

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR  
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM UIN SUNAN KALIJAGA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata 1**

**Disusun oleh :**

**ZUL IZZA MEINA FAHMI**

**NIM 20102020077**

**Dosen Pembimbing :**

**Ferra Puspito Sari, M.Pd.**

**NIP. 19910215 201903 2 018**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2024**

# HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-872/Un.02/DD/PP.00.9/06/2024

Tugas Akhir dengan judul : KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM UIN SUNAN KALIJAGA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ZUL IZZA MEINA FAHMI  
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020077  
Telah diujikan pada : Selasa, 21 Mei 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

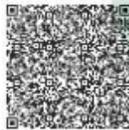
dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



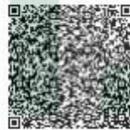
Ketua Sidang  
Ferra Puspito Sari, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 665e323aa54c5



Penguji I  
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 665ea5d1c68ce



Penguji II  
Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 665e5fe447a3d



Yogyakarta, 21 Mei 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 665ee1b6e9c4

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Zul Izza Meina Fahmi  
NIM : 20102020077  
Judul Skripsi : Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 7 Mei 2024

Mengetahui:  
Pembimbing,

Ketua Prodi,

**Slamet, S.Ag. M.Si**  
NIP 19691214 199803 1

**Ferru Puspito Sari, M.Pd.**  
NIP 19910215 201903 2 018

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zul Izza Meina Fahmi  
NIM : 20102020077  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul "*Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Semester Akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*" adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 7 Mei 2024  
Yang menyatakan,



METERAI  
TEMPEL  
CSAKX548804976

**Zul izza meina Fahmi**  
NIM. 20102020077

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB

### SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zul Izza Meina Fahmi  
Tempat dan Tanggal Lahir : Sleman, 25 Mei 2001  
NIM : 20102020077  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Alamat : Karanganyar, Wedomartani, Ngemplak,  
Sleman, Yogyakarta  
No. HP : 081911106431

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pas foto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 7 Mei 2024



Zul Izza Meina Fahmi  
NIM. 20102020077

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua yaitu (alm) Bapak Fajar Hidayanto dan Ibu Sri Sumiyarsi yang telah merawat, membimbing, dan mendidik penulis sehingga dapat bertahan sampai saat ini.



## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ  
نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا  
تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ طَّوَّاعُ عَنَّا وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى  
الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ٢٨٦

*“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada pula sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (286)<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Q.S Al- Baqarah 286, <https://qur'an.com/id/sapi-betina/286>.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, segenap keluarga, para sahabat, serta orang-orang yang senantiasa berpegang teguh pada Al-Qur’an dan Sunnah.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa banyak pihak yang telah terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini, sehingga penulis mengucapkan terimakasih atas bantuan, dukungan, dan motivasi kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet S.Ag., M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta .
4. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos., M.Pd. I. selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah banyak membantu selama kuliah.
5. Ibu Ferra Puspito Sari, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak membantu, membimbing, mendukung, memotivasi, dan memberi kesempatan untuk belajar dan mencari pengalaman selama kuliah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak kesempatan kepada penulis untuk belajar banyak hal dan telah memberikan ilmunya di dalam maupun di luar proses pembelajaran.
7. Keluarga penulis, Bapak Ardhani dan Ibu Sri Sumiyarsi yang telah memberi dukungan yang tak terhingga, penguatan, dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
8. Kepada kelompok PPL dan teman-teman angkatan 2020 yang telah memberikan dukungannya.
9. Kepada Rika Salsa dan Yoqi Putra yang selalu menguatkan dan memberi semangat untuk tidak menyerah selama mengerjakan skripsi.
10. Dan kepada kakak-kakak yang telah memberi dukungan dan arahan kepada penulis.

Penulis ucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang bersangkutan atas bantuan, dukungan dan motivasinya. Semoga kebaikan dan ketulusan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Akhir kata penulis memohon maaf atas segala kesalahan yang telah penulis perbuat, baik yang disengaja maupun yang tidak disengaja kepada semua pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
Yogyakarta, 4 Mei 2024

Zul Izza Meina Fahmi

## ABSTRAK

Zul Izza Meina Fahmi (20102020077), Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga, Skripsi Yogyakarta : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024.

Mahasiswa semester akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam merupakan individu yang mempelajari konseling dalam bidang pendidikan untuk membantu masyarakat menjadi lebih baik dan akurat secara islami, berada dalam masa akhir perkuliahannya dan harus menyelesaikan tugas akhir atau skripsi sebagai syarat kelulusannya. Namun faktanya, masih banyak mahasiswa yang yang mempunyai dan merasakan kesulitan yang berbeda-beda dalam menyelesaikan skripsinya. Maka dari itu, mahasiswa perlu menyadari bahwa kondisi tersebut berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis gambaran dimensi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam UIN Sunan Kalijaga. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif dengan menggunakan metode pengumpulan data yakni observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam UIN Sunan Kalijaga berbeda-beda. Ada yang memiliki dimensi kesejahteraan psikologis yang baik dan ada juga yang memiliki dimensi kesejahteraan psikologis yang kurang baik. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis baik ditandai dengan mampu menerima diri dalam keadaan apapun, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam kehidupannya, mampu beradaptasi dengan lingkungan selama penyelesaian skripsi, mempunyai tujuan hidup dalam hidupnya, dan mengembangkan potensi meskipun mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir. Adapun mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik ditandai dengan tidak yakin akan kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, kurangnya komunikasi dan hubungan yang baik dengan sekitar terutama dengan dosen, kurangnya kemandirian, sulit beradaptasi dengan lingkungan ketika mengerjakan tugas akhir dan kurangnya perkembangan dalam menyelesaikan tugas akhir.

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, mahasiswa semester akhir, bimbingan dan konseling islam

## **ABSTRACT**

Zul Izza Meina Fahmi (20102020077), *Psychological Well-being in Final Semester Students of the Islamic Guidance and Counseling Study Program at UIN Sunan Kalijaga Thesis : Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2024.*

*Student in the final semester of the Islamic Guidance and Counseling Study Program are individuals who study counseling in the field of education to help society become better and more accurate Islamically, are in the final period of their studies and must complete a final assignment or thesis as a requirement for graduation. However, in fact, there are still many students who have and experience different difficulties in completing their thesis. Therefore, students need to be aware that this condition has an impact on their psychological well-being. The aim of this research is to determine, describe, and analyze the dimensions of psychological well-being in final semester students of the islamic guidance and counseling study program at UIN Sunan Kalijaga. This type of research is descriptive qualitative using data collection methods, namely observation, interviews, and documentation. The subjects in this research were students in the final semester of the islamic guidance and counseling study program.*

*The results of this research show that the psychological well-being of students in the final semester of the Islamic Guidance and Counseling Study Program at UIN Sunan Kalijaga is different. There are those who have good psychological well-being dimensions and there are also those who have poor psychological well-being dimensions. Students who have good psychological well-being are characterized by being able to accept themselves in any situation, having positive relationships with other people, having independence, being able to adapt to the environment during the completion of their thesis, having life a goal, and developing their potential even though the experience difficulties in completing their final assignment. Students who have poor psychological well-being are characterized by confusion about their abilities, lack of good communication and relationships with those around them, lack of independence, difficulty adapting to the environment when working on final assignments and lack of progress in completing final assignments and lack of progress in completing final assignments.*

*Keyword : psychological well-being, final semester students, Islamic guidance and counseling.*

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang .....	4
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian .....	10
F. Kajian Pustaka.....	11
G. Kerangka Teori.....	17
H. Metode Penelitian .....	31
<b>BAB II GAMBARAN UMUM BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM UIN SUNAN KALIJAGA.....</b>	<b>39</b>

A. Profil UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.....	39
B. Profil Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga .....	43
C. Profil Mahasiswa Semester Akhir Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.....	47
<b>BAB III DIMENSI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA SEMESTER AKHIR PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM UIN SUNAN KALIJAGA .....</b>	<b>48</b>
A. Penerimaan diri .....	48
B. Hubungan Positif dengan Orang Lain.....	51
C. Kemandirian.....	54
D. Penguasaan Lingkungan.....	57
E. Tujuan Hidup.....	59
F. Pertumbuhan Pribadi.....	62
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>78</b>
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
A. Pedoman Wawancara	
B. Verbatim Wawancara	
C. Observasi	
D. Dokumentasi	

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Judul penelitiannya adalah “Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga”. Penulis harus mendefinisikan beberapa kata dalam judul penelitian ini serta istilah-istilah dalam judul proposal ini untuk mencegah kesalahpahaman yaitu:

#### 1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan berasal dari kata sejahtera yang artinya selamat, tenteram, makmur, dan aman menurut kamus besar bahasa Indonesia.<sup>2</sup> Psikologi adalah ilmu tentang kesadaran manusia.<sup>3</sup> Seseorang dalam kesejahteraan psikologis memiliki pandangan positif terhadap kehidupan dan orang lain, kemampuan mengendalikan perilaku sendiri dan mengambil keputusan sendiri, kemampuan menciptakan dan memelihara lingkungan yang memenuhi kebutuhannya, rasa memiliki tujuan hidup yang memberi hidup mereka makna yang lebih besar, dan keinginan terus-

---

<sup>2</sup> Amirus Sodiq, “Konsep Kesejahteraan Dalam Islam,” *Equilibrium* 3, no. 2 (2016): ,hlm.383.

<sup>3</sup> N. Nurliani, “Studi Psikologi Pendidikan,” *Jurnal As-Salam* 1, no. 2 (2016): hlm.2, <https://jurnal-assalam.org/index.php/JAS/article/view/58>.

menerus untuk belajar dan berkembang.<sup>4</sup> Orang yang berada dalam kondisi kesejahteraan psikologis mengevaluasi pengalaman kognitif dan emosional mereka dengan pemikiran positif.<sup>5</sup>

Dari pemikiran di atas mengarah pada kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi seseorang dalam memenuhi fungsi psikologis positif baik terhadap orang lain maupun terhadap dirinya sendiri dalam kehidupannya.

## 2. Mahasiswa Semester Akhir

Istilah “mahasiswa” berasal dari dua kata “maha” yang berarti besar dan “siswa” yang berarti seseorang yang terdaftar di sekolah.<sup>6</sup> Masa semester akhir dapat dikatakan ketika mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir mulai semester 7. Rata-rata usia mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir adalah antara 20 hingga 24 tahun. Secara mental, usia ini telah mencapai tahap perkembangan dewasa awal.<sup>7</sup> Mahasiswa tingkat akhir adalah individu

---

<sup>4</sup> Arini Sulistyowati and Imam Muazansyah, “Pengaruh Beban Kerja Dan Kesejahteraan Dosen Terhadap Kepuasan Kerja Dan Burnout,” *JPAP: Jurnal Penelitian Administrasi Publik* 4, no. 1 (2018): hlm 915, <https://doi.org/10.30996/jpap.v4i1.1273>.

<sup>5</sup> Anwar Fuad, “Kesejahteraan Psikologis Pedagang Pasar Tradisional Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Pasar Pasalaran Plered Kabupaten Cirebon” 4, no. 1 (2021): hlm 18.

<sup>6</sup> Ade Irma Yani, “Psychological Well-Being Mahasiswa Ma’had Al-Jamiah IAIN Bengkulu,” *Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Bengkulu*, no. 1 (2021): ,hlm.27.

<sup>7</sup> Ratih Pemasari, Iin Ervina, and Siti Nur’aini, “Gambaran Career Indecision Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Muhammadiyah Jember,” *Naskah Publikasi Repository Universitas Muhammadiyah Jember*, 2018, hlm.1, <http://repository.unmuhjember.ac.id/6208/3/ARTIKEL.pdf>.

yang berada pada tahun terakhir perkuliahan, harus menyerahkan tugas akhir atau tesis agar bisa lulus, dan berdasarkan tenggat waktu.<sup>8</sup>

Menurut beberapa penjelasan diatas, mahasiswa semester akhir adalah seseorang yang terdaftar pada sekolah pasca sekolah menengah yang sudah masuk masa akhir dalam studinya dan mengerjakan skripsi.

### 3. Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling merupakan solusi yang diberikan kepada masyarakat yang mengalami permasalahan, penyelesaian tersebut didasarkan pada keadaan dan kondisi fisik dan psikomotorik individu.<sup>9</sup> Layanan konseling Islam memberikan dukungan dalam bentuk hubungan, dorongan, dan bantuan untuk membantu orang lain menemukan bagaimana menjadi lebih baik seperti dirinya sebagai manusia dengan memberdayakan iman, akal, dan seluruh kemampuan yang melekat pada dirinya sejalan dengan ajaran islam.<sup>10</sup>

Penjelasan di atas membawa pada kesimpulan bahwa program studi bimbingan konseling Islam mengkaji konseling dalam bidang pendidikan untuk membantu masyarakat menjadi lebih baik dan akurat secara islami.

---

<sup>8</sup> Dyah Ayu Maesyarah, "Pola Perilaku Mencari Bantuan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2021, hlm.2.

<sup>9</sup> Kuliyyatun Kuliyyatun, "Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Sekolah Menengah Atas (Sma)," *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 2, no. 1 (2020): hlm.100, <https://doi.org/10.32332/jbpi.v2i1.2064>.

<sup>10</sup> Muzaki Muzaki and Agung Saputra, "Konseling Islami: Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental," *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2019): hlm.223, <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5809>.

Dari definisi ungkapan pada judul di atas terlihat jelas bahwa “Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga” merupakan hal yang krusial dan berdampak pada mahasiswa yang terdaftar di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga pada semester akhir. Dalam hal ini mahasiswa semester akhir membutuhkan kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam mengerjakan skripsi di semester akhir agar lebih fokus dan maksimal.

## **B. Latar Belakang**

Mahasiswa adalah seseorang yang terdaftar dalam program pendidikan tinggi, seperti universitas, untuk belajar atau memperoleh pengetahuan dan ilmu terapan.<sup>11</sup> Dalam memenuhi tugas sehari-hari, tugas kuliah, dan laporan, siswa harus menjalani kehidupannya sebagai mahasiswa. Universitas memiliki tanggung jawab yang besar untuk membentuk sikap, kepribadian, dan bahkan bakat mahasiswanya guna membantu mereka mencapai tujuan membantu mahasiswa menguasai informasi baik secara teori maupun praktik di berbagai lingkungan.<sup>12</sup> Mahasiswa juga mempunyai kesempatan untuk menimba ilmu di luar kelas dengan mengikuti kegiatan mahasiswa seperti organisasi.

---

<sup>11</sup> Nurul Renaningtias and Dyah Apriliani, “Penerapan Metode Prototype Pada Pengembangan Sistem Informasi Tugas Akhir Mahasiswa,” *Rekursif: Jurnal Informatika* 9, no. 1 (2021), <https://doi.org/10.33369/rekursif.v9i1.15772>.

<sup>12</sup> Isdiyah Isdiyah and Ernawati Ernawati, “Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Iain Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19,” *Academic Journal of Psychology and Counseling* 2, no. 1 (2021): hlm.1, <https://doi.org/10.22515/ajpc.v2i1.3478>.

Namun, beberapa mahasiswa memilih untuk menyambi bekerja. Mahasiswa yang bekerja sambil belajar melakukannya karena berbagai alasan, seperti kebutuhan finansial, pengalaman, kebutuhan untuk mandiri, tidak bergantung pada orang tua, dan sekadar untuk mengisi waktu di sela-sela kuliah.<sup>13</sup> Dampak negatif karena pekerjaan tersebut dapat menyebabkan para mahasiswa menjadi lalai dalam mengerjakan tugas sekolah, kehilangan tujuan utama belajar, dan menyia-nyiakan waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar, hingga menunda tugas dalam menyelesaikan skripsi. Biasanya di akhir semester yang dikerjakan siswa biasanya disebut sebagai skripsi. Skripsi mahasiswa tahun terakhir merupakan karangan ilmiah yang harus mereka tulis untuk menyelesaikan studinya.<sup>14</sup>

Mahasiswa semester akhir adalah mereka yang hampir menyelesaikan tugas kuliahnya dan sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi.<sup>15</sup> Mahasiswa semester akhir itu tidak hanya dibebani menyelesaikan kuliah secara teoritis, tetapi juga dibebani untuk membuat karya tulis sebagai syarat kelulusan. Mahasiswa disarankan untuk menyelesaikan studi mereka sesegera mungkin. Dengan demikian seorang mahasiswa akhir perlu konsentrasi dan waktu yang tertata guna menyelesaikan skripsi.

---

<sup>13</sup> Safrilsyah Ritmiani Iklima, Iyulen Pebry Zuanny1, “Kuliah Sambil Bekerja Di Uin Ar-Raniry,” *Jurnal Psikologi* 18, no. 2 (2023): hlm.202.

<sup>14</sup> Stefania Baptis Seto, Maria Trisna Sero Wondo, and Maria Fatima Mei, “Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi),” *Jurnal Basicedu* 4, no. 3 (2020): hlm.734, <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>.

<sup>15</sup> Fitriana Harahap and Rita Novita Sari, “Stres Pada Mahasiswa Semester Akhir Dengan Menggunakan Metode Certainty Factor,” *Jurnal Teknologi Informasi Jurnal Keilmuan Dan Aplikasi Bidang Teknik Informatika* 5 (2018): hlm.68.

Mengerjakan skripsi atau disertasi bagi mahasiswa merupakan suatu hal yang sulit, tentunya jika mahasiswa melihat dan memaknai tantangan skripsi jika tidak menggembirakan. Beragam permasalahan mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi berbeda-beda. Kenyataannya cukup banyak mahasiswa yang mempunyai kesulitan yang berbeda-beda dalam menyelesaikan skripsinya, kesulitan yang sering dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir seperti revisi skripsi yang berulang-ulang, kesulitan menemukan referensi, kesulitan menemui dosen, perasaan malas dan menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi dan lain sebagainya.

Mahasiswa menilai persyaratan tersebut secara subyektif, ada yang menilai persyaratan sebagai tantangan dan ada pula yang menilai sebagai sumber permasalahan.<sup>16</sup> Idealnya, mahasiswa pada jenjang S1 dapat lulus dalam waktu sekitar 8 semester, bisa lebih cepat atau lebih lambat tergantung permasalahan dan usaha individu itu sendiri. Berbagai permasalahan tersebut yang mempengaruhi terhadap kesejahteraan psikologis sehingga perlu ada upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis tersebut dalam penyelesaian tugas akhir.

Banyak mahasiswa menghadapi tantangan yang berbeda-beda saat mengerjakan skripsi sehingga berujung pada stres. Jurnal penelitian sebelumnya, menyebutkan pemikiran mahasiswa untuk bunuh diri nampaknya

---

<sup>16</sup> Ramadhan Trybahari Sugiharno, Wibowo Hanafi Ari Susanto, and Frengki Wospakrik, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir," *Jurnal Keperawatan Silampari* 5, no. 2 (2022): hlm.1190, <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>.

meningkat seiring dengan banyaknya stres yang mereka alami saat mengerjakan skripsi.<sup>17</sup> Dalam jurnal penelitian Syifa dan Ria disebutkan bahwa hampir 15.000 mahasiswa sarjana, 18% mengatakan mereka pernah berpikir serius untuk mencoba bunuh diri, dan 8% mengatakan mereka telah mencobanya setidaknya sekali.<sup>18</sup> Hal ini menunjukkan bagaimana kondisi mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan tesis atau skripsi mereka dalam berbagai kesulitan berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka saat mengerjakan skripsi.

Dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa memerlukan konsentrasi agar lebih fokus dan maksimal dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini menunjukkan psikologis mereka berkaitan dengan pikiran, kesadaran, perasaan, dan motivasi dirinya dalam penyelesaian skripsi. Memiliki psikologis yang positif menimbulkan sentimen dalam diri atau keinginan untuk terus mengejar peluang dalam diri. Orang dengan kesehatan psikologis yang baik dapat membuat penilaian secara mandiri tanpa bergantung pada siapa pun atau apapun, dapat membangun suasana nyaman, dan memiliki pandangan optimis

---

<sup>17</sup> Hariaty, Veny Elita, and Ade Dilaluri, "Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)* 11, no. 1 (2023): hlm.2.

<sup>18</sup> Syifa Aulia and Ria Utami Panjaitan, "Psychological Well-Being and Level of Stress Among the Last Year College Students," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 2 (2019): 127–34, [https://www.academia.edu/63216802/Kesejahteraan\\_psikologis\\_dan\\_tingkat\\_stres\\_pada\\_mahasiswa\\_tingkat\\_akhir](https://www.academia.edu/63216802/Kesejahteraan_psikologis_dan_tingkat_stres_pada_mahasiswa_tingkat_akhir).

terhadap kehidupan secara umum sesuai keinginan orang tersebut dan kebutuhan.<sup>19</sup>

Jika kesejahteraan psikologis individu baik, maka akan mendapat manfaat dari hal ini dan akan lebih mampu memenuhi kewajiban dan tanggung jawabnya. Akibatnya, kesejahteraan psikologis mencakup lebih dari sekedar kebahagiaan atau kemampuan untuk membuat orang lain bahagia. Hal ini juga melibatkan kemampuan untuk mencapai dimensi positif dari penerimaan diri, hubungan interpersonal yang positif, tujuan hidup, pengembangan pribadi, kemandirian, dan penguasaan lingkungan. Mengembangkan rasa kesejahteraan psikologis yang kuat juga penting dan dapat dilakukan. Melihat dari sudut pandang yang lebih optimis adalah salah satu caranya. Dengan cara ini, daripada menyalahkan keadaan atau memperburuk keadaan, kita berusaha memperbaiki diri dan berkonsentrasi pada tugas yang menjadi tanggung jawab kita. Dalam penelitian Ritmiani menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mempengaruhi mahasiswa semester akhir hal ini dibuktikan dengan semakin besar mahasiswa bersyukur, semakin besar kesejahteraan psikologis mahasiswa, dan sebaliknya jika rasa bersyukur pada mahasiswa

---

<sup>19</sup> Muhammad Farid and Niken Titi Pratitis, "Kesejahteraan Psikologis Guru Non-Pegawai Negeri Sipil (PNS): Menguji Peranan Relisiensi Dan Kebersyukuran," *INNER: Journal of Psychological Research* 2, no. 2 (2022): hlm.162.

rendah, maka mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa tersebut semakin rendah.<sup>20</sup>

Adapun terdapat beberapa mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam yang belum menyelesaikan tugas akhir dan ingin mengetahui kondisi yang menyebabkan para mahasiswa belum menyelesaikan skripsinya sampai lebih dari semester 8, maka penelitian ini dilakukan pada mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam. Psikologis mengkaji keadaan yang berkaitan dengan segala sesuatu yang mempengaruhi pikiran, terutama yang berkaitan dengan kesadaran, emosi, dan motivasi. Mengetahui psikologis seseorang dapat memungkinkan dalam membantu orang lain untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah.<sup>21</sup> Oleh karena itu, penelitian mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa yang terdaftar pada semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga menarik minat peneliti.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran dimensi kesejahteraan psikologis

---

<sup>20</sup> Ritmiani Iklima, Iyulen Pebry Zuanny1, “Kuliah Sambil Bekerja Di Uin Ar-Raniry.”,hlm.211.

<sup>21</sup> Sambas Sugiarto, Prayitno, and Yeni Karneli, “Peran Psikologi Dalam Konseling,” *Kenduri: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 1 (2021): hlm.27, <https://siducat.org/index.php/kenduri>.

pada mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga ?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis gambaran dimensi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga. Sementara itu, temuan penelitian ini akan menghasilkan wawasan yang dapat diterapkan untuk memahami, memecahkan, dan menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.

#### **E. Manfaat Penelitian**

1. Secara akademis, penelitian ini bertujuan memberikan kontribusi untuk perkembangan yang berkaitan dengan bimbingan konseling. Selain itu, penelitian ini juga dimaksudkan untuk menjadi bahan penelitian selanjutnya yang serupa mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan manfaat tentang gambaran dimensi kesejahteraan psikologis bagi

mahasiswa program sarjana Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga pada semester akhir. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat membantu menginformasikan mahasiswa semester akhir program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga mengenai kesejahteraan psikologis.

#### **F. Kajian Pustaka**

Pada bagian kajian pustaka ini adalah menjelaskan posisi dan titik pijak peneliti ditengah penelitian sejenis yang pernah dilakukan. Menemukan penelitian yang memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya adalah penting dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Namun, peneliti menemukan penelitian yang mirip dengan penelitiannya. Sebuah penelitian akan dilakukan untuk meneliti topik sebanding dengan bahan pembelajaran. Kita harus mengutip sumber yang tepat untuk mengidentifikasi dan memahami persamaan dan perbedaannya. Peneliti menemukan beberapa referensi tentang kesejahteraan psikologis sebagai berikut :

1. Jurnal penelitian Nurul Istiqomah dengan judul “Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer SMA Negeri 13 Depok” ini mengkaji kesejahteraan psikologis guru honorer SMAN 13 Depok serta mekanisme coping mereka dalam keadaan yang penuh tantangan. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif sebagai metodologinya. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis kedua peserta secara umum

memuaskan. Meski dengan cara yang berbeda, hal ini dapat dilihat dari kepuasan enam elemen kesejahteraan psikologis. Upaya subjek dapat digunakan untuk mengkarakterisasi upaya mereka menghadapi keadaan yang menantang dan mencapai kesejahteraan psikologis untuk mengurus kebutuhan sehari-harinya tanpa mengganggu tugas mengajar. Selain itu, para peserta memilih tugas linier dalam spesialisasi mereka.<sup>22</sup>

Persamaan pada penelitian ini terletak pada topik pembahasan yaitu kesejahteraan psikologi. Kedua metodologi penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Lokasi dan subjek penelitian penelitian ini membuat perbedaan.

2. Jurnal yang berjudul “Pemetaan Kesejahteraan Psikologis Guru PAUD di Kota Pekanbaru” yang dilakukan oleh Zulkifli dan Devi Risma. Kesehatan psikologis guru PAUD di Kota Pekanbaru tercakup dalam penelitian ini. Metodologi penelitian penelitian ini adalah teknik deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian, guru PAUD di Kota Pekanbaru memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang (51,75%). Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan psikologis para pengajar PAUD di Kota Pekanbaru

---

<sup>22</sup> Nurul Istiqomah, “Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer Di SMA Negeri 13 Depok,” *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2021): 48–54, <https://doi.org/10.26539/teraputik.51555>.

dilaporkan belum layak dan memprihatinkan untuk mereka praktikkan sebagai guru PAUD profesional.<sup>23</sup>

Persamaan pada penelitian ini terletak pada topik pembahasan yaitu kesejahteraan psikologi. Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini membuat perbedaan. Jika penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kualitatif, maka penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Selain itu, perbedaan penelitian ini terletak pada objek, tempat, dan subjek penelitian.

3. Jurnal penelitian ini dilakukan oleh Ismawati, Suroso, M.Farid, dan Niken ini berjudul “Kesejahteraan Psikologis Guru Non Pegawai Negeri Sipil (PNS): Mengkaji Peran Resiliensi dan Syukur”. Penelitian ini bertujuan untuk membantu individu yang membutuhkan baik secara konseptual maupun praktis. Penelitian ini mengeksplorasi hubungan antara ketahanan dan rasa syukur serta kesejahteraan psikologis instruktur non-PNS. Metodologi penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Berdasarkan temuan penelitian, terdapat hubungan sebesar 28,88% antara kesejahteraan psikologis, rasa syukur, dan ketahanan. Sebanyak 17,09% ditentukan bahwa kesejahteraan psikologis dan ketahanan berkorelasi positif. 11,79% responden setuju bahwa terdapat hubungan baik antara

---

<sup>23</sup> N Zulkifli and Devi Risma, “Pemetaan Kesejahteraan Psikologis Guru PG Paud Se Kota Pekanbaru,” *Educhild* 4, no. 1 (2015): 23–27.

kesejahteraan psikologis dan rasa syukur. Sebaran data deskriptif mengenai rasa syukur dan resiliensi mayoritas berada pada kelompok teratas.<sup>24</sup>

Persamaan pada penelitian ini terletak pada topik pembahasan yaitu kesejahteraan psikologis. Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan karena bersifat kualitatif, sedangkan dalam penelitian ini digunakan penelitian kuantitatif. Subjek, lokasi, dan objek penelitian penelitian ini membuat perbedaan.

4. Jurnal penelitian Syifa Aulia dan Ria Utami berjudul “Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Penelitian ini mengkaji hubungan antara tingkat stres mahasiswa tingkat akhir dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara tingkat stres mahasiswa tahun terakhir dan kesejahteraan psikologis. Studi ini menyarankan inisiatif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, seperti kelas manajemen waktu dan pendidikan kesehatan, untuk mengurangi tingkat stres siswa akhir dan dampaknya.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> Farid and Titi Pratitis, “Kesejahteraan Psikologis Guru Non-Pegawai Negeri Sipil (PNS): Menguji Peranan Reliensi Dan Kebersyukuran.”

<sup>25</sup> Aulia and Panjaitan, “Psychological Well-Being and Level of Stress Among the Last Year College Students.”

Persamaan pada penelitian ini terletak pada topik pembahasan yaitu kesejahteraan psikologi pada mahasiswa semester akhir. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, dimana penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian kali ini akan menggunakan pendekatan kualitatif. Selain itu, objek penelitian adalah tempat letak perbedaannya.

5. Jurnal penelitian dengan judul “Hubungan Stres Kerja dengan Kesejahteraan Psikologis Guru” dilakukan oleh Flaviani Nathania dan Niken Widi. Studi ini mengeksplorasi kemungkinan hubungan antara kesejahteraan psikologis guru dan stres terkait pekerjaan. Penelitian kuantitatif adalah metodologi penelitian yang digunakan. Temuan penelitian ini menunjukkan adanya korelasi substansial antara stres kerja dan kesejahteraan psikologis guru serta adanya hubungan negatif antara variabel yang mengukur stres kerja dan kesejahteraan psikologis. Hubungan terbalik menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis seorang guru menurun seiring dengan meningkatnya tingkat stres.<sup>26</sup>

Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis adalah tempat persamaannya. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, dimana penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian kali ini akan menggunakan pendekatan kualitatif.

---

<sup>26</sup> Universitas Gadjah Mada, “Hubungan Stres Kerja Dengan” 16, no. 2 (2010): 26–37.

Selanjutnya perbedaan juga terdapat pada objek, wilayah, dan subjek penelitian.

6. Skripsi dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Riau” adalah penelitian yang dilakukan Sinta Mulifa Sari. Penelitian ini menguji hubungan antara kesehatan psikologis dan dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Temuan studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa tahun terakhir mempunyai tingkat dukungan sosial yang signifikan. Dukungan sosial yang positif dan kesejahteraan psikologis siswa berkorelasi positif, menurut penelitian. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang diklaim oleh teori antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis terhadap kesejahteraan psikologis diterima.<sup>27</sup>

Persamaan pada penelitian ini terletak pada topik pembahasan dan subjek yaitu kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, dimana penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian kali ini akan menggunakan pendekatan kualitatif. Selain itu, perbedaan terletak pada objek dan lokasi dalam penelitian.

---

<sup>27</sup> SM Sari, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Riau,” *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 2021, 152–62, <https://repository.uir.ac.id/9148/>.

Cara menghindari kesamaan dalam penelitian, penulis menjadikan referensi studi penelitian yang disebutkan di atas pada saat membuat penyusunan penelitian. Penulis ingin menambahkan sesuatu yang baru dan tidak biasa pada penelitian dengan menyempurnakan temuan sebelumnya. Terdapat beberapa perbedaan dalam subjek penelitian dan metodologi yang digunakan. Perbedaan lainnya juga terletak pada lokasi penelitian serta fokus penelitian skripsi dan jurnal diatas.

## **G. Kerangka Teori**

### **1. Kesejahteraan Psikologis**

#### **a. Defenisi Kesejahteraan Psikologis**

Kamus Besar Bahasa Indonesia menyebutkan bahwa kata kesejahteraan berasal dari kata sejahtera yang mempunyai arti aman, tenteram, berhasil, dan selamat. Hal ini juga dapat dipahami sebagai istilah atau ungkapan yang menunjukkan situasi atau keadaan yang menguntungkan di mana masyarakat tersebut berada dengannya dalam keadaan sehat, tenteram dan sejahtera.<sup>28</sup> Kesejahteraan psikologis merupakan indikasi kesejahteraan pribadi yang sering digunakan untuk menentukan apakah seseorang memenuhi persyaratan untuk memiliki fungsi psikologis positif atau tidak. Yang dimaksud dengan “kesejahteraan psikologis” adalah kesehatan psikologis seseorang secara

---

<sup>28</sup> Ibid., hlm 383.

umum, berdasarkan terpenuhinya standar fungsi psikologis sehat yang ditetapkan oleh para psikolog.<sup>29</sup>

Menurut M. Noor Rochman dan Arif, kesejahteraan psikologis diartikan sebagai ukuran dimana psikologis seseorang ditunjukkan dengan terpenuhi atau tidaknya standar fungsi psikologis positif yang dikemukakan oleh para psikolog.<sup>30</sup> Menurut Estikoma dan Alimatus, kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan orang yang memiliki interaksi sosial positif dan pengalaman penerimaan diri dianggap memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi karena memiliki sikap yang baik terhadap lingkungan sekitarnya.<sup>31</sup> Menurut Isdiyah, kesejahteraan psikologis bukan sekedar tentang kebahagiaan seseorang, namun bagaimana seseorang dapat mencapai kepuasan hidupnya dengan mencapai elemen positif penerimaan diri, hubungan interpersonal yang sehat, tujuan hidup, pengembangan pribadi, dan kemandirian pengelolaan lingkungan.<sup>32</sup> Menurut Nuzul Ahadiyanto, kesejahteraan

---

<sup>29</sup> M Noor, Rochman Hadjam, and Arif Nasiruddin, "Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis," *Jurnal Psikologi* 30, no. 2 (2003): hlm.73.

<sup>30</sup> *Ibid.*, hlm.74.

<sup>31</sup> Estikomah Estikomah and Alimatus Sahrah, "Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier Terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita Di Mapolda Diy," *Prosiding Seminar Nasional Pakar*, 2019, 1–7, <https://doi.org/10.25105/pakar.v0i0.4234>.

<sup>32</sup> Isdiyah and Ernawati, "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Iain Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19.", hlm 13

psikologis adalah keadaan mental setiap orang dikatakan gembira karena telah menemukan kepuasan dalam hidupnya.<sup>33</sup>

Menurut beberapa penjelasan yang diberikan, kesejahteraan psikologis adalah kondisi seseorang yang memiliki fungsi psikologis positif dalam kehidupannya untuk mencapai rasa bahagia bagi dirinya dan terhadap orang lain.

#### **b. Dimensi-Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

Menurut Ryff, dalam kesejahteraan psikologis terdapat 6 dimensi kesejahteraan psikologis sebagai berikut :<sup>34</sup>

##### 1) Penerimaan diri

Merangkul diri sendiri berarti menjaga pola pikir yang baik. Pandangan optimis ini tercermin dalam pengakuan dan penerimaan positif yang diterima dari berbagai sumber. Pandangan positif terhadap diri sendiri, inkarnasi masa lalu, dan penerimaan terhadap bagian baik maupun tidak menyenangkan dari diri sendiri merupakan ciri-ciri orang yang memiliki sikap menerima diri. Untuk mencegah perasaan tidak puas dengan diri sendiri yang sebenarnya dan tidak kecewa dengan apa yang terjadi di kehidupan sebelumnya.

##### 2) Hubungan Positif dengan Orang Lain

---

<sup>33</sup> Nuzul Ahadiyanto, "Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality Dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana," *Jurnal Al-Hikmah* 18, no. 1 (2020): hlm.107, <https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i1.26>.

<sup>34</sup> Ryff, Carrol D, " *Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia* " *Special Article Psychosom* ( DOI: 10.1159/000353263,2013) hlm. 11.

Kapasitas seseorang untuk membangun hubungan yang hangat, kepercayaan, dan kepedulian terhadap kebutuhan dan kesejahteraan satu sama lain tercermin dalam interaksi positif mereka dengan orang lain. Kualitas lain yang menunjukkan kapasitas seseorang untuk membentuk hubungan yang sehat antara lain empati, perasaan cinta dan keintiman, serta kesadaran akan timbal balik.

### 3) Kemandirian

Pribadi otonom adalah orang yang mandiri dan mampu memutuskan apa yang paling bermanfaat baginya. Kemampuan untuk bebas namun memiliki kendali atas kehidupan dan perilakunya sendiri disebut otonomi. Kebebasan, kemampuan mengendalikan nasib dan perilaku sendiri, kemandirian, ketahanan terhadap tekanan sosial, kemampuan menilai diri sendiri dan membuat penilaian bebas dari pengaruh luar merupakan ciri-ciri orang yang menunjukkan tingkat otonomi yang tinggi. Sebaliknya, mereka yang memiliki dimensi otonomi rendah lebih rentan terhadap tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak tertentu, lebih memperhatikan dan mempertimbangkan harapan dan penilaian orang lain, serta mengandalkan penilaian orang lain ketika mengambil keputusan penting.

#### 4) Penguasaan Lingkungan

Komponen ini mencakup partisipasi dan keterampilan pengelolaan kegiatan, minat yang besar terhadap interaksi eksternal, serta keahlian dan penguasaan pengelolaan lingkungan hidup. Individu yang mempunyai kemampuan dan pengetahuan dalam mengelola ruang hidupnya adalah mereka yang melakukan kontrol terhadap ruang tersebut. Orang-orang ini bahkan mampu melakukan tugas-tugas sulit. Selain itu, orang dapat memanfaatkan peluang dan memilih atau bahkan merancang suasana yang kondusif bagi suasana hati mereka. Di sisi lain, orang-orang dengan pengendalian lingkungan yang tidak memadai merasa sulit menangani situasi sehari-hari, tidak dapat mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitar mereka, dan tidak dapat memanfaatkan peluang yang ada pada lingkungan.

#### 5) Tujuan Hidup

Orang yang memiliki arah dan tujuan hidup adalah orang yang memiliki tujuan dalam hidupnya. Pendapat dan gagasan tertentu yang dianut masyarakat dapat mempengaruhi kehidupan seseorang. Lebih jauh lagi, individu meyakini bahwa keberadaan dirinya mempunyai arti dan tujuan di masa lalu, masa kini, dan masa depan. Orang ini memiliki rasa keutuhan, keseimbangan, dan integrasi diri. Sebaliknya, mereka yang mendapat nilai buruk pada dimensi tujuan

hidup kehilangan arah dan ambisi hidup, serta rasa harga diri. Karena pengalaman sebelumnya dalam hidupnya, ia kurang memiliki keyakinan dan harapan yang memberikan tujuan bagi keberadaannya.

#### 6) Pertumbuhan Pribadi

Mencapai sifat-sifat ini pada usia muda hanyalah salah satu aspek pertumbuhan optimal lainnya adalah pengembangan potensi setiap orang secara berkelanjutan. Dibutuhkan perubahan diri yang terus-menerus untuk bisa menyesuaikan diri dengan perubahan yang dibawa kehidupan. Sebaliknya, mereka yang memiliki pertumbuhan pribadi yang buruk mengalami kebosanan dan kehilangan minat dalam hidup, merasa mandek, tidak merasakan adanya perubahan atau pengembangan diri, dan tidak mampu mengambil sikap dan perilaku positif.<sup>35</sup>

Penjelasan di atas menyatakan bahwa penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan sekitar, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi yang merupakan dimensi kesejahteraan psikologis.

---

<sup>35</sup> Lidya Sesillia, "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Masyarakat Miskin," 2020, 1–135, [https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN SKRIPSI KECUALI BAB IV.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN_SKRIPSI_KECUALI_BAB_IV.pdf).

### c. Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Faktor-faktor yang menurut Ryff mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang :<sup>36</sup>

#### 1) Perbedaan usia.

Berdasarkan penelitian Ryff, Perbedaan usia berkorelasi dengan peningkatan pengendalian lingkungan dan kemandirian. Penurunan tujuan hidup dan kemajuan pribadi yang berkaitan dengan usia terlihat jelas. Perbedaan terkait usia terlihat pada skor koneksi positif dan penerimaan diri.

#### 2) Jenis Kelamin

Perbedaan gender terbukti signifikan dalam interaksi positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi dalam penelitian Ryff. Perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki bila dibandingkan dengan usia mereka, namun tidak ada perbedaan yang berarti dalam komponen psikologis kesejahteraan mereka.

#### 3) Perbedaan Kelas

Kelas yang dibicarakan di sini adalah status sosial, penghasilan, kedudukan, dan pendidikan. Karena mempengaruhi aspek tujuan hidup dan kemajuan pribadi, prestasi pendidikan berdampak pada kesejahteraan psikologis. Penghasilan, kedudukan sosial, dan

---

<sup>36</sup> Isdiyah and Ernawati, "Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Iain Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19.", hlm.16-18.

pekerjaan seseorang semuanya dipengaruhi oleh postur tubuhnya. Hal ini mungkin berdampak pada enam aspek kesehatan psikologis. Posisi kesejahteraan seseorang meningkat seiring dengan kekayaan dan status sosialnya, yang berkorelasi dengan posisi atau kualitas pekerjaannya.

#### 4) Perbedaan Budaya

Latar belakang budaya seseorang dan perbedaan antara budaya barat dan timur juga berdampak pada sifat mereka yang lebih berorientasi pada diri sendiri, seperti kemandirian dan penerimaan diri, yang lebih terlihat pada lingkungan barat. Interaksi interpersonal yang positif lebih banyak terjadi pada budaya timur dan lebih berorientasi pada orang lain.

Adapun terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Schmutte yaitu sebagai berikut :

##### 1) Dukungan Sosial

Dukungan sosial ini berkaitan dengan rasa aman, nyaman, atensi, penghargaan ataupun pertolongan yang dipersepsikan, diterima seseorang serta berasal dari banyak sumber semacam dari pendamping hidup, sahabat atau teman-teman, rekan kerja, ataupun organisasi. Dalam penelitian Hasannudin dan Khairuddin menunjukkan bahwa dukungan sosial itu timbul dari adanya

anggapan bahwa terdapat orang-orang yang hendak menolong atau membantu apabila terjadi suatu keadaan atau kondisi yang dilihat hendak menimbulkan permasalahan dan bantuan tersebut dialami bisa menaikkan perasaan yang positif dan mengangkat harga diri.<sup>37</sup> Keadaan ataupun kondisi psikologis inipun bisa mempengaruhi perilaku dan respon seseorang sehingga sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan individu tersebut secara universal.

## 2) Religiusitas

Religiusitas ini membentuk suatu arti ketika seseorang dihadapkan pada suatu permasalahan atau tantangan dalam kehidupannya dengan menghasilkan suatu metode pandang universal yang positif (*positive worldview*), sebab terdapat atribusi ataupun kepercayaan bahwa Tuhan Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang serta Tuhan yang hendak menolong hambanya yang sedang dalam kesusahan. Keyakinan atau kepercayaan ini akan membentuk rasa optimism seseorang sehingga mereka yang religious lebih bisa untuk menginterpretasikan pengalaman hidup

---

<sup>37</sup> Khairuddin Hasanuddin, "Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Negeri 2 Binjai," *Jurnal Magister Psikologi UMA* 11, no. 1 (2021): hlm.153.

yang negatif dengan metode pandang yang bermakna serta penuh hikmah.<sup>38</sup>

Penjelasan di atas mengarah pada kesimpulan bahwa usia, jenis kelamin, perbedaan kelas, dan perbedaan atau variasi budaya, dukungan sosial, dan religiusitas merupakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

## 2. Mahasiswa

### a. Definisi Mahasiswa

Mahasiswa adalah peserta didik yang berusia 18 sampai 25 tahun yang menjalani pendidikan dan terdaftar di perguruan tinggi, baik di politeknik, akademik, universitas, institut, dan sekolah tinggi.<sup>39</sup> Mahasiswa adalah individu yang terdaftar secara resmi di universitas atau perguruan tinggi swasta maupun negeri untuk mengikuti pendidikan atau pembelajaran.<sup>40</sup> Mahasiswa adalah seseorang yang sedang didalam proses mencari ilmu atau belajar dan terdaftar resmi di

---

<sup>38</sup> Abang Harpan, "Peran Religiusitas Dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja," *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2021):hlm.11, <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3198>.

<sup>39</sup> Wenny Hulukati and Moh. Rizki Djibran, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo," *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)* 2, no. 1 (2018): 73, <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>, hlm.74.

<sup>40</sup> Juliana Kurniawati and Siti Baroroh, "Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu," *Jurnal Komunikator* 8, no. 2 (2016): 51–66, [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=AwrjbwLmv\\_NiIYcJ9B1XNyoA;\\_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNiYwNzcg--/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fjournal.umy.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fview%2F2069/RK=2/RS=81QU2oK5sxo7ghZTIsrFj4EtGCI-](https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrjbwLmv_NiIYcJ9B1XNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNiYwNzcg--/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fjournal.umy.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fview%2F2069/RK=2/RS=81QU2oK5sxo7ghZTIsrFj4EtGCI-).

perguruan tinggi.<sup>41</sup> Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa diartikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi.<sup>42</sup>

Berdasarkan dari beberapa penjelasan diatas, mahasiswa adalah seseorang atau individu yang terdaftar di perguruan tinggi untuk belajar.

#### **b. Ciri-Ciri Mahasiswa**

Adapun ciri-ciri dari mahasiswa di perguruan tinggi sebagai berikut:

- 1) Memiliki kesempatan dan kemampuan untuk belajar atau menimba ilmu di perguruan tinggi, dengan demikian mereka dapat digolongkan sebagai intelektual. Dalam hal ini mereka mampu berperan sebagai pemimpin yang berbakat dan terampil baik dalam Masyarakat maupun di kehidupan professional.
- 2) Mahasiswa diharapkan menjadi penggerak dinamis di balik proses modernisasi.
- 3) Mahasiswa diharapkan memasuki dunia kerja sebagai pekerja yang berkualitas dan terampil.<sup>43</sup>

#### **c. Mahasiswa Semester Akhir**

Sesuai Peraturan Pemerintah Indonesia (PP) Nomor 30 Tahun 1990, mereka yang terdaftar dan terdaftar pada perguruan tinggi tertentu

---

<sup>41</sup> Lisa Dwi Lastary and Anizar Rahayu, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta," *Ikraith-Humaniora* 2, no. 2 (2018): hlm.17.

<sup>42</sup> Jaka Santosa, Eulin Karlina, and Panji Suratriadi, "Kepuasan Mahasiswa D3 Manajemen Pajak," n.d., hlm.5.

<sup>43</sup> Rifda Cita Zulviah, "Implementasi Pendidikan Karakter Terhadap Perilaku Mahasiswa Prodi PPKn Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Primagraha," *Jurnal Primagraha* Vol 02, no. No 02 (2021): hlm.5.

dianggap sebagai mahasiswa.<sup>44</sup> Orang dewasa yang biasanya berusia antara 18 dan 25 tahun membentuk badan pelajar. Pada masa ini, mereka mempunyai kewajiban perkembangan, terutama yang berkaitan dengan kehidupannya setelah mencapai usia dewasa.<sup>45</sup> Mahasiswa tahun terakhir adalah mahasiswa yang hampir menyelesaikan perkuliahan dan sedang mengerjakan tugas akhir atau tesis.<sup>46</sup> Rata-rata usia mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas terakhirnya adalah antara 20 hingga 24 tahun. Secara mental, kelompok usia ini telah mencapai tahap perkembangan dewasa awal.<sup>47</sup> Mahasiswa tingkat akhir adalah mereka yang berada pada tahun terakhir perkuliahan. Selama ini, mereka harus menyerahkan tugas akhir atau tesis agar bisa lulus, dan mereka punya tenggat waktu untuk itu.<sup>48</sup>

Berdasarkan beberapa uraian di atas, mahasiswa semester akhir adalah mahasiswa yang telah memasuki masa studi terakhirnya dan mengerjakan skripsi.

---

<sup>44</sup> Juliana Kurniawati and Siti Baroroh, "Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu," *Jurnal Komunikator* 8, no. 2 (2016): hlm.54.

<sup>45</sup> Wenny Hulukati and Moh. Rizki Djibran, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo," *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)* 2, no. 1 (2018): hlm.74, <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p.hlm.74>.

<sup>46</sup> Ibid, hlm.75.

<sup>47</sup> Ratih Pemasari, In Ervina, and Siti Nur'aini, "Gambaran Career Indecision Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Muhammadiyah Jember," *Naskah Publikasi Repository Universitas Muhammadiyah Jember*, 2018, hlm.1, <http://repository.unmuhjember.ac.id/6208/3/ARTIKEL.pdf>.

<sup>48</sup> Dyah Ayu Maesyaroh, "Pola Perilaku Mencari Bantuan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2021, hlm.2.

### 3. Kesejahteraan Psikologis dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam

Keadaan mental seseorang yang dikenal dengan istilah kesejahteraan psikologis ditandai dengan adanya rasa kenikmatan sebagai hasil pencapaian kepuasan hidup.<sup>49</sup> Tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu masyarakat mengatasi kesulitan dan memperbaiki gaya hidupnya.<sup>50</sup> Menurut Permendikbud nomor 111 Tahun 2014 tentang bimbingan konseling pada pendidikan dasar dan menengah, yang merinci adanya bimbingan dan konseling personal dan sosial yang mengarah pada pencapaian potensi kesejahteraan psikologis secara konseptual termasuk dalam kajian pendidikan ruang lingkup bimbingan konseling. Salah satunya adalah bimbingan pribadi dan sosial secara optimal pada setiap tahap pertumbuhan dan mencapai kepuasan, keselamatan, kesejahteraan dan kebahagiaan dalam hidup.<sup>51</sup> Bimbingan pribadi sosial adalah proses dorongan yang diberikan kepada seseorang yang bertujuan untuk membantu seseorang tersebut untuk menguasai dirinya, mengetahui cara berhubungan dengan orang lain, dan berkelakuan dengan mempertimbangkan keberadaan orang lain, memahami etika serta berlagak

---

<sup>49</sup> Ahadiyanto, "Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality Dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana." hlm.3

<sup>50</sup> Sherly Yunita, "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di MTS Muhammadiyah Metro," 2020, 1-99.

<sup>51</sup> Irma Yuliani, "Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling," *Journal of Innovative Counselling: Theory, Practice & Research* 2, no. 2 (2018): 51-56, [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling).

santun, membina suatu keluarga dan memahami kedudukan dalam tanggung jawab sosial.<sup>52</sup>

Dalam al-qur'an pada QS. Ar-Rad ayat 28 yakni sebagai berikut :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : Yaitu orang-orang yang beriman dan mendapat ketenangan kepada Allah ketika mengingat-Nya. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenang.<sup>53</sup>

Dalam ayat ini menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki arti ketentraman hati. Jika manusia mengingat Allah maka akan memperoleh ketentraman hati. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ketika menghadapi suatu hal dengan melibatkan nama Allah, maka akan mendapatkan kemudahan dan keringanan. Psikologis mempunyai peranan yang penting dalam bimbingan dan konseling. Melalui bimbingan konseling para konselor dapat mengetahui keadaan psikologis individu dan memberikan dukungan, pemahaman, arahan dalam menyelesaikan berbagai masalah dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan pemikiran di atas, maka dapat dikatakan bahwa bantuan konseling berperan penting dalam kesejahteraan psikologis. Karena dengan adanya bimbingan konseling, dijadikan tempat atau wadah untuk proses meningkatkan kesejahteraan psikologis para konseli atau individu dalam berbagai masalah yang dialami.

---

<sup>52</sup> Suharni Suharni and Beny Dwi Pratama, "Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Menumbuhkan Perilaku Prososial Anak Usia Dini," *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2017): hlm.33, <https://doi.org/10.25273/counsellia.v6i2.1015>.

<sup>53</sup> Q.S Ar-Ra'd 28, <https://qur'an.nu.or.id/ar-ra'd/28>.

## H. Metode Penelitian

Teknik atau proses yang digunakan untuk memperoleh informasi ilmiah dikenal sebagai metode penelitian. Oleh karena itu, agar suatu kegiatan dapat terdokumentasi secara memadai dan akurat, tentu diperlukan strategi pencarian, penempatan, dan evaluasi bahan penelitian.

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif sebagai jenis penelitian lapangan. Saat mengumpulkan data dari individu dan perilaku yang diamati, teknik kualitatif menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis dan visual, bukan statistik numerik.<sup>54</sup> Dalam penelitian deskriptif, seseorang atau sekelompok orang diminta untuk menceritakan pribadi tentang kehidupannya saat peneliti melihat kejadian-kejadian dalam kehidupannya.<sup>55</sup>

Penelitian kualitatif meliputi peneliti memahami konteks situasi dan lingkungan fenomena alam tergantung pada apa yang sedang dipelajari. Setiap fenomena memiliki sesuatu yang berbeda yang membedakannya dari fenomena lainnya karena adanya variasi dalam latarnya. Memahami kondisi suatu keadaan saat ini hingga gambaran utuh mengenai potret

---

<sup>54</sup> Istiqomah, "Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer Di SMA Negeri 13 Depok.", hlm.49.

<sup>55</sup> Rusandi and Muhammad Rusli, "Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif Dan Studi Kasus," *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 2, no. 1 (2021): 48–60, <https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>.

permasalahan dalam konteks lingkungan alam merupakan tujuan penelitian kualitatif, yang benar-benar terjadi berdasarkan apa yang ada di lapangan.<sup>56</sup>

## 2. Waktu dan Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti membutuhkan waktu selama 1 bulan terhitung sejak perbaikan proposal. Lokasi penelitian terletak di kampus UIN Sunan Kalijaga, yaitu lebih rincinya penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Januari sampai 24 Februari 2024.

## 3. Subjek dan Objek Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Dalam gagasan penelitian, subjek adalah responden atau informan yang menjadi sumber pengumpulan data atau informasi. Dalam suatu penelitian, pihak-pihak yang dijadikan sampel dikenal sebagai subjek penelitian. Individu, organisasi, masyarakat, atau institusi dapat dijadikan sebagai subjek penelitian. Peneliti bertujuan untuk menyelidiki secara menyeluruh konteks dan dinamika sosial dari unit sosial yang relevan.<sup>57</sup>

Adapun beberapa kriteria ini diantaranya dari mahasiswa yang terdaftar di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan

Kalijaga sebagai berikut :

---

<sup>56</sup> Muhammad Rijal Fadli, "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif," *Humanika* 21, no. 1 (2021): 33–54, <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>.

<sup>57</sup> Rusandi and Muhammad Rusli, "Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif Dan Studi Kasus.", hlm.2.

- 1) Mahasiswa aktif prodi BKI lebih dari semester 8
- 2) Sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi
- 3) Mahasiswa memiliki IPK kurang dari 3,70

Terdapat mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam yang memenuhi persyaratan tersebut tahun ini berjumlah 407, lebih dari semester 8 berjumlah 34, dan ipk dibawah 3,70 berjumlah 15. Namun demikian yang bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini terdapat 6 mahasiswa yang berinisial SR, Y, B, Z, SD, A.

b. Objek Penelitian

Gambaran dimensi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir yang terdaftar di program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga menjadi objek acuan penelitian ini. Dalam penelitian ini mendeskripsikan tentang gambaran penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

**4. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data meliputi yang meliputi tata cara pengumpulan data serta data yang akan dianalisis selama penelitian. Metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif ini meliputi observasi, dokumentasi, dan wawancara sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi atau pengamatan berarti memandang dengan penuh atensi atau perhatian. Dalam penelitian ini observasi dimaksud sebagai cara-cara mengadakan catatan secara sistematis tentang tingkah laku dengan memandang ataupun mengamati tingkah laku seseorang ataupun kelompok yang diteliti secara langsung.<sup>58</sup> Observasi dalam penelitian ini dilakukan untuk mengamati secara langsung dan memperoleh informasi tentang perilaku atau tingkah laku mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir prodi bimbingan dan konseling islam UIN Sunan Kalijaga.

b. Wawancara

Pendekatan wawancara melibatkan menanyakan subjek wawancara serangkaian pertanyaan secara lisan untuk mengumpulkan data. Metodologi wawancara juga dapat dilihat sebagai cara untuk mengumpulkan data ketika subjek yang menjadi topik penelitian ditanyakan secara langsung.<sup>59</sup> Dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Pelaksanaan dalam wawancara semi terstruktur ini lebih bebas dibandingkan wawancara terstruktur. Dalam wawancara semi terstruktur ini bertujuan untuk menemukan

---

<sup>58</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Antasari Press, 2011, hlm.80, [https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR METODOLOGI PENELITIAN.pdf](https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR%20METODOLOGI%20PENELITIAN.pdf).

<sup>59</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, hlm 75

permasalahan yang lebih terbuka, dimana subjek yang diwawancara dimintai pendapat, dan ide-idenya.<sup>60</sup>

Wawancara terencana semi terstruktur ini menggunakan pertanyaan yang bersifat terbuka. Peneliti akan melakukan penggalian secara mendalam mengenai gambaran dimensi kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir prodi BKI UIN Sunan Kalijaga, penggalian yang dilakukan untuk mengetahui pendapat mereka berdasarkan perspektif dan respon dalam memandang sebuah permasalahan yang dialami. Dalam pertanyaan pada wawancara ini menggunakan enam dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

#### c. Dokumentasi

Proses pengumpulan data penelitian melalui berbagai dokumen tertulis dan tercatat juga dikenal sebagai informasi terdokumentasi disebut dokumentasi. Catatan tertulis dapat memiliki berbagai bentuk, seperti buku harian, memoar, kenangan, koleksi korespondensi pribadi, arsip, dan kliping. Sementara itu, kertas rekaman dapat ditemukan pada mikrofilm, film, kaset, gambar, dan media lainnya.<sup>61</sup> Dokumentasi memainkan peran utama dalam penelitian kualitatif data dari

---

<sup>60</sup> Wilinny Wilinny et al., "Analisis Komunikasi Di PT. Asuransi Buana Independent Medan," *Jurnal Ilmiah Simantek* 3, no. 1 (2019): hlm 4.

<sup>61</sup> Rahmadi, Pengantar Metodologi Penelitian, hlm.85.

dokumentasi dapat digunakan untuk mengilustrasikan informasi yang tidak tersedia jika tidak. Gambar dan beberapa catatan tertulis sangat membantu ketika menganalisis data. Mayoritas konten audiovisual disajikan dalam bentuk gambar, yang perlu dimanipulasi oleh peneliti terampil agar dapat digunakan. Informasi dalam bentuk dokumen berguna untuk pengecekan kebenaran kembali untuk mempermudah uraiannya.<sup>62</sup> Foto, data-data, atau bukti wawancara merupakan dokumen yang digunakan dalam metode pengumpulan data ini.

#### 5. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dengan teknik triangulasi untuk menguji keabsahan data. Triangulasi merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data dengan memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data tersebut, untuk keperluan pemeriksaan atau sebagai pembanding data. Dalam penelitian ini, validitas data menggunakan triangulasi teknik yang berarti dalam penelitian ini menggunakan pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber data yang sama. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi kemudian digabungkan menjadi satu untuk mendapatkan sebuah kesimpulan.<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> Subandi, "Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study," *Harmonia*, no. 19 (2011); hlm. 177.

<sup>63</sup> Andarusni Alfansyur and Mariyani, "Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial," *Historis* 5, no. 2 (2020): hlm.149.

## 6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data meliputi teknik yang membahas bagaimana informasi dan data yang dikumpulkan selama penelitian diolah untuk menghasilkan temuan penelitian. Analisis data kualitatif digunakan dalam penelitian ini

### a. Reduksi Data

Proses memilih, memusatkan perhatian pada reduksi, abstraksi, dan pengubahan data mentah yang muncul dari catatan lapangan yang dituliskan disebut reduksi data. Prosedur ini terjadi selama penyelidikan, bahkan sebelum data dikumpulkan, sebagaimana ditunjukkan oleh topik penelitian, kerangka konseptual, dan metode pengumpulan data yang dipilih peneliti.<sup>64</sup> Mereduksi data ini berarti memilih, merangkum hal-hal yang penting, berfokus pada hal-hal yang pokok, mencari tema dan pola serta membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang sudah di reduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, serta mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data setelahnya, serta mencarinya jika diperlukan.

### b. Penyajian Data

Proses pengumpulan informasi sehingga dapat diambil kesimpulan dan tindakan dapat diambil disebut penyajian data. Penyajian kekuatan

---

<sup>64</sup> Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif," *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* 17, no. 33 (2019): hlm.91, <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>.

kualitatif dapat berbentuk teks naratif berupa bagan, grafik, jaringan, dan catatan lapangan matriks. Bentuk-bentuk ini mengintegrasikan data dengan gaya yang mudah dipahami, sehingga lebih mudah untuk memahami situasi dan menentukan apakah kesimpulannya akurat atau tidak.<sup>65</sup> Penyajian data akan dilakukan oleh peneliti yaitu hasil dari wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan subjek penelitian. Dari keseluruhan data yang sudah di dapatkan tersebut dapat dipahami lalu diinterpretasikan dan disatukan sesuai dengan rumusan masalah dalam penelitian tersebut.

c. Kesimpulan

Peneliti memulai proses pengumpulan data dengan maksud untuk menarik kesimpulan. Mereka mencari signifikansi sesuatu dan mengamati pola dalam hipotesis, penjelasan, hubungan sebab dan akibat, pernyataan, dan kesimpulan diverifikasi selama penelitian berlangsung.<sup>66</sup> Dalam penarikan kesimpulan ini dilakukan penggolongan pada proses mengkategorisasikan atau tema yang sesuai dengan fokus dalam penelitian.

---

<sup>65</sup> Ibid.,hlm 94.

<sup>66</sup> Ibid.,hlm. 95.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data dari hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, maka terdapat hasil penelitian bahwa gambaran dimensi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa semester akhir prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga yang baik dan kurang baik. Adapun gambaran dimensi kesejahteraan psikologis yang positif diantaranya, dari kemampuan penerimaan diri yang baik ditandai dengan dapat menerima kelebihan dan kekurangan dalam keadaan apapun, memiliki hubungan positif dengan sekitar terutama dosen pembimbing, memiliki kemandirian yang baik dalam kehidupannya, mampu beradaptasi dengan lingkungan selama penyelesaian skripsi, dan memiliki tujuan hidup.

Sedangkan gambaran dimensi kesejahteraan psikologis yang kurang baik diantaranya, bingung dan tidak yakin akan kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, kurangnya interaksi yang baik dengan orang sekitar terutama dengan dosen pembimbing, kurangnya kemandirian dalam menjalani kehidupannya, kurang bisa beradaptasi dengan lingkungan sesuai dengan keadaan dirinya selama penyelesaian skripsi, kurangnya perkembangan dan munculnya perubahan yang negatif selama penyelesaian skripsi. Adapun individu yang memiliki dimensi kesejahteraan psikologis kurang baik dapat

mengikuti konseling untuk meningkatkan dimensi kesejahteraan psikologis agar menjadi lebih baik dan optimal.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan oleh peneliti tentang “ Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga ” maka dapat dijadikan bahan pertimbangan dan masukan bagi pihak yang terkait sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa diharapkan melakukan studi penelitian yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis untuk memperkaya pengetahuan di masa yang akan datang.
2. Untuk prodi Bimbingan dan Konseling Islam, dari hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan acuan sebagai penambahan ilmu pengetahuan, wawasan, terutama ilmu tentang bimbingan konseling.
3. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti di bidang yang sama, dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan atau rujukan dengan variabel dan metode yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahadiyanto, Nuzul. "Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality Dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana." *Jurnal Al-Hikmah* 18, no. 1 (2020): 117–30. <https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i1.26>.
- Alfansyur, Andarusni, and Mariyani. "Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial." *Historis* 5, no. 2 (2020): 146–50.
- Aulia, Syifa, and Ria Utami Panjaitan. "Psychological Well-Being and Level of Stress Among the Last Year College Students." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 2 (2019): 127–34. [https://www.academia.edu/63216802/Kesejahteraan\\_psikologis\\_dan\\_tingkat\\_stres\\_pada\\_mahasiswa\\_tingkat\\_akhir](https://www.academia.edu/63216802/Kesejahteraan_psikologis_dan_tingkat_stres_pada_mahasiswa_tingkat_akhir).
- Estikomah, Estikomah, and Alimatus Sahrah. "Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier Terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita Di Mapolda Diy." *Prosiding Seminar Nasional Pakar*, 2019, 1–7. <https://doi.org/10.25105/pakar.v0i0.4234>.
- Fadli, Muhammad Rijal. "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif." *Humanika* 21, no. 1 (2021): 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>.
- Farid, Muhammad, and Niken Titi Pratitis. "Kesejahteraan Psikologis Guru Non-Pegawai Negeri Sipil (PNS): Menguji Peranan Relisiensi Dan Kebersyukuran." *INNER: Journal of Psychological Research* 2, no. 2 (2022): 160–69.
- Fuad, Anwar. "Kesejahteraan Psikologis Pedagang Pasar Tradisional Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Pasar Pasalaran Plered Kabupaten Cirebon" 4, no. 1 (2021): 1–23.
- Harahap, Fitriana, and Rita Novita Sari. "Stres Pada Mahasiswa Semester Akhir Dengan Menggunakan Metode Certainty Factor." *Jurnal Teknologi Informasi Jurnal Keilmuan Dan Aplikasi Bidang Teknik Informatika* 5 (2018): 68–75.
- Hariaty, Veny Elita, and Ade Dilaluri. "Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi." *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)* 11, no. 1 (2023): 1–7.
- Harpan, Abang. "Peran Religiusitas Dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja." *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2021): 1–18. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3198>.
- Hasanuddin, Khairuddin. "Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Negeri 2 Binjai." *Jurnal Magister Psikologi UMA* 11, no.

1 (2021): 60–71.

- Hulukati, Wenny, and Moh. Rizki Djibran. “Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo.” *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)* 2, no. 1 (2018): 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>.
- Isdiyah, Isdiyah, and Ernawati Ernawati. “Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Iain Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19.” *Academic Journal of Psychology and Counseling* 2, no. 1 (2021): 45–68. <https://doi.org/10.22515/ajpc.v2i1.3478>.
- Istiqomah, Nurul. “Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer Di SMA Negeri 13 Depok.” *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2021): 48–54. <https://doi.org/10.26539/teraputik.51555>.
- Kuliyatun, Kuliyatun. “Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Sekolah Menengah Atas (Sma).” *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 2, no. 1 (2020): 91. <https://doi.org/10.32332/jbpi.v2i1.2064>.
- Kurniawati, Juliana, and Siti Baroroh. “Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu.” *Jurnal Komunikator* 8, no. 2 (2016): 51–66. [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=AwrjbwLmv\\_NiIYcJ9B1XNyoA;\\_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNIYwNzcg--/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fjournal.umy.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fview%2F2069/RK=2/RS=81QU2oK5sxo7ghZTIIsrFj4EtGCI-](https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrjbwLmv_NiIYcJ9B1XNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNIYwNzcg--/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fjournal.umy.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fview%2F2069/RK=2/RS=81QU2oK5sxo7ghZTIIsrFj4EtGCI-).
- Lisa Dwi Lastary, and Anizar Rahayu. “Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta.” *Ikraith-Humaniora* 2, no. 2 (2018): 17–23.
- Mada, Universitas Gadjah. “Hubungan Stres Kerja Dengan” 16, no. 2 (2010): 26–37.
- Maesyaroh, Dyah Ayu. “Pola Perilaku Mencari Bantuan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.” *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2021.
- Muzaki, Muzaki, and Agung Saputra. “Konseling Islami: Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental.” *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2019): 213. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5809>.
- N. Nurliani. “Studi Psikologi Pendidikan.” *Jurnal As-Salam* 1, no. 2 (2016): 39–51. <https://jurnal-assalam.org/index.php/JAS/article/view/58>.
- Noor, M, Rochman Hadjam, and Arif Nasiruddin. “Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis.” *Jurnal Psikologi* 30, no. 2 (2003): 72–80.

- Pematasari, Ratih, Iin Ervina, and Siti Nur'aini. "Gambaran Career Indecision Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Muhammadiyah Jember." *Naskah Publikasi Repository Universitas Muhammadiyah Jember*, 2018, 1–17. <http://repository.unmuhjember.ac.id/6208/3/ARTIKEL.pdf>.
- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Antasari Press, 2011. [https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR METODOLOGI PENELITIAN.pdf](https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR%20METODOLOGI%20PENELITIAN.pdf).
- Renaningtias, Nurul, and Dyah Apriliani. "Penerapan Metode Prototype Pada Pengembangan Sistem Informasi Tugas Akhir Mahasiswa." *Rekursif: Jurnal Informatika* 9, no. 1 (2021). <https://doi.org/10.33369/rekursif.v9i1.15772>.
- Rijali, Ahmad. "Analisis Data Kualitatif." *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* 17, no. 33 (2019): 81. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>.
- Ritmiani Iklima, Iyulen Pebry Zuanny1, Safrilsyah. "Kuliah Sambil Bekerja Di Uin Ar-Raniry." *Jurnal Psikologi* 18, no. 2 (2023): 201–12.
- Rusandi, and Muhammad Rusli. "Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif Dan Studi Kasus." *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 2, no. 1 (2021): 48–60. <https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>.
- Santosa, Jaka, Eulin Karlina, and Panji Suratradi. "Kepuasan Mahasiswa D3 Manajemen Pajak," n.d., 1–19.
- Sari, SM. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Riau." *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 2021, 152–62. <https://repository.uir.ac.id/9148/>.
- Sesillia, Lidya. "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Masyarakat Miskin," 2020, 1–135. [https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN SKRIPSI KECUALI BAB IV.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN%20SKRIPSI%20KECUALI%20BAB%20IV.pdf).
- Seto, Stefania Baptis, Maria Trisna Sero Wondo, and Maria Fatima Mei. "Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi)." *Jurnal Basicedu* 4, no. 3 (2020): 733–39. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>.
- Sodiq, Amirus. "Konsep Kesejahteraan Dalam Islam." *Equilibrium* 3, no. 2 (2016): 380–405. <http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>.
- Subandi. "Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study." *Harmonia*, no. 19 (2011): 173–79.
- Sugiarto, Sambas, Prayitno, and Yeni Karneli. "Peran Psikologi Dalam Konseling." *Kenduri: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 1 (2021): 27–30. <https://siducat.org/index.php/kenduri>.

- Sugiharno, Ramadhan Trybahari, Wibowo Hanafi Ari Susanto, and Frengki Wospakrik. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir." *Jurnal Keperawatan Silampari* 5, no. 2 (2022): 1189–97. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>.
- Suharni, Suharni, and Beny Dwi Pratama. "Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Menumbuhkan Perilaku Prososial Anak Usia Dini." *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2017): 31. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v6i2.1015>.
- Sulistyowati, Arini, and Imam Muazansyah. "Pengaruh Beban Kerja Dan Kesejahteraan Dosen Terhadap Kepuasan Kerja Dan Burnout." *JPAP: Jurnal Penelitian Administrasi Publik* 4, no. 1 (2018): 914–19. <https://doi.org/10.30996/jpap.v4i1.1273>.
- Wilinny, Wilinny, Chrissyca Halim, Sutarno Sutarno, Ngajudin Nugroho, and Fauzi Akbar Maulana Hutabarat. "Analisis Komunikasi Di PT. Asuransi Buana Independent Medan." *Jurnal Ilmiah Simantek* 3, no. 1 (2019): 1–6.
- Yani, Ade Irma. "Psychological Well-Being Mahasiswa Ma'had Al-Jamiah IAIN Bengkulu." *Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Bengkulu*, no. 1 (2021): 1–23.
- Yuliani, Irma. "Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling." *Journal of Innovative Counselling: Theory, Practice & Research* 2, no. 2 (2018): 51–56. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling).
- Yunita, Sherly. "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di MTS Muhammadiyah Metro," 2020, 1–99.
- Zulkifli, N, and Devi Risma. "Pemetaan Kesejahteraan Psikologis Guru PG Paud Se Kota Pekanbaru." *Educhild* 4, no. 1 (2015): 23–27.
- Zulviah, Rifda Cita. "Implementasi Pendidikan Karakter Terhadap Perilaku Mahasiswa Prodi PPKn Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Primagraha." *Jurnal Primagraha* Vol 02, no. No 02 (2021): 1–7.