

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA DEPAN (*FUTURE ANXIETY*) PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**SKRIPSI**



Oleh :

Diffa Any Aliifah

20320062

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**2024**

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA DEPAN (*FUTURE ANXIETY*) PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi,  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia,  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat  
Sarjana S1 Psikologi**



Oleh :

Diffa Any Aliifah

20320062

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi dengan Judul :

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA  
DEPAN (*FUTURE ANXIETY*) PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi

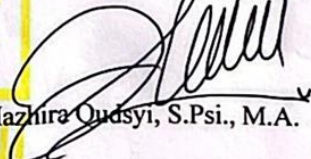
Pada Tanggal

25 September 2024



Mengesahkan,  
Program Studi Psikologi,  
Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Ketua Prodi

  
Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A.

Dewan Penguji

1. Dr. Raden Ajeng Retno Kumolohadi, S.Psi., M.Si.
2. Fani Eka Nurtjahjo, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Rr. Indahria Sulistyarini, S.Psi., Psi., M.A.

Tanda Tangan


## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diffa Any Aliifah  
Nomor Mahasiswa : 20320062  
Program Studi : Psikologi  
Jurusan : Psikologi  
Judul Skripsi : *Psychological Well-Being* dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Membuat pernyataan sebagai berikut :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi, saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, saya menyatakan dengan tegas bahwa skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Prodi Psikologi, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang berlaku dan ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 5 September 2024

Yang Menyatakan

  
  
Diffa Any Aliifah

## HALAMAN MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupann”**

-QS. Al-Baqarah ayat 286-

**“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”**

-QS. Al-Insyirah ayat 5-7-

**“It Will Pass”**

Everything you've gone through it will pass

**“Success is getting what you want, happiness is wanting what you get, and to forgive is the highest”**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Rabbil' alamin. Puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala, atas karunia-Nya yang senantiasa memberikan kenikmatan, kesehatan, kemudahan dan kelancaran kepada penulis hingga detik ini, Shalawat serta salam kepada junjungan nabi besar, Nabi Muhammad Shallallahu' Alaihi wa Sallam.

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

### **Ayah Madkan Anis dan Ibu Turyani Widiyastuti**

Untuk bapak dan ibu tercinta, terima kasih atas segala doa yang tak pernah putus, kasih sayang, perjuangan, pengertian, pengorbanan serta dukungan dalam bentuk apapun yang tiada hentinya diberikan selama ini dengan ikhlas kepada penulis.

### **Adikku Alm. Daffa Adzin Albasith dan Dilfa Adzin Altahfiz**

Terima kasih atas semangat, dukungan dan doa untuk kelancaran pada proses skripsi ini. Semoga kita bisa selalu hidup rukun dan terus berusaha membanggakan kedua orang tua.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'al Aamiin. Segala puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala, atas rahmat dan karunia-Nya yang selalu menyertai dalam kehidupan ini. Ucapan syukur tak terhingga atas kesehatan, kesempatan, kemudahan dan kelancaran yang Allah Subhanahu Wa Ta'ala berikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang menjadi perantara dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala dalam memberikan dukungan dan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Ibu Dr. Phil. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia beserta jajaran karyawannya yang telah memfasilitasi penulis dalam mendapatkan izin penelitian skripsi dan administrasi penyelesaian tugas akhir skripsi..
2. Ibu Hadzira Qudsyi, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan dukungan dan fasilitas kepada mahasiswa psikologi.
3. Ibu Latifatul Laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama berkuliah.
4. Ibu Dr. Raden Ajeng Retno Kumolohadi, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing, mengarahkan, meluangkan waktu, kesabaran, tenaga, dan pikiran dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan jajaran staf Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan di Program Studi Psikologi.
6. Keluarga penulis, Ayah Madkhan Anis, Ibu Turyani Widiyastuti, dan Dilfa Adzin Altafiz yang telah memberikan dukungan dan doa yang tak pernah putus selama proses penyusunan skripsi ini, terima kasih atas segalanya.

7. Adik Alm. Daffa Adzin Albasith, terimakasih untuk semangat yang kamu beri lewat kenangan, terimakasih untuk dukungan yang tidak terlihat, dan terimakasih untuk tetap hadir dalam bentuk apapun itu.
8. Sahabat dan teman-teman terdekat penulis, khususnya Rayhan Raditiya Akbar, Alifah Lingga Maharani, Safina Ramadhani, Aisah Wafiq Azizah Riani, Faza Aprily Fridayan, Ayogya Kholifah C.K, Nanda Putri Febriyanti, Riska Avi Ariyani, Sely Kikiba Putri, Nabila Fadhila Rahmah, dan Salsabila Juwita yang telah memberikan semangat, dukungan, doa selama proses penyusunan skripsi hingga selesai. Semoga kebaikan dan ketulusan kalian semua di balas oleh Allah SWT, sukses dunia dan akhirat.
9. Terima kasih kepada Fitri Zahra Widjaya, yang senantiasa menemani selama berkuliah di UII, membantu, membimbing, memberi saran dan bertukar pikiran selama penulis menyusun skripsi.
10. Seluruh partisipan penelitian, terima kasih atas bantuannya selama proses pengambilan data, hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
11. Terima kasih kepada seluruh teman-teman penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu namanya yang telah memberikan dukungan, semangat, saran dan kekuatan kepada penulis hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata penulis berharap, semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, akan mendapatkan ridho dan balasan kebaikan dari Allah Ta'ala. Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan bagi penulis untuk kebaikan dalam penulisan ini, dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.

Yogyakarta, 5 September 2024

Diffa Any Aliifah

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
<b>BAB I PENGANTAR.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>5</b>
A. Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) .....	5
1. Definisi Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) .....	5
2. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )... 6	
3. Faktor-faktor Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) .. 7	
B. <i>Psychological Well-Being</i> .....	8
1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i> .....	8
2. Aspek-aspek <i>Psychological Well-Being</i> .....	10
C. Mahasiswa Tingkat Akhir .....	12
D. Hubungan antara <i>Psychological Well-Being</i> dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) pada Mahasiswa Tingkat Akhir .....	13
E. Hipotesis Penelitian .....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>16</b>
A. Desain Penelitian .....	16
B. Partisipan Penelitian .....	17

C. Metode Pengukuran Data .....	18
1. Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) .....	18
2. <i>Psychological Well-Being</i> .....	19
D. Prosedur Penelitian .....	20
<b>BAB IV HASIL DAN DISKUSI PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
A. Hasil-Hasil Penelitian .....	21
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....	21
2. Deskripsi Data Penelitian .....	22
3. Uji Asumsi .....	29
4. Uji Hipotesis .....	31
5. Analisis Tambahan .....	32
B. Diskusi Penelitian .....	33
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>36</b>
A. KESIMPULAN .....	36
B. SARAN .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>38</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>42</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Demografis Partisipan Penelitian .....	18
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Masa Depan (FA).....	19
Tabel 3. 3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	19
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian .....	22
Tabel 4. 2 Kategorisasi Variabel PWB .....	22
Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel FA .....	23
Tabel 4. 4 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Usia.....	23
Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Jenis Kelamin .....	24
Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Jurusan.....	25
Tabel 4. 7 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Lama Skripsi.....	25
Tabel 4. 8 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Usia.....	26
Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Jenis Kelamin .....	27
Tabel 4. 10 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Jurusan.....	28
Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Lama Skripsi.....	28
Tabel 4. 12 Uji Normalitas .....	30
Tabel 4. 13 Uji Linearitas .....	31
Tabel 4. 14 Uji Korelasi .....	31
Tabel 4. 15 Uji T .....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i> .....	42
Lampiran 2 Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	43
Lampiran 3 Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) .....	45
Lampiran 4 Tabulasi Data <i>Psychological Well-Being</i> .....	48
Lampiran 5 Tabulasi Data Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ).....	57
Lampiran 6 Validitas <i>Psychological Well-Being</i> .....	66
Lampiran 7 Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	70
Lampiran 8 Validitas Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ) ....	71
Lampiran 9 Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> ).....	77
Lampiran 10 Deskripsi Data Penelitian dan Kategorisasi Data .....	78
Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas .....	85
Lampiran 12 Hasil Uji Linearitas.....	85
Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis .....	86
Lampiran 14 Hasil Analisis Tambahan .....	86

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA DEPAN (*FUTURE ANXIETY*) PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR**

**Diffa Any Aliifah<sup>1</sup>, Raden Ajeng Retno Kumolohadi<sup>2</sup>**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya  
Universitas Islam Indonesia

E-mail: [20320062@students.uii.ac.id](mailto:20320062@students.uii.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir, serta mengetahui tingkat *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi) sebanyak 212 partisipan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A)* yang diadaptasi oleh Sunardy et al. (2023) dari *Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS)* dan skala *Future Anxiety Scale (FAS)* yang dikembangkan oleh Zaleski (1996). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *pearson product moment*, dengan hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Adapun nilai koefisien korelasi  $r = -0.579$  dengan signifikansi  $0.000$  ( $p < 0.05$ ). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan hipotesis diterima dan menunjukkan semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) maka akan semakin rendah *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.

**Kata kunci:** kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*), *psychological well-being*, mahasiswa tingkat akhir

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA DEPAN (FUTURE ANXIETY) PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR***

**Diffa Any Aliifah<sup>1</sup>, Raden Ajeng Retno Kumolohadi<sup>2</sup>**  
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya  
Universitas Islam Indonesia  
E-mail: [20320062@students.uii.ac.id](mailto:20320062@students.uii.ac.id)

**ABSTRACT**

This research aims to determine the relationship between psychological well-being and future anxiety in final year students in final year students, as well as to determine the level of psychological well-being and future anxiety in final year students. The hypothesis in this study is that there is a negative relationship between psychological well-being and future anxiety in final year students. Partisipants in this study were final year students who were working on their final project (thesis) as many as 212 partisipants. The scale used in this study is the Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A) adapted by Sunardy et al. (2023) from Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS) and the Future Anxiety Scale (FAS) scale developed by Zaleski (1996). The data analysis technique in this study used the pearson product moment correlation test, with the results showing that there is a negative relationship between psychological well-being and future anxiety in final year students. The correlation coefficient value  $r = -0.579$  with a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Based on these results, the hypothesis is accepted and shows that the higher the future anxiety, the lower the psychological well-being in final year students in final year students.

**Keywords:** *future anxiety, psychological well-being, final year student*

## **BAB I**

### **PENGANTAR**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang sedang berada pada tahap akhir masa studi di salah satu perguruan tinggi baik universitas, politeknik, sekolah tinggi, dan institusi. Pada masa ini, individu berada pada usia transisi remaja akhir ke masa dewasa awal atau yang sering disebut dengan istilah *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* muncul pada masa dewasa awal yang mana individu mulai merancang mengenai aturan dan ekspektasi yang berkaitan dengan karir atau pendidikan (Qolbi dkk., 2020). Kecemasan yang dialami oleh remaja yang mendekati usia dewasa saat ini berkaitan dengan kemajuan teknologi yang dapat mempengaruhi kesempatan kerja, dimana individu merasa tidak akan mampu bersaing dengan orang lain. Menurut Drajad (dalam Arsy, 2011) hal-hal yang dikhawatirkan remaja dalam menghadapi masa depan antara lain adalah terbatasnya lapangan pekerjaan, persaingan yang semakin ketat di dunia kerja, serta masalah-masalah yang berkaitan dengan pembentukan keluarga di masa depan.

Banyak dari mahasiswa yang merasa cemas akan tuntutan dalam menyelesaikan tugas akhir dan kehidupan akan masa depan setelah lulus dari perkuliahan. Susulowska (dalam Zaleski, 1996) mengungkapkan bahwa kecemasan akan masa depan mulai muncul pada usia 11-14 tahun (2,8%), meningkat pada usia 15-19 tahun (15,7%), mencapai puncaknya pada usia 20-29 tahun (51,4%), dan jarang ditemukan pada usia yang lebih tua. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 20 sampai 25 tahun sedang berada pada puncak tertinggi kecemasan akan masa depan. Menurut Hilmi (2017), mahasiswa tingkat akhir banyak mengalami situasi yang dapat menyebabkan stres yang disebabkan oleh hubungan interpersonal dan kecemasan akan masa depan individu. Situasi tersebut dapat berujung pada penundaan, penurunan produktivitas, dan bahkan kelelahan mental yang pada akhirnya memperlambat penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa tingkat akhir

cenderung rentan mengalami emosi negatif tersebut karena tuntutan untuk menyelesaikan studi tepat waktu (Andeslan & Uyun, 2023).

Pada fase ini, individu juga dihadapkan pada berbagai keputusan yang dapat memberikan dampak besar bagi dirinya. Keputusan-keputusan tersebut antara lain pilihan mengenai tujuan hidup, karir, dan membentuk hubungan yang mendalam dengan orang lain. Situasi ini memaksa individu untuk berusaha menyeimbangkan aktualisasi diri dengan harapan sosial dan kenyataan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari (Nugroho, 2023).

*Psychological Well-Being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis individu dengan berfungsinya aspek-aspek psikologi positif dalam proses mencapai aktualisasi diri (Prahayuningtyas & Basaria, 2023). Individu dengan *Psychological Well-Being* yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan kehidupannya, memiliki kondisi emosi yang positif, menerima pengalaman masa lalu, memiliki hubungan yang sehat, menentukan nasibnya sendiri, mengontrol lingkungannya, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan terus mengembangkan diri (Ryff, 1989). Sedangkan individu dengan *Psychological Well-Being* yang rendah biasanya menunjukkan ketidakmampuan untuk mengelola emosi negatif seperti ketidakmampuan untuk mengelola emosi negatif seperti stres, kecemasan, dan bahkan depresi. (Rahmaputri, 2024).

Peneliti melakukan wawancara dengan tiga mahasiswa dari berbagai jurusan untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas dan mendalam mengenai fenomena yang akan diteliti. Subjek pertama, seorang mahasiswa teknik, menyatakan bahwa tugas akhir dan beban mata kuliah yang belum selesai sering kali menyebabkan stres. Mahasiswa merasa cemas akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu dan dampaknya terhadap masa depannya. Subjek kedua, seorang mahasiswa psikologi, mengungkapkan bahwa ketidakpastian tentang prospek karir setelah lulus menyebabkan kecemasan. Terlepas dari prestasi akademisnya, mahasiswa sering merasa khawatir tentang persaingan di dunia kerja dan bagaimana hal itu akan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Subjek ketiga, seorang mahasiswa ilmu

komunikasi, mengatakan bahwa tekanan untuk sukses dan ekspektasi yang tinggi dari keluarga berkontribusi pada kecemasannya akan masa depan. Mahasiswa merasa bahwa dukungan sosial dan emosional dari sesama mahasiswa sangat penting untuk menjaga keseimbangan psikologisnya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan ketiga mahasiswa, menunjukkan bahwa adanya kecemasan yang mana menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah.

Didukung oleh penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, diperoleh hasil penelitian bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan kecemasan dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir jurusan kesejahteraan sosial UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Dimana jika *psychological well-being* pada mahasiswa tinggi maka kecemasan dunia kerja yang dimiliki mahasiswa rendah (Mutiarachmah & Maryatmi, 2019). Hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh dan Dewi (2023) bahwa terdapat hubungan dengan arah yang negatif signifikan antara kecemasan karir dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Syuhadak dkk., (dalam Callista & Basaria, 2023) pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi pada tahun 2021 menemukan bahwa 97,1% (34 dari 35 responden) merasa cemas tentang masa depan mereka. Rentang usia yang paling banyak ditemukan adalah antara 21-25 tahun. Berbagai faktor penyebab kecemasan responden mengenai masa depan meliputi keluarga (68,6%), karir (91,4%), kondisi ekonomi (82,9%), tempat tinggal (25,7%), lingkungan (17,1%), proses skripsi (71,4%), dan diri sendiri (60%). Seseorang yang mengalami kecemasan adalah individu yang merasa khawatir akan hasil dan tantangan yang akan dihadapi di masa depan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hasanah dkk., (2020), masalah kesehatan mental yang paling banyak terjadi di kalangan mahasiswa selama pandemi Covid-19 adalah kecemasan. Terlepas dari tekanan tambahan, seperti kebutuhan untuk terburu-buru menyelesaikan tugas akhir mereka, mahasiswa tingkat akhir harus menemukan cara untuk menerima dampak dari kehidupan setelah pandemi Covid-19.

Berdasarkan paparan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Problematika yang sering dihadapi individu yaitu munculnya kekhawatiran atau kecemasan tentang apa yang akan terjadi di masa depan setelah lulus dari perkuliahan terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Adapun penelien ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu dari segi alat ukur dan waktu pelaksanaan penelitian. Alat ukur variabel *psychological well-being* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang telah di adaptasi, sehingga diharapkan hasil yang diperoleh lebih efektif dan maksimal.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan penjelasan yang relevan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut, “Apakah terdapat hubungan antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris bagaimana hubungan antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)

##### 1. Definisi Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)

Kecemasan merupakan suatu bentuk perasaan subjektif yang dimiliki individu yaitu ketegangan mental, kegelisahan atau reaksi ketidakberdayaan individu dalam mengatasi suatu masalah. Pada umumnya perasaan yang tidak menentu adalah hal yang tidak menyenangkan dan dapat menimbulkan respon fisiologis serta respon psikologis pada individu tersebut (Taylor dalam Nugroho, 2023). Kecemasan menurut Qolbi dkk., (2020) merupakan perasaan yang muncul akibat kekhawatiran yang tidak beralasan tentang kemungkinan kejadian di masa depan. Menurut Zaleski, (1996), kecemasan akan masa depan diartikan sebagai perasaan yang muncul akibat kekhawatiran akan kemungkinan kejadian di masa depan, yang dapat mempengaruhi aspek psikologis dan fisiologis seseorang. Oleh karena itu, kecemasan sering kali memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan seseorang sehari-hari.

Menurut Miloyan dkk., (2014) kecemasan akan masa depan adalah suatu kondisi di mana seseorang mengalami perasaan takut, ketidakpastian, dan kekhawatiran yang muncul dari representasi kognitif akan kemungkinan kejadian negatif di masa depan. Perasaan ini terbentuk sebagai respons terhadap ancaman yang dirasakan akan terjadi di masa depan. Sedangkan menurut Henker dkk., (2002), kecemasan akan masa depan yang tinggi dapat menurunkan kepuasan hidup seseorang, karena kecemasan merupakan emosi negatif yang mempengaruhi individu. Pada masa dewasa awal, individu yang mengalami kecemasan cenderung menunjukkan tingkat kemarahan, kesedihan, dan kelelahan yang lebih tinggi, sementara kebahagiaan dan kesejahterannya cenderung menurun.

Mahasiswa tingkat akhir sering kali memikirkan masa depan dengan penuh kecemasan. Individu berada pada tahap transisi yang krusial dari

dunia akademik ke dunia kerja atau kehidupan akan masa depan setelah lulus dari perkuliahan. Pikiran individu biasanya dipenuhi dengan berbagai kekhawatiran akan karir, hubungan dengan orang terdekat, pernikahan dan kehidupan berkeluarga, serta bencana atau krisis dimasa depan (Zaleski, 1996).

Peneliti dalam penelitian ini berfokus pada teori kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) yang dijelaskan oleh Zaleski (1996), dimana kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) diartikan sebagai perasaan yang muncul dari kekhawatiran tentang kemungkinan kejadian di masa depan, yang dapat memengaruhi aspek psikologis dan fisiologis seseorang. Kecemasan akan masa depan melibatkan perasaan takut, ketidakpastian, dan kekhawatiran dari representasi kognitif akan kemungkinan kejadian negatif (Nugroho, 2023). Tingginya tingkat kecemasan akan masa depan dapat menurunkan kepuasan hidup, terutama pada masa dewasa awal, di mana individu cenderung mengalami tingkat kemarahan, kesedihan, dan kelelahan yang lebih tinggi, serta tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan yang lebih rendah.

2. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)  
Menurut Herber dan Runyon (dalam Mutiara, 2023) terdapat aspek-aspek kecemasan menghadapi masa depan yaitu:
  - a. Kognitif  
Aspek ini berkaitan dengan pemikiran individu dan mencakup berbagai tingkat kecemasan, mulai dari ringan hingga panik. Dampaknya meliputi kesulitan berkonsentrasi, membuat keputusan, mudah bingung, lupa, serta gangguan tidur.
  - b. Motorik  
Kecemasan motorik ditandai oleh perilaku fisik yang tidak teratur, seperti kurangnya istirahat, memaksakan diri untuk bergerak cepat, otot yang tegang tanpa kontrol, bibir atau jari bergetar, merasa lemas, dan gugup.

c. Somatik

Aspek somatik merupakan reaksi fisik atau biologis yang terjadi pada perubahan tubuh individu. Hal ini terlihat dalam reaksi fisik, seperti kesulitan bernapas, mulut kering, tangan dan kaki dingin, sering buang air kecil, diare, keringat berlebihan (terutama di kepala, leher, dan dada), serta gangguan pencernaan.

d. Afektif

Aspek afektif dalam kecemasan mengacu pada respons emosional seseorang terhadap situasi yang menimbulkan kecemasan. Pada aspek ini, individu sering merasakan ketegangan emosional, perasaan tidak menentu, khawatir, gelisah, dan was-was. Reaksi afektif menunjukkan kondisi emosional yang tidak nyaman dan perasaan cemas yang sulit untuk dikendalikan, sehingga memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) meliputi aspek kognitif, motorik, somatik, dan afektif.

3. Faktor-faktor Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)

Nevid dkk., (dalam Maya, 2024) mengidentifikasi beberapa faktor yang dapat memengaruhi kecemasan menghadapi masa depan, diantaranya yaitu:

a. Sosial Lingkungan

Faktor ini berkaitan dengan konteks sosial, seperti adanya standar kesuksesan tertentu, kurangnya dukungan dari orang-orang terdekat, serta tuntutan dan harapan dari keluarga yang dianggap terlalu tinggi oleh individu.

b. Biologis

Faktor ini mencakup aspek genetik individu dan gangguan pada neurotransmitter, serta bagaimana otak mengirimkan sinyal bahaya ketika individu mengalami masalah.

c. Behavioral

Faktor ini berhubungan dengan cara individu bereaksi terhadap lingkungan yang menjadi pemicu kecemasan. Dalam hal ini, individu harus memilih apakah akan menghindari situasi tersebut atau menghadapinya.

d. Kognitif

Faktor ini menyangkut kemampuan berpikir dan persepsi individu. Jika individu memiliki persepsi negatif, mereka cenderung merasa khawatir dan meragukan kemampuan mereka, terutama dalam menghadapi dunia kerja. Sebaliknya, jika persepsi positif mendominasi, individu lebih percaya diri dan mampu merencanakan strategi untuk mengatasi kekhawatiran yang ada.

e. Emosional

Faktor ini berkaitan dengan emosi yang dialami individu, seperti rasa takut, tekanan, perasaan terancam, dan ketegangan, di mana individu merasa tidak nyaman dan cemas akan kemungkinan mengalami musibah atau nasib buruk.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh faktor sosial lingkungan, biologis, behavioral, kognitif, dan emosional.

## **B. *Psychological Well-Being***

### 1. Definisi *Psychological Well-Being*

Kesejahteraan atau kebahagiaan dalam psikologi dikenal dengan istilah *well-being*. Konsep *well-being* dalam perkembangannya terbagi dalam kedua kelompok, yaitu *subjective well-being* dan *psychological well-being*. *Subjective well-being* mengacu pada keseimbangan antara afek positif dan negatif, serta komponen kognitif yang melibatkan evaluasi individu terhadap kepuasan hidupnya. Sementara itu, *psychological well-being* memandang kesejahteraan sebagai pencapaian kualitas hidup yang direpresentasikan oleh Ryff dalam enam dimensi, yaitu penerimaan diri,

penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Mayasari, 2014).

*Psychological well-being* telah diperkenalkan oleh Ryff pada tahun 1980an dengan mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi dimana seseorang tidak hanya terbebas dari gangguan mental, tetapi juga mengalami kehidupan yang positif, memuaskan, dan penuh makna (Ryff, 1989). Kesejahteraan psikologis tidak hanya mencakup kepuasan hidup dan keseimbangan antara emosi positif dan negatif, tetapi juga melibatkan bagaimana individu menghadapi berbagai tantangan dalam hidup (Keyes dkk., 2002). Selain itu, Mutiarachmah dan Maryatmi (2019) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai keadaan di mana individu menyadari kemampuan diri, mampu mengatasi stres sehari-hari, bekerja dengan produktif, dan memberikan kontribusi kepada lingkungan sekitar. Kesejahteraan psikologis dapat diraih ketika individu berusaha untuk mencapai tujuan hidupnya, sehingga dapat mengembangkan diri secara maksimal dan menemukan kebahagiaan yang disertai dengan makna hidup.

Berdasarkan definisi diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *psychological well-being* merupakan pencapaian penuh akan potensi psikologis individu. *Psychological well-being* merupakan kondisi kesejahteraan psikologis individu yang positif yang melibatkan kepuasan hidup, keseimbangan emosi, serta kemampuan dalam menghadapi tantangan dan mengelola stres. Dengan kesejahteraan psikologis, individu dapat mengembangkan diri secara maksimal dan menemukan kebahagiaan yang berarti.

Peneliti dalam penelitian ini merujuk pada teori dari (Ryff, 1989) yang menjadikan kesejahteraan psikologis sebagai suatu kondisi dimana individu tidak hanya terbebas dari gangguan mental, tetapi juga pengalaman kehidupan yang positif, memuaskan, dan penuh makna. Landasan dari teori ini menghasilkan multidimensi kesejahteraan yang didalamnya terdapat enam komponen fungsi psikologis yang positif. Dimensi-dimensi ini mencakup pandangan positif terhadap diri sendiri dan pengalaman hidup di

masa lalu (penerimaan diri), perasaan untuk terus berkembang dan bertumbuh sebagai individu (pertumbuhan pribadi), keyakinan bahwa hidup memiliki tujuan yang bermakna (tujuan hidup), memiliki hubungan yang baik dengan orang lain (hubungan positif dengan orang lain), kemampuan untuk mengatur kehidupan dan lingkungan sekitar secara efektif (penguasaan lingkungan), dan memiliki rasa kemandirian dalam menentukan nasib sendiri (otonomi).

## 2. Aspek-aspek *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff dan Singer (2008) aspek-aspek *psychological well-being* diantaranya yaitu:

### a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Penerimaan diri mencakup pandangan positif terhadap diri sendiri, baik aspek positif maupun negatif. Hal ini termasuk mengenali dan menerima berbagai aspek dari diri sendiri, serta menghargai kehidupan masa lalu dan masa kini. Individu dengan penerimaan diri yang tinggi merasa puas dengan diri mereka sendiri dan masa lalu mereka, memiliki pemahaman yang baik tentang kekuatan dan kelemahan mereka, dan tidak merasa tertekan untuk menjadi berbeda dari diri mereka yang sekarang. Penerimaan diri yang tinggi dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan tingkat stres serta gangguan mental yang lebih rendah.

### b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Aspek ini melibatkan kualitas hubungan interpersonal yang hangat, memuaskan, dan dapat dipercaya. Hal ini mencakup kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan yang intim dan saling mendukung. Individu dengan hubungan yang positif memiliki teman dekat dan dukungan sosial yang baik, merasa terhubung dan memahami timbal balik dalam hubungan antarmanusia, serta bersedia berkorban untuk hubungan yang penting. Hubungan yang sehat berkontribusi pada kebahagiaan dan kepuasan hidup secara keseluruhan, serta mengurangi perasaan kesepian dan terisolasi.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi atau kemandirian mencakup kemampuan untuk mengatur diri sendiri dan membuat keputusan berdasarkan nilai dan standar pribadi, daripada bergantung pada pendapat orang lain. Individu dengan kemandirian yang tinggi merasa mampu menentukan dan mengikuti jalan hidup mereka sendiri, tidak terlalu terpengaruh oleh tekanan sosial atau mencari persetujuan dari orang lain. Kemandirian yang tinggi dikaitkan dengan rasa kontrol yang lebih besar terhadap kehidupan dan keputusan, serta kepuasan pribadi yang lebih besar.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Aspek ini melibatkan kemampuan untuk mengelola dan memanfaatkan lingkungan sekitar dengan cara yang mendukung tujuan dan aspirasi pribadi. Hal ini mencakup kemampuan untuk menghadapi tantangan sehari-hari dan mengubah lingkungan untuk memenuhi kebutuhan pribadi. Individu dengan penguasaan lingkungan yang tinggi dapat memanfaatkan peluang yang ada, merasa memiliki kendali atas faktor eksternal, dan mampu memilih atau membangun lingkungan yang sesuai dengan keinginannya. Penguasaan lingkungan yang baik berkontribusi pada rasa kepuasan hidup dan berkurangnya stres karena individu merasa lebih mampu menghadapi dan mengatasi tantangan.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in life*)

Tujuan hidup termasuk memiliki sistem kepercayaan yang memberikan makna dan arah dalam hidup, serta menetapkan tujuan dan sasaran yang memberikan arti penting bagi eksistensi pribadi. Individu dengan tujuan hidup yang kuat merasa bahwa hidup mereka bermakna, memiliki arah yang jelas, dan memiliki keyakinan bahwa hidup mereka memiliki makna yang lebih besar. Memiliki tujuan hidup yang jelas dikaitkan dengan kesejahteraan mental yang lebih baik, motivasi yang lebih tinggi, dan kepuasan hidup yang lebih besar.

f. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Pertumbuhan pribadi mencakup keyakinan bahwa orang mengembangkan dan meningkatkan diri mereka sendiri dari waktu ke waktu, terbuka terhadap pengalaman baru, dan menyadari potensi mereka. Individu yang mengalami tingkat pertumbuhan pribadi yang tinggi merasa bahwa mereka terus berkembang, mengeksplorasi hal-hal baru, dan memiliki rasa akan potensi pribadi yang belum sepenuhnya disadari. Pertumbuhan pribadi yang baik dapat meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan mental karena individu merasa terhubung dengan pertumbuhan dan perkembangan dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *Psychological Well-Being* yaitu penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

### **C. Mahasiswa Tingkat Akhir**

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang berada pada fase akhir masa studinya, dimana mereka diharuskan menyusun tugas akhir atau skripsi sebagai syarat kelulusan yang harus diselesaikan dalam waktu yang telah ditentukan (Wahyuningtiyas dkk., 2019). Menurut Widigda dan Setyaningrum (2018), mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebagai bagian dari syarat kelulusan yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar sarjana. Selama masa studi di universitas, mahasiswa mempelajari teori-teori dan menyelesaikan kredit semester sesuai dengan jurusan yang dipilih. Setelah mencapai jumlah SKS yang disyaratkan, mereka memasuki tahap akhir dari studinya, yaitu menyelesaikan tugas akhir atau skripsi (Roellyana & Listiyandini, 2016).

Andeslan dan Uyun (2023) menjelaskan bahwa mahasiswa tingkat akhir termasuk dalam kategori dewasa awal, dimana mahasiswa diharapkan dapat menyelesaikan studinya tepat waktu melalui penyelesaian skripsi. Namun, mahasiswa tingkat akhir seringkali menghadapi berbagai kendala baik yang bersifat akademis maupun non-akademis dalam proses penulisan skripsi

(Abdullah dkk., 2017). Permasalahan akademik dapat berupa kesulitan dalam mencari topik penelitian, mendapatkan referensi, hambatan dalam bimbingan karena komunikasi yang kurang efektif dengan dosen pembimbing, dan waktu yang terbatas menjelang wisuda. Sementara itu, masalah non-akademik dapat berasal dari faktor lingkungan maupun faktor diri sendiri, seperti rasa malas, kurang konsentrasi, sulit mengatur waktu, dan tekanan dari keluarga, terutama orang tua (Maesyaroh, 2021).

**D. Hubungan antara *Psychological Well-Being* dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*) pada Mahasiswa Tingkat Akhir**

Penelitian ini menguji hubungan antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Fokus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Fenomena yang ditemui yaitu masalah kecemasan dimana menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian sebelumnya juga telah meneliti *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir dalam beberapa tahun terakhir.

*Psychological well-being* sangat penting bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi karena kondisi kesejahteraan psikologis yang baik memungkinkan individu untuk mengontrol keenam dimensi kesejahteraan psikologis. Hal ini memungkinkan mahasiswa untuk mengatur pikiran dan perilaku mereka menjadi lebih adaptif, positif, dan produktif, bahkan ketika dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan (Safitri, 2017). Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi seringkali merasa cemas akan masa depannya. Kecemasan ini juga disebabkan oleh fakta bahwa mahasiswa pada tahap ini biasanya berada pada periode perkembangan dewasa awal, di mana individu diharapkan untuk menjadi lebih mandiri. Banyaknya tugas-tugas menantang

yang dihadapi pada masa ini membuat masa dewasa awal menjadi masa yang penuh tekanan.

Hasil penelitian (Mutiarachmah & Maryatmi, 2019) mengungkapkan bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan yang negatif yang signifikan dengan kecemasan dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir jurusan kesejahteraan sosial UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Hal ini sesuai dengan penelitian (Tandjing, 2015) pada mahasiswa tingkat akhir yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara kesejahteraan psikologis dan distres psikologis. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis mahasiswa, semakin rendah tingkat distres psikologis yang dialami, dan sebaliknya. Distres psikologis yang dimaksud di sini merujuk pada kecemasan yang dialami mahasiswa tingkat akhir saat menghadapi persaingan di dunia kerja. Jika individu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, individu akan terbebas dari indikator kesehatan mental yang negatif, termasuk kecemasan (Ryff, 1989).

Maghfiroh dan Dewi (2023) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan karir dengan dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir. Hubungan antara kedua variabel menunjukkan arah negatif yang signifikan dengan rentang mulai dari sedang hingga kuat. Hal ini berarti semakin tinggi kecemasan karir, maka semakin rendah aspek-aspek kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir, dan sebaliknya. Pedrero (dalam Morales-Rodríguez dkk., 2020) menyatakan bahwa individu dengan tingkat pertumbuhan pribadi yang rendah mengalami kecemasan yang lebih tinggi, serta kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan individu dengan pertumbuhan pribadi yang rendah untuk beradaptasi dengan keterampilan yang diperlukan, karena mereka cenderung kurang terbuka terhadap pengalaman baru yang dapat membantu mereka berkembang dalam situasi yang menantang. Akibatnya, individu-individu ini merasa cemas dan kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya. Hal ini juga dapat menurunkan tingkat kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis mereka, terutama dalam aspek pertumbuhan pribadi.

### **E. Hipotesis Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti membuat hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan kata lain, semakin tinggi *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir, begitu juga sebaliknya.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian non eksperimental dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif dan analisis korelasional. Analisis korelasional merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Adapun dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *psychological well-being* sebagai variabel independen (bebas) dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) sebagai variabel dependen (terikat).

Secara konseptual, kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) adalah keadaan psikologis individu yang ditandai dengan kekhawatiran dan rasa takut dalam menghadapi masa depan atau tantangan yang tidak diketahui sumbernya. Kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) timbul dalam diri individu dapat mempengaruhi kognisi, sikap, dan perilaku individu itu sendiri. Hal tersebut akan mengarah pada dua tindakan, yaitu mengintervensi kondisi lingkungan sesuai dengan masa depan yang diinginkan dan dapat mengurangi kecemasan karena merupakan kondisi yang tidak menyenangkan (Aurellia, 2022).

Secara operasional, *psychological well-being* merupakan penilaian pribadi berupa skor yang diperoleh dari jawaban instrument yang diberikan kepada partisipan. Terdapat enam dimensi yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), yaitu: *autonomy* (otonomi), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *personal growth* (pertumbuhan pribadi), *positive relation* (hubungan yang positif dengan orang lain), *purpose in life* (tujuan hidup), dan *self-acceptance* (penerimaan diri). Tingkat *psychological well-being* diukur melalui nilai yang telah diperoleh dari skala Ryff yang mana semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi *psychological well-being* pada individu. Sebaliknya, semakin rendah

skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah *psychological well-being* pada individu tersebut (Fitri, 2023).

Secara operasional, kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) merupakan bentuk emosi dan pengalaman subjektif yang ditandai dengan kekhawatiran atau rasa takut yang dialami individu dalam tingkat yang berbeda-beda. Pada umumnya perasaan ini muncul dalam bentuk emosi negatif yang dapat menimbulkan respon atau perubahan fisiologis seperti detak jantung meningkat, gemetar, dan berkeringat. Sedangkan pada perubahan psikologis seperti tegang, bingung, panik, dan tidak dapat konsentrasi (Lutfiyah, 2022). Variabel kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) diukur melalui nilai yang telah diperoleh dari skala (Zaleski (1996) dimana semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada individu. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada individu tersebut.

Secara konseptual, *psychological well-being* adalah kondisi individu yang ditandai dengan perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup, dan tidak adanya gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, mempunyai tujuan hidup, perkembangan diri, serta hubungan yang positif dengan orang lain dan lingkungan (D. Purwaningsih dkk., 2023).

## **B. Partisipan Penelitian**

Untuk melakukan penelitian ini, peneliti akan melibatkan partisipan-partisipan yang (a) mahasiswa aktif tingkat akhir (b) mahasiswa dengan rentang usia 20-25 tahun (c) mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi (d) dan mahasiswa yang bersedia untuk menjadi partisipan penelitian. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh Strata 1 (S1) dengan rentang usia 20 sampai 25 tahun yang bersedia untuk mengikuti rangkaian penelitian. Mahasiswa tingkat akhir digunakan sebagai subjek dalam penelitian karena sedang berada pada masa dewasa awal,

yang mana pada masa ini mereka memiliki berbagai kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dari masa sebelumnya. Hanya mahasiswa yang memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian yang diminta untuk mengisi secara lengkap kuisioner atau formulir penelitian.

Berdasarkan hasil pengumpulan data, peneliti mendapatkan partisipan sebanyak 212 partisipan, berikut data demografis terkait partisipan penelitian :

*Tabel 3. 1 Data Demografis Partisipan Penelitian*

	<b>Mean</b>	<b>Standard Deviation</b>	<b>Range</b>
Usia	2.83	0.8	20-25 tahun
	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Jenis Kelamin	Laki-Laki	69	32.5%
	Perempuan	143	67.5%
Jurusan	Eksata	47	22.2%
	Non Eksakta	165	77.8%
Lama Mengerjakan Tugas Akhir (Skripsi)	1-3 bulan	39	18.4%
	4-6 bulan	104	49.1%
	7-9 bulan	54	25.5%
	10-12 bulan	11	5.2%
	>12 bulan	4	1.9%

Berdasarkan data demografis di atas, partisipan laki-laki berjumlah 69 dengan persentase sebesar 32.5% dan partisipan perempuan berjumlah 143 dengan persentase 67.5%. Rentang usia partisipan pada penelitian ini yaitu 20-25 tahun dengan rata-rata 2.83. Jurusan partisipan dikelompokkan menjadi dua yaitu eksata berjumlah 47 dengan persentase 22.2% dan non eksakta berjumlah 165 dengan persentase 77.8%. Kemudian, Partisipan yang paling banyak mengerjakan tugas akhir atau skripsi yaitu selama 4-6 bulan dengan jumlah 104 partisipan dengan persentase 49.1%.

### **C. Metode Pengukuran Data**

#### **1. Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)**

Kecemasan menghadapi masa depan diukur menggunakan *Future Anxiety Scale (FAS)* yang dikembangkan oleh Zaleski (1996) yang dibuat berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Taylor. *Future Anxiety Scale (FAS)* memiliki 25 item yang digunakan untuk mengukur Kecemasan

Menghadapi Masa Depan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis skala likert yang memiliki 5 alternatif jawaban yaitu, (1) Tidak setuju, (2) Kurang Setuju, (3) Agak Setuju, (4) Setuju, (5) Sangat Setuju.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Kecemasan Masa Depan (FA)

Variabel	Item pertanyaan		Jumlah
	Favourable	Unfavorable	
Kecemasan Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )	1,2,3,4,5,6,7,8, <b>9*</b> , 10,11,12,13,14,15,16,17,18,1 9,21,22,23,24,25	20	25
Total			25

Keterangan: **bold\*** = aitem gugur

## 2. *Psychological Well-Being*

*Psychological well-being* diukur menggunakan *Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A)*. *Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A)* merupakan skala yang telah diadaptasi oleh Sunardy dkk., (2023) dari *Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS)*. *Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A)* memiliki 20 item yang dikelompokkan menjadi 4 dimensi untuk mengukur *BSPWB-A* yakni: *self-acceptance* (penerimaan diri), *positive interpersonal relationships* (hubungan interpersonal yang positif), *autonomy* (otonomi), dan *life development* (perkembangan hidup). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis skala likert yang memiliki 5 alternatif jawaban yaitu, (1) Tidak setuju, (2) Kurang Setuju, (3) Agak Setuju, (4) Setuju, (5) Sangat Setuju.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala *Psychological Well-Being*

Aspek	Item pertanyaan		Jumlah
	Favourable	Unfavorable	
<i>Self-Acceptance</i>	1,2,3, <b>4*</b> ,5	-	5

<i>Positive Interpersonal Relationships</i>	8, <b>10*</b> ,	6,7,9	5
<i>Autonomy</i>		11,12,13,14,15,16	6
<i>Life Development</i>	17, <b>18*</b> ,19,20	-	4
Total			20

Keterangan: **bold\*** = aitem gugur

#### D. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini diawali dengan menyusun instrument *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A)* yang merupakan skala yang telah diadaptasi oleh Sunardy dkk., (2023) dari *Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS)* dan *Future Anxiety Scale* yang dikembangkan oleh Zaleski (1996). Kemudian, peneliti menerjemahkan setiap item dari kedua skala secara *back to back* yaitu dari bahasa inggris ke bahasa indonesia, kemudian kembali ke bahasa inggris menggunakan bantuan aplikasi *deepL translator*. Setelah kedua skala mendapatkan hasil terjemahan yang sesuai dan mudah dipahami, peneliti mulai menyusun kuesioner penelitian menggunakan *google form*. Penyebaran kuesioner ini dilakukan pada 22 Mei 2024 sampai 2 Juli 2024 melalui platform sosial media *Instagram* dan *broadcast WhatsApp*. Data yang telah terkumpul diolah secara statistik deskriptif menggunakan *SPSS 25.0 Version*. Pertama, data diuji untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala yang digunakan. Kemudian, data diolah untuk mengetahui hipotesis penelitian, adapun syarat uji hipotesis, yaitu asumsi klasik diantaranya uji normalitas dan uji linearitas. Kemudian, peneliti akan melakukan uji hipotesis untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak.

## BAB IV

### HASIL DAN DISKUSI PENELITIAN

#### A. Hasil-Hasil Penelitian

##### 1. Hasil Uji Coba Alat Ukur

###### a. Validitas

Pada penelitian ini, uji validitas diolah menggunakan *SPSS 25.0 Version* dengan seleksi aitem menggunakan indeks daya beda dari hasil korelasi anatar skor aitem. Aitem dapat dikatakan valid jika aitem tersebut memiliki skor  $> 0.30$  (Hendryadi, 2021). Hasil analisis pertama yaitu pada skala kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dengan hasil menunjukkan bahwa aitem nomor 9 harus digugurkan, karena nilai korelasi antara skor aitemnya bergerak di bawah 0.30. Kemudian, uji coba selanjutnya dilakukan pada skala *psychological well-being* menyatakan aitem nomor 4, 10 dan 18 harus di gugurkan, hal tersebut dikarenakan nilai korelasi antara skor aitemnya bergerak di bawah 0.30. Aitem yang dinyatakan gugur merupakan aitem yang dikatakan tidak valid karena memiliki skor  $< 0.30$ , walaupun reliabel karena memiliki nilai koefisien *cronbach alpha*  $> 0.50$ .

###### b. Reliabilitas

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *cronbach aplha* yang diolah menggunakan *SPSS 25.0 Version*. Hasil koefisien reliabilitas pada skala kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) diperoleh koefisien *cronbach alpha* sebesar 0.951, hal tersebut menunjukkan bahwa skala kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dapat dikatakan reliabel. Sedangkan, pada uji reliabilitas pada skala *psychological well-being* yaitu diperoleh koefisien *cronbach alpha* sebesar 0.801, hal tersebut menunjukkan bahwa skala *psychological well-being* dapat dikatakan reliabel.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian di gunakan untuk menjelaskan hasil dari tingkat skor *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Deskripsi data penelitian ini dapat dijelaskan melalui tabel di bawah ini :

Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Psychological Well-Being</i>	36	79	58.1	8.4	36	79	58.1	8.4
Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )	26	116	76.9	19.4	26	116	76.9	19.4

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui nilai *mean* (M) pada variabel *psychological well-being* yaitu 58.1 dengan nilai *Standard Deviation* (SD) yaitu 8.4. Sedangkan, pada variabel kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) nilai *mean* (M) yaitu 76.9 dan nilai *Standard Deviation* (SD) yaitu 19.4.

Berdasarkan deskripsi data di atas, dapat disusun kategorisasi data partisipan sebagai berikut :

Tabel 4. 2 Kategorisasi Variabel PWB

Kategori	Rentangan Skor	Jumlah	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 45.5$	13	6.1%
Rendah	$45.5 < X \leq 53.9$	54	25.5%
Sedang	$53.9 < X \leq 62.3$	80	37.7%
Tinggi	$62.3 < X \leq 70.7$	52	24.5%
Sangat Tinggi	$70.7 < X$	13	6.1%
<b>Total</b>		<b>212</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui jumlah partisipan yang memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sangat rendah berjumlah 13 partisipan dengan persentase sebesar 6.1%. Pada kategori rendah jumlah

partisipan sebanyak 54 dengan persentase sebesar 25.5%. Kemudian, pada kategori sedang sebanyak 80 partisipan dengan persentase 37.7%. Pada kategori tinggi jumlah partisipan sebanyak 52 dengan persentase 24.5%. Dan yang terakhir pada kategori sangat tinggi sebanyak 13 partisipan dengan persentase 6.1%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa frekuensi dan persentase *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir sebagian besar pada kategori sedang.

Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel FA

Kategori	Rentangan Skor	Jumlah	Persentase
<b>Sangat Rendah</b>	$X \leq 48$	17	8%
<b>Rendah</b>	$48 < X \leq 67.3$	46	21.7%
<b>Sedang</b>	$67.3 < X \leq 86.7$	81	38.2%
<b>Tinggi</b>	$86.7 < X \leq 106.1$	54	25.5%
<b>Sangat Tinggi</b>	$106.1 < X$	14	6.6%
<b>Total</b>		<b>212</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui jumlah partisipan yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sangat rendah berjumlah 17 partisipan dengan persentase sebesar 8%. Pada kategori rendah jumlah partisipan sebanyak 46 dengan persentase sebesar 21.7%. Kemudian, pada kategori sedang sebanyak 81 partisipan dengan persentase 38.2%. Pada kategori tinggi jumlah partisipan sebanyak 54 dengan persentase 25.5%. Dan yang terakhir pada kategori sangat tinggi sebanyak 14 partisipan dengan persentase 6.6%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa frekuensi dan persentase kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir sebagian besar pada kategori sedang.

Tabel 4. 4 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Usia

PWB		Usia					Total	
		20	21	22	23	24		25
<b>Sangat Rendah</b>		1	7	4	1	0	0	13
		0.5%	3.3%	1.9%	0.5%	0%	0%	6.1%
<b>Rendah</b>		5	14	25	8	2	0	54
		2.4%	6.6%	11.8%	3.8%	0.9%	0%	25.5%

<b>Sedang</b>	1	19	50	9	0	1	80
	0.5%	9%	23.6%	4.2%	0%	0.5%	37.7%
<b>Tinggi</b>	1	11	35	4	0	1	52
	0.5%	5.2%	16.5%	1.9%	0%	0.5%	24.5%
<b>Sangat Tinggi</b>	1	2	8	1	1	0	13
	0.5%	0.9%	3.8%	0.5%	0.5%	0%	6.1%
<b>Total</b>	9	53	122	23	3	2	212
	4.2%	25%	57.5%	10.8%	1.4%	0.9%	100%

Berdasarkan data di atas, ditemukan bahwa rata-rata partisipan memiliki usia 22 tahun yaitu sebanyak 122 partisipan dengan persentase sebesar 57.5%. Berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa 50 dari 212 partisipan dengan usia 22 tahun memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang. Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa rata-rata partisipan dalam penelitian ini berada pada usia 22 tahun dengan tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang.

Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin		
		Laki-Laki	Perempuan	Total
<b>PWB</b>	<b>Sangat Rendah</b>	2	11	13
		0.9%	5.2%	6.1%
	<b>Rendah</b>	20	34	54
		9.4%	16%	25.5%
	<b>Sedang</b>	18	62	80
		8.5%	29.2%	37.7%
	<b>Tinggi</b>	20	32	52
		9.4%	15.1%	24.5%
	<b>Sangat Tinggi</b>	9	4	13
		4.2%	1.9%	6.1%
<b>Total</b>		69	143	212
		32.5%	67.5%	100%

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji *crosstabs* menunjukkan bahwa rata-rata partisipan laki-laki memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori tinggi dan rendah, sedangkan rata-rata partisipan perempuan memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang. Pada partisipan laki-laki yang berjumlah 69 partisipan, terdapat 20 partisipan laki-laki dengan persentase sebesar 9.4% yang memiliki tingkat *psychological*

*well-being* dalam kategori tinggi dan rendah. Kemudian, pada partisipan perempuan yang berjumlah 143 partisipan, terdapat 80 partisipan yang memiliki tingkat *psychological well-being* dalam kategori sedang dengan persentase 37.7%.

Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Jurusan

PWB		Jurusan		Total
		Eksakta	Non Eksakta	
	<b>Sangat Rendah</b>	2 0.9%	11 5.2%	13 6.1%
	<b>Rendah</b>	8 3.8%	46 21.7%	54 25.5%
	<b>Sedang</b>	21 9.9%	59 27.8%	80 37.7%
	<b>Tinggi</b>	14 6.6%	38 17.9%	52 24.5%
	<b>Sangat Tinggi</b>	2 0.9%	11 5.2%	13 6.1%
<b>Total</b>		47 22.2%	165 77.8%	212 100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa rata-rata partisipan yang berada di jurusan eksakta memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang. Kemudian, rata-rata partisipan yang berada di jurusan non eksakta juga memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang. Pada partisipan jurusan eksakta yang berjumlah 47 partisipan, terdapat 21 partisipan memiliki tingkat *psychological well-being* dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 9.9%. Kemudian, pada partisipan jurusan non eksakta yang berjumlah 165 partisipan, terdapat 59 partisipan yang memiliki tingkat *psychological well-being* dalam kategori sedang dengan persentase 29.8%.

Tabel 4. 7 Kategorisasi Variabel PWB Berdasarkan Lama Skripsi

#### Lama Mengerjakan Skripsi

		1-3 bulan	4-6 bulan	7-9 bulan	10-12 bulan	>12 bulan	Total
<b>PWB</b>	<b>Sangat Rendah</b>	1 0.5%	8 3.8%	3 1.4%	1 0.5%	0 0%	13 6.1%
	<b>Rendah</b>	12 5.7%	27 12.7%	13 6.1%	2 0.9%	0 0%	54 25.5%
	<b>Sedang</b>	15 7.1%	33 15.6%	24 11.3%	5 2.4%	3 .4%	80 37.7%
	<b>Tinggi</b>	9 4.2%	28 13.2%	12 5.7%	2 0.9%	1 0.5%	52 24.5%
	<b>Sangat Tinggi</b>	2 0.9%	8 3.8%	2 0.9%	1 0.5%	0 0%	13 6.1%
	<b>Total</b>	39 18.4%	104 49.1%	54 25.5%	11 5.2%	4 1.9%	212 100%

Berdasarkan data di atas, menunjukkan bahwa rata-rata partisipan mengerjakan tugas akhir atau skripsi sampai saat ini yaitu selama 4-6 bulan sebanyak 104 partisipan dengan persentase sebesar 49.1%. Kemudian, dari 104 partisipan yang mengerjakan tugas akhir (skripsi) selama 4-6 bulan, 33 partisipan memiliki tingkat *psychological well-being* dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 15.6%. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan yang mengerjakan tugas akhir atau skripsi selama 4-6 bulan memiliki tingkat *psychological well-being* dalam kategori sedang.

Tabel 4. 8 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Usia

		Usia					Total	
		20	21	22	23	24		25
<b>FA</b>	<b>Sangat Rendah</b>	0 0%	4 1.9%	10 4.7%	2 0.9%	1 0.5%	0 0%	13 8%
	<b>Rendah</b>	4 1.9%	8 3.8%	28 13.2%	5 2.4%	0 0%	1 0.5%	54 21.7%
	<b>Sedang</b>	3 1.4%	17 8%	53 25%	6 2.8%	1 0.5%	1 0.5%	80 38.2%
	<b>Tinggi</b>	0 0%	19 9%	27 12.7%	8 3.8%	0 0%	0 0%	54 25.5%
	<b>Sangat Tinggi</b>	2 0.9%	5 2.4%	4 1.9%	2 0.9%	1 0.5%	0 0%	13 6.6%
	<b>Total</b>	9 4.2%	53 25%	122 57.5%	23 10.8%	3 1.4%	2 0.9%	212 100%

Berdasarkan data di atas, ditemukan bahwa rata-rata partisipan memiliki usia 22 tahun yaitu sebanyak 122 partisipan dengan persentase sebesar 57.5%. Berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa 53 dari 122 partisipan dengan usia 22 tahun memiliki kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sedang. Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa rata-rata partisipan dalam penelitian ini berada pada usia 22 tahun dengan tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sedang.

Tabel 4. 9 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Jenis Kelamin

FA		Jenis Kelamin		Total
		Laki-Laki	Perempuan	
	<b>Sangat Rendah</b>	11 5.2%	6 2.8%	17 8%
	<b>Rendah</b>	21 9.9%	25 11.8%	46 21.7%
	<b>Sedang</b>	21 9.9%	60 28.3%	81 38.2%
	<b>Tinggi</b>	9 4.2%	45 21.2%	54 25.5%
	<b>Sangat Tinggi</b>	7 3.3%	7 3.3%	14 6.6%
<b>Total</b>		69 32.5%	143 67.5%	212 100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa rata-rata partisipan laki-laki memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori rendah dan sedang. Kemudian, rata-rata partisipan perempuan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sedang. Pada partisipan laki-laki yang berjumlah 69 partisipan, terdapat 21 partisipan laki-laki yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 9.9% dan 21 partisipan laki-laki yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 9.9%. Kemudian, pada partisipan perempuan yang berjumlah 143 partisipan, terdapat 60

partisipan yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase 28.3%.

Tabel 4. 10 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Jurusan

FA		Jurusan		Total
		Eksakta	Non Eksakta	
Sangat Rendah		4	13	17
		1.9%	6.1%	8%
Rendah		11	35	46
		5.2%	16.5%	21.7%
Sedang		21	60	81
		9.9%	28.3%	38.2%
Tinggi		6	48	54
		2.8%	22.6%	25.5%
Sangat Tinggi		5	9	14
		2.4%	4.2%	6.6%
Total		47	165	212
		22.2%	77.8%	100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa rata-rata partisipan yang berada di jurusan eksakta memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sedang. Kemudian, rata-rata partisipan yang berada di jurusan non eksakta juga memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada kategori sedang. Pada partisipan jurusan eksakta yang berjumlah 47 partisipan, terdapat 21 partisipan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 9.9%. Kemudian, pada partisipan jurusan non eksakta yang berjumlah 165 partisipan, terdapat 60 partisipan yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase 28.3%.

Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel FA Berdasarkan Lama Skripsi

FA		Lama Mengerjakan Skripsi					Total
		1-3 bulan	4-6 bulan	7-9 bulan	10-12 bulan	>12 bulan	
Sangat Rendah		3	8	6	0	0	17
		1.4%	3.8%	2.8%	0%	0%	8%

<b>Rendah</b>	9 4.2%	25 11.8%	10 4.7%	2 0.9%	0 0%	46 21.7%
<b>Sedang</b>	14 6.6%	41 19.3%	17 8%	6 2.8%	3 1.4%	81 38.2%
<b>Tinggi</b>	9 4.2%	24 11.3%	18 8.5%	2 0.9%	1 0.5%	52 25.5%
<b>Sangat Tinggi</b>	4 1.9%	6 2.8%	3 1.4%	1 0.5%	0 0%	14 6.6%
<b>Total</b>	39 18.4%	104 49.1%	54 25.5%	11 5.2%	4 1.9%	212 100%

Berdasarkan data di atas, menunjukkan bahwa rata-rata partisipan mengerjakan tugas akhir atau skripsi sampai saat ini yaitu selama 4-6 bulan sebanyak 104 partisipan dengan persentase sebesar 49.1%. Kemudian, dari 104 partisipan yang mengerjakan tugas akhir atau skripsi selama 4-6 bulan, 41 partisipan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 49.1%. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan yang mengerjakan tugas akhir atau skripsi selama 4-6 bulan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang.

### 3. Uji Asumsi

Proses analisis data dengan menggunakan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas antara variabel *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Hal untuk mengevaluasi apakah hipotesis yang diajukan sesuai dengan data yang diperoleh dari lapangan. Uji asumsi dapat dilakukan dengan menggunakan metode parametrik dan non parametrik, dengan menggunakan *SPSS 25.0 Version*.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran data variabel *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) yang dilakukan dalam penelitian. Data dapat dikatakan terdistribusi secara normal apabila nilai signifikansi  $p >$

0.05, sedangkan dikatakan tidak normal apabila nilai signifikansi  $p < 0.05$ . Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan *shapiro-wilk test* melalui *SPSS 25.0 Version* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 12 Uji Normalitas

Variabel	p	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	0.211	Normal
Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )	0.260	Normal

Berdasarkan hasil dari uji normalitas dengan menggunakan *shapiro-wilk test* pada skala *psychological well-being*, diperoleh nilai signifikansi  $p = 0.211$  ( $p > 0.05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data pada skala *psychological well-being* terdistribusi normal, karena berada diatas 0.05. Kemudian, hasil uji normalitas dengan menggunakan *shapiro-wilk test* dari skala kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*), diperoleh nilai signifikansi  $p = 0.260$  ( $p > 0.05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data pada skala kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) terdistribusi normal, karena masih berada diatas 0.05.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan yang linear antara variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Masing-masing dari variabel dapat dikatakan linear jika nilai *linearity* ( $p < 0.05$ ) dan *deviation form linearity*  $> 0.05$ . Berdasarkan uji linearitas yang dilakukan menggunakan *SPSS 25.0 Version*, didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4. 13 Uji Linearitas

Variabel	Deviation from Linearity (F)	p	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i> dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )	0.131	0.000	Linear

Berdasarkan uji linearitas di atas, didapatkan bahwa variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) memiliki nilai *linearity* = 0.000 ( $p < 0.05$ ) dengan nilai *deviation form linearity* sebesar 0.131 ( $p > 0.05$ ). Hal ini membuktikan bahwa variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) memiliki hubungan yang linear.

#### 4. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, uji korelasi dilakukan untuk menunjukkan adanya hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent*. Kedua variabel dapat dikatakan saling berkorelasi apabila nilai signifikansi ( $p < 0.05$ ). Uji korelasi yang digunakan yaitu analisis korelasi parametrik *pearson product moment*, berdasarkan uji korelasi menggunakan *pearson product moment* dengan bantuan *SPSS 25.0 Version* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 14 Uji Korelasi

Variabel	r	p	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i> dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan ( <i>Future Anxiety</i> )	-0.579	0.000	Hubungan Negatif Signifikan

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang menyatakan terdapat korelasi yang signifikan antara kedua variabel *psychological well-being* dengan

kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dan nilai  $r$  -0.579 yang menunjukkan bahwa variabel *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) memiliki nilai koefisien korelasi yang tergolong cukup kuat dan memiliki hubungan yang negatif, sehingga pengajuan hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini diterima.

## 5. Analisis Tambahan

Uji T atau *T-Test* dilakukan untuk menguji apakah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap dua buah populasi atau sampel. Jika nilai signifikansi ( $p < 0.05$ ), maka jenis kelamin berpengaruh secara signifikan terhadap variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Berdasarkan uji t yang dilakukan menggunakan *JASP 19.0 Version*, didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4. 15 Uji T

	Jenis Kelamin	Mean	t	p	Ket
<b>Psychological Well-Being</b>	Laki-laki	59.913	2.189	0.030	Signifikan
	Perempuan	57.238			
<b>Kecemasan Menghadapi Masa Depan</b>	Laki-laki	71.855	-2.713	0.007 <sup>a</sup>	Signifikan
	Perempuan	79.469			

Berdasarkan Uji T yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa laki-laki memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Pada variabel *psychological well-being* diperoleh nilai signifikansi sebesar  $p = 0.030$  ( $p < 0.05$ ). Kemudian, pada variabel kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) diperoleh hasil bahwa perempuan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Pada variabel kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) diperoleh nilai signifikansi sebesar  $p = 0.007^a$  ( $p < 0.05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

## B. Diskusi Penelitian

Berdasarkan analisis yang dilakukan, menunjukkan hasil bahwa hipotesis penelitian diterima dengan adanya hubungan antara variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil dari penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maghfiroh & Dewi, 2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kecemasan karir terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa hasil penelitian sebelumnya memiliki korelasi yang sama dengan hipotesis penelitian ini, yang mana semakin tinggi *psychological well-being* maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *psychological well-being* maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang (37.7%). Namun, masih terdapat beberapa mahasiswa yang memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori rendah (25.5%). Hal ini menunjukkan bahwa masih kurang optimalnya tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa, khususnya pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Hal ini dapat berpengaruh pada individu dimana kesejahteraan psikologis yang tinggi mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, menunjukkan kehangatan dan kepercayaan dalam interaksi, serta memiliki empati, kasih sayang, dan kedekatan yang kuat (Maghfiroh & Dewi, 2023).

Purwaningsih dkk., (2023) dalam penelitiannya mengenai kesejahteraan psikologis dan kecemasan, diperoleh hasil bahwa partisipan memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang dengan persentase 52.04% dan 27.55% pada kategori tinggi. Penelitian ini menemukan hasil yang serupa, bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) dalam kategori sedang dengan persentase 38.2% dan 25.5% partisipan pada

kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan pada penelitian ini memiliki kecemasan akan masa depannya (*future anxiety*).

Berdasarkan pernyataan diatas, penelitian ini membuktikan bahwa partisipan yaitu mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 20-25 tahun berada pada tingkat kecemasan dengan kategori sedang hingga tinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Susulowska (dalam Zaleski, 1996) bahwa kecemasan akan masa depan mulai muncul pada usia 11-14 tahun (2,8%), meningkat pada usia 15-19 tahun (15,7%), mencapai puncaknya pada usia 20-29 tahun (51,4%), dan jarang ditemukan pada usia yang lebih tua. Kecemasan dapat mempengaruhi psikologis individu yaitu merasa cemas, khawatir, gelisah, bingung, dan tertekan (Kristanto dkk., 2014). Individu dengan kecemasan mungkin mengalami ketidakstabilan emosi dan merasa tidak yakin tentang apa yang akan terjadi di masa depan. Ketidakpastian ini dapat memengaruhi kemampuan individu untuk mengambil keputusan, berkurangnya motivasi, dan memengaruhi kesejahteraan individu secara keseluruhan. Selain itu, kecemasan akan masa depan dapat mengganggu kemampuan individu untuk fokus dan menikmati tugas atau momen yang ada saat ini. Hasil penelitian ini juga selaras dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannini dkk., (2022) yang menyatakan bahwa hilangnya motivasi dan harapan akan masa depan mempengaruhi tingkat kecemasan akan masa depan.

Secara kualitatif, penelitian ini meminta partisipan yaitu mahasiswa tingkat akhir untuk menuliskan hambatan yang dialami selama proses mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Salah satu hambatan yang umum adalah kesulitan dalam menentukan judul yang sesuai dan relevan. Selain itu, metode penelitian, mencari jurnal atau sumber penelitian, kesulitan dalam olah data, revisi yang tidak kunjung selesa, dan komunikasi yang sulit dengan dosen pembimbing menjadi hambatan yang banyak dialami mahasiswa. Masalah internal seperti rasa malas, menunda-nunda mengerjakan tugas, *mood* yang tidak stabil, kurangnya semangat dan motivasi, serta masalah percintaan juga menjadi hambatan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi.

Hasil penelitian ini menekankan betapa pentingnya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Upaya ini penting dilakukan agar mahasiswa dapat lebih efektif mengelola kecemasan akan masa depan, yang seringkali berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik, mahasiswa akan lebih siap dalam menghadapi berbagai tantangan akademis dan kehidupan, serta lebih mampu memanfaatkan peluang yang ada di masa depan.

Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif (SE) diperoleh nilai sebesar 33.5%. Sumbangan efektif merupakan persentase perbandingan yang digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi (pengaruh) variabel bebas terhadap variabel terikat. Dengan ini, variabel *psychological well-being* dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) hingga 33.5%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pengisian kuesioner yang dilakukan secara *self-report* sehingga berisiko terjadinya bias respons. Partisipan cenderung mengekspresikan diri mereka secara ekstrem dengan memilih nilai ujung dari rentang angka, meskipun hal tersebut tidak sesuai dengan keadaan asli responden (Yulianto, 2020). Kemudian, kedua skala yang digunakan dalam penelitian hanya diterjemahkan menggunakan bantuan aplikasi oleh peneliti tanpa bantuan dengan ahli. Meskipun penelitian ini masih memiliki keterbatasan, hasil penelitian ini telah menguatkan penelitian sebelumnya, yaitu menemukan adanya hubungan yang negatif antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut ditandai dengan nilai signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) dan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = -0.579$  yang menunjukkan bahwa variabel *psychological well-being* dengan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) memiliki nilai koefisien korelasi yang tergolong cukup kuat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological well-being* pada mahasiswa, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa. Begitupun sebaliknya, jika *psychological well-being* pada mahasiswa rendah maka akan semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa pengajuan hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini diterima.

#### **B. SARAN**

Melihat hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengusulkan beberapa saran sebagai berikut :

##### **1. Subjek Penelitian**

Bagi subjek penelitian yang dalam hal ini adalah mahasiswa tingkat akhir, diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman mengenai *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi landasan mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*), sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan menghadapi masa depan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir.

## 2. Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan teori yang lebih luas, sehingga pembahasan mengenai *psychological well-being* dan kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*) pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir dapat lebih mendalam. Selain itu, peneliti juga dapat menggunakan alat ukur yang lebih efektif agar kualitas data yang diperoleh akan semakin baik dan maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. A., Sarirah, T., & Lestari, S. (2017). Perfeksionisme dan Strategi Coping: Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Dalam *MEDIAPSI 2017* (Vol. 3, Nomor 1).
- Andeslan, S., & Uyun, Q. (2023). *Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Masa Peralihan Pandemi COVID-19*. 6.
- Arsy, H. (2011). *Hubungan Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau*.
- Aurellia, F. (2022). *Hubungan Kecemasan Masa Depan Dengan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Di Universitas "X."*
- Callista, Q., & Basaria, D. (2023). Korelasi Antara Future Anxiety Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2). <https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>
- Fitri, M. A. (2023). *Hubungan Self Compassion Dengan Psychological Well-Being Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang Sedang Menyusun Skripsi*.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & Livana, PH. (2020). *Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19*.
- Hendryadi. (2021). Editorial Note: Uji Validitas Dengan Korelasi Item-Total? *Jurnal Manajemen Strategi dan Aplikasi Bisnis*, 4, 315–320. <https://doi.org/https://doi.org/10.36407/jmsab.v4i2.404>
- Henker, B., Whalen, C. K., Jamner, L. D., & Delfino, R. J. (2002). *Anxiety, Affect, and Activity in Teenagers: Monitoring Daily Life With Electronic Diaries*.
- Hilmi, M. S. D. (2017). *Dukungan Sosial Penerimaan Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Mahasiswa Disabilitas (Tuna Netra) Di Kota Malang*.
- Jannini, T. B., Rossi, R., Succi, V., & Di Lorenzo, G. (2022). Validation of the Dark Future Scale (DFS) for future anxiety on an Italian sample. *Journal of Psychopathology*, 28(2), 86–93. <https://doi.org/10.36148/2284-0249-457>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

- Kristanto, P. H., Pm, S., & Setyorini. (2014). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menyusun Proposal Skripsi*.
- Lutfiyah, M. F. (2022). *Perbedaan kecemasan akan masa depan pada individu usia dewasa awal ditinjau dari kepercayaan pada qada qadar dan tingkat pendidikan*.
- Maesyaroh, D. A. (2021). *Pola Perilaku Mencari Bantuan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Maghfiroh, F. F., & Dewi, T. K. (2023). Hubungan Kecemasan Karir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i1.1122>
- Maya, A. S. (2024). *Hubungan antara Orientasi Masa Depan dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam Dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Al-Munzir*.
- Miloyan, B., Pachana, N. A., & Suddendorf, T. (2014). The future is here: A review of foresight systems in anxiety and depression. Dalam *Cognition and Emotion* (Vol. 28, Nomor 5, hlm. 795–810). Psychology Press Ltd. <https://doi.org/10.1080/02699931.2013.863179>
- Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The Relationship Between Psychological Well-Being and Psychosocial Factors in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 1–21. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134778>
- Mutiara, L. M. (2023). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Yang Akan Datang Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Mutiarachmah, D., & Maryatmi, A. S. (2019). *Hubungan antara Regulasi Diri dan Psychological Well-Being dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Kesejahteraan Sosial UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Nugroho, S. R. (2023). *Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Pngguna Narkoba Yang Direhabilitasi*.
- Prahayuningtyas, F., & Basaria, D. (2023). Analisis Korelasi Self Compassion Dengan Psychological Well-Being Pada Anak Sulung Perempuan Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2). <https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

- Purwaningsih, D., Trisnani, R. P., & Pratama, B. D. (2023). *Karakteristik Siswa Psychological Well-Being Dari Keluarga Broken Home. Volume 2 No 1*. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SENASSDRA>
- Purwaningsih, I. E., Sugiarto, R., & Budiarto, S. (2023). *Kesejahteraan Psikologis Dalam Hubungannya Dengan Kecemasan Dan Dukungan Sosial*.
- Qolbi, F. H., Chotidjah, S., & Musthofa, A. (2020). Masa Emerging Adulthood pada Mahasiswa: Kecemasan akan Masa Depan, Kesejahteraan Subjektif, dan Religiusitas Islam. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 17(1), 44. <https://doi.org/10.18860/psi.v17i1.8821>
- Rahmaputri, J. M. (2024). *Pengaruh Stres Kerja, Perfeksionisme, Dan Religiusitas Terhadap Psychological Well-Being Pada Pekerja Di Bidang Teknologi Informasi*.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). *Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi*. <https://www.researchgate.net/publication/318128262>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. Dalam *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 57, Nomor 6).
- 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>
- Safitri, P. (2017). *Hubungan Kecemasan dengan Psychological Well-Being Sarjana SI Dalam Menghadapi Dunia Kerja*. <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/21295>
- Sunardy, G. N., Abidin, F. A., & Qodariah, L. (2023). *Adolescents' Psychological Well-being: Adaptation and Validation of the Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A) in Indonesia*. <https://www.researchgate.net/publication/376829177>
- Tandjing, M. V. (2015). *Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dan Distres Psikologis pada Mahasiwa Fakultas Psikologi UKSW Tingkat Akhir*.
- Wahyuningtiyas, E. P., Suminarti, S., & Amalia, S. (2019). *Hubungan Manajemen Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi*.
- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Sains*, 2, 190–199. <http://journal.uny.ac.id/index.php/jpms>

- Yulianto, Aries. (2020). MEWASPADAI RESPONSE BIAS DALAM SKALA PSIKOLOGI. *Buletin kpyn*, 6. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30178.07361>
- Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: CONCEPT, MEASUREMENT, AND PRELIMINARY RESEARCH. Dalam *~er.wn. indit,id. Off* (Vol. 21, Nomor 2).

## LAMPIRAN

### *Lampiran 1 Informed Consent*

⋮

Saya telah membaca dan memahami semua informasi yang telah dijelaskan diatas. Saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini secara sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun. Saya akan mengisi setiap pernyataan yang diberikan dengan jujur dan sesuai dengan diri saya. \*

Ya, saya bersedia

Tidak, saya tidak bersedia

**Lampiran 2 Skala Psychological Well-Being**

No.	Aitem	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Agak Setuju	Seutju	Sangat Setuju
1	Ketika saya memikirkan kisah hidup saya, saya merasa puas dengan segala sesuatu yang terjadi sejauh ini					
2	Secara umum, saya merasa percaya diri dan penuh harapan tentang diri saya					
3	Saya menyukai sebagian besar dari kepribadian saya					
4	Saya memiliki keyakinan atas pendapat saya sendiri, meskipun pendapat tersebut bertentangan dengan kesepakatan umum					
5	Secara umum, saya merasa bangga dengan diri saya dan kehidupan yang saya jalani					
6	Saya sering merasa kesepian karena hanya memiliki sedikit teman dekat yang bisa diajak berbagi cerita					
7	Saya tidak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan ketika saya perlu berbicara					
8	Saya merasa bahwa teman-teman saya membawakan saya banyak hal					
9	Saya belum pernah mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain					
10	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman-teman saya dan mereka tahu bahwa mereka dapat mempercayai saya					

11	Saya khawatir tentang bagaimana orang lain menilai pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya					
12	Saya khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain tentang saya					
13	Jika saya memiliki kesempatan, ada banyak hal tentang diri saya yang akan saya ubah					
14	Tugas dan tanggung jawab sehari-hari sering kali membuat saya merasa lelah					
15	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian dalam hidup saya					
16	Saya sering berubah pikiran tentang keputusan saya jika teman atau keluarga saya tidak setuju					
17	Saya percaya penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang bagi saya					
18	Saya percaya semua yang kita alami adalah kesempatan untuk tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik					
19	Saya percaya hidup adalah proses belajar, berubah, dan tumbuh yang berkelanjutan					
20	Ketika saya dihadapkan pada kesulitan atau tidak merasa puas dengan apapun dalam hidup saya, saya mencoba mencari cara untuk mengubahnya dan bergerak maju					

**Lampiran 3 Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan (Future Anxiety)**

No.	Aitem	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Agak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya takut suatu bencana akan terjadi dalam waktu dekat					
2	Saya gemetar karena takut memikirkan apa yang akan terjadi besok, bulan, dan tahun yang akan datang					
3	Saya takut untuk merencanakan masa depan					
4	Saya merasa khawatir dengan kejadian buruk yang bisa terjadi					
5	Saya khawatir akan gagal dalam mengatasi kesulitan yang semakin meningkat					
6	Saya khawatir akan kegagalan yang menanti saya					
7	Saya takut akan pemikiran bahwa terkadang saya akan menghadapi krisis atau kesulitan dalam hidup					
8	Saya merasa tegang dan khawatir ketika memikirkan masa depan					
9	Saya yakin bahwa di masa depan saya akan menyadari tujuan (nilai) terpenting dalam hidup saya					
10	Saya khawatir tidak dapat memberikan kehidupan yang layak untuk keluarga saya					
11	Saya memiliki kesan bahwa dunia sedang menuju kehancuran (akhir zaman)					
12	Saya takut akan momen di mana saya harus memperhitungkan					

	keputusan dan tindakan dalam hidup saya					
13	Semakin dekat saya dengan kematian, semakin saya merasa takut					
14	Saya takut perubahan situasi ekonomi-politik akan mengancam masa depan saya					
15	Saya takut dengan pemikiran bahwa hidup berlalu begitu cepat					
16	Saya terganggu dengan pemikiran bahwa di masa depan saya tidak akan mampu mewujudkan mimpi saya					
17	Saya takut masalah-masalah yang menimpa saya kini akan terus terjadi untuk waktu yang lama					
18	Meskipun segala sesuatu berjalan dengan baik, takdir tidak akan memihak saya					
19	Saya terganggu dengan kemungkinan kecelakaan atau penyakit serius yang tiba-tiba muncul (contoh AIDS, kanker)					
20	Saya tidak takut di masa depan orang-orang akan menjadi "serigala" satu sama lain					
21	Saya takut di masa depan orang lain akan memiliki pendapat negatif tentang saya					
22	Saya takut setelah beberapa tahun saya menilai bahwa hidup saya tidak memiliki tujuan					
23	Saya takut di masa depan hidup saya berubah menjadi lebih buruk					

24	Saya takut bahwa saya tidak mendapat penghargaan dalam pekerjaan saya					
25	Saya khawatir di usia tua saya akan menjadi beban bagi orang lain					

*Lampiran 4 Tabulasi Data Psychological Well-Being*

SA 1	SA 2	SA 3	SA 4	SA 5	PIR 1	PIR 2	PIR 3	PIR 4	PIR 5	A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	A 6	LD 1	LD 2	LD 3	LD 4	Total
4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	5	5	5	77
4	3	3	4	4	5	5	3	1	3	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	83
3	4	2	4	3	2	3	2	3	3	4	3	5	4	4	4	4	5	5	4	71
3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	5	5	4	3	4	5	5	4	77
3	4	4	4	4	2	2	4	1	4	3	3	5	3	2	3	4	4	5	4	68
5	5	5	5	5	1	1	5	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	86
4	4	5	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	5	5	4	74
4	5	4	4	5	2	2	5	1	5	3	2	1	4	2	2	5	5	5	5	71
1	1	2	3	2	4	3	3	4	3	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	71
4	4	4	4	4	2	1	4	2	4	3	4	4	4	2	3	5	5	5	5	73
3	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	5	5	5	4	5	5	5	5	74
2	4	3	4	4	2	3	2	2	4	4	4	5	3	3	4	4	5	4	3	69
5	5	3	3	5	2	3	4	2	4	3	3	4	4	2	3	5	5	5	4	74
3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	5	5	4	74
3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	5	4	5	4	68
4	5	4	4	4	2	2	4	2	4	3	2	2	4	1	2	5	5	5	5	69
3	3	4	2	4	1	1	4	1	4	1	1	4	3	4	4	5	5	5	3	62
3	3	2	4	2	2	3	3	2	5	5	4	5	4	3	3	5	5	5	3	71
2	4	3	4	3	2	3	5	2	4	3	3	4	3	4	4	5	5	5	5	73
2	1	1	2	1	4	4	4	3	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	3	71

4	4	3	4	4	1	1	5	1	4	4	4	4	5	4	3	5	5	5	5	75
3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	5	4	3	3	3	4	4	71
5	5	5	2	4	1	1	5	1	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	80
3	2	2	2	2	3	3	3	5	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	3	72
3	3	3	3	3	2	1	3	1	3	1	1	4	2	1	3	3	3	3	4	50
3	4	5	3	4	4	4	4	5	5	5	3	5	3	4	4	5	5	5	5	85
4	4	4	2	4	1	1	4	1	4	4	3	5	2	2	2	4	5	5	4	65
3	4	5	3	5	2	2	3	1	4	2	1	3	3	2	3	3	4	5	4	62
2	5	5	3	5	4	1	5	1	5	1	1	5	3	1	2	5	5	5	5	69
4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	69
3	2	3	3	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	83
4	4	4	3	5	2	1	4	2	5	2	2	4	3	2	2	5	5	5	5	69
3	4	4	2	4	2	1	5	2	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	79
5	5	5	4	4	1	3	4	4	2	1	2	1	3	1	1	5	5	5	5	66
4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	5	5	5	5	71
3	4	3	3	4	3	2	4	2	4	3	3	4	2	2	3	4	5	5	4	67
5	4	3	2	4	5	5	4	3	4	5	4	5	3	5	5	4	5	5	4	84
3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	2	2	4	3	2	3	5	4	4	4	67
2	3	3	3	3	5	4	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	84
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	100
2	3	3	5	5	1	2	4	1	5	2	1	5	3	3	2	5	5	5	5	67
2	3	3	3	3	3	2	4	2	5	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	65
3	4	4	3	4	2	2	3	1	3	3	4	4	3	3	4	5	5	4	4	68
5	4	5	2	5	3	3	5	3	5	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	86
4	2	2	4	5	5	5	1	3	5	5	5	4	5	4	5	3	3	5	3	78
5	5	5	4	5	2	1	5	1	4	1	1	5	5	2	2	5	5	5	5	73



5	4	4	5	4	2	1	5	1	4	2	1	4	4	3	4	5	4	5	5	72
4	5	4	3	4	3	1	5	2	5	2	2	5	4	3	3	5	5	5	5	75
5	5	5	4	5	2	2	5	1	5	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	75
3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	5	4	2	3	4	5	5	5	75
4	4	5	4	4	2	2	4	3	4	4	2	3	5	1	4	4	5	5	4	73
5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	89
4	3	3	3	5	3	2	4	2	4	4	4	4	4	2	3	5	5	5	4	73
1	1	1	1	1	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	1	1	60
3	4	3	4	5	2	1	5	1	5	3	3	5	3	4	2	5	5	5	5	73
2	3	3	4	3	2	4	3	1	4	1	1	4	3	2	1	4	5	5	4	59
4	5	5	5	5	2	3	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	78
4	5	5	4	5	3	1	5	1	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	83
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	59
3	4	5	5	4	1	1	5	1	3	3	2	3	3	2	3	5	4	5	3	65
4	4	3	3	5	3	3	5	1	4	4	4	3	3	3	3	5	5	5	4	74
4	3	2	5	4	5	4	4	2	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	82
4	2	4	4	2	2	2	4	2	5	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4	63
4	5	4	3	5	1	1	5	1	5	2	1	3	4	3	3	4	4	5	4	67
4	5	5	4	5	1	1	5	2	4	5	3	5	4	2	4	5	5	5	5	79
2	4	4	4	3	4	5	5	2	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	81
5	5	4	4	1	4	4	5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	88
3	3	3	2	5	5	4	3	5	3	4	3	5	5	4	5	5	5	5	5	82
1	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	68
4	4	4	3	4	4	2	4	1	4	2	2	4	3	2	2	4	4	5	5	67
2	3	3	3	2	1	1	3	1	3	4	2	2	4	1	3	3	4	5	5	55
2	2	3	1	2	1	1	5	1	4	2	2	5	1	2	3	3	5	5	4	54

5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	100	
4	5	4	2	5	4	2	4	2	5	4	4	5	4	2	2	4	5	5	5	77
3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	5	3	4	3	4	4	4	76
3	4	4	3	4	1	2	4	1	4	4	3	5	3	2	3	4	5	5	5	69
3	4	5	5	5	1	1	5	2	5	1	1	1	2	1	1	5	5	5	3	61
3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	2	2	4	3	2	2	4	4	4	4	66
4	4	5	4	5	4	2	5	2	4	4	4	4	2	2	3	4	4	5	4	75
2	3	5	2	5	1	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	5	3	4	69
3	3	2	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
4	3	3	3	3	1	1	3	1	4	3	3	4	1	1	3	5	5	5	4	60
4	4	3	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	4	5	5	3	72
3	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	66
4	4	3	4	4	5	3	4	2	4	2	3	4	4	2	2	5	5	5	4	73
3	3	3	2	4	2	2	4	1	3	3	3	5	4	3	3	4	5	5	4	66
2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	4	5	2	4	4	5	5	5	5	73
1	3	4	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	4	3	5	5	5	5	62
4	5	4	5	5	3	3	4	2	4	5	5	5	2	4	3	4	5	5	4	81
3	5	3	2	5	2	2	5	3	3	4	4	4	5	3	1	3	5	4	3	69
2	3	4	4	4	2	5	5	1	5	3	1	4	3	1	3	5	5	5	5	70
2	3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	5	4	4	3	4	4	5	5	4	70
4	4	3	4	4	5	4	4	5	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	84
5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	3	4	5	5	4	4	5	5	4	3	87
2	4	3	3	4	2	2	4	4	4	2	2	4	2	2	2	4	4	4	4	62
2	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67
1	4	3	2	4	1	1	4	1	4	2	2	4	2	1	2	3	4	5	5	55

2	2	2	2	2	5	5	2	5	1	5	5	5	5	2	5	5	5	5	4	74
5	5	5	5	5	1	1	3	1	5	1	1	3	3	1	1	5	5	5	5	66
2	3	3	3	3	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	63
2	3	3	4	5	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	71
3	3	3	5	4	3	3	3	1	4	2	2	5	4	4	4	5	5	5	4	72
3	5	4	4	4	5	5	5	1	4	3	4	5	3	5	4	4	5	5	5	83
3	5	4	3	4	3	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	3	4	4	4	63
4	4	4	4	4	3	2	5	2	4	5	5	5	2	3	2	5	4	4	5	76
4	3	4	4	4	2	1	3	2	4	2	3	5	4	4	4	4	5	5	4	71
5	4	3	3	5	5	4	5	2	3	5	5	5	3	4	3	5	5	5	4	83
5	4	4	4	5	5	4	4	5	3	4	3	5	5	4	3	5	5	5	5	87
3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	2	2	4	2	1	3	3	5	5	5	61
4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	85
2	2	3	5	2	5	4	4	2	4	3	3	5	4	4	4	4	4	4	3	71
2	4	4	1	1	1	1	4	2	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	36
3	4	3	5	4	2	3	4	1	3	2	2	4	2	2	2	4	4	4	4	62
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	100
3	3	5	5	5	4	1	4	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	5	5	79
3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62
3	3	4	2	4	2	4	4	1	5	5	5	4	3	2	4	5	4	4	4	72
5	4	4	5	5	2	3	4	1	4	5	5	3	4	2	4	4	5	5	5	79
3	2	2	4	2	2	5	4	1	4	4	4	5	3	5	3	3	3	3	3	65
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	100
2	4	3	1	5	1	1	3	1	2	3	2	4	4	1	2	5	5	4	3	56
4	4	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	3	4	4	5	4	64
4	4	5	3	5	2	2	3	2	3	3	3	4	2	1	3	4	5	5	4	67

5	5	5	5	5	1	1	5	1	5	1	2	5	3	3	2	5	5	5	5	74
3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	54
1	5	4	5	5	2	2	4	1	4	1	1	4	2	2	3	5	5	5	5	66
4	5	5	4	4	1	2	3	1	2	2	1	4	2	1	2	4	5	5	4	61
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80
5	5	4	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	5	5	5	83
1	3	3	3	4	3	3	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	3	80
4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	90
4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	5	4	2	4	5	5	5	5	78
3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	63
5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	98
3	3	3	4	4	5	4	5	1	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	81
3	4	4	4	4	3	2	5	1	4	4	3	5	2	4	3	5	5	5	4	74
2	4	4	4	4	1	1	5	1	4	5	5	5	5	2	4	5	5	5	5	76
5	5	4	4	4	4	2	4	1	3	3	5	5	3	2	4	4	4	5	5	76
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
5	5	4	4	5	1	1	5	2	3	1	1	3	4	1	1	5	5	5	5	66
2	4	4	2	3	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	61
3	4	4	5	4	4	2	4	2	4	4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	77
5	5	3	3	4	1	1	4	3	5	1	1	5	2	3	2	5	5	5	5	68
3	4	4	5	4	4	4	3	2	3	2	3	3	4	4	2	5	5	5	4	73
5	3	3	4	4	4	4	4	1	3	3	4	2	4	4	4	5	5	5	5	76
1	2	4	4	3	1	1	5	1	5	3	1	5	3	5	5	5	5	5	5	69
5	5	5	4	5	1	1	5	4	4	4	2	4	2	3	3	4	4	5	4	74
3	3	3	3	3	5	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	65
3	4	4	3	4	2	1	4	2	3	1	2	2	4	1	3	4	5	5	5	62

3	5	5	4	4	4	4	5	5	4	3	2	4	4	3	3	5	5	5	5	82
4	4	4	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	5	5	5	4	69
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80
3	4	4	5	4	2	1	4	2	4	2	2	2	3	2	3	4	5	5	5	66
3	4	3	4	4	2	2	4	2	4	3	3	4	4	2	3	4	4	5	5	69
4	5	5	4	5	3	1	5	1	5	1	2	2	1	1	2	5	5	5	5	67
4	4	4	5	4	3	2	5	2	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	3	77
2	5	5	5	2	2	2	4	1	4	1	2	5	3	4	3	5	5	5	5	70
4	5	3	4	5	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	5	5	3	75
4	4	4	3	4	2	3	5	1	4	2	4	3	4	3	3	5	5	5	4	72
4	3	2	4	4	5	2	5	1	3	4	4	5	4	5	4	4	5	5	3	76
3	3	4	4	3	1	1	4	1	4	1	1	4	4	2	3	4	4	4	4	59
4	2	3	4	2	2	2	4	1	4	1	4	5	2	2	2	5	5	5	4	63
4	3	3	4	4	4	4	5	2	5	5	4	5	4	5	3	4	5	5	4	82
4	3	3	4	4	1	1	4	1	4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	3	67
4	5	3	3	4	2	2	4	2	4	1	1	2	3	2	2	5	4	4	5	62
4	4	4	4	5	3	2	4	1	4	5	5	4	3	3	5	4	5	5	4	78
5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	99
3	4	4	5	4	3	2	3	2	3	3	1	4	4	3	4	5	4	5	4	70
4	4	4	3	4	2	1	4	1	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	71
4	5	4	4	4	4	2	4	1	4	4	5	3	4	3	3	4	5	5	4	76
2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	5	5	4	66
4	4	4	4	5	5	2	5	3	5	2	1	5	5	4	4	5	5	5	5	82
1	4	4	4	5	4	2	4	1	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	3	76
3	4	4	5	4	5	3	4	3	4	4	5	3	5	5	4	4	3	5	4	81
4	4	4	4	5	4	2	5	2	4	4	4	5	5	3	4	5	5	5	5	83

1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	44
5	4	3	2	3	2	1	5	1	5	4	4	4	3	2	5	4	5	5	72
2	4	3	2	4	2	2	3	3	4	2	4	5	3	3	4	3	4	4	65
5	5	5	4	5	3	2	4	2	5	4	2	3	4	2	2	4	5	5	75
3	5	3	4	3	4	1	5	2	4	4	5	5	5	3	4	5	5	5	80
4	4	4	1	5	3	3	4	3	5	2	5	5	1	3	3	5	5	5	75
4	4	5	4	5	3	3	3	4	4	2	2	4	4	3	3	4	5	5	75
4	4	4	4	5	3	4	4	1	5	3	3	3	3	3	3	5	5	5	76
3	4	3	4	3	2	2	4	1	4	2	3	4	4	2	3	5	5	4	67
4	2	2	4	4	2	3	2	5	3	5	5	5	4	4	3	5	5	5	77
5	5	3	5	4	2	4	4	2	5	3	2	4	4	3	3	5	5	5	78

*Lampiran 5 Tabulasi Data Kecemasan Menghadapi Masa Depan (Future Anxiety)*

FAS 1	FAS 2	FAS 3	FAS 4	FAS 5	FAS 6	FAS 7	FAS 8	FAS 9	FAS 10	FAS 11	FAS 12	FAS 13	FAS 14	FAS 15	FAS 16	FAS 17	FAS 18	FAS 19	FAS 20	FAS 21	FAS 22	FAS 23	FAS 24	FAS 25	Total
5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	4	114
3	4	2	5	5	5	4	5	3	5	4	5	5	5	4	5	5	2	3	3	5	4	5	5	5	106
3	3	2	3	4	3	4	3	5	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	82
4	4	2	4	4	3	4	5	5	3	4	4	5	5	5	4	3	2	5	3	3	4	2	4	3	94
3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	94
5	1	1	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	1	5	2	4	5	5	4	5	104
3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	2	2	79
2	1	1	3	3	4	4	2	5	4	2	2	5	5	5	3	3	2	3	2	2	2	2	4	4	77
5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	3	4	2	5	5	4	5	5	113
4	2	2	5	4	4	4	4	4	5	3	3	4	4	5	4	3	1	5	2	5	4	5	5	5	96
1	1	2	2	3	4	3	2	4	4	1	3	4	1	1	1	1	4	2	1	2	3	5	5	5	65
3	3	2	3	4	4	5	3	4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	5	3	4	4	4	2	5	89
3	3	2	4	2	2	2	3	4	2	4	3	2	1	3	3	2	5	3	4	2	2	3	2	2	68
1	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	1	69
2	2	1	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	65
2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	4	3	3	2	2	3	69
1	3	1	3	3	3	4	5	4	1	3	3	1	1	5	5	4	5	1	1	1	1	5	3	5	72
4	4	2	3	4	2	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	1	3	2	4	4	3	3	5	81
4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	3	4	91
5	4	3	4	4	4	4	4	5	3	5	5	5	4	5	5	3	3	4	3	4	5	5	3	5	104
3	2	2	3	4	3	4	3	5	5	4	4	5	4	4	4	2	1	1	3	3	2	2	2	4	79

4	4	1	3	4	4	4	3	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	5	3	3	4	4	5	4	96
3	4	4	5	5	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5	2	5	5	1	5	2	4	5	5	105
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	2	1	2	1	4	3	2	3	2	83
2	1	2	3	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	5	73
4	4	1	3	3	3	3	3	5	3	4	3	3	3	3	3	2	1	5	3	1	2	3	3	3	74
3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	5	3	3	3	3	2	2	5	2	2	3	3	4	80
3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	74
5	5	2	5	2	2	4	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	3	5	3	2	3	2	2	89
1	2	2	3	2	2	2	2	4	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	59
5	1	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	1	5	5	5	5	4	112
3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	5	2	2	3	3	4	68
4	3	2	4	4	3	3	4	5	5	3	3	5	4	4	2	4	1	4	5	5	4	4	5	5	95
2	1	1	3	2	1	1	1	5	3	3	4	3	5	4	2	1	1	3	5	1	1	1	2	5	61
3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	73
3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	71
5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	5	4	103
2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	3	2	1	2	4	1	2	2	2	1	61
3	1	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	1	5	3	5	4	5	4	5	106
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125
1	1	1	2	1	2	1	2	5	1	4	2	2	1	2	2	1	1	1	3	1	3	4	2	4	50
3	2	3	3	3	3	3	3	4	5	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	5	82
3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	84
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	5	5	4	4	4	4	3	83
5	5	2	5	3	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	1	5	5	5	110
3	2	1	4	4	4	4	4	5	4	5	2	5	5	4	1	1	5	4	2	2	1	2	1	4	79
4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	5	4	4	4	4	1	3	87

4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	77	
1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	3	37
3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	84
1	1	1	5	4	4	4	2	5	3	5	4	3	4	3	2	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	80
1	1	2	3	1	1	3	3	5	5	3	4	5	3	2	5	4	1	3	5	1	5	5	1	5	5	77
3	1	2	4	4	5	3	3	5	4	4	4	2	2	1	2	1	2	4	3	2	1	1	4	5	72	
3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	70
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
3	1	2	4	4	2	4	2	4	4	4	2	3	4	4	2	4	5	2	2	4	2	1	4	1	4	74
3	2	4	4	4	4	4	3	5	5	3	4	4	3	4	1	3	1	4	1	4	2	3	3	3	3	81
3	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	94
3	1	4	2	4	4	3	3	5	5	5	4	5	5	4	4	4	2	2	5	1	4	5	2	5	5	91
2	3	1	3	2	2	2	3	5	4	4	2	2	2	2	1	1	1	3	4	2	1	2	1	1	1	56
2	2	2	3	2	2	3	2	5	3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	63
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	105
4	1	3	3	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	2	4	1	2	1	4	4	3	3	2	4	4	82
3	3	5	4	4	5	4	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	3	5	1	2	5	5	5	5	5	103
5	1	2	5	3	5	5	1	5	5	5	4	5	5	1	1	1	3	2	3	1	1	5	3	5	5	82
4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	5	3	2	2	3	3	4	4	3	5	92
4	2	2	3	3	3	3	2	5	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	73
4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	5	2	4	5	5	3	5	5	99
5	5	1	4	4	3	4	4	5	5	2	4	2	5	5	3	4	1	3	3	3	3	2	4	5	5	89
1	3	1	2	2	3	4	3	4	4	5	3	5	3	5	3	3	2	3	4	2	3	3	1	3	3	75
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98
4	1	1	2	2	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	2	4	3	2	1	5	4	4	89



1	1	2	4	2	1	2	4	4	4	1	2	2	3	2	3	2	1	1	4	4	4	3	2	2	61
3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	96
2	3	4	4	4	4	3	5	5	4	2	4	4	3	4	2	1	1	4	3	3	3	4	4	5	85
1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	33
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	72
3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	2	3	83
2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	1	3	4	2	2	2	2	56
3	4	1	4	4	4	3	5	3	4	2	4	1	2	4	2	2	3	4	3	3	4	4	4	3	78
4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	93
1	1	2	3	3	3	3	1	4	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	43
2	2	4	3	4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	88
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	80
3	2	1	2	2	2	2	4	4	4	3	2	4	2	2	4	1	2	3	3	2	1	2	1	2	60
2	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81
2	4	1	4	3	3	3	4	5	5	3	4	3	4	3	5	5	1	4	3	3	5	5	3	3	88
3	1	1	1	4	1	1	1	5	4	4	1	5	1	1	1	1	5	1	5	1	1	1	1	1	56
1	2	1	2	1	1	2	3	4	2	2	2	4	3	2	2	2	1	3	5	2	2	2	2	2	57
1	3	3	3	3	3	3	4	3	5	3	3	2	5	3	3	4	4	3	3	4	3	5	4	4	84
3	1	1	3	3	3	3	3	5	2	1	3	3	4	3	1	3	3	3	4	2	3	4	3	3	70
4	1	3	3	4	4	4	3	4	4	5	4	5	4	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	4	94
3	4	4	3	5	4	5	5	5	4	3	3	4	4	4	5	4	3	2	4	3	1	3	3	4	92
3	4	5	4	3	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	5	110
2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	52
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	3	2	4	2	3	1	1	5	1	2	1	1	1	1	1	43
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	123

1	1	1	1	1	1	1	1	5	3	4	1	3	1	1	1	1	3	5	1	1	1	1	42
3	2	2	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	73
2	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2	5	3	3	2	3	81
5	2	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	1	3	5	5	104
5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	4	4	4	3	5	4	110
2	1	1	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	53
4	3	1	4	4	1	1	1	5	1	5	3	3	3	2	2	2	1	3	3	4	1	2	64
5	5	4	4	4	5	3	3	5	5	5	4	4	5	3	4	2	1	5	2	2	3	3	93
4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	115
1	2	2	1	2	1	5	3	5	2	5	2	5	3	4	2	2	5	5	3	3	2	1	69
1	1	1	2	2	2	2	2	4	2	3	2	4	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	54
4	5	3	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	5	100
4	3	3	4	4	4	4	4	3	5	5	3	2	5	3	4	5	2	5	3	4	4	5	94
1	1	4	2	3	1	3	5	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	48
2	1	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	4	3	3	5	2	2	2	64
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	73
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
3	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	4	4	4	82
3	2	4	5	4	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	1	4	2	5	4	5	105
5	3	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	4	5	5	5	3	4	4	2	3	4	4	98
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125
3	1	1	3	4	3	4	1	4	2	2	1	3	3	1	1	3	1	5	2	3	5	4	66
4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	2	3	4	77
1	1	1	2	1	1	1	1	4	3	4	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	1	1	50
3	1	1	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	5	2	3	3	1	3	5	5	1	3	74

4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	90		
1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	3	5	4	2	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	46		
2	2	1	1	3	2	2	1	5	4	1	1	5	3	2	1	2	3	4	4	2	2	5	3	5	66		
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50		
2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	5	90	
4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	123	
5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	118	
2	4	2	4	3	2	2	4	4	2	1	3	3	4	4	4	2	2	4	3	4	1	1	1	1	1	67	
2	1	2	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	62	
5	4	2	5	5	5	5	5	5	2	2	5	5	2	5	2	2	2	2	5	5	5	2	5	2	2	94	
3	5	3	5	5	5	5	5	5	4	3	3	3	5	4	4	4	3	3	3	4	5	4	3	5	5	101	
4	2	2	2	3	2	3	4	4	3	2	3	5	3	4	3	3	1	2	4	2	1	1	2	3	3	68	
5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	113	
2	3	2	2	2	2	3	2	4	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	4	2	1	1	2	2	48	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
1	1	1	1	1	1	2	2	5	2	5	2	5	5	1	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	5	5	64
2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	4	62
4	3	3	4	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	4	5	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	98
5	1	1	3	1	1	1	1	5	3	5	2	1	5	1	1	1	3	4	5	1	3	3	3	3	3	3	63
4	2	1	5	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	1	3	3	2	4	5	2	5	5	82	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
1	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	2	5	3	1	1	5	2	4	4	4	4	1	91	
1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	2	1	1	2	4	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	45
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
2	1	1	4	3	4	3	4	4	3	5	3	3	4	3	2	2	1	2	2	3	1	2	3	5	5	70	
3	2	2	2	2	2	2	2	5	3	5	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	3	3	68

4	3	2	3	3	3	3	3	5	4	4	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	70	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100
2	2	1	2	3	3	2	3	4	3	2	2	4	3	3	2	2	4	2	2	2	2	1	3	3	62	
2	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	4	3	4	2	1	1	2	2	1	1	2	1	61	
1	2	1	1	1	1	1	1	5	2	2	1	3	3	2	2	1	1	3	5	3	1	1	2	1	47	
3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	5	5	5	4	4	4	3	3	5	5	5	4	4	97	
2	2	3	3	3	1	3	4	5	3	4	2	5	3	4	2	3	2	1	4	2	4	1	1	3	70	
3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	5	4	3	2	3	2	2	4	3	2	2	4	3	75	
3	2	2	3	3	3	4	3	5	4	4	2	4	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	73	
3	3	1	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	5	5	2	1	1	1	5	4	4	3	4	89	
2	2	2	2	2	2	2	1	4	4	4	4	1	4	4	3	2	4	1	4	2	2	2	2	2	64	
1	1	2	4	4	4	2	2	4	4	5	2	2	4	3	4	4	2	1	2	4	2	4	4	4	75	
4	3	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	84
4	2	2	4	3	4	2	2	4	5	5	5	5	4	5	5	2	1	4	2	4	5	4	4	4	5	92
4	2	2	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	2	1	3	3	1	2	2	3	4	71	
5	5	1	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	4	1	3	3	4	4	4	4	3	5	99
4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	105
3	3	1	4	4	4	2	4	4	2	4	3	5	4	5	5	4	1	4	4	1	2	3	1	4	81	
3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	3	4	5	5	4	3	4	4	4	4	98
4	3	2	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	1	5	3	3	3	5	3	5	98	
2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	75
5	2	2	4	5	5	5	3	5	4	5	4	5	5	3	4	5	3	5	5	1	4	5	5	5	5	104
5	2	3	5	5	5	5	4	4	4	2	2	2	2	5	5	4	2	2	4	4	5	5	5	5	4	95
5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	3	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	114
2	4	2	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	1	3	3	3	3	78
2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	61

4	2	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	3	2	3	5	3	2	4	3	4	5	5	3	5	98
4	4	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	5	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	82
2	1	1	2	2	2	2	2	5	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	3	2	2	1	1	4	46
5	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	3	4	5	4	4	4	1	4	106
5	3	2	5	5	5	3	4	5	3	1	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	1	103
3	2	1	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	67
3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	1	4	3	3	3	4	4	5	79
2	1	2	4	2	1	2	2	4	1	1	1	3	2	3	1	1	1	3	3	1	2	1	1	2	47
4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	3	5	5	5	4	5	4	2	2	2	5	2	5	5	5	103
3	3	2	5	3	4	4	2	4	4	5	3	5	4	3	3	4	2	4	4	3	2	5	4	5	90

*Lampiran 6 Validitas Psychological Well-Being*

**Correlations**

		SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	PIR1	PIR2	PIR3	PIR4	PIR5	A1	A2	A3	A4	A5	A6	LD1	LD2	LD3	LD4	TOTAL
SA1	Pearson Correlation	1	.456**	.385**	.250**	.452**	-.080	-.054	.266**	-.081	.219**	-.144*	-	.079	-.171*	-.016	-.037	.301**	.186**	.310**	.309**	.319**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.242	.433	.000	.242	.001	.036	.009	.249	.013	.820	.591	.000	.006	.000	.000	.000
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
SA2	Pearson Correlation	.456**	1	.653**	.296**	.566**	.089	.152*	.420**	.018	.206**	.102	.078	.152*	-.046	.197**	.175*	.311**	.184**	.261**	.359**	.573**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.197	.027	.000	.790	.002	.137	.254	.027	.502	.004	.010	.000	.007	.000	.000	.000
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
SA3	Pearson Correlation	.385**	.653**	1	.280**	.499**	.095	.187**	.403**	.008	.283**	.067	.147*	.142*	.023	.192**	.073	.231**	.105	.213**	.325**	.546**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.167	.006	.000	.904	.000	.332	.031	.039	.734	.005	.286	.001	.127	.002	.000	.000
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
SA4	Pearson Correlation	.250**	.296**	.280**	1	.276**	-.103	-.136*	.239**	.022	.223**	.006	-.007	.007	-.119	-	-.009	.319**	.110	.248**	.247**	.273**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.133	.047	.000	.752	.001	.929	.915	.915	.084	.179**	.897	.000	.110	.000	.000	.000
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
SA5	Pearson Correlation	.452**	.566**	.499**	.276**	1	-.059	.036	.273**	-.005	.301**	-.041	-.024	.070	-.118	.105	.093	.290**	.247**	.308**	.297**	.442**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.394	.604	.000	.943	.000	.551	.729	.310	.087	.125	.178	.000	.000	.000	.000	.000
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
PIR1	Pearson Correlation	-.080	.089	.095	-.103	-.059	1	.672**	.046	.417**	.001	.367**	.413**	.259**	.342**	.486**	.397**	.003	-.025	.006	.045	.562**



	Sig. (2-tailed)	.249	.027	.039	.915	.310	.000	.004	.025	.058	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.008	.000	.000	.021	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
A4	Pearson Correlation	-.171*	-.046	.023	-.119	-.118	.342**	.316**	-.079	.345**	-.065	.462**	.401**	.253**	1	.455**	.423**	-.100	-.188**	-.115	-.075	.399**	
	Sig. (2-tailed)	.013	.502	.734	.084	.087	.000	.000	.251	.000	.348	.000	.000	.000		.000	.000	.144	.006	.093	.275	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
A5	Pearson Correlation	-.016	.197**	.192**	-.179**	-.105	.486**	.478**	-.081	.401**	-.138*	.484**	.467**	.490**	.455**	1	.514**	-.066	-.097	-.042	.014	.596**	
	Sig. (2-tailed)	.820	.004	.005	.009	.125	.000	.000	.237	.000	.044	.000	.000	.000	.000		.000	.340	.158	.547	.844	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
A6	Pearson Correlation	-.037	.175*	.073	-.009	.093	.397**	.377**	-.054	.326**	-.150*	.553**	.520**	.364**	.423**	.514**	1	-.039	-.162*	-.083	-.039	.541**	
	Sig. (2-tailed)	.591	.010	.286	.897	.178	.000	.000	.436	.000	.028	.000	.000	.000	.000	.000		.566	.018	.227	.572	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
LD1	Pearson Correlation	.301**	.311**	.231**	.319**	.290**	.003	.011	.392**	.074	.274**	.021	-.050	-.182**	-.100	-.066	-.039	1	.567**	.591**	.543**	.400**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000	.000	.963	.876	.000	.285	.000	.763	.465	.008	.144	.340	.566		.000	.000	.000	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
LD2	Pearson Correlation	.186**	.184**	.105	.110	.247**	-.025	-.042	.323**	.024	.335**	-.150*	-.130	-.336**	-.188**	-.097	-.162*	.567**	1	.685**	.496**	.238**	
	Sig. (2-tailed)	.006	.007	.127	.110	.000	.722	.538	.000	.728	.000	.029	.058	.000	.006	.158	.018	.000		.000	.000	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
LD3	Pearson Correlation	.310**	.261**	.213**	.248**	.308**	.006	.072	.363**	.118	.309**	-.069	-.094	-.244**	-.115	-.042	-.083	.591**	.685**	1	.600**	.386**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002	.000	.000	.936	.297	.000	.087	.000	.320	.173	.000	.093	.547	.227	.000	.000		.000	.000	
	N	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213	213
LD4	Pearson Correlation	.309**	.359**	.325**	.247**	.297**	.045	.072	.423**	.068	.348**	-.009	-.019	-.158*	-.075	.014	-.039	.543**	.496**	.600**	1	.443**	



**Lampiran 7 Reliabilitas Skala Psychological Well-Being**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.801	17

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SA1	54.5446	72.825	.154	.807
SA2	54.0892	68.902	.458	.788
SA3	54.2254	69.468	.428	.789
SA4	53.9812	71.226	.291	.798
PIR1	54.7887	64.733	.504	.783
PIR2	54.5164	64.251	.550	.779
PIR3	53.9014	72.476	.249	.800
PIR4	54.1596	66.918	.411	.790
A1	55.1737	65.154	.511	.782
A2	55.1690	65.292	.472	.786
A3	56.0516	70.861	.313	.796
A4	55.4695	69.543	.355	.794
A5	54.9296	64.085	.587	.776
A6	55.2535	67.417	.522	.783
LD1	53.6338	73.129	.232	.800
LD2	53.3239	73.673	.220	.800
LD3	53.7371	72.327	.286	.798













**Lampiran 9 Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan (Future Anxiety)**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	23

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
FAS1	71.0986	340.080	.706	.949
FAS2	71.4601	344.674	.590	.950
FAS3	71.7887	346.809	.601	.950
FAS4	70.7793	343.116	.732	.949
FAS5	70.8592	340.839	.791	.948
FAS6	70.9061	337.387	.811	.947
FAS7	70.8826	341.180	.788	.948
FAS8	70.8967	340.669	.739	.948
FAS9	70.6009	342.335	.687	.949
FAS10	70.6385	355.619	.389	.952
FAS11	70.8075	343.100	.744	.948
FAS12	70.6291	349.574	.488	.951
FAS13	70.6150	344.040	.676	.949
FAS14	70.7934	343.570	.695	.949
FAS15	70.9624	338.178	.732	.948
FAS16	71.1174	338.651	.760	.948
FAS17	71.6620	352.659	.397	.953
FAS18	70.9953	342.863	.614	.950
FAS19	71.1221	342.240	.661	.949
FAS20	71.2254	339.392	.686	.949
FAS21	70.9624	338.442	.708	.949
FAS22	71.1362	341.250	.696	.949
FAS23	70.6056	344.061	.611	.950

### Lampiran 10 Deskripsi Data Penelitian dan Kategorisasi Data

#### a. Deskripsi Data Penelitian

		PWB	FAS
N	Valid	212	212
	Missing	0	0
Mean		58.11	76.99
Median		59.00	76.00
Std. Deviation		8.412	19.428
Minimum		36	26
Maximum		79	116

#### b. Kategorisasi Psychological Well-Being

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	13	6.1	6.1	6.1
	Rendah	54	25.5	25.5	31.6
	Sedang	80	37.7	37.7	69.3
	Tinggi	52	24.5	24.5	93.9
	Sangat Tinggi	13	6.1	6.1	100.0
	Total	212	100.0	100.0	

#### c. Psychological Well-Being Berdasarkan Jenis Kelamin

##### Kategorisasi.PWB \* Jenis.Kelamin Crosstabulation

		Jenis.Kelamin		Total	
		Laki-laki	Perempuan		
Kategorisasi.PWB	Sangat Rendah	Count	2	11	13
		Expected Count	4.2	8.8	13.0
		% of Total	0.9%	5.2%	6.1%
	Rendah	Count	20	34	54
		Expected Count	17.6	36.4	54.0
		% of Total	9.4%	16.0%	25.5%
	Sedang	Count	18	62	80
		Expected Count	26.0	54.0	80.0
		% of Total	8.5%	29.2%	37.7%

	Tinggi	Count	20	32	52
		Expected Count	16.9	35.1	52.0
		% of Total	9.4%	15.1%	24.5%
	Sangat Tinggi	Count	9	4	13
		Expected Count	4.2	8.8	13.0
		% of Total	4.2%	1.9%	6.1%
Total		Count	69	143	212
		Expected Count	69.0	143.0	212.0
		% of Total	32.5%	67.5%	100.0%

#### d. Psychological Well-Being Berdasarkan Usia

##### Kategorisasi.PWB \* Usia Crosstabulation

			Usia						
			20	21	22	23	24	25	Total
Kategorisasi.P WB	Sangat Rendah	Count	1	7	4	1	0	0	13
		Expected Count	.6	3.3	7.5	1.4	.2	.1	13.0
		% of Total	0.5%	3.3%	1.9%	0.5%	0.0%	0.0%	6.1%
	Rendah	Count	5	14	25	8	2	0	54
		Expected Count	2.3	13.5	31.1	5.9	.8	.5	54.0
		% of Total	2.4%	6.6%	11.8 %	3.8%	0.9%	0.0%	25.5%
	Sedang	Count	1	19	50	9	0	1	80
		Expected Count	3.4	20.0	46.0	8.7	1.1	.8	80.0
		% of Total	0.5%	9.0%	23.6 %	4.2%	0.0%	0.5%	37.7%
	Tinggi	Count	1	11	35	4	0	1	52
		Expected Count	2.2	13.0	29.9	5.6	.7	.5	52.0
		% of Total	0.5%	5.2%	16.5 %	1.9%	0.0%	0.5%	24.5%
Sangat Tinggi	Count	1	2	8	1	1	0	13	
	Expected Count	.6	3.3	7.5	1.4	.2	.1	13.0	
	% of Total	0.5%	0.9%	3.8%	0.5%	0.5%	0.0%	6.1%	

Total	Count	9	53	122	23	3	2	212
	Expected	9.0	53.0	122.0	23.0	3.0	2.0	212.0
	Count							
	% of Total	4.2%	25.0%	57.5%	10.8%	1.4%	0.9%	100.0%

**e. Psychological Well-Being Berdasarkan Jurusan**

**Kategorisasi.PWB \* Jurusan Crosstabulation**

		Jurusan		Total	
		Eksata	Noneksata		
Kategorisasi.PWB	Sangat Rendah	Count	2	11	13
		Expected Count	2.9	10.1	13.0
		% of Total	0.9%	5.2%	6.1%
	Rendah	Count	8	46	54
		Expected Count	12.0	42.0	54.0
		% of Total	3.8%	21.7%	25.5%
	Sedang	Count	21	59	80
		Expected Count	17.7	62.3	80.0
		% of Total	9.9%	27.8%	37.7%
	Tinggi	Count	14	38	52
		Expected Count	11.5	40.5	52.0
		% of Total	6.6%	17.9%	24.5%
	Sangat Tinggi	Count	2	11	13
		Expected Count	2.9	10.1	13.0
		% of Total	0.9%	5.2%	6.1%
Total	Count	47	165	212	
	Expected Count	47.0	165.0	212.0	
	% of Total	22.2%	77.8%	100.0%	

**f. Psychological Well-Being Berdasarkan Lama Mengerjakan Skripsi**

**Kategorisasi.PWB \* Lama Crosstabulation**

		Lama					Total
		1-3 bulan	4-6 bulan	7-9 bulan	10-12 bulan	>12 bulan	
	Count	1	8	3	1	0	13

Kategorisasi.P WB	Sangat Rendah	Expected Count	2.4	6.4	3.3	.7	.2	13.0
		% of Total	0.5%	3.8%	1.4%	0.5%	0.0%	6.1%
	Rendah	Count	12	27	13	2	0	54
		Expected Count	9.9	26.5	13.8	2.8	1.0	54.0
		% of Total	5.7%	12.7%	6.1%	0.9%	0.0%	25.5%
	Sedang	Count	15	33	24	5	3	80
		Expected Count	14.7	39.2	20.4	4.2	1.5	80.0
		% of Total	7.1%	15.6%	11.3%	2.4%	1.4%	37.7%
	Tinggi	Count	9	28	12	2	1	52
		Expected Count	9.6	25.5	13.2	2.7	1.0	52.0
		% of Total	4.2%	13.2%	5.7%	0.9%	0.5%	24.5%
	Sangat Tinggi	Count	2	8	2	1	0	13
Expected Count		2.4	6.4	3.3	.7	.2	13.0	
% of Total		0.9%	3.8%	0.9%	0.5%	0.0%	6.1%	
Total	Count	39	104	54	11	4	212	
	Expected Count	39.0	104.0	54.0	11.0	4.0	212.0	
	% of Total	18.4%	49.1%	25.5%	5.2%	1.9%	100.0%	

**g. Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan (*Future Anxiety*)**

**kategorisasi.FAS**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	17	8.0	8.0	8.0
	Rendah	46	21.7	21.7	29.7
	Sedang	81	38.2	38.2	67.9
	Tinggi	54	25.5	25.5	93.4
	Sangat Tinggi	14	6.6	6.6	100.0
	Total	212	100.0	100.0	

**h. Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Jenis Kelamin**

**kategorisasi.FAS \* Jenis.Kelamin Crosstabulation**

		Jenis.Kelamin			
		Laki-laki	Perempuan	Total	
kategorisasi.FAS	Sangat Rendah	Count	11	6	17
		Expected Count	5.5	11.5	17.0
		% of Total	5.2%	2.8%	8.0%
	Rendah	Count	21	25	46
		Expected Count	15.0	31.0	46.0
		% of Total	9.9%	11.8%	21.7%
	Sedang	Count	21	60	81
		Expected Count	26.4	54.6	81.0
		% of Total	9.9%	28.3%	38.2%
Tinggi	Count	9	45	54	
	Expected Count	17.6	36.4	54.0	
	% of Total	4.2%	21.2%	25.5%	
Sangat Tinggi	Count	7	7	14	
	Expected Count	4.6	9.4	14.0	
	% of Total	3.3%	3.3%	6.6%	
Total	Count	69	143	212	
	Expected Count	69.0	143.0	212.0	
	% of Total	32.5%	67.5%	100.0%	

**i. Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Usia**

**kategorisasi.FAS \* Usia Crosstabulation**

		Usia						Total	
		20	21	22	23	24	25		
kategorisasi.FAS	Sangat AS	Count	0	4	10	2	1	0	17
		Expected Count	.7	4.3	9.8	1.8	.2	.2	17.0
		% of Total	0.0%	1.9%	4.7%	0.9%	0.5%	0.0%	8.0%
	Rendah	Count	4	8	28	5	0	1	46
		Expected Count	2.0	11.5	26.5	5.0	.7	.4	46.0
		% of Total	1.9%	3.8%	13.2%	2.4%	0.0%	0.5%	21.7%
	Sedang	Count	3	17	53	6	1	1	81
		Expected Count	3.4	20.3	46.6	8.8	1.1	.8	81.0
		% of Total	1.4%	8.0%	25.0%	2.8%	0.5%	0.5%	38.2%
	Tinggi	Count	0	19	27	8	0	0	54
		Expected Count	2.3	13.5	31.1	5.9	.8	.5	54.0
		% of Total	0.0%	9.0%	12.7%	3.8%	0.0%	0.0%	25.5%
	Sangat Tinggi	Count	2	5	4	2	1	0	14
		Expected Count	.6	3.5	8.1	1.5	.2	.1	14.0
		% of Total	0.9%	2.4%	1.9%	0.9%	0.5%	0.0%	6.6%
	Total	Count	9	53	122	23	3	2	212
		Expected Count	9.0	53.0	122.0	23.0	3.0	2.0	212.0
		% of Total	4.2%	25.0%	57.5%	10.8%	1.4%	0.9%	100.0%

**j. Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Jurusan**

**Kategorisasi.FAS \* Jurusan Crosstabulation**

		Jurusan		Total	
		Eksata	Noneksata		
Kategorisasi.FAS	Sangat Rendah	Count	4	13	17
		Expected Count	3.8	13.2	17.0
		% of Total	1.9%	6.1%	8.0%
	Rendah	Count	11	35	46
		Expected Count	10.2	35.8	46.0
		% of Total	5.2%	16.5%	21.7%
	Sedang	Count	21	60	81
		Expected Count	18.0	63.0	81.0
		% of Total	9.9%	28.3%	38.2%
	Tinggi	Count	6	48	54
		Expected Count	12.0	42.0	54.0
		% of Total	2.8%	22.6%	25.5%
Sangat Tinggi	Count	5	9	14	
	Expected Count	3.1	10.9	14.0	
	% of Total	2.4%	4.2%	6.6%	
Total	Count	47	165	212	
	Expected Count	47.0	165.0	212.0	
	% of Total	22.2%	77.8%	100.0%	

**k. Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Lama Mengerjakan Skripsi**

**kategorisasi.FAS \* Lama Crosstabulation**

		Lama					Total	
		1-3 bulan	4-6 bulan	7-9 bulan	10-12 bulan	>12 bulan		
kategorisasi.FAS	Sangat Rendah	Count	3	8	6	0	0	17
		Expected Count	3.1	8.3	4.3	.9	.3	17.0
		% of Total	1.4%	3.8%	2.8%	0.0%	0.0%	8.0%
	Rendah	Count	9	25	10	2	0	46
		Expected Count	8.5	22.6	11.7	2.4	.9	46.0
		Count						

	% of Total	4.2%	11.8%	4.7%	0.9%	0.0%	21.7%
Sedang	Count	14	41	17	6	3	81
	Expected	14.9	39.7	20.6	4.2	1.5	81.0
	Count						
	% of Total	6.6%	19.3%	8.0%	2.8%	1.4%	38.2%
Tinggi	Count	9	24	18	2	1	54
	Expected	9.9	26.5	13.8	2.8	1.0	54.0
	Count						
	% of Total	4.2%	11.3%	8.5%	0.9%	0.5%	25.5%
Sangat Tinggi	Count	4	6	3	1	0	14
	Expected	2.6	6.9	3.6	.7	.3	14.0
	Count						
	% of Total	1.9%	2.8%	1.4%	0.5%	0.0%	6.6%
Total	Count	39	104	54	11	4	212
	Expected	39.0	104.0	54.0	11.0	4.0	212.0
	Count						
	% of Total	18.4%	49.1%	25.5%	5.2%	1.9%	100.0%

### Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PSPWB-A	.061	212	.054	.991	212	.211
FAS	.040	212	.200*	.992	212	.260

### Lampiran 12 Hasil Uji Linearitas

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PSPWB-A *	Between Groups	(Combined)	37976.119	37	1026.382	4.286	.000
FAS		Linearity	26693.849	1	26693.849	111.470	.000
		Deviation from Linearity	11282.270	36	313.396	1.309	.131

Within Groups	41667.862	137	48.922		
Total	79643.981	211			

### Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis

#### a. Uji Korelasi

##### Correlations

		PWB	FAS
PWB	Pearson Correlation	1	-.579**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	212	212
FAS	Pearson Correlation	-.579**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	212	212

### Lampiran 14 Hasil Uji Beda

#### Independent Samples T-Test

	t	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d
PWB	2.189	210	0.030	0.321	0.149
FA	-2.713	210	0.007 <sup>a</sup>	-0.398	0.150

#### Group Descriptives

Group		N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
PWB	laki-laki	69	59.913	8.919	1.074	0.149
	perempuan	143	57.238	8.044	0.673	0.141
FA	laki-laki	69	71.855	22.847	2.751	0.318
	perempuan	143	79.469	17.085	1.429	0.215