

ABSTRAK
TINGKAT *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* REMAJA SMP KRISTEN KANAAN
JAKARTA

Sicilia Aproditha Susilowati
Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
2022

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengukur tingkat *psychological well being* remaja pada siswa SMP Kristen Kanaan Jakarta (2) mengetahui butir item skala *psychological well being* mana saja yang teridentifikasi tidak optimal atau berada dalam kategori rendah untuk kemudian dapat diusulkan sebagai usulan topik bimbingan dan konseling.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Subjek pada penelitian ini adalah siswa SMP Kristen Kanaan Jakarta kelas 7 dan 8 yang merupakan angkatan aktif dengan jumlah responden 60 orang. Pengumpulan data menggunakan skala *psychological well being* dengan 37 item yang valid dan memiliki indeks reliabilitas Alfa Cronbach sebesar 0.918. Skala *psychological well being* ini disusun berdasarkan 6 aspek yaitu *enviromental mastery, self acceptance, autonomy, positive relation with others, purpose in life, serta personal growth*. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah statistik deskriptif yang mengacu pada norma kategorisasi dengan kriteria sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangatrendah.

Hasil penelitian: (1) berdasarkan skor mengukur tingkat *psychological well being* remaja pada siswa SMP Kristen Kanaan Jakarta kelas 7 dan 8 yaitu sedang dengan rincian 2% dengan kategori sangat tinggi, 30% dengan kategori tinggi, 65% dengan kategori sedang, 3% dengan kategori rendah, diantaranya ada pada aspek penerimaan diri dan aspek hubungan positif dengan orang lain (2) hasil analisis item menunjukkan 16 item yang akan diusulkan menjadi topik bimbingan yaitu “ *Life must go on : Masa Lalu Adalah Pelajaran, Masa Depan Adalah Impian* “. “ *Attitude is Everything : Memahami Orang Lain Adalah Kunci Hidup Positif* “. “ *Hidup Adalah Pilihan, Pilih Sebelum Terlambat!* “ , “ *One Step Closer : Aku Siap Jadi Pribadi Yang Lebih Baik!*”, “ *Tips Mengelola Diri Agar Siap Hadapi Tantangan Dunia Baru!*”, serta “ *Berani Ambil Keputusan? Siapa Takut!*”.

Kata kunci: *Psychological well being*, remaja

ABSTRACT

LEVEL OF PSYCHOLOGICAL WELL BEING OF TEENAGERS AT KRISTEN
KANAAN JAKARTA JUNIOR HIGH SCHOOL

Sicilia Aproditha Susilowati
Sanata Dharma University Yogyakarta
2022

This study aims to: (1) measure the level of Psychological Well Being Of Teenagers in Students of Kristen Kanaan Jakarta Junior High School (2) find out which items of the psychological well being scale are identified as not optimal (low) which can be proposed as a guidance and counseling topic.

This type of research is descriptive quantitative. The subjects of this study were students grades 7 and 8 of the Kristen Kanaan Jakarta Junior High School with an active batch of respondents with a total of 60 respondents. The data collections used a psychological well being scale with 37 valid items and had an Alpha Cronbach reliability index of 0.918. The scale is arranged based on 6 aspects, namely enviromental mastery, self acceptance, autonomy, positive relation with others, purpose in life, and personal growth. The data analysis technique used in this study is descriptive statistics that refer to categorization norms with very high, high, medium, low and very low criteria.

The results of the study: (1) based on the score measuring the level of psychological well being in students of Kristen Kanaan Jakarta Junior High School, which tends to be high with details of 2% with very high categories, 30% with high categories, 65% with medium categories, 3% with low categories, including aspect of self acceptance and positive relation with others (2) the results of the item analysis show 16 items that will be proposed as the topic of guidance, namely "life must go on : The past is a lesson, and the future is a dream.", "Attitude is Everything : understanding others is the key of life.", "life is a choice, Choose before it is too late.", "One Step Closer : I'm ready to be a good person.", "Self-managing tips to prepare for the challenges of the new world!", and "Dare to take decisions? No need to worry!".

Keywords: Psychological well being, teenagers