

**HUBUNGAN ANTARA MODAL PSIKOLOGIS DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

disusun oleh:

Aminah Lutfiatur Rahman

NIM 22107010075

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2026

Pernyataan Keaslian Penelitian

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aminah Lutfiatur Rahman

NIM : 22107010075

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara Modal Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi” merupakan karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip telah dicantumkan dan sebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 5 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Aminah Lutfiatur Rahman
NIM. 22107010075

Nota Dinas Pembimbing Skripsi

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada
Yth., Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah membaca, meneliti, dan mengadakan bimbingan untuk arahan, dan koreksi terhadap kepenulisan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Aminah Lutfiatur Rahman
NIM : 22107010075
Judul Skripsi : Hubungan Antara Modal Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/ tugas akhir Saudari tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 5 Agustus 2026
Pembimbing



Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

NIP. 19811014 200901 2 004

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Halaman Pengesahan



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-4626/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA MODAL PSIKOLOGIS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AMINAH LUTFIATUR RAHMAN
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010075
Telah diujikan pada : Selasa, 18 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 6a8d41cdc1f5f



Penguji I

Rita Setyani Hadi Sukimo, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a8b5a344cfa



Penguji II

DZIKRIA AFIFAH PRIMALA WIJAYA,
S.Psi., M.A
SIGNED

Valid ID: 6a8999627b95a



Yogyakarta, 18 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

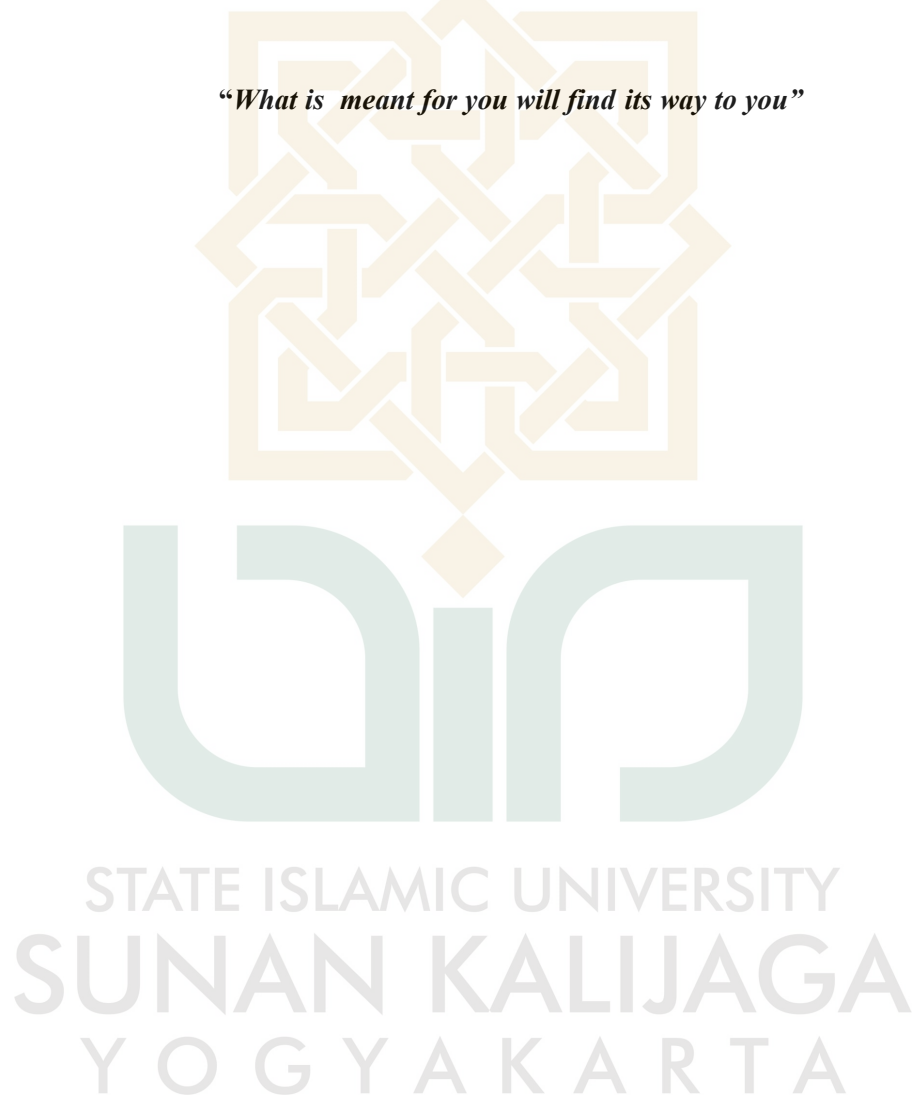
Valid ID: 6a8e566a66419

Halaman Motto

**“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”
Q.S Al – Insyirah : 6**

“Selesaikan apa yang telah dimulai”

“What is meant for you will find its way to you”



Halaman Persembahan

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat dan kemudahan yang diberikan-Nya sehingga karya tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan lancar dan tepat waktu. Dengan segala rasa hormat dan penuh kasih, karya ini saya persembahkan orang-orang terkasih yang telah menemani setiap proses, menguatkan di kala lelah, dan mendoakan setiap langkah saya.

1. Bunda tersayang, Sitti Noorhadijati yang senantiasa mendoakan selama penyelesaian skripsi ini dari awal hingga akhir. Terima kasih selalu percaya pada penulis, bahkan ketika penulis tidak yakin dapat melewatinya. Terima kasih karena selalu hadir, dengan doa, kasih sayang dan kesabaran yang tidak pernah habis. Semoga melalui karya ini dapat menjadi sesuatu yang membanggakan dan membahagiakan Bunda.
2. Ayah tersayang, Nur Abdul Goni, terima kasih atas segala kerja keras, pengorbanan dan kasih saya yang tidak selalu disampaikan melalui kata – kata. Terima kasih telah menjadi salah satu alasan saya untuk terus berusaha dan tidak menyerah dalam penulisan karya ini. Semoga pencapaian ini dapat menjadi salah satu hal yang membuat Ayah bangga.
3. Kedua kakak saya, Achmad Taufiqul Akbar dan Siti Salma Salsabila, yang selalu memberikan semangat dan doa, sehingga karya ini dapat terselesaikan.
4. Teman – teman Psikologi Angkatan 2022, yang berjuang bersama dan saling membantu selama proses penyelesaian karya ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kata Pengantar

Puji syukur kehadiran Allah Swt atas segala rahmat, karunia, dan kasih sayang – Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Modal Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi” dengan baik.

Karya skripsi ini saya ajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga sebagai persyaratan kelulusan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologis (S.Psi). Dalam proses penyelesaian skripsi ini peneliti mendapatkan banyak bantuan, dukungan dari berbagai pihak. Di kesempatan kali ini, dengan kerendahan hati peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar besarnya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
2. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res., selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
3. Ibu Dr. Maya Fitria, S. Psi, M.A selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memberikan bimbingan serta saran yang telah diberikan selama ini
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi, Selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih atas kesabaran dalam memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis
5. Seluruh teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis dalam menyebarluaskan penelitian ini kepada calon responden. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh responden yang telah meluangkan waktu dan bersedia mengisi kuesioner penelitian ini, sehingga proses pengumpulan data dapat terlaksana dengan baik.
6. Kedua orang tua tersayang, Bunda Sitti Noorhadijati dan Ayah Nur Abdul Goni atas segala pengorbanan, dukungan , motivasi dan juga doa yang telah diberikan selama ini
5. Kedua kakak yang saya sayangi, Achmad Taufiqul Akbar dan Siti Salma Salsabila, yang selalu memberikan segala dukungan dan juga doa selama ini.
7. Kedua keponakan yang selalu menghibur penulis, Achmad Zayn Al Fatih dan Achmad Zafran Al Faruq, terima kasih selalu membuat penulis tersenyum dan tertawa lebar karena tingkah laku kalian yang menggemaskan.
8. Sahabat sekaligus ipar yang menemani perjalanan perkuliahan ini, Siti Naira Kamila Sakinah, terima kasih atas seluruh ajakan *work from cafe* , *healing* dan juga dukungan selama ini.
9. Teman teman dalam grup pasukan anti *brainrot*, diki, afnan, faza, andre, ina dan juga yaya, yang membuat penulis senang dalam penyusunan skripsi ini dan proses magang menjadi lebih asyik dan juga seru.

10. Terima kasih kepada seseorang yang telah menemani perjalanan penulis sejak awal hingga akhir penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas waktu yang diluangkan, ajakan *work from cafe* yang hampir setiap hari, dukungan, doa, dan perhatian yang diberikan selama proses pengerjaan skripsi.
11. Teman – teman Psikologi kelas B, atas pengalaman dan juga kebersamaannya.



Daftar Isi

Pernyataan Keaslian Penelitian.....	i
Nota Dinas Pembimbing Skripsi.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan.....	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar.....	xii
Intisari	xiii
Abstract	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	4
C. Manfaat Penelitian.....	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat Praktis.....	4
D. Keaslian Penelitian.....	5
1. Keaslian Topik.....	23
2. Keaslian Teori.....	23
3. Keaslian Alat Ukur.....	23
4. Keaslian Subjek Penelitian.....	23
BAB II DASAR TEORI.....	25
A. Kesejahteraan Psikologis.....	25
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis.....	25
2. Aspek - aspek Kesejahteraan Psikologis.....	26
3. Faktor - faktor Kesejahteraan Psikologis	29
B. Modal Psikologis (Psychological Capital).....	32
Pengertian Modal Psikologis (<i>Psychological Capital</i>).....	32
Aspek - aspek Modal Psikologis.....	33

C. Dinamika Kesejahteraan Psikologis dan Modal Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi 34	
D. Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Identifikasi Variabel Penelitian	37
1. Variabel bebas (X): Modal Psikologis	37
2. Variabel terikat (Y): Kesejahteraan Psikologis.....	37
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
1. Modal Psikologis.....	37
2. Kesejahteraan Psikologis.....	38
D. Populasi dan Sampel Penelitian	38
1. Populasi Penelitian	38
2. Sampel Penelitian	39
E. Teknik Pengumpulan Data.....	40
1. Alat Ukur Modal Psikologis	40
2. Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis.....	42
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	44
1. Psychological Capital Questionnaire (PCQ).....	44
2. Psychological Well-Being Short Scale	44
G. Teknik Analisis Data	44
1. Uji Asumsi.....	45
2. Uji Hipotesis.....	45
3. Analisis Tambahan	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Orientasi Kancan.....	47
B. Persiapan Penelitian.....	48
1. Persiapan Administrasi.....	48
2. Pelaksanaan Uji Coba Aitem	49
3. Hasil Uji Coba Aitem	49
C. Pelaksanaan Penelitian.....	54
D. Hasil Penelitian	54
1. Deskripsi Partisipan Penelitian	54

2. Deskripsi Statistik.....	56
3. Uji Asumsi.....	58
4. Uji Hipotesis.....	61
5. Analisis Tambahan.....	62
E. Pembahasan.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70
1. Bagi Partisipan Penelitian.....	70
2. Bagi Perguruan Tinggi.....	70
Daftar Pustaka.....	72
Lampiran.....	76

Daftar Tabel

Tabel 1.1. Literature Review	5
Tabel 3.1 Blueprint Skala Modal Psikologis	41
Tabel 3.2 Blue print Skala Kesejahteraan Psikologis	42
Tabel 4.1 Jumlah Perguruan Tinggi di Sleman	47
Tabel 4.2. Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Digugurkan	49
Tabel 4.3. Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Digugurkan	50
Tabel 4.4. Distribusi Aitem Skala Modal Psikologis Sebelum Digugurkan.....	51
Tabel 4.5. Distribusi Aitem Skala Modal Psikologis Setelah Digugurkan.....	52
Tabel 4.6. Hasil Uji Reliabilitas	53
Tabel 4.7 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	55
Tabel 4.8 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Usia.....	55
Tabel 4.9 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Asal Perguruan Tinggi Negeri	56
Tabel 4.10 Deskripsi Statistik.....	56
Tabel 4.11 Kategori Skor Kesejahteraan Psikologis	57
Tabel 4.12 Kategori Skor Modal Psikologis.....	58
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis	61
Tabel 4.15. Hasil Uji Asumsi Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Normalitas	62
Tabel 4.16 Hasil Uji Asumsi Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Homogenitas (<i>Levene's</i>).....	62
Tabel 4.17. Hasil Student's Independent Samples t – test Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
Tabel 4.18. Hasil Uji Asumsi Modal Psikologis Berdasarkan Normalitas.....	63
Tabel 4.19 Hasil Uji Asumsi Modal Psikologis Berdasarkan Homogenitas (<i>Levene's</i>).....	64
Tabel 4.20. Hasil Welch's <i>t-test</i> Modal Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin	64

Daftar Gambar

Gambar 2.1 Bagan Dinamika Hubungan Modal Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis	36
Gambar 3.1 Hasil Penentuan Ukuran Sampel Minimum Menggunakan G*Power.....	39
Gambar 4.1 Q-Q Plot Kesejahteraan Psikologis.....	59
Gambar 4.2 Q-Q Modal Psikologis.....	60
Gambar 4.3 Scatterplot Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dan Modal Psikologis	60



Intisari

Penelitian mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi penting dilakukan karena proses penyelesaian skripsi dapat menghadirkan berbagai tuntutan yang berpotensi memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Salah satu faktor psikologis yang diduga berkaitan dengan kesejahteraan psikologis adalah modal psikologis sebagai sumber daya psikologis dalam menghadapi berbagai tuntutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 163 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Psychological Capital Questionnaire (PCQ) yang telah dimodifikasi peneliti untuk mengukur modal psikologis dan Psychological Well-Being Short Scale (PWBSS) untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Data dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis, dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,680$ dan $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan modal psikologis yang lebih tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa modal psikologis merupakan salah satu sumber daya psikologis yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa selama proses penyelesaian skripsi. Hasil penelitian dapat menjadi pertimbangan bagi perguruan tinggi dalam mengembangkan upaya yang mendukung penguatan modal psikologis mahasiswa.

Kata Kunci : *kesejahteraan psikologis, mahasiswa, modal psikologis*

Abstract

Research on the psychological well-being of university students working on their undergraduate theses is important because the thesis completion process can involve various demands that may affect students' psychological conditions. One psychological factor that is thought to be associated with psychological well-being is psychological capital as a psychological resource for coping with various demands. This study aimed to examine the relationship between psychological capital and psychological well-being among university students working on their undergraduate theses. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants were 163 university students who were working on their undergraduate theses. Data were collected using the Psychological Capital Questionnaire (PCQ), which was modified by the researcher to measure psychological capital, and the Psychological Well-Being Short Scale (PWBSS) to measure psychological well-being. The data were analyzed using Pearson's correlation analysis. The results showed a significant positive relationship between psychological capital and psychological well-being, with a correlation coefficient of $r = 0.680$ and $p < 0.001$. These findings indicate that students with higher levels of psychological capital tend to have higher levels of psychological well-being. The findings suggest that psychological capital is one of the psychological resources associated with students' psychological well-being during the process of completing their undergraduate theses. The results may serve as a consideration for higher education institutions in developing efforts to strengthen students' psychological capital.

Keywords: psychological well-being, psychological capital, university students



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalani pendidikan di Perguruan Tinggi. Mahasiswa ini kebanyakan berusia di antara 18 hingga 25 tahun. Rentang usia ini, menurut Arnett (2000) dianggap masa dewasa awal. Fase dewasa awal ditandai dengan semakin berkembangnya kemandirian individu serta kebutuhan untuk mengambil tanggung jawab atas pilihan akademis yang akan mempengaruhi masa depan mereka (Arnett, 2000). Pada mahasiswa, terdapat banyak tuntutan akademik mulai dari penyesuaian dengan lingkungan perkuliahan, penyelesaian tugas akademik, hingga pencapaian Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang ditargetkan.

Mahasiswa akhir sudah menyelesaikan sebagian besar proses akademik dan dihadapkan pada tugas akhir yaitu, penyusunan skripsi. Pengerjaan skripsi ini menuntut mahasiswa untuk belajar lebih mandiri karena bersifat jangka panjang dan memerlukan pengelolaan aktivitas akademik secara konsisten tanpa pengawasan intensif seperti pada mata kuliah reguler (Aisyah dkk., 2021). Selain itu, mahasiswa akhir pun dihadapkan dengan tantangan lainnya seperti, kesulitan dalam mengerjakan skripsi, revisi yang dilakukan secara berulang, terbatasnya akses terhadap referensi yang sesuai, serta dosen pembimbing yang sulit dihubungi. Proses penyusunan skripsi juga menjadi tekanan yang lebih besar karena dijadikan sebagai penentu kelulusan. Kondisi ini menjadikan mahasiswa akhir memiliki tuntutan serta tantangan yang berbeda dibandingkan mahasiswa pada tingkat sebelumnya.

Berbagai tuntutan dan tantangan dalam proses penyusunan skripsi tidak hanya menuntut mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi, tetapi juga membutuhkan kemampuan untuk tetap menjalankan fungsi psikologis secara optimal selama proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa akhir perlu mampu mengelola dirinya secara mandiri, mampu menghadapi berbagai hambatan, mempertahankan tujuan untuk menyelesaikan skripsinya, serta menyesuaikan diri dengan berbagai kondisi yang muncul selama proses penyusunan skripsi (Fanonta dkk., 2025). Kemampuan individu untuk tetap berfungsi secara optimal ini berkaitan dengan konsep kesejahteraan psikologis.

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan kondisi yang ditunjukkan ketika individu mampu menerima dirinya sendiri, menjalin hubungan yang positif dengan individu lain, mengambil keputusan secara mandiri, mengelola dan beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya,

memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan potensi dirinya. Keenam dimensi ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan perasaan positif seperti perasaan senang, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu untuk menjalankan fungsi psikologis secara optimal. Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, kondisi ini menjadi relevan karena proses penyusunan skripsi membutuhkan kemandirian dalam proses penyelesaiannya, kemampuan menghadapi berbagai hambatan, mempertahankan tujuan untuk menyelesaikan skripsi, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan yang muncul selama proses tersebut (Salsabila & Asyanti, 2023). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis menjadi kondisi psikologis yang penting untuk diperhatikan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Namun, pentingnya kesejahteraan psikologis dalam proses penyusunan skripsi tidak berarti seluruh mahasiswa telah memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang optimal. Penelitian oleh Binarta & Tiatri (2024) menunjukkan bahwa 24,8% partisipan (103 orang) menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis sebagian mahasiswa masih ada yang di tingkat rendah. Ini menandakan masih terdapat mahasiswa tingkat akhir yang belum mencapai kondisi kesejahteraan psikologis yang optimal selama menjalani proses penyusunan skripsi.

Kondisi ini perlu menjadi perhatian karena kesejahteraan psikologis berkaitan dengan kondisi psikologis mahasiswa. Penelitian oleh Aulia & Panjaitan (2019) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan tingkat stres, yang menunjukkan bahwa semakin rendah kesejahteraan psikologis mahasiswa, semakin tinggi tingkat stres yang dialaminya. Lebih lanjut, penelitian Wicaksana dkk. (2024) menunjukkan bahwa tingkat stres berkaitan dengan meningkatnya risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir. Bahkan, beberapa kasus bunuh diri yang diduga berkaitan dengan kesulitan menyelesaikan skripsi juga pernah terjadi di Indonesia (Ariadi, 2023; Rinanda, 2024). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan.

Kesejahteraan psikologis dapat berkaitan dengan berbagai faktor yang berasal dari karakteristik individu maupun lingkungan. Wells (2010) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berkaitan dengan berbagai aspek, mulai dari sosiodemografis, kesehatan hingga kepribadian. Penelitian melalui tinjauan cakupan (*scoping review*) juga mengidentifikasi beberapa faktor psikologis yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, diantaranya resiliensi, optimisme, dukungan sosial, regulasi emosi, self-efficacy, dan modal psikologis (Avey dkk., 2010; Humaidah dkk., 2024). Di antara berbagai faktor tersebut, modal psikologis (PsyCap) menjadi salah satu faktor psikologis yang relevan untuk dikaji karena merupakan sumber daya psikologis

yang dapat membantu individu menghadapi berbagai tuntutan dan mencapai tujuan. Modal psikologis dijelaskan sebagai sebuah kondisi psikologis positif yang terdiri atas beberapa aspek, yakni harapan, efikasi diri, resiliensi, serta optimism (Luthans dkk., 2007). Aspek-aspek ini saling berkaitan satu dengan yang lain, sehingga membentuk sumber daya psikologis yang mendukung ketika menghadapi berbagai tantangan serta mencapai tujuan mereka.

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis. Di Indonesia, penelitian Rosalina dan Siswati (2020) pada koas Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis, dengan kontribusi efektif sebesar 45,2%. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa individu dengan modal psikologis yang lebih tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Penelitian internasional juga mengungkapkan bahwa modal psikologis berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis. Avey dkk. (2010) menemukan bahwa modal psikologis tidak hanya berkorelasi dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup, tetapi juga mampu dalam memprediksi peningkatan kesejahteraan psikologis seiring berjalannya waktu. Selanjutnya, penelitian di Arab Saudi menemukan bahwa modal psikologis memediasi hubungan antara stres akademik dan kesejahteraan seseorang (Sultan dkk., 2023). Selain itu, Culbertson dkk. (2010) menekankan bahwa modal psikologis berperan dalam meningkatkan *hedonic well-being* (kebahagiaan) maupun *eudaimonic well-being* (fungsi psikologis optimal), sehingga menjadi sumber daya psikologis yang penting dalam mendukung kesejahteraan individu dalam berbagai hal.

Meskipun berbagai studi internasional menunjukkan korelasi positif antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis, namun relatif sedikit studi yang secara spesifik menelaah hubungan ini di kalangan mahasiswa di Indonesia. Hal ini penting karena perbedaan budaya dan kondisi sosial dapat memengaruhi bagaimana modal psikologis berdampak pada kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilaksanakan untuk menguji secara empiris korelasi modal psikologis dengan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa. Tamuan pada penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada kemajuan penelitian tentang kesejahteraan psikologis dalam konteks pendidikan tinggi.

Dengan demikian, rumusan masalah penelitian ini yaitu : *“Apakah terdapat korelasi antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di PTN yang berada di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)?”*

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya korelasi antara *modal psikologis* sebagai variabel bebas dan *kesejahteraan psikologis* sebagai variabel terikat.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran sebagai upaya pengembangan keilmuan psikologi, terutama di bidang Psikologi Positif dan juga Psikologi Pendidikan yang berfokus pada Modal Psikologis serta Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada mahasiswa mengenai modal psikologis dan kesejahteraan psikologis, khususnya mengenai hubungan antara keduanya dalam konteks mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

b. Bagi Lembaga/Instansi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi institusi pendidikan dalam memahami kondisi modal psikologis dan kesejahteraan psikologis mahasiswa serta menjadi pertimbangan dalam merancang program atau bentuk dukungan yang relevan bagi mahasiswa.

c. Bagi Pembaca/Masyarakat

Penelitian ini diharapkan akan memberikan wawasan baru tentang peran modal psikologis dalam menunjang kesejahteraan psikologis kepada pembaca/masyarakat.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa memperkaya literatur serta berfungsi sebagai referensi bagi peneliti berikutnya terkait hubungan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis dalam berbagai konteks, baik berkaitan dengan populasi, metode, atau variabel tambahan

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Literature Review

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Rosalina & Siswati	Hubungan Antara Psychological Capital Dengan Psychological Well-Being Pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro	2018	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori kesejahteraan psikologis oleh Ryff (1989) dan teori Modal Psikologis oleh Luthans et al. (2007)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang dirancang dengan metode korelasional.	Penelitian ini menggunakan 2 alat ukur yaitu skala psychological capital yang disusun berdasarkan dimensi menurut Luthans et al. (2007) sejumlah 37 aitem dan skala kesejahteraan psikologis yang	Subjek dalam penelitian ini merupakan dokter muda di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro berjumlah 196 orang. Lokasi penelitian ini berada di Semarang.	Berdasarkan hasil penelitian, kesejahteraan psikologis berkorelasi positif dengan modal psikologis pada dokter muda FK Undip. Selanjutnya, modal psikologis berkontribusi 45,2% terhadap kesejahteraan

						disusun berdasarkan dimensi menurut Ryff		psikologis dokter muda FK Undip.
2.	Abo Shereda Hanaa M. Abo Shereda, Rehab Alhazmi, Zeinab Kasemy, Eman Dawood, Evangelin Sally Jeya Singh, Iblouj Alkhalaf, Butool Alshehri, Taghreed Alanazi	Life satisfaction and psychological wellbeing among medical students: the mediating role of psychological capital	2025	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori kesejahteraan psikologis oleh Ryff (1989), teori modal psikologis oleh Luthans et al. (2007), dan teori kesejahteraan subjektif untuk kepuasan hidup oleh Diener et al. (1985)	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain analytical cross-sectional.	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama adalah <i>Satisfaction With Life Scale</i> (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener et al. (1985) yang berjumlah 5 aitem. Instrumen kedua adalah <i>Psychological WellBeing</i> yang dikembangkan	Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa profesi Kesehatan di Universitas King Saud bun Abdulaziz berjumlah 217 orang. Lokasi penelitian ini berada di Riyadh.	Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa modal psikologis berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan berdampak positif terhadap kepuasan hidup seseorang. Modal psikologis juga berperan sebagai mediator dalam hubungan antara kesejahteraan psikologis dan

						oleh Ryff (1989) dengan jumlah 42 aitem. Instrumen ketiga adalah <i>psychological capital questionnaire</i> (PCQ) yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007) dengan jumlah 24 aitem.		kepuasan hidup, di mana modal psikologis menjelaskan sekitar 74–76% hubungan di antara kedua variabel tersebut.
3.	Priscilla Rose Prasath, Yiyang Xiong, Qiyang Zhang, Lieny Jeon	Psychological Capital, Well-being, and Distress of International Students	2022	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori Modal psikologis yang dikembangkan oleh Luthans et	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama Psychological capital oleh	Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa internasional yang berjumlah 188 orang.	Penelitian ini menemukan bahwa <i>Psychological Capital</i> berhubungan secara negatif dengan distress psikologis pada

				al. (2007) dan teori PERMA wellbeing yang dikembangkan oleh Seligman (2011)	penelitian cross sectional	Luthans et al. (2007) yang berjumlah 12 aitem. Instrumen kedua adalah skala wellbeing (PERMA-profiler) yang dikembangkan oleh Butler & Kern (2016) berdasarkan teori Seligman yang berjumlah 21 aitem. Instrumen ketiga adalah skala Distress (DASS-21) yang dikembangkan oleh Lovibond & Lovibond (1995) yang berjumlah 21 aitem.	Lokasi penelitian ini berada di 2 Universitas Besar Amerika Serikat	mahasiswa internasional, sehingga individu dengan tingkat <i>Psychological Capital</i> yang lebih tinggi cenderung menunjukkan gejala depresi yang lebih rendah. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa well-being (berdasarkan model PERMA) berperan sebagai mediator yang menjelaskan hubungan tersebut, sehingga <i>Psychological Capital</i> mampu menurunkan
--	--	--	--	--	-----------------------------------	---	--	--

								distress secara tidak langsung melalui peningkatan well-being. Selain itu, hasil penelitian menemukan bahwa well-being berperan sebagai moderator yang memperkuat pengaruh Psychological Capital, terutama dalam menurunkan gejala depresi, namun tidak berlaku pada kecemasan dan stres.
4.	Guadalupe Manzano-	Relationship between	2017	Kerangka teoretis pada	Pendekatan yang	Penelitian ini menggunakan	Subjek dalam penelitian ini	Penelitian ini menemukan bahwa

	García dan Juan-Carlos Ayala	Psychological Capital and Psychological Well-Being of Direct Support Staff of Specialist Autism Services. The Mediator Role of Burnout		penelitian ini menggunakan teori kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff (1989) teori modal psikologis yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007) dan teori Burnout yang dikembangkan oleh Maslach (2009)	digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain time-lagged (pengambilan data dalam 3 waktu berbeda)	tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama Psychological capital oleh Luthans et al. (2007) versi Spanyol yang diadaptasi Azanza et al. (2014) berjumlah 24 aitem. Instrumen kedua Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS) berdasarkan teori Maslach yang telah diadaptasi ke bahasa Spanyol oleh	merupakan 56 staf pendukung langsung yang bekerja dengan individu yang mengalami Autism Spectrum Disorder (ASD). Lokasi penelitian ini berada di Spanyol	<i>psychological capital</i> memiliki hubungan yang bersifat positif dengan <i>psychological well-being</i> . Selanjutnya, penelitian ini juga menemukan bahwa burnout berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan tersebut yang artinya semakin tinggi psychological capital, semakin rendah burnout, dan semakin tinggi psychological well-being.
--	------------------------------	--	--	--	---	---	--	--

						Schaufeli et al. (1996) dan Salanova et al. (2000) sejumlah 15 aitem. Instrumen ketiga Psychological well-being diukur dengan skala berdasarkan teori Ryff (1989) versi adaptasi bahasa Spanyol oleh Díaz et al. (2006) dengan jumlah 29 aitem.		
5.	Manuel López-Guerra, Dolores Lucia Quinde, Sandra	Spirituality and psychological capital as predictors of	2025	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen penelitian. Instrumen	Subjek dalam penelitian ini merupakan orang dewasa yang berusia	Penelitian ini menemukan adanya hubungan positif antara <i>psychological</i>

Guevara-Mora, Karina Ocampo-Vásquez, Wilson Guillermo Siguenza-Campoverde, Cristina Díaz de la Cruz, Segundo Francisco Vivanco-Ri, Susan Cristy Rodríguez-Balcázar and José Melanio Ramírez-Alva	psychological well-being in adults in Ecuador and Peru		kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff (1989), teori Modal Psikologis yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2004, 2007), serta teori Spirituality oleh Parsian & Dunning (2009)	non-eksperimental dan eksplanatif, dengan desain <i>cross-sectional</i> .	pertama kesejahteraan psikologis yang disusun Ryff (1989) dan diadaptasi dalam bahasa Spanyol oleh Díaz et al. (2006) berjumlah 39 aitem. Instrumen kedua Spirituality Scale berdasarkan dimensi spiritualitas menurut Parsian & Dunning (2009) dan diadaptasi oleh Díaz Heredia et al. (2012) berjumlah 29 aitem. Instrumen ketiga	18 - 71 tahun yang berjumlah 1.044 orang. Lokasi penelitian ini berada di Ecuador dan Peru.	<i>capital</i> dan spiritualitas dengan <i>psychological well-being</i> . Hasil analisis menunjukkan bahwa <i>psychological capital</i> memberikan kontribusi sebesar 13% terhadap <i>psychological well-being</i> , sementara spiritualitas memberikan kontribusi tambahan sekitar 5%. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa tingkat <i>psychological capital</i> dan
--	--	--	--	---	---	---	--

						Psychological Capital Questionnaire (PCQ-12) menurut Luthans et al. (2004, 2007) dan diadaptasi oleh Beaton et al. (2000).		spiritualitas yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat <i>psychological well-being</i> yang lebih baik pada orang dewasa di Ecuador dan Peru.
6.	<u>Jesus Alfonso D. Datu</u> dan <u>Jana Patricia M. Valdez</u>	Psychological Capital Predicts Academic Engagement and Well-Being in Filipino High School Students	2015	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori Positive Organizational Behavior (POB) yang dikembangkan oleh Luthans (2002)	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	Penelitian ini menggunakan lima instrumen penelitian. Instrumen pertama <i>psychological capital scale</i> oleh Luthans et al. (2007) berjumlah 16 aitem. Instrumen	Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa SMA sebanyak 606 orang yang berada di sekolah swasta di Metro Manila,	Temuan penelitian mengindikasikan bahwa <i>psychological capital</i> memiliki hubungan positif dengan <i>academic engagement</i> dan <i>well-being</i> pada siswa SMA di Filipina. Hasil tersebut

						kedua Academic engagement scale yang dikembangkan dari teori keterlibatan akademik (behavioral & emotional engagement) oleh Skinner et al (2009) dan menggunakan 10 aitem dari total 20 aitem. Instrumen ketiga Flourishing Scale oleh Diener et al. (2010) berjumlah 9 aitem. Instrumen keempat Interdependent	Filipina	menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat <i>psychological capital</i> yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat <i>academic engagement</i>, <i>flourishing</i>, <i>interdependent happiness</i>, dan <i>positive affect</i> yang lebih baik. Maka dari itu, siswa yang memiliki <i>Psychological capital</i> yang tinggi umumnya lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran serta menunjukkan kondisi psikologis
--	--	--	--	--	--	--	----------	--

						Happiness scale oleh Hitokoto dan Uchida (2015) berjumlah 9 aitem. Instrumen kelima Positive and Negative affect scale dengan yang digunakan versi positif sejumlah 10 aitem.		dan emosional yang lebih positif.
7.	Adam Alsultan Imam, Abdulmajeed Alharbi, Somaya Mahmoud Ahmed	The Mediating Role of Psychological Capital Between Academic Stress and Well-Being Among	2023	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori Modal Psikologis yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007), teori	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama Academic Psychological Capital	Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa sarjana sebanyak 827 orang di Arab Saudi.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psychological capital berkorelasi secara positif dan signifikan dengan tingkat well-being mahasiswa. Selain

	Elsharkasy	University Students		wellbeing oleh Tennant et al. (2007), dan konsep academic stress berdasarkan Lin dan Chen (2009).	sectional.	Questionnaire oleh Luthans et al. (2012) berjumlah 24 aitem. Instrumen kedua Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS) oleh Tennant et al. (2007) dengan 14 aitem. Instrumen ketiga Academic Stress Inventory oleh Lin dan Chen (2009) berjumlah 24 aitem.		itu, academic stress berhubungan negatif dan signifikan dengan psychological capital. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa psychological capital memberikan kontribusi sebesar 62% terhadap well-being mahasiswa.
8.	Sarfraz Ali Malak dan Amal	Unpacking the interplay between	2025	Kerangka teoretis pada penelitian ini	Pendekatan yang digunakan	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen	Subjek dalam penelitian ini merupakan	Temuan penelitian mengindikasikan bahwa

	Abdulmajeed Qassim	psychological capital and wellbeing in entrepreneurs: the mediating role of burnout through conservation of resources theory		menggunakan teori Conservation of Resource (COR) oleh Hobfoll (1988, 1989)	dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross sectional	penelitian. Instrumen pertama Skala Psychological Capital berdasarkan Avey et al. (2011) berjumlah 12 aitem. Instrumen kedua Skala Burnout versi pendek dari Malach-Pines (2005) berjumlah 10 aitem,. Instrumen ketiga skala kesejahteraan psikologis oleh Ryff dan Keyes (1995) berjumlah 18 aitem.	enterpreneur sebanyak 309 orang yang menjalankan usaha kecil dan menengah. Lokasi Penelitian ini berada di Pakistan	<i>psychological capital</i> memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Individu dengan tingkat harapan, optimisme, resiliensi, dan efikasi diri yang lebih tinggi cenderung merasakan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, <i>psychological capital</i> menunjukkan hubungan negatif dengan burnout, yang
--	--------------------	--	--	--	---	--	---	---

							mengisyaratkan bahwa tingkat <i>PsyCap</i> yang lebih tinggi berkaitan dengan rendahnya kelelahan psikologis. Burnout juga diketahui memiliki hubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis, sehingga peningkatan burnout berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis individu.
9.	Alina Chiracu, Germina-Alina	Psychological capital, quality	2023	Kerangka teoretis pada	Pendekatan yang	Penelitian ini menggunakan	Subjek dalam penelitian ini Temuan penelitian menunjukkan

Cosma, Amalia Raluca Stepan, Marian Alexandru Cosma, Ionuț Corlaci, Eleonora Daniela Ciupeanu Călugăru, Florin Voinea, Mihaela Zăvăleanu, Horia Alin Burileanu dan Taina Avramescu	of life, and well-being in mother caregivers of individuals with Down syndrome.		penelitian ini menggunakan teori Modal Psikologis yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007), teori Kesejahteraan Psikologis dari Ryff (1989), dan teori Quality of Life berdasarkan definisi WHO Quality of Life Group (WHOQOL, 1994; 1998).	digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional	tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama adalah Psychological Capital Questionnaire (PCQ) yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2007) dan diadaptasi dalam bahasa Rumania oleh yang dilakukan oleh Chiracu et al. (2023) berjumlah 24 aitem. Instrumen kedua adalah Psychological Well-Being Scale yang dikembangkan	merupakan ibu caregiver sebanyak 98 orang dengan anak yang mengalami Down Syndrome. Lokasi penelitian ini berada di Rumania	bahwa ibu caregiver memiliki tingkat <i>psychological capital</i> yang relatif tinggi, khususnya pada dimensi <i>hope</i>, <i>resilience</i>, dan <i>optimism</i>. Hasil penelitian juga mengindikasikan bahwa <i>self-efficacy</i>, <i>hope</i>, dan <i>resilience</i> memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kualitas hidup, sedangkan <i>optimism</i> tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup. Meskipun
---	--	--	--	--	--	--	--

					oleh Ryff (1989) dan diadaptasi dalam bahasa Rumania oleh Kállay & Rus (2014) yang berjumlah 42 aitem. Instrumen ketiga adalah Quality of Life Questionnaire (QoLQ) yang disusun oleh Boixadós et al. (2009) berdasarkan Quality of Life dari WHOQOL (1994;1998) yang berjumlah 39 aitem.		demikian, <i>optimism</i> terbukti memiliki hubungan positif dan signifikan dengan <i>psychological well-being</i>. Lebih lanjut, kualitas hidup berperan sebagai mediator dalam hubungan antara tiga dimensi <i>psychological capital</i> yaitu <i>self-efficacy</i>, <i>hope</i>, dan <i>resilience</i> dengan <i>well-being</i>. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan <i>psychological capital</i> berkontribusi terhadap <i>well-</i>
--	--	--	--	--	--	--	--

								<i>being</i> terutama melalui peningkatan kualitas hidup, sementara <i>optimism</i> memberikan pengaruh langsung yang kuat terhadap <i>well-being</i> tanpa melalui kualitas hidup.
10.	Haobi Wang, Ting Kin Ng, dan Oi-Ling Siu	How Does Psychological Capital Lead to Better Well-Being for Students? The Roles of Family Support and	2022	Kerangka teoretis pada penelitian ini menggunakan teori Modal psikologis oleh Luthans et al. (2007), teori Conservation of	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain	Penelitian ini menggunakan tiga instrumen penelitian. Instrumen pertama adalah Psychological Capital Questionnaire	Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa sekolah dasar kelas 4 sebanyak 281 anak. Lokasi penelitian berada di	Temuan penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh positif terhadap <i>psychological capital</i> siswa. <i>Psychological</i>

		Problem-Focused Coping		Resource (COR) oleh Hobfoll (1989), serta merujuk pada model stres dan coping dari Lazarus dan Folkman (1984)	longitudinal dua gelombang	yang disusun oleh Luthans et al. (2007) dan diadaptasi oleh Martínez et al (2021) yang berjumlah 12 aitem. Instrumen kedua adalah Kids Coping Scale oleh Maybery et al. (2009) berjumlah 4 aitem. Instrumen ketiga adalah Satisfaction with Life Scale (SWLS) yang disusun oleh Diener et al. (1985) berjumlah 5 aitem.	Hong Kong.	<i>capital</i> berperan dalam meningkatkan kemampuan siswa menerapkan <i>problem-focused coping</i> , yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan <i>well-being</i> siswa. Selain itu, adanya peran mediasi, di mana <i>psychological capital</i> dan <i>problem-focused coping</i> bertindak sebagai variabel perantara dalam hubungan antara dukungan keluarga dan <i>well-being</i> siswa.
--	--	------------------------	--	---	----------------------------	---	------------	---

Berdasarkan uraian di atas, berikut peneliti ungkapkan persamaan dan perbedaan penelitian peneliti dengan penelitian terdahulu, yaitu:

1. Keaslian Topik

Penelitian ini melibatkan modal psikologis sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat. Hubungan antara kedua variabel tersebut telah dikaji dalam sejumlah penelitian terdahulu. Dengan demikian, penelitian ini termasuk penelitian replikasi yang bertujuan untuk menguji kembali hubungan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis berdasarkan temuan yang telah dilaporkan dalam penelitian sebelumnya.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini didasarkan pada teori modal psikologis yang diusulkan Luthans et al. (2007) serta teori kesejahteraan psikologis yang dipaparkan oleh Ryff (1989). Kedua kerangka teoretis tersebut telah banyak digunakan dalam penelitian sebelumnya, sehingga penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian replikasi secara teoretis.

3. Keaslian Alat Ukur

Pengukuran variabel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrumen yang telah tersedia dan dikembangkan sebelumnya guna mengukur modal psikologis berdasarkan teori Luthans et al. (2007) dan alat ukur kesejahteraan psikologis berdasarkan teori Ryff (1989) dalam versi bahasa Indonesia. Berdasarkan penelitian terdahulu, alat ukur untuk modal psikologis yang digunakan bervariasi jumlah aitemnya dan semuanya menggunakan versi bahasa asing seperti bahasa Inggris atau bahasa Spanyol yang telah diadaptasi. Sama halnya untuk instrumen pengukuran kesejahteraan psikologis yang terdiri dari jumlah aitem yang bervariasi dan juga dalam versi bahasa asing. Penelitian ini memiliki keaslian dari segi alat ukur karena menggunakan alat ukur versi bahasa Indonesia dengan modal psikologis sebanyak 24 aitem dalam konteks perguruan tinggi dan kesejahteraan psikologis versi skala pendek berjumlah 18 aitem.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sebagai subjek penelitian. Berdasarkan penelitian terdahulu, subjek yang pernah diteliti dengan kombinasi variabel modal psikologis dan kesejahteraan psikologis sangat beragam, meliputi dokter muda di Indonesia, mahasiswa profesi kesehatan di Saudi Arabia, mahasiswa internasional di Amerika Serikat,

mahasiswa sarjana di arab saudi, siswa sma di filipina, siswa sd kelas 4 di hong kong, staf pendukung autism di spanyol, orang dewasa umum berusia 18-71 tahun di ecuador dan peru, entrepreneur di pakistan, serta ibu caregiver anak down syndrome di rumania. Penelitian ini memiliki keaslian dari segi subjek penelitian karena secara spesifik meneliti mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat korelasi positif yang signifikan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi negeri wilayah Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.
2. Hubungan antara modal psikologis dan kesejahteraan psikologis berada pada kategori cukup kuat, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,680$ ($p < 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki modal psikologis lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, sedangkan mahasiswa yang memiliki modal psikologis lebih rendah cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah.
3. Temuan analisis tambahan menunjukkan tidak terdapat perbedaan secara signifikan antara modal psikologis maupun kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa yang menyusun skripsi di PTN di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, serta kesimpulan yang telah diuraikan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi Partisipan Penelitian

Dengan adanya temuan penelitian ini, mahasiswa akhir disarankan untuk melatih dan juga meningkatkan modal psikologis yang dimiliki, baik terkait keyakinan terhadap kemampuan diri, harapan, optimisme, maupun resiliensi yang berguna untuk menghadapi berbagai situasi. Harapannya dengan penguatan aspek-aspek ini dapat berguna membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan dan hambatan selama proses penyelesaian tugas akhir serta mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis yang optimal.

2. Bagi Perguruan Tinggi

Melalui temuan ini, diharapkan perguruan tinggi dapat menjadi pertimbangan dalam mengembangkan bentuk dukungan bagi mahasiswa selama proses penyelesaian

skripsi. Dukungan tersebut dapat diwujudkan dalam bentuk pendampingan akademik bersama dosen, mengadakan penyediaan layanan konseling bagi mahasiswa, ataupun program pengembangan potensi diri yang disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian setelah ini dianjurkan melibatkan responden dengan karakteristik yang lebih beragam dan juga variabel lain yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.



Daftar Pustaka

- Abo Shereda, H. M., Alhazmi, R., Kasemy, Z., Dawood, E., Jeya Singh, E. S., Alkhalaf, I., Alshehri, B., & Alanazi, T. (2025). Life satisfaction and psychological wellbeing among medical students: The mediating role of psychological capital. *Frontiers in Psychology*, 16, 1614803. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1614803>
- 'Aisyah, S., Adi, E. P., & Wedi, A. (2021). Studi Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi. *JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 4(4), 358–367. <https://doi.org/10.17977/um038v4i42021p358>
- Ariadi, R. (2023, September 25). Mahasiswa Torut Tewas Tergantung di Rumah, Sempat Curhat Sulit Urus Skripsi. *detikSulsel*. <https://www.detik.com/sulsel/berita/d-6949186/mahasiswa-torut-tewas-tergantung-di-rumah-sempat-curhat-sulit-urus-skripsi>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., & Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(1), 17–28. <https://doi.org/10.1037/a0016998>
- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human Resource Development Quarterly*, 22(2), 127–152. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20070>
- Bagdžiūnienė, D., Žukauskaitė, I., Bulotaitė, L., & Sargautytė, R. (2025). Study and personal resources of university students' academic resilience and the relationship with positive psychological outcomes. *Frontiers in Psychology*, 16, 1517359. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517359>
- Binarta, A., & Tiatri, S. (2024). Studi Korelasi Resiliensi dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Jakarta. *Journal of Social and Economics Research*, 6(2), 257–265. <https://doi.org/10.54783/jsr.v6i2.653>
- Bujang, M. A. (2024). An elaboration on sample size determination for correlations based on effect sizes and confidence interval width: A guide for researchers. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 49(2), e21. <https://doi.org/10.5395/rde.2024.49.e21>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review, Positive Clinical Psychology*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Coolican, H. (2023). *Research Methods and Statistics in Psychology* (8 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003215967>
- Culbertson, S. S., Fullagar, C. J., & Mills, M. J. (2010). Feeling good and doing great: The relationship between psychological capital and well-being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(4), 421–433. <https://doi.org/10.1037/a0020720>
- Data Pendidikan Kemendikdasmen. (t.t.). Diambil 6 Juni 2026, dari <https://referensi.data.kemendikdasmen.go.id/pendidikan/dikti/040200/2/jf/all/all>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Etikan, I. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>

- Fanonta, M., Duana, M., Rimonda, R., Siahaan, P. B. C., Saputra, F. F., Harahap, L. A. H., Paradhiba, M., Fadillah, M., & Syam, N. (2025). The relationship between psychological well-being and academic stress among final year students. *KONSELI : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 12(2), 339–348. <https://doi.org/10.24042/sway6v05>
- Farozin, Muh., Purnama, D., Astuti, B., Prasetya, A., & Nurbaiti, A. (2022). College Students' Psychological Well-Being during the Covid-19 Pandemic: An Investigation Based on Students' Gender and Education Level. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 20–28. <https://doi.org/10.17977/um001v7i12022p20-28>
- Gallagher, M. W., & Lopez, S. J. (2009). Positive expectancies and mental health: Identifying the unique contributions of hope and optimism. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 548–556. <https://doi.org/10.1080/17439760903157166>
- Guerrero-Alcedo, J. M., & Espina-Romero, L. C. (2024). Bayesian analysis of psychological capital in peruvian university students: Differences by sex and age. *Heliyon*, 10(15), e35370. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35370>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale pada Mahasiswa. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 7(1), 141–149.
- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). Scoping Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(5), 5931–5938.
- Kim, H.-Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: Assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 38(1), 52. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Kusnadi, A. P., Hartini, N., & Mastuti, E. (2026). Self-efficacy and psychological well-being among undergraduate students: A meta-analysis. *Cogent Psychology*, 13(1), 2714751. <https://doi.org/10.1080/23311908.2026.2714751>
- Lakens, D. (2022). Sample Size Justification. *Collabra: Psychology*, 8(1), 33267. <https://doi.org/10.1525/collabra.33267>
- Lomborg, E. N., & Jordaan, J. (2024). *Emotional Intelligence, Adjustment, Media and Technology Usage, and Gender as Predictors of Psychological Well-being Amongst Undergraduate University Students*. <https://doi.org/10.1177/21582440241256539>
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). POSITIVE PSYCHOLOGICAL CAPITAL: MEASUREMENT AND RELATIONSHIP WITH PERFORMANCE AND SATISFACTION. *Personnel Psychology*, 60(3), 541–572. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2007.00083.x>
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Psychological capital and beyond*. Oxford University Press.
- Manzano-García, G., & Ayala, J.-C. (2017). Relationship between Psychological Capital and Psychological Well-Being of Direct Support Staff of Specialist Autism Services. The Mediator Role of Burnout. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02277>
- Mbato, C. L., & Cendra, A. (2019). Efl undergraduate students' self-regulation in thesis writing: Help-seeking and motivation-regulation. *JELE (Journal of English Language and Education)*, 5(1), 66–82. <https://doi.org/10.26486/jele.v5i1.949>
- Moreno-Montero, E., Ferradás, M. del M., & Freire, C. (2024a). Personal Resources for Psychological Well-Being in University Students: The Roles of Psychological Capital and Coping Strategies. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(10), 2686–2701. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14100177>

- Moreno-Montero, E., Ferradás, M. del M., & Freire, C. (2024b). Personal Resources for Psychological Well-Being in University Students: The Roles of Psychological Capital and Coping Strategies. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(10), 2686–2701. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14100177>
- Navarro, D., & Foxcroft, D. (2025). *Learning Statistics with jamovi: A Tutorial for Beginners in Statistical Analysis* (1 ed.). Open Book Publishers. <https://doi.org/10.11647/OBP.0333>
- Ortner, C. (2024). *In Practice: Pearson's Correlation Coefficient*. <https://researchmethodsandstats.pressbooks.tru.ca/chapter/computing-pearsons-r/>
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*, 99, 101506. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.101506>
- Prasath, P. R., Xiong, Y., Zhang, Q., & Jeon, L. (2022). Psychological Capital, Well-being, and Distress of International Students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44(3), 529–549. <https://doi.org/10.1007/s10447-022-09473-1>
- Ratnaningsih, I. Z., Prihatsanti, U., Prasetyo, A. R., & Sumintono, B. (2025). Validation of the Indonesian version of the psychological capital questionnaire (PCQ) in higher education: A Rasch analysis. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 17(4), 1243–1258. <https://doi.org/10.1108/JARHE-10-2023-0480>
- Rinanda, H. (2024, Januari 10). 7 Fakta Mahasiswa Bunuh Diri di Sungai Brantas negara Skripsi Tak Tuntas. *detikjatim*. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7133582/7-fakta-mahasiswa-bunuh-diri-di-sungai-brantas-gegar-skripsi-tak-tuntas>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- 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/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*.
- 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>
- Salsabila, A. R., & Asyanti, S. (2023). The Role of Optimism, Gratitude, and Hope on The Psychological Well-Being of Final Year Students in Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Journal Psikogenesis*, 11(2), 132–144. <https://doi.org/10.24854/jps.v11i2.2862>
- Sayed, T., Malan, H., & Fourie, E. (2024). Exploring the associations between resilience and psychological well-being among South Africans during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1323466>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish*. Random House Australia.
- Sultan, A. A., Alharbi, A., Mahmoud, G. A.-E., Elsharkasy, A., & Twibell, R. (2023). The Mediating Role of Psychological Capital Between Academic Stress and Well-Being Among University Students. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 13(02). <https://doi.org/10.47750/pegegog.13.02.37>
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*.
- Wang, H., Ng, T. K., & Siu, O. (2023). How does psychological capital lead to better well-being for students? The roles of family support and problem-focused coping. *Current Psychology*, 42(26), 22392–22403. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03339-w>

Wells, I. E. (2010). *Psychological Well-being*. Nova Science Publishers, Inc.

Wicaksana, I. G. A. T., Ningsih, N. K. T. Y., & Wahyunadi, N. M. D. (2024). Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(4). <https://doi.org/10.26714/jkj.12.4.2024.799-806>

Youssef-Morgan, C. M., & Luthans, F. (2015). Psychological Capital and Well-being. *Stress and Health*, 31(3), 180–188. <https://doi.org/10.1002/smi.2623>

Zhou, L., Sukpasjaroen, K., Wu, Y., Gao, L., Chankoson, T., & Cai, E. (2022). Perceived Social Support Promotes Nursing Students' Psychological Wellbeing: Explained With Self-Compassion and Professional Self-Concept. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.835134>

