikat Ujian Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: <http://www.fuh.uin-antasari.ac.id>.

# SERTIFIKAT

Nomor: 2612/Un.14/III.3/PP.01.1/10/2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a : FUJARIAH AHYANI  
N I M : 200103040030

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Psikologi Islam dengan nilai akhir 82,33 (A) bobot : 3,75

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 4 Oktober 2024



Dekan  
Zikri Nirwana, M.Ag  
NIP. 197812272003121002

## 11. Surat Keterangan Jurnal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3266593; Faksimili (0511) 3254344;  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: PS-SJ.0212/Un.14/III.3/PP.00.9/09/2024

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : ***“Pengaruh Big Five Personality Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin”***  
Nama Penulis : **Fujariah Ahyani**  
NIM : 200103040030  
Program Studi : Psikologi Islam

telah *submitted* dan akan diterbitkan oleh Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam (<https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb>).

Demikian Surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 18 September 2024

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam,  
Sekretaris,



*Muslichm, M.A*



## 12. Jurnal

### **Pengaruh *Big five personality* Terhadap *Psychological well-being* Pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin**

**Fujariah Ahyani**

Universitas Islam Negeri Antasari  
Banjarmasin

E-mail: [fujariah.yaya@gmail.com](mailto:fujariah.yaya@gmail.com)

**Akhmad Sagir**

Universitas Islam Negeri Antasari  
Banjarmasin

**Anwar Fuadi**

Universitas Islam Negeri Antasari  
Banjarmasin

**Abstrak:** Penelitian ini untuk mengkaji pengaruh *big five personality* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. *Big five personality* terdiri dari lima dimensi utama, yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Penelitian ini berfokus untuk mengetahui bagaimana masing-masing dimensi tersebut mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa, serta untuk mengidentifikasi dimensi yang paling berpengaruh. Penelitian ini menunjukkan bahwa 75,6% mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Selain itu, *big five personality* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* sebesar 60,1%. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepribadian memiliki peran penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

**Kata Kunci:** *Big five personality*, *Psychological well-being*, Mahasiswa.

## PENDAHULUAN:

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* menjadi salah satu aspek penting dalam kehidupan individu, terutama pada mahasiswa yang sedang berada dalam fase transisi menuju kedewasaan. Selama masa perkuliahan, mahasiswa dihadapkan dengan berbagai tantangan akademik, sosial, dan emosional yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Kondisi *psychological well-being* yang baik memungkinkan individu untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal, merasakan kepuasan hidup, dan memiliki hubungan interpersonal yang sehat (Ryff & Keyes, 1995).

Salah satu faktor yang dianggap berperan penting dalam mempengaruhi *psychological well-being* adalah kepribadian. Teori kepribadian yang dikenal luas dan sering digunakan dalam penelitian psikologi adalah model *Big five personality* (Costa & McCrae, 1992). Model ini mencakup lima dimensi utama kepribadian, yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Openness to experience*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness*. Masing-masing dimensi tersebut diperkirakan memiliki pengaruh berbeda terhadap *psychological well-being*. *Neuroticism*, misalnya, secara umum berkorelasi negatif dengan kesejahteraan psikologis, karena individu yang neurotik cenderung mengalami emosi negatif seperti kecemasan dan stres. Sebaliknya, *Extraversion*, *Openness*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness* secara umum diasosiasikan dengan kesejahteraan yang lebih tinggi, karena masing-

masing dimensi tersebut berhubungan dengan kemampuan untuk menjalani kehidupan yang lebih aktif, kreatif, dan terorganisir (John & Srivastava, 1999).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa dimensi kepribadian Big Five berhubungan erat dengan *psychological well-being*. Mahasiswa yang memiliki kepribadian ekstrovert, misalnya, cenderung lebih mudah menjalin hubungan sosial yang positif, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (McCrae & Costa, 2004). Begitu juga dengan mereka yang memiliki tingkat *Conscientiousness* tinggi, yang lebih mampu mengatur kehidupan sehari-hari dan mencapai tujuan pribadi, sehingga meningkatkan kepuasan hidup dan kebahagiaan. Namun, masih sedikit penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan ini pada populasi mahasiswa di Indonesia, khususnya mahasiswa Psikologi Islam.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *Big five personality* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Penelitian ini akan berfokus pada bagaimana setiap dimensi *Big five personality* mempengaruhi tingkat *psychological well-being*, serta untuk mengetahui dimensi kepribadian mana yang memiliki pengaruh terbesar. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* mahasiswa dan mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis mereka.

Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa melalui pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara kepribadian dan *psychological well-being*. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan wawasan bagi lembaga pendidikan dalam merancang program pengembangan kepribadian yang sesuai untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

## **METODE:**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji pengaruh *Big five personality* terhadap *Psychological well-being* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Desain korelasional dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel kepribadian dan kesejahteraan psikologis, serta mengetahui dimensi *Big five personality* mana yang paling berpengaruh.

### **Partisipan**

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin yang berjumlah 160 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling, di mana partisipan dipilih secara random. Partisipan mencakup dari mahasiswa yang telah menempuh minimal dua semester perkuliahan dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian. Rentang usia partisipan berkisar antara 18 hingga 25 tahun, dengan

mayoritas berjenis kelamin perempuan.

### **Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan dua instrumen utama untuk mengukur variabel-variabel yang diteliti, yaitu:

1. **Big Five Inventory (BFI-44):** Instrumen ini digunakan untuk mengukur lima dimensi kepribadian Big Five, yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Openness to experience*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness*. BFI-44 terdiri dari 44 item dengan skala Likert 5 poin, di mana 1 berarti "sangat tidak setuju" dan 5 berarti "sangat setuju". Instrumen ini telah banyak digunakan dalam penelitian di bidang psikologi kepribadian dan memiliki validitas serta reliabilitas yang baik.
2. **Ryff's Psychological well-being Scale (RPWB):** Instrumen ini digunakan untuk mengukur tingkat *psychological well-being* partisipan. RPWB terdiri dari 42 item yang mengukur enam dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu *autonomy*, *environmental mastery*, *personal growth*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *self-acceptance*. Skala Likert 6 poin digunakan untuk menilai setiap item, di mana 1 berarti "sangat tidak setuju" dan 6 berarti "sangat setuju".

### **Prosedur Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner secara langsung kepada partisipan. Sebelum pengisian kuesioner,

partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan prosedur pengisian kuesioner. Setiap partisipan diminta untuk mengisi kuesioner dengan jujur sesuai dengan kondisi mereka saat ini. Pengisian kuesioner memakan waktu sekitar 20-30 menit.

### **Analisis Data**

Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis menggunakan program SPSS 26 for Windows. Teknik analisis data yang digunakan adalah:

1. **Analisis Deskriptif:** Digunakan untuk menggambarkan karakteristik partisipan dan tingkat *psychological well-being* mereka. Analisis ini mencakup distribusi frekuensi, nilai rata-rata (mean), dan standar deviasi dari variabel-variabel penelitian.
2. **Analisis Regresi Linear Berganda:** Digunakan untuk menguji pengaruh simultan dari lima dimensi *Big five personality* terhadap *psychological well-being*. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi masing-masing dimensi kepribadian terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

### **Reliabilitas dan Validitas**

Untuk memastikan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini reliabel dan valid, dilakukan uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Nilai Cronbach's Alpha untuk BFI-44 dan RPWB berada di atas 0,70, yang menunjukkan bahwa kedua instrumen

memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Selain itu, uji validitas menggunakan validitas konstruk telah dilakukan pada instrumen BFI-44 dan RPWB dalam penelitian-penelitian sebelumnya, sehingga instrumen ini dinyatakan layak digunakan untuk mengukur kepribadian dan kesejahteraan psikologis.

### **Etika Penelitian**

Penelitian ini memperhatikan aspek etika penelitian dengan memastikan bahwa partisipan memberikan informed consent sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan data partisipan dijamin, dan data yang dikumpulkan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Partisipan juga diberi kebebasan untuk mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apapun.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN:**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Big five personality* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin, di mana kontribusi kelima dimensi kepribadian tersebut terhadap kesejahteraan psikologis secara simultan mencapai 60,1%. Hal ini mengindikasikan bahwa kepribadian merupakan faktor penting yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, sejalan dengan teori kepribadian yang mengaitkan dimensi-dimensi tertentu dengan aspek-aspek kehidupan mental dan emosional.

Secara spesifik, hasil menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *Neuroticism* yang rendah cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih

baik. *Neuroticism* berkaitan erat dengan pengalaman emosi negatif seperti kecemasan, depresi, dan ketidakstabilan emosional, yang pada akhirnya dapat menghambat kesejahteraan psikologis. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa individu dengan neurotik yang lebih tinggi sering kali mengalami tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah.

Sebaliknya, dimensi *Extraversion*, *Openness*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness* menunjukkan pengaruh positif terhadap *psychological well-being*. Mahasiswa yang lebih ekstrovert cenderung lebih bahagia, optimis, dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik, yang semuanya berkontribusi pada kesejahteraan mereka. *Openness to experience* juga berkontribusi secara signifikan, menunjukkan bahwa individu yang terbuka terhadap pengalaman baru, ide-ide, dan kreativitas lebih mungkin merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan.

*Agreeableness* berhubungan dengan kemampuan untuk bekerja sama dan bersikap empati terhadap orang lain, yang dapat meningkatkan kualitas hubungan interpersonal dan, pada gilirannya, mendukung kesejahteraan psikologis. Terakhir, *Conscientiousness*, yang mencakup sikap disiplin, tanggung jawab, dan orientasi pada pencapaian, tampak berperan dalam membantu individu mencapai tujuan hidup dan merasakan kontrol atas kehidupan mereka, faktor penting untuk meningkatkan *psychological well-being*.

Hasil ini juga menunjukkan bahwa 75,6% mahasiswa memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi, menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin berada dalam kondisi kesejahteraan psikologis yang baik. Ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk dukungan sosial dari lingkungan akademik, serta kemampuan untuk mengatasi tekanan akademik dan personal.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung teori kepribadian dan kesejahteraan psikologis yang menyatakan bahwa dimensi-dimensi kepribadian memainkan peran penting dalam kesejahteraan individu. Dengan mengetahui dimensi kepribadian mana yang paling berpengaruh, institusi pendidikan dapat merancang intervensi yang lebih tepat sasaran untuk mendukung pengembangan kepribadian positif mahasiswa dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Penelitian ini juga memberikan implikasi bagi praktik pendidikan dan bimbingan konseling di perguruan tinggi. Dengan memahami karakteristik kepribadian mahasiswa, konselor dapat memberikan pendampingan yang lebih efektif untuk membantu mahasiswa mengembangkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Selain itu, hasil ini menyoroti pentingnya program-program yang mendukung pengembangan keterampilan interpersonal dan manajemen emosi untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa.

**Keterbatasan Penelitian:**

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan penting tentang hubungan antara kepribadian dan kesejahteraan psikologis, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Penelitian ini hanya dilakukan pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin, sehingga generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas mungkin terbatas. Selain itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang hanya mengukur hubungan antarvariabel secara statistik, sehingga tidak mendalami mekanisme mendasar yang mungkin berperan dalam hubungan ini.

#### **Saran Penelitian Selanjutnya:**

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel lain yang dapat memoderasi atau memediasi hubungan antara kepribadian dan *psychological well-being*, seperti dukungan sosial, gaya coping, atau faktor lingkungan. Penelitian kualitatif juga dapat dilakukan untuk lebih mendalami pengalaman subjektif mahasiswa terkait dengan kepribadian dan kesejahteraan mereka.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN:**

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Big five personality* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Dimensi kepribadian seperti *Extraversion*, *Openness to experience*, *Agreeableness*, dan *Conscientiousness* memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis, sementara *Neuroticism* menunjukkan hubungan negatif. Secara keseluruhan, *Big five*

*personality* secara simultan memberikan kontribusi sebesar 60,1% terhadap *psychological well-being* mahasiswa.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kepribadian memainkan peran penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis individu, terutama di kalangan mahasiswa yang sedang menghadapi berbagai tantangan akademik dan personal. Sebagian besar mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin (75,6%) memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi, menunjukkan kondisi kesejahteraan psikologis yang baik di kalangan mereka.

Kesimpulannya, intervensi yang berfokus pada pengembangan dimensi-dimensi kepribadian positif seperti *Extraversion*, *Conscientiousness*, dan *Openness* dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Selain itu, dukungan konseling yang ditargetkan pada mahasiswa dengan tingkat *Neuroticism* yang tinggi juga dapat membantu mengurangi emosi negatif yang menghambat kesejahteraan mereka.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi literatur terkait hubungan antara kepribadian dan kesejahteraan psikologis, serta implikasi praktis bagi pengembangan program di lingkungan akademik yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa. Namun, penelitian lebih lanjut disarankan untuk memperluas populasi dan meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *psychological well-being*.

## REFERENSI:

- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Faktor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Psychological Assessment Resources.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (Vol. 2, pp. 102-138). Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Faktor Inventory. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 587-596. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00118-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00118-1)
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of *psychological well-being* revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to *psychological well-being*. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Schermer, J. A., & Vernon, P. A. (2010). A behavior genetic analysis of personality and loneliness. *Journal of Research in Personality*, 44(5), 662-669. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.08.004>

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama : Fujariah Ahyani
2. TTL : Barabai, 30 Desember 2001
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Kebangsaan : Indonesia
6. Alamat : Jl. KH. Hasan Ahmad, Barabai, HST
7. No. Handphone : 0812-5351-4119
8. *E-Mail* : [fujariah.yaya@gmail.com](mailto:fujariah.yaya@gmail.com)
9. Pendidikan :
  - TK-IT Al-KHAIR (Tahun 2005-2007)
  - SDN 1 Barabai Timur (Tahun 2007-2013)
  - Mts Darul Istiqamah (Tahun 2013-2017)
  - MAN 1 Hulu Sungai Tengah (Tahun 2017-2020)
  - UIN Antasari Banjarmasin (Tahun 2020-sekarang)
10. Orang Tua
  - Ayah : A. Husaini, S. Sos (Alm)
  - Ibu : Muhsanah
11. Alamat Orang Tua : Jl. KH. Hasan Ahmad, Kec. Barabai Timur
12. Pengalaman Organisasi :
  - HMJ Psikologi Islam (2020-2021)
  - Sanggar Bahana Antasari (2020-Sekarang)
  - HMI KOMUSDA (2020-2022)
  - KM2 HST (2021-2022)
  - DEMA Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (2023-2024)