



Adaptasi *Psychological Well-Being Short Scale* pada Mahasiswa

Ananda Humaidah^{1✉}, Rachmat Mulyono²

UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia^{1,2}

e-mail : anandahumaidah20@gmail.com¹, rachmat.mulyono@uinjkt.ac.id²

Abstrak

Perkembangan penelitian *psychological well-being* di Indonesia, cenderung mempunyai keterbatasan dalam alat ukur. Hal ini dikarenakan belum adanya adaptasi skala *psychological well-being* versi *short scale* di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengadaptasi alat ukur *Ryff Psychological Well-being* versi *short-scale*. Penelitian ini menggunakan enam dimensi dalam *psychological well-being* yaitu penerimaan, kemandirian, hubungan positif dengan individu lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi dengan jumlah 18 item versi *short scale*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 439 mahasiswa. Analisis faktor yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menggunakan bantuan *software Mplus 7*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model skala *fit* (RMSEA = 0.06) mengukur *psychological well-being* dan semua item memiliki nilai $t > 1.96$, tergolong valid. Implikasi penelitian ini adalah alat ukur *psychological well-being* versi *short scale* dapat digunakan untuk mengukur variabel *psychological well-being* pada penelitian selanjutnya.

Kata Kunci: *psychological well-being*, *short scale*, mahasiswa

Abstract

The development of *psychological well-being* research in Indonesia tends to have limitations in measuring instruments. This is because there is no adaptation of the *short scale* version of the *psychological well-being* scale in Indonesia. Therefore, this study aims to adapt a *short scale* version of the *Ryff Psychological Well-being* measuring tool. This research uses six dimensions of *psychological well-being*, namely income, independence, positive relationships with other individuals, environmental mastery, life goals, personal growth with a total of 18 *short scale* version items. Participants in this research were 439 students. The factor analysis used in this research was *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) using *Mplus 7* software. The results showed that the *fit scale* model (RMSEA = 0.06) measured *psychological well-being* and all items had a t value > 1.96 , classified as valid. The implication of this research is that the *short scale* version of the *psychological well-being* measuring instrument can be used to measure *psychological well-being* variables in future research.

Keywords: *psychological well-being*, *short scale*, student

Copyright (c) 2025 Ananda Humaidah, Rachmat Mulyono

✉ Corresponding author :

Email : anandahumaidah20@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

PENDAHULUAN

Konsep *psychological well-being* berawal dari filosofi “*good life*” yang memiliki dua pandangan yaitu *hedonic* dan *eudaimonic*. Menurut Ryan dan Deci (dalam Istiningtyas, 2022) dalam konsep “*good life*”, pandangan filosofi *eudaimonic* mendasari teori *psychological well-being*. *Eudaimonic* berkaitan dengan *psychological well-being* melalui pemenuhan potensi dan makna hidup. Ryan dan Deci (dalam Istiningtyas, 2022) menekankan bahwa kebutuhan otonomi, kompetensi, dan hubungan sosial merupakan kunci mencapai *psychological well-being*. Ryff dan Keyes (1995), mendefinisikan *psychological well-being* sebagai pencapaian penuh yang berasal dari potensi psikologis dan suatu kondisi dimana individu mampu menerima kelebihan dan kekurangannya, memiliki tujuan hidup, mempunyai relasi positif, menjadi individu mandiri, dan tetap bertumbuh secara personal.

Pada kurun waktu 5 tahun terakhir, penelitian terkait *psychological well-being* khususnya pada mahasiswa mengalami perkembangan signifikan. Umumnya, penelitian sebelumnya membahas *psychological well-being* mahasiswa selama pandemi COVID-19 hingga setelah pandemi COVID-19, serta penelitian lain membahas *psychological well-being* mahasiswa dalam proses perkuliahan. Penelitian terbaru juga mulai meneliti kaitan fenomena bunuh diri yang marak terjadi pada mahasiswa dengan *psychological well-being*. Sehingga, penelitian terkait *psychological well-being* khususnya pada mahasiswa sangat diperlukan.

Perkembangan penelitian mengenai *psychological well-being* di Indonesia, cenderung mempunyai keterbatasan dalam alat ukur. Dalam beberapa dekade, *psychological well-being* diukur menggunakan alat ukur terjemahan asli yang disusun oleh Ryff dan Keyes (1995). Namun, dapat memungkinkan terjadinya bias dan mempengaruhi hasil penelitian karena terdapat perbedaan makna kata dalam konteks budaya. Menurut Vijver dan Phalet (dalam Andidar & Prahastuti, 2021), dampak bias dalam pengukuran, diantaranya: 1) Adanya tumpang tindih perilaku terkait konstruk; 2) Ketika pengujian atribut psikologis dengan keragaman budaya, dapat menguntungkan salah satu budaya dan tidak dengan yang lainnya. Selain itu, menurut Reynolds dan Suzuki (2013), bias budaya juga menyebabkan orang yang harus mendapatkan nilai yang sama mendapatkan nilai tidak setara karena etnis, jenis kelamin, tingkat sosial ekonomi, dan sejenisnya. Oleh karena itu, penelitian ini melakukan adaptasi alat ukur *psychological well-being* untuk mencegah bias budaya dalam pengukuran.

Alat ukur *psychological well-being* yang disusun oleh Ryff dan Keyes (1995) memiliki 3 skala, yaitu *long scale*, *medium scale* dan *short scale*. *Psychological well-being* versi *long scale* terdiri atas 84 item dengan tiap dimensi 14 item. Menurut Seifert (dalam Garcia et al., 2023), *psychological well-being medium scale* terdiri atas 54 item dengan tiap dimensi 9 item. *Psychological well-being short scale* terdiri atas 18 item dengan tiap dimensi 3 item. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala *psychological well-being* versi 18 item. Penelitian ini dirancang untuk mengukur aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi dari *psychological well-being*.

1. Penerimaan diri, kondisi dimana seseorang mampu bersikap positif pada dirinya, mengakui dan menerima kelebihan dan kekurangannya, dan bersikap positif tentang peristiwa di masa lalu
2. Hubungan positif dengan individu lain yaitu adanya hubungan baik dengan individu lain termasuk mempunyai hubungan yang penuh kehangatan, kasih sayang, saling percaya, mempunyai empati yang kuat, saling memberi dan menerima pada individu lain.
3. Kemandirian, yaitu kemampuan individu dalam bersikap independen, mampu berpikir dan berperilaku dengan cara tertentu dapat mengontrol diri secara internal, dan mampu mengevaluasi diri.
4. Penguasaan lingkungan, adalah keadaan dimana individu mampu mempunyai rasa penguasaan dan kemampuan dalam mengelola lingkungan sekitar, memanfaatkan peluang di sekitarnya, dan dapat membuat suatu hal untuk kebutuhan dan nilai-nilai pribadinya.
5. Tujuan hidup, yaitu individu memiliki tujuan hidup sehingga dapat mengarahkan hidupnya, mampu memaknai kehidupan sekarang dan yang telah berlalu, mempunyai keyakinan yang memberikan tujuan untuk hidup.

6. Pertumbuhan pribadi, adalah keadaan dimana individu mempunyai perasaan untuk selalu bertumbuh, mencoba pengalaman baru, mengetahui kelebihan yang dimiliki, mampu melihat peningkatan-peningkatan dalam dirinya.

Alat ukur *psychological well-being* telah diadaptasi dan dimodifikasi oleh beberapa peneliti. Diaz et al. (dalam Meliala & Ahman, 2024), telah melakukan adaptasi skala *Psychological Well-Being* (PWB) ke dalam bahasa Spanyol. Ansari (dalam Meliala & Ahman, 2024), melakukan adaptasi skala *Psychological Well-Being* ke dalam bahasa Pakistan, yang sebelumnya diterjemahkan ke dalam bahasa urdu. Murniasih (2013), dalam penelitiannya memodifikasi *Ryff's Psychological well-being Scale* yang berjumlah 25 item ke dalam bahasa Indonesia. Malla (2013), menerjemahkan skala *psychological well-being* ke dalam bahasa Hindi dengan 26 item yang valid. Rachmayani dan Ramdhani (2014) mengadaptasi skala *psychological well-being* versi 86 item ke dalam bahasa Indonesia. Miftahuddin dan Mubarak (2018), mengadaptasi skala *psychological well-being* yang berjumlah 42 item ke dalam bahasa Indonesia. Fadhil (2021), dalam penelitiannya mengadaptasi skala *psychological well-being* ke dalam bahasa Indonesia menyisakan 28 item yang valid. Skala dengan item-item yang valid penting dalam mengukur *psychological well-being* mahasiswa untuk mendukung kebijakan pendidikan dan kesehatan mental.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, diketahui bahwa di Indonesia sendiri belum ada yang melakukan adaptasi skala *psychological well-being* versi *short scale*. Oleh karena itu, penelitian ini melakukan adaptasi skala *psychological well-being* versi *short scale* yang terdiri atas 18 aitem. Sehingga, alat ukur ini dapat memudahkan partisipan penelitian dalam menjawab skala *psychological well-being* dengan jumlah item yang lebih sedikit dibandingkan versi *medium scale* dan *long scale*.

METODE

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *quota sampling*. Teknik *quota sampling* adalah teknik penentuan sampel dari populasi dengan kriteria yang ditentukan hingga jumlah yang dibutuhkan. Teknik ini digunakan apabila peneliti tidak mengetahui secara pasti jumlah populasi yang akan diteliti dengan tetap memperhatikan faktor kelayakan sampel saat menentukan jumlah kuota sampel (Sugiyono, 2018). Karakteristik sampel penelitian merupakan mahasiswa S-1 yang kuliah di Universitas se-Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi) yang berusia 18-22 tahun. Jumlah sampel penelitian ini adalah 439 orang.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *psychological well-being* versi *short scale* (18 item) yang disusun oleh Ryff dan Keyes (1995). Skala ini berisi pernyataan *favourable* dan *unfavourable* dengan respon jawaban terdiri dari “sangat tidak sesuai” yang memiliki skor 1, hingga “sangat sesuai” yang memiliki skor 4 untuk pernyataan *favourable*. Skala *psychological well-being* versi *short scale* ini dapat memudahkan partisipan penelitian dalam menjawab skala *psychological well-being* dengan jumlah item yang lebih sedikit dibandingkan versi *medium scale* dan *long scale*.

Penelitian ini menguji validitas konstruk *Ryff Psychological Well-being* versi *short scale* (18 item) Pengujian validitas konstruk instrumen menggunakan analisis faktor yaitu *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Pengujian CFA ini dilakukan untuk melihat model *fit* dari suatu variabel dan item-item yang tergolong valid. Hooper et al. (dalam Ghaleb & Ya, 2024), menyebutkan beberapa indeks kesesuaian model dalam menentukan suatu model dapat dikatakan *fit*, sebagai berikut:

1. X^2 -Chi-square, nilai *chi-square* dapat diterima apabila nilai probabilitasnya sebesar $p > 0.05$
2. RMSEA (*The Root Mean Square Error of Approximation*), menunjukkan *goodness of fit* yang diharapkan bila model diestimasi dalam populasi. Nilai RMSEA yang dapat diterima dalam suatu model < 0.08 .
3. GFI (*Goodness of fit Index*), nilai GFI ini berkisar di antara 0-1 (*perfect fit*)
4. AGFI (*Adjusted Goodness of Fit Index*), nilai AGFI yang diharapkan adalah nilai sama dengan atau lebih besar dari 0.90
5. CMIN / DF, merupakan *The Minimum Sample Discrepancy Function* yang dibagi dengan *Degree of Freedom*. CMIN/DF disebut juga X^2 relatif dengan nilai yang diharapkan < 2.0 atau < 3.0 .

6. CFI (*Comparative Fit Index*), nilai CFI yang direkomendasikan adalah $CFI > 0.95$.

7. TLI (*Tucker Lewis Index*), nilai TLI yang direkomendasikan adalah $CFI > 0.95$.

Menurut Hartono dan Muchtar (2018) kriteria item yang valid atau signifikan pada CFA, diantaranya:

1. Melihat signifikansi atau valid suatu item dari nilai t untuk koefisien muatan faktor item. Jika nilai $t > 1.96$, item dikatakan valid dan jika nilai $t < 1.96$, item dikatakan tidak valid. Item yang tidak valid akan di *drop*.
2. Melihat koefisien muatan faktor item. Jika itemnya adalah item *favourable*, maka nilai koefisien muatan faktor pada item harus positif, dan sebaliknya. Jika item *favourable*, namun koefisien muatan faktor item bernilai negatif maka item tersebut di *drop*.
3. Apabila ditemukan kesalahan pengukuran, misalnya item terlalu banyak berkorelasi, maka item harus di *drop*. Hal ini disebabkan, item tersebut selain mengukur apa yang hendak diukur, juga mengukur hal lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tahap 1

Penelitian tahap 1 dilakukan berdasarkan proses adaptasi skala *psychological well-being*. Langkah pertama yang dilakukan adalah skala asli *psychological well-being* diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh penerjemah. Selanjutnya, hasil terjemahan skala *psychological well-being* diujikan kepada kelompok kecil yang relevan pada subjek penelitian sebanyak 5 orang untuk mengecek alternatif kata, kemudahan pemahaman, interpretasi dan relevansi budaya. Kemudian, dilakukan *expert judgement* oleh dua dosen ahli untuk melihat kesesuaian kata yang digunakan dan mengecek apakah makna tiap item dalam skalanya memiliki makna yang sama atau berbeda dengan skala versi asli.

Tabel 1. Hasil adaptasi skala *psychological well-being*

Dimensi	No.	Pernyataan Asli	Penerjemah	Expert Judgement 1	Expert Judgement 2
Penerimaan Diri	1	<i>I like most parts of my personality</i>	Saya menyukai sebagian besar bagian dari kepribadian saya.	Saya menyukai kepribadian yang ada pada diri sendiri.	Saya menyukai kepribadian yang ada pada diri sendiri.
	2	<i>When I look at the story of my life, I am pleased with how things have turned out so far</i>	Ketika saya melihat perjalanan hidup saya, saya merasa puas dengan bagaimana semuanya berjalan sejauh ini.	Ketika melihat perjalanan hidup, saya merasa puas karena semuanya berjalan dengan baik	Ketika melihat perjalanan hidup, saya merasa puas karena semuanya berjalan dengan baik
	5	<i>In many ways I feel disappointed about my achievements in life</i>	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian saya dalam hidup.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian dalam hidup.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian dalam hidup.
Hubungan positif dengan individu lain	6	<i>Maintaining close relationships has been difficult and frustrating for me</i>	Menjaga hubungan dekat telah menjadi sesuatu yang sulit dan membuat frustrasi bagi saya.	Saya mengalami kesulitan menjaga hubungan dekat dengan orang lain sehingga membuat frustrasi.	Saya mengalami kesulitan menjaga hubungan dekat dengan orang lain sehingga membuat frustrasi.
	13	<i>People would describe me as a giving person, willing to share my time with others</i>	Orang-orang akan menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi, bersedia berbagi waktu dengan orang lain.	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi dan berbagi waktu dengan orang lain.	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi dan berbagi waktu dengan orang lain.
	16	<i>I have not experienced many warm and trusting</i>	Saya belum pernah mengalami banyak hubungan yang hangat	Saya belum pernah menjalani hubungan yang hangat dan	Saya belum pernah menjalani hubungan yang hangat dan

Dimensi	No.	Pernyataan Asli	Penerjemah	Expert Judgement 1	Expert Judgement 2
Kemandirian		<i>relationships with others</i>	dan penuh kepercayaan dengan orang lain.	memberikan kepercayaan penuh pada orang lain.	memberikan kepercayaan penuh pada orang lain.
	15	<i>I tend to be influenced by people with strong opinions</i>	Saya cenderung dipengaruhi oleh orang-orang dengan pendapat yang kuat.	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan orang yang berpendapat kuat.	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan orang yang berpendapat kuat.
	17	<i>I have confidence in my own opinions, even if they are different from the way most other people think</i>	Saya percaya pada pendapat saya sendiri, meskipun berbeda dengan cara berpikir kebanyakan orang.	Saya percaya pada pendapat diri sendiri, meskipun berbeda dengan orang lain.	Saya percaya pada pendapat diri sendiri, meskipun berbeda dengan orang lain.
	18	<i>I judge myself by what I think is important, not by the values of what others think is important.</i>	Saya menilai diri sendiri berdasarkan apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang dianggap penting oleh orang lain.	Saya menilai diri sendiri berdasarkan nilai pribadi, bukan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.	Saya menilai diri sendiri berdasarkan nilai pribadi, bukan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.
Penguasaan lingkungan	4	<i>The demands of everyday life often get me down.</i>	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat saya merasa tertekan.	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat tertekan.	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat saya tertekan.
	8	<i>In general, I feel I am in charge of the situation in which I live</i>	Secara umum, saya merasa saya mengendalikan situasi di mana saya hidup.	Secara umum, saya dapat mengendalikan situasi di tempat tinggal	Secara umum, saya dapat mengendalikan situasi di tempat tinggal
	9	<i>I am good at managing the responsibilities of daily life.</i>	Saya pandai mengelola tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.	Saya pandai mengelola tanggung jawab dalam kehidupan sehari - hari	Saya pandai mengelola tanggung jawab dalam kehidupan sehari -hari
Tujuan hidup	3	<i>Some people wander aimlessly through life, but I am not one of them.</i>	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan salah satu dari mereka.	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan bagian dari mereka.	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan bagian dari mereka.
	7	<i>I live life one day at a time and don't really think about the future.</i>	Saya menjalani hidup sehari-hari tanpa terlalu memikirkan masa depan.	Saya menjalani hidup sehari-hari tanpa terlalu memikirkan masa depan.	Saya menjalani hidup sehari-hari tanpa terlalu memikirkan masa depan.
	10	<i>I sometimes feel as if I've done all there is to do in life.</i>	Terkadang saya merasa seolah-olah saya sudah melakukan semua yang bisa dilakukan dalam hidup.	Terkadang, saya merasa sudah melakukan semua yang bisa dilakukan dalam hidup.	Saya merasa sudah melakukan semua yang perlu saya lakukan.
Pertumbuhan pribadi	11	<i>For me, life has been a continuous</i>	Bagi saya, hidup adalah proses	Bagi saya, hidup adalah proses	Bagi saya, hidup adalah proses

Dimensi	No.	Pernyataan Asli	Penerjemah	Expert Judgement 1	Expert Judgement 2
		<i>process of learning, changing, and growth.</i>	pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan.	pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan	pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan
	12	<i>I think it is important to have new experiences that challenge how I think about myself and the world.</i>	Saya pikir penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir saya tentang diri sendiri dan dunia.	Saya pikir, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia	Saya pikir, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia
	14	<i>I gave up trying to make big improvements or changes in my life a long time ago</i>	Saya sudah lama menyerah untuk mencoba membuat perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.	Saya sudah lama menyerah untuk mencoba membuat perubahan besar dalam hidup.	Saya sudah lama menyerah untuk mencoba membuat perubahan besar dalam hidup.

Berdasarkan tabel di atas, penelitian ini menggunakan alat ukur *psychological well-being* dari hasil *expert judgement 2* yang telah diadaptasi dalam konteks budaya.

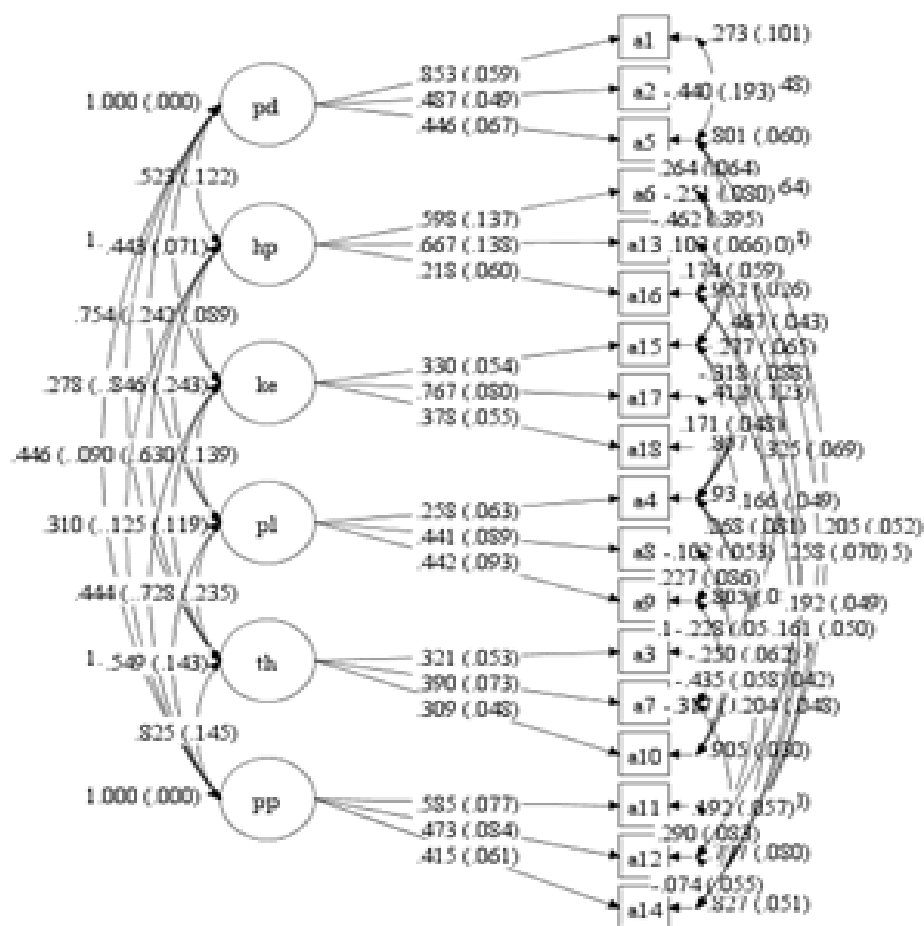
Hasil penelitian tahap 2

Hair et al. (dalam Halim et al., 2019), mengemukakan bahwa peneliti tidak perlu melaporkan semua indeks kesesuaian model dalam menunjukkan sebuah model dikatakan *fit*. Oleh karena itu, dalam penelitian ini digunakan beberapa indeks kesesuaian untuk menguji kesesuaian model, yaitu RMSEA (*Root Mean Square Error of Approximation*), CFI (*Comparative Fit Index*), TLI (*Tucker-Lewis Index*).

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas konstruk menggunakan 18 item skala *psychological well-being* yang bersifat multidimensi, artinya mengukur lebih dari satu dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan individu lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Berdasarkan hasil CFA, didapatkan model tidak *fit* dengan nilai RMSEA = 0.107, CFI = 0.576, TLI = 0.464. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi terhadap model, dimana kesalahan pengukuran pada beberapa item dibebaskan berkorelasi satu sama lain. Sehingga, diperoleh model *fit* dengan nilai RMSEA = 0.06. Adapun nilai CFI = 0.899 dan TLI = 0.829 mendekati *fit*.

Indeks	Indeks kesesuaian	Indeks Model	Evaluasi Model
Koef. RMSEA	< 0.08	0.006	Kriteria <i>fit</i>
CFI	>0.95	0.899	Mendekati <i>fit</i>
TLI	>0.95	0.829	Mendekati <i>fit</i>

Langkah selanjutnya adalah melaporkan hasil uji validitas tiap item *psychological well-being*. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai *t* pada setiap item. Jika nilai *t* > 1,96 maka item tersebut dianggap valid. Adapun hasilnya tercantum dalam gambar dan tabel berikut ini.



Gambar 1. Path Diagram CFA Ryff Psychological Well-Being Scale

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Item Psychological Well-Being

No. Item	Faktor loading	Std. Error	Nilai t	Keterangan
Item 1	0.853	0.059	14.732	Valid
Item 2	0.487	0.049	9.961	Valid
Item 3	0.321	0.053	6.057	Valid
Item 4	0.258	0.063	4.122	Valid
Item 5	0.446	0.067	6.683	Valid
Item 6	0.598	0.137	4.360	Valid
Item 7	0.390	0.073	5.324	Valid
Item 8	0.441	0.089	4.940	Valid
Item 9	0.442	0.093	4.756	Valid
Item 10	0.309	0.048	6.370	Valid
Item 11	0.585	0.077	7.579	Valid
Item 12	0.473	0.084	5.612	Valid
Item 13	0.667	0.138	4.843	Valid
Item 14	0.415	0.061	6.761	Valid
Item 15	0.330	0.054	6.065	Valid
Item 16	0.218	0.060	3.627	Valid
Item 17	0.767	0.080	9.580	Valid
Item 18	0.378	0.055	6.825	Valid

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai t untuk seluruh item > 1.96, yang berarti valid mengukur variabel *psychological well-being*, meliputi enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan individu lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan pribadi, dan pertumbuhan pribadi. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian Fadhil (2021), menunjukkan bahwa 28 item secara keseluruhan yang

telah diadaptasi dinyatakan valid. Sementara itu, penelitian Miftahuddin dan Mubarak (2018), diketahui dari 42 item yang telah diadaptasi, ada 6 item yang tidak valid. Pada penelitian Rachmayani dan Ramdhani (2014), didapatkan hasil dari 86 item yang telah diadaptasi, ada 38 item yang tidak valid.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 18 item dalam *Ryff Psychological Well-being Scale* hanya mengukur satu hal yang didefinisikan yaitu *Psychological Well-being*. Skala ini dalam mencapai model *fit* hanya memerlukan modifikasi satu kali karena memiliki keseluruhan item yang valid. Setelah melakukan analisis CFA terhadap *Ryff Psychological Well-being Scale*, dapat disimpulkan bahwa alat ukur ini layak digunakan untuk mengukur *psychological well-being* di Indonesia, utamanya pada partisipan penelitian mahasiswa. Penelitian ini dapat berkontribusi sebagai alat ukur *psychological well-being* yang valid dan mempermudah partisipan penelitian dalam menjawab item-item dengan jumlah yang lebih sedikit dibandingkan alat ukur versi *medium scale* dan *long scale*. Berdasarkan kesimpulan, adaptasi alat ukur *Ryff Psychological Well-being Scale* selanjutnya disarankan menggunakan partisipan penelitian dalam rentang usia yang berbeda dan lebih luas, tidak hanya memfokuskan pada mahasiswa. Sehingga, adaptasi alat ukur *Ryff Psychological Well-being Scale* dapat digunakan dalam rentang usia yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Andidar, D. R., & Prahastuti, N. F. (2021). Penerapan Konteks Budaya dalam Psikometrika. *Jurnal Talenta Psikologi*, 10(2), 22–34.
- Fadhil, A. (2021). Evaluasi Properti Psikometris Skala Psychological Well-Being (PWB) Versi Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4666–4674.
- Garcia, D., Kazemitabar, M., & Asgarabad, M. H. (2023). The 18-item Swedish version of Ryff's Psychological Wellbeing Scale: Psychometric Properties Based on Classical Test Theory and Item Response Theory. *Frontiers in Psychology*, 14(October). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1208300>
- Ghaleb, M., & Ya, M. M. (2024). Structural Equation Modeling (SEM) for Social and Behavioral Sciences Studies: Steps Sequence and Explanation. *Journal of Organizational Behavior Review (JOBReview)*, 6(1), 69–108.
- Halim, J. K., Honantha, C. R., & Margaretha, S. (2019). Respon Konsumen terhadap Iklan Email dari Biro Tur dan Perjalanan di Indonesia. *Calyptra*, 2(2), 1–12.
- Hartono, S., & Muchtar, D. Y. (2018). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 6(1), 79–86. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v6i1.8155>
- Istiningtyas, L. (2022). Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19. *Proceeding Conference on Genuine Psychology*, 2, 231–238.
- Malla, S. S. (2013). Cross-cultural Validity of Ryff's Well-being Scale in India. *Asia-Pacific Journal of Management Research and Innovation*, 9(4), 379–387. <https://doi.org/10.1177/2319510x14523107>
- Meliala, A. K., & Ahman, A. (2024). Systematic Literature Review: Validitas Konstruk Skala Psychological Well-Being Ryff. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 950–955. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i2.995>
- Miftahuddin, F. M. (2018). Uji Validitas Konstruk Psychological Well-Being Scale dengan Metode. 7(1), 22–32.
- Murniasih, F. (2013). Struktur dan Pengukuran terhadap Psychological Well-being : Uji Validitas Konstruk Psychological Well-beng Scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(6), 441–452.
- Rachmayani, D., & Ramdhani, N. (2014). Adaptasi Bahasa dan Budaya Skala Psychological Well-Being Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Proceeding: Seminar Nasional Psikometri*,

149 *Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale pada Mahasiswa - Ananda Humaidah, Rachmat Mulyono*
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>

February, 253–254.

Reynolds, C.R & Suzuki, L. . (2013). *Bias in Psychological Assessment an Empirical Review And Recommendations* (2nd ed.). John Wiley & Sons, Inc.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.