

**PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA
PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS
DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Rofi Naufal Suryawan

NIM. 210401110201

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2025

**PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA
PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS
DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada :

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Rofi Naufal Suryawan

NIM. 210401110201

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN
PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA
PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS
DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG

SKRIPSI

Oleh

Rofi Naufal Suryawan

NIM. 210401110201

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Muhammad Arif Furqon, M.Psi.,</u> <u>Psikolog</u> NIP. 199006142023211023		15/2025 5

Malang, 15 Mei 2025

Mengetahui,

Ketua Program Studi




Yusuf Ratu Agung, M.A

NIP. 19800102020150310

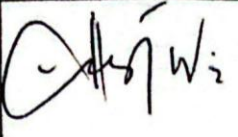
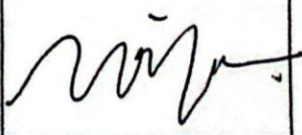
**PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA
PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS
DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG**

SKRIPSI

Oleh
Rofi Naufal Suryawan
NIM. 210401110201

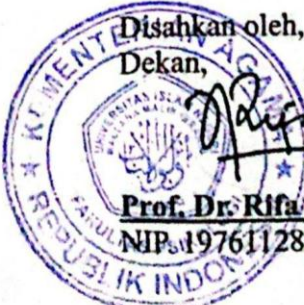
Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis
Sidang Skripsi Pada tanggal 24 Juni 2025

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Ujian Halimatus Sa'diyah, M.Pd. NIP. 19910512201911202273		25 Juni 2025
Ketua Penguji Muhammad Arif Furqon, M.Psi, Psikolog NIP. 199006142023211023		25 Juni 2025
Penguji Utama Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si. NIP.197605122003121002		26 Juni 2025

Disahkan oleh,
Dekan,

Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001



NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PENYANDANG DISABILITAS DI
KOMUNITAS DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG**

Yang ditulis oleh :

Nama : Rofi Naufal Suryawan
NIM : 210401110201
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Malang, 15 Mei 2025

Dosen Pembimbing I,


Muhammad Arif Furqan, M.Psi., Psikolog
NIP. 199006142023211023

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rofi Naufal Suryawan
NIM : 210401110201
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan **PENGARUH GROWTH MINDSET DAN SOCIAL SUPPORT TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sangsi

Malang, 6 Mei 2025

Peneliti



Rofi Naufal Suryawan

NIM. 210401110201

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

(QS. Ar-Ra’d: 11)

PERSEMBAHAN

Dengan segala ikhtiar dan takdir yang mengiringi, saya mengucapkan *Bismillahirrahmanirrahim* dan *Alhamdulillah* atas setiap proses dan hasil dari penyusunan skripsi ini. Skripsi ini merupakan wujud dari perjuangan, ketekunan, serta doa dan dukungan dari banyak pihak. Dengan penuh syukur dan cinta, saya persembahkan karya ini kepada:

1. Diri Sendiri, terima kasih telah bertahan, meski dunia kadang terasa berat. Untuk setiap malam yang diisi keraguan, setiap pagi yang diawali dengan doa, dan setiap langkah kecil yang perlahan membawa diri ini ke titik ini. Kamu pantas merayakan ini. Terima kasih telah memilih untuk terus berjalan, meski tak selalu tahu arah.
2. Orang tua tercinta ayah Miko Suryawan dan Ibu Diana Novitaningrum, terima kasih atas setiap doa yang terucap lirih di sepertiga malam, atas kerja keras yang tak kenal lelah demi melihat anakmu berdiri tegak menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih atas pelukan yang menguatkan, kata-kata yang menenangkan, dan cinta yang tak pernah habis meski tak selalu terucap. Setiap langkahku adalah bayangan pengorbanan dan keikhlasan kalian. Semoga setiap tetes peluh dan doa kalian terbalas dengan keberkahan dan kebahagiaan yang tiada henti.
3. Kepada keluarga tercinta yang berada di Ngantang dan Sawojajar, terima kasih atas dukungan yang sederhana namun berarti, atas kehadiran yang senantiasa menjadi rumah di tengah badai kesibukan. Keluarga ini adalah jangkar yang menjaga perasaanku tetap utuh dan hangat, bahkan saat perasaan terasa kacau. Keluarga bukan hanya soal darah, tapi tentang hati yang saling menguatkan, dan aku bersyukur lahir dan tumbuh di dalam keluarga ini.
4. Seluruh teman angkatan 21, teman kelas E dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas setiap doa, dukungan, dan

kebaikan yang telah diberikan. Setiap bantuan, sekecil apa pun, sangat berarti dalam perjalanan ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil 'alamin, segala puji bagi Allah SWT atas rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun sebagai bagian dari syarat akademik untuk meraih gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penyelesaiannya tidak lepas dari doa, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan hormat dan terima kasih yang tulus, peneliti menyampaikan apresiasi kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Yusuf Ratu Agung, M.A., selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Muhammad Arif Furqon, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan berharga dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., Halimatus Sa'diyah, M.Pd., dan Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog, selaku Penguji utama, Sekretaris Penguji, Validator Expert Judgment dan dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu, wawasan, serta pengalaman berharga selama masa perkuliahan.
7. Lembaga penyandang Disabilitas Klojen, dan Ibu Diyah selaku perwakilan pengurus lembaga serta para anggota lembaga komunitas penyandang

disabilitas, yang telah menerima dan membantu dalam proses penyelesaian penelitian ini.

Akhirnya, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi peneliti maupun bagi para pembaca. Peneliti juga menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti memohon maaf atas segala kekhilafan serta terbuka untuk menerima saran dan kritik yang membangun.

Malang, 15 Mei 2025

Peneliti

A handwritten signature in black ink, featuring a large, stylized loop at the top and a horizontal line at the bottom, with the letters 'R' and 'S' visible.

Rofi Naufal Suryawan

NIM. 210401110201

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	15
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II	18
A. <i>Psychological Well-Being</i>	18
1. Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	18
2. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	22
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	32
4. Pengukuran <i>Psychological Well-Being</i>	34
5. <i>Psychological Well-Being</i> Dalam Perspektif Islam.....	35
B. <i>Growth Mindset</i>	40
1. Pengertian <i>Growth Mindset</i>	40
2. Dimensi <i>Growth Mindset</i>	45
3. Alat Ukur <i>Growth Mindset</i>	47
4. <i>Growth Mindset</i> Dalam Perspektif Islam	49

5. Pengaruh <i>Growth Mindset</i> Terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	54
C. <i>Social Support</i>	55
1. Pengertian <i>Social Support</i>	55
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Social Support</i>	57
3. Aspek-Aspek <i>Social support</i>	59
4. Sumber <i>Social Support</i>	60
5. Alat Ukur <i>Social Support</i>	62
6. <i>Social Support</i> Dalam Perspektif Islam	64
7. Pengaruh <i>Social Support</i> Terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	69
D. Penyandang Disabilitas.....	70
1. Pengertian Disabilitas.....	70
2. Macam-macam Disabilitas.....	71
E. Kerangka Berpikir.....	72
F. Hipotesis.....	74
BAB III.....	75
A. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	75
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	75
2. Populasi.....	76
3. Sampel.....	77
B. Variabel Penelitian.....	78
1. <i>Growth mindset</i>	79
2. <i>Social support</i>	80
3. <i>Psychological well-being</i>	80
C. Instrumen Pengumpulan Data.....	81
1. Instrumen Alat ukur <i>Growth Mindset</i>	83
2. Instrumen Alat ukur <i>Social Support</i>	84
3. Instrumen Alat ukur <i>Psychological Well-Being</i>	86
D. Prosedur Pengumpulan Data.....	88
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	88
1. Uji Validitas.....	89
2. Uji Reliabilitas	93
F. Teknik Analisa Data.....	95

1. Uji Statistik Deskriptif	95
2. Uji Hipotesis	96
3. Uji Multikolinearitas	97
4. Uji Heteroskedastisitas	97
BAB IV	99
A. Lokasi dan Pelaksanaan Penelitian	99
B. Hasil Penelitian.....	100
1. Uji Statistik Deskriptif	100
2. Uji Asumsi Klasik	106
3. Uji Hipotesis	113
C. Pembahasan.....	121
1. Tingkat tinggi <i>Psychological Well-Being</i>	121
2. Tingkat tinggi <i>Growth Mindset</i>	123
3. Tingkat tinggi <i>Social Support</i>	125
4. Pengaruh <i>Growth Mindset</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	128
5. Pengaruh <i>Social Support</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	129
6. Pengaruh <i>Growth Mindset</i> dan <i>Social Support</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	132
7. Dukungan terhadap Temuan Penelitian Dalam Perspektif Islam.....	134
8. Tantangan Perspektif Islam terhadap Temuan Penelitian	135
BAB V.....	137
A. Kesimpulan.....	137
B. Saran	139
DAFTAR PUSTAKA.....	142
LAMPIRAN.....	152

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Peta Konsep <i>Psychological Well-Being</i>	38
Gambar 2.2 Bagan Teks Islam Psychological well-being	39
Gambar 2.3 Peta Konsep <i>Growth Mindset</i>	52
Gambar 2.4 Bagan Teks Islam <i>Growth Mindset</i>	53
Gambar 2.5 Peta Konsep <i>Social Support</i>	67
Gambar 2.6 Bagan Teks Islam <i>Social Support</i>	68
Gambar 2.7 Kerangka Instrumen	74
Gambar 3.1 Kerangka Instrumen	76
Gambar 4.1 Logo Komunitas.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisis Ma'aril Mufrodat QS. Al-Fajr: 27-30.....	36
Tabel 2.2 Analisis Komponen Al-Qur'an QS. Al-Fajr: 27-30.....	37
Tabel 2.3 Analisis Ma'aril Mufrodat QS. Ar-Ra'd: 11.....	50
Tabel 2.4 Analisis Komponen Al-Quran QS. Ar-Ra'd: 11	51
Tabel 2.5 Analisis Ma'aril Mufrodat QS. Al-Ma'idah: 2.....	65
Tabel 2.6 Analisis Komponen Al-Quran QS. Al-Ma'idah: 2	66
Tabel 3.1 Jumlah Populasi.....	76
Tabel 3.2 Jumlah Sampel.....	78
Tabel 3.3 Penilaian Skala Likert.....	82
Tabel 3.4 Instrumen Growth Mindset	84
Tabel 3.5 Instrumen Social Support	85
Tabel 3.6 Instrumen Psychological Well-Being	87
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur Growth Mindset... 90	90
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur Social Support	91
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur Psychological Well-Being.....	92
Tabel 3.10 Kriteria Pengambilan Keputusan Reliabilitas	94
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas	94
Tabel 3.12 Kriteria Kategorisasi	96
Tabel 4.1 Hasil Uji Analisis Deskriptif	101
Tabel 4.2 Kategorisasi	102
Tabel 4.3 Kategorisasi Growth Mindset.....	103
Tabel 4.4 Hasil Uji Kategorisasi Growth Mindset	103
Tabel 4.5 Kategorisasi Social Support.....	104
Tabel 4.6 Hasil Uji Kategorisasi Social Support.....	104
Tabel 4.7 Kategorisasi Psychological Well-Being	105
Tabel 4.8 Hasil Uji Kategorisasi Psychological Well-Being.....	105
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas	107
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Variabel Psychological Well-Being dan Growth Mindset.....	109
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas Variabel Psychological Well-Being dan Social Support.....	110
Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinearitas	111
Tabel 4.13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	113
Tabel 4.14 Hasil Uji Koefisien Determinasi	114
Tabel 4.15 Hasil Perhitungan Sumbangan Efektif.....	115
Tabel 4.16 Hasil Uji F.....	116
Tabel 4.17 Hasil Uji T	118
Tabel 4.18 Tabulasi Data Untuk Persamaan Uji Regresi Linear Berganda	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Memakai Skala	152
Lampiran 2 Profesional Expert Judgement	154
Lampiran 3 Informed Consent dan Daftar Nama	169
Lampiran 4 Skala Item	171
Lampiran 5 Uji Validitas	176
Lampiran 6 Uji Reliabilitas	179
Lampiran 7 Uji Analisis Deskriptif	180
Lampiran 8 Normalitas	181
Lampiran 9 Koefisien	183

ABSTRAK

Rofi Naufal Suryawan. 2025. PENGARUH *GROWTH MINDSET* DAN *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA PENYANDANG DISABILITAS DI KOMUNITAS DISABILITAS KLOJEN KOTA MALANG. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing : Muhammad Arif Furqon, M.Psi., Psikolog

Kata kunci : *Growth Mindset*, *Social Support*, *Psychological Well-Being*, Penyandang Disabilitas

Psychological well-being adalah kondisi ketika individu mampu menjalani hidup secara bermakna, memiliki kontrol terhadap diri sendiri, serta mampu mengembangkan potensi diri secara optimal. *Growth mindset* merupakan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan seseorang dapat berkembang melalui usaha, strategi yang tepat, dan pengalaman. Sementara itu, *social support* adalah dukungan emosional, instrumental, maupun informasional yang diperoleh individu dari lingkungan sosialnya seperti keluarga, teman, dan komunitas. Ketiga variabel ini sangat penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis, khususnya bagi penyandang disabilitas yang menghadapi berbagai tantangan fisik maupun sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Subjek penelitian adalah 45 orang penyandang disabilitas yang tergabung dalam Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang. Instrumen yang digunakan adalah *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) untuk mengukur *psychological well-being*, *The Growth Mindset Scale* untuk mengukur *growth mindset*, dan *Social Support Scale* untuk mengukur *social support*. Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *growth mindset* dan *social support* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Artinya, semakin tinggi *growth mindset* dan *social support* yang dimiliki oleh penyandang disabilitas, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* mereka. Temuan ini menegaskan pentingnya membangun pola pikir berkembang dan memperkuat jaringan dukungan sosial dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas.

ABSTRACT

Rofi Naufal Suryawan. The Influence of Growth Mindset and Social Support on Psychological Well-Being among Individuals with Disabilities in the Disability Community of Klojen, Malang City. Thesis. Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor : Muhammad Arif Furqon, M.Psi., Psikolog

Kata kunci : *Growth Mindset, Social Support, Psychological Well-Being, Penyandang Disabilitas*

Psychological well-being refers to a condition in which individuals are able to live a meaningful life, exercise self-control, and optimally develop their potential. Growth mindset is the belief that one's abilities and intelligence can be developed through effort, effective strategies, and experience. Meanwhile, social support refers to emotional, instrumental, and informational assistance received from one's social environment, such as family, friends, and the community. These three variables play an essential role in supporting psychological well-being, especially for individuals with disabilities who face various physical and social challenges.

This study employed a quantitative approach with a survey method. The research subjects consisted of 45 individuals with disabilities who are members of the Disability Community in Klojen, Malang City. The instruments used were the Psychological Well-Being Scale (PWBS) to measure psychological well-being, the Growth Mindset Scale to measure growth mindset, and the Social Support Scale to measure social support. Data analysis was conducted using multiple linear regression techniques to examine the influence of growth mindset and social support on psychological well-being.

The results of the study showed that growth mindset and social support have a positive and significant influence on the psychological well-being of individuals with disabilities. In other words, the higher the growth mindset and social support possessed by individuals with disabilities, the higher their level of psychological well-being. These findings emphasize the importance of fostering a growth mindset and strengthening social support networks to enhance the psychological well-being of individuals with disabilities.

الملخص

روفي نوفال سورياوان. ٢٠٢٥. تأثير عقلية النمو والدعم الاجتماعي على الرفاهية النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة في مجتمع الإعاقة بكيلوجين، مدينة مالانج. رسالة جامعية. كلية علم النفس، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج
المشرف الأكاديمي: محمد عارف فرقان، ماجستير في علم النفس، أخصائي نفسي

تشير الرفاهية النفسية إلى حالة يتمكن فيها الأفراد من عيش حياة ذات مغزى، والتحكم في أنفسهم، وتطوير إمكاناتهم بشكل أمثل. أما عقلية النمو فهي الإيمان بأن قدرات الفرد وذكاءه يمكن تطويرهما من خلال الجهد والاستراتيجيات الفعالة والخبرة. بينما يشير الدعم الاجتماعي إلى المساعدة العاطفية والأدواتية والمعلوماتية التي يتلقاها الفرد من بيئته الاجتماعية مثل الأسرة والأصدقاء والمجتمع. تلعب هذه المتغيرات الثلاثة دوراً أساسياً في دعم الرفاهية النفسية، وخاصة للأشخاص ذوي الإعاقة الذين يواجهون تحديات بدنية واجتماعية متعددة استخدمت هذه الدراسة منهجاً كمياً مع طريقة المسح. شملت عينة الدراسة ٤٥ شخصاً من ذوي الإعاقة وهم أعضاء في مجتمع الإعاقة بمنطقة كيلوجين، مدينة مالانج. تم استخدام مقاييس متعددة لقياس الرفاهية النفسية، ومقياس عقلية (PWBS) لقياس المتغيرات: مقياس الرفاهية النفسية النمو لقياس عقلية النمو، ومقياس الدعم الاجتماعي لقياس الدعم الاجتماعي. وتم تحليل البيانات باستخدام تقنية الانحدار الخطي المتعدد لدراسة تأثير عقلية النمو والدعم الاجتماعي على الرفاهية النفسية.

أظهرت نتائج الدراسة أن عقلية النمو والدعم الاجتماعي لهما تأثير إيجابي ودال إحصائياً على الرفاهية النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة. مما يعني أنه كلما ارتفعت مستويات عقلية النمو والدعم الاجتماعي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة، ارتفعت مستويات الرفاهية النفسية لديهم. تؤكد هذه النتائج على أهمية تعزيز عقلية النمو وتقوية شبكات الدعم الاجتماعي لتحسين الرفاهية النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mempunyai keterbatasan fisik, mental, intelektual dan sensorik dalam jangka waktu yang lama dan yang dalam berinteraksi dengan lingkungannya dapat menemui hambatan dan kesulitan dalam berinteraksi secara penuh dalam kehidupan bermasyarakat secara setara dengan individu tanpa disabilitas (Ashar, 2019).

Widinarsih (2019) Disabilitas dapat dikategorikan ke dalam berbagai jenis berdasarkan aspek yang terkena dampak dan waktu terjadinya. Berdasarkan aspek yang terkena, disabilitas dibedakan menjadi disabilitas fisik, intelektual, mental dan sensorik. Disabilitas fisik meliputi keterbatasan dalam pergerakan atau struktur tubuh, seperti amputasi, lumpuh atau kelainan musculoskeletal (cedera pada tulang, otot, sendi dan jaringan ikat). Disabilitas intelektual mengacu pada keterbatasan dalam fungsi kognitif, seperti pada individu dengan sindrom *down* atau gangguan perkembangan intelektual lainnya. Disabilitas mental berkaitan dengan gangguan psikologis yang memengaruhi emosi, pemikiran dan perilaku seperti *skizofrenia* atau *bipolar*. Sementara itu, disabilitas sensorik mencakup gangguan pada indra seperti tunanetra atau tunarungu. Dari segi waktu terjadinya, disabilitas dapat bersifat kongenital (bawaan lahir) atau

didapat setelah lahir akibat kecelakaan, penyakit atau faktor lingkungan (Widinarsih, 2019).

Kata disabilitas secara formal diperkenalkan dan digunakan dalam Undang-Undang No. 8 Tahun 2016. Dalam Undang-Undang tersebut tidak ditemukan arti kata disabilitas, yang ada adalah arti kata Penyandang Disabilitas. Lebih lanjut, disabilitas mencakup keterbatasan dalam mobilitas, komunikasi, interaksi sosial serta kemampuan untuk mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

Disabilitas bukan hanya sekedar kondisi medis atau biologis, tetapi juga merupakan fenomena sosial yang dipengaruhi oleh lingkungan dan interaksi dengan masyarakat. Faktor eksternal, seperti stigma, diskriminasi dan kurangnya aksesibilitas, sering kali menjadi hambatan utama bagi penyandang disabilitas dalam menjalani kehidupan yang berkualitas. Oleh karena itu, perspektif modern tentang disabilitas tidak hanya berfokus pada keterbatasan individu, tetapi juga pada bagaimana masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung (Widinarsih, 2019).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 22 juta orang, yang mencakup sekitar 8,5% dari total populasi (Supanji, 2023). Di Kota Malang terdapat 630 penyandang disabilitas yang tersebar di 5 kecamatan di Kota Malang. Salah satunya di Kecamatan Klojen mencapai 119 penyandang disabilitas, diantaranya 61 disabilitas laki-laki dan 58 disabilitas perempuan,

dengan rentan usia dibawah 18 tahun sebanyak 39 orang, usia 18 hingga 35 tahun sebanyak 45 orang dan usia di atas 35 tahun sebanyak 35 orang. Di Kecamatan Klojen lebih tepatnya di daerah Oro-oro Dowo, terdapat sebuah komunitas disabilitas yang didirikan dengan jumlah penyandang sebanyak 45 orang dan di bina oleh beberapa pembimbing, salah perwakilan yaitu oleh Ibu Diyah. Didirikannya komunitas tersebut bertujuan untuk tempat bersilaturahmi, tempat belajar dan tempat untuk saling membantu sesama penyandang disabilitas.

Di dalam komunitas tersebut, terdapat sejumlah individu penyandang disabilitas yang masih menghadapi berbagai bentuk pengucilan sosial di luar komunitas, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengucilan ini dapat berupa perlakuan diskriminatif ataupun keterbatasan ke sejumlah akses contohnya dalam mencari pekerjaan. Kondisi ini tidak hanya menghambat partisipasi mereka dalam kehidupan bermasyarakat, tetapi juga berpotensi menimbulkan dampak psikologis yang signifikan. Ketidakadilan sosial yang mereka alami dapat menyebabkan perasaan rendah diri, kecemasan hingga stress. Selain itu kurangnya dukungan sosial dan empati dari lingkungan sekitar dapat memperparah kondisi psikologis mereka, sehingga menghambat perkembangan pribadi serta kesejahteraan psikologis mereka.

Hal ini sesuai dengan penelitian Kanwal & Mustafa (2016) tentang *psychological well-being and quality of life among physically disabled and normal employees* di Pakistan yang menyatakan bahwa kesejahteraan

psikologis karyawan disabilitas fisik mempunyai tingkat psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan karyawan yang normal. Hal ini disebabkan karena sebagian besar dari masyarakat memandang penyandang disabilitas secara negatif. Hal ini memiliki dampak pada kualitas kehidupan penyandang disabilitas, diantaranya akan berpengaruh terhadap pernikahan, pendidikan serta pekerjaan mereka (Kanwal & Mustafa, 2016).

Menurut Ryff (2013) *psychological well-being* adalah sebuah konsep yang mencakup beberapa dimensi inti yang menggambarkan apa yang dianggap sebagai fungsi manusia yang optimal. Ryff mengidentifikasi enam dimensi penting dari *psychological well-being*, yaitu otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Dimensi-dimensi ini berbeda dengan pendekatan hedonik yang berfokus pada kebahagiaan dan perasaan positif, karena Ryff lebih menekankan pendekatan *eudaimonic* yang berkaitan dengan realisasi diri, pemenuhan potensi dan keterlibatan bermakna dalam hidup.

Selain itu, Ryff (2013) juga menjelaskan bahwa *psychological well-being* tidak hanya tentang kebahagiaan atau ketidakan stress, tetapi mencakup perasaan arah dan tujuan hidup, keyakinan bahwa seseorang hidup sesuai dengan nilai-nilainya sendiri, pertumbuhan diri yang berkelanjutan serta hubungan interpersonal yang mendalam dan memuaskan. Setiap dimensi ini memberikan gambaran yang lebih

komprehensif tentang bagaimana seseorang berfungsi secara optimal dan bagaimana *psychological well-being* tersebut berkaitan dengan kesehatan mental secara fisik.

Menurut Ryff (2002) dalam Rahma & Izza (2024) menjelaskan bahwa *psychological well-being* mengacu pada kondisi kesejahteraan psikologis individu yang tercermin dalam sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, kemampuan dalam mengambil keputusan dengan bijaksana serta kesanggupan untuk menciptakan dan mempertahankan lingkungan yang mendukung perkembangan diri. Individu dengan tingkat *psychological well-being* yang baik juga memiliki tujuan hidup yang jelas, berusaha menjadikan hidupnya lebih bermakna serta terus menggali dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung memiliki hubungan sosial yang sehat, rasa percaya diri yang tinggi serta mampu menemukan makna dalam kehidupan. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis antara lain adalah dukungan sosial dan pola pikir yang memungkinkan seseorang untuk terus berkembang dan beradaptasi terhadap berbagai situasi kehidupan.

Dalam mencapai kesejahteraan psikologis, maka diperlukan *growth mindset* supaya penyandang disabilitas lebih tangguh dan gigih dalam menghadapi tantangan. *Growth mindset* dapat memberikan pengaruh yang signifikan pada kesejahteraan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Dweck & Yeager (2020) dalam Rahma & Izza (2024), dalam penelitian

growth mindset menemukan bahwa individu yang memiliki *growth mindset* cenderung dapat terus berjuang menghadapi kesulitan dan berkembang.

Menurut Dweck (2016) *growth mindset* merujuk pada keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan seseorang dapat berkembang melalui usaha, strategi yang efektif dan masukan dari orang lain. Dweck menekankan bahwa individu dengan pola pikir berkembang tidak melihat kecerdasan sebagai sesuatu yang tetap, melainkan sesuatu yang dapat ditingkatkan melalui pembelajaran dan pengalaman. Dalam bukunya *Mindset: The Psychology of Success*, Dweck mengungkapkan bahwa mereka yang memiliki *growth mindset* cenderung lebih gigih dalam menghadapi tantangan, lebih tahan terhadap kegagalan dan lebih terbuka terhadap kritik yang membangun.

Dweck (2016) membandingkan *growth mindset* dengan *fixed mindset*, yaitu pola pikir yang menganggap bahwa kecerdasan dan kemampuan bersifat tetap dan tidak dapat diubah secara signifikan. Individu dengan *fixed mindset* cenderung menghindari tantangan, cepat menyerah ketika menghadapi kesulitan serta melihat usaha sebagai tanda kelemahan daripada sebagai sarana untuk berkembang. Sebaliknya, mereka yang memiliki *growth mindset* lebih memandang kegagalan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai bukti ketidakmampuan.

Selain *growth mindset*, *social support* memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well-being* karena bertindak sebagai pelindung terhadap stres. *Social Support* merupakan komponen penting bagi setiap

insan manusia, tak terkecuali bagi penyandang disabilitas. Bagi penyandang disabilitas, *social support* memiliki peran yang sangat mendasar. Hal ini disebabkan karena permasalahan mendasar yang dialami oleh penyandang disabilitas adalah minimnya pemberian dukungan, terutama akibat rendahnya pemahaman, pengetahuan serta keterampilan dan kepedulian lingkungan penyandang disabilitas. Mereka sering menghadapi berbagai tantangan, baik fisik maupun psikologis, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka.

Social support yang memadai dapat membantu mereka meningkatkan kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan di SLB Kota Banda Aceh oleh Jarmitia et al., (2017), menemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas fisik, semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula kepercayaan diri mereka.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dayanti & Pribadi (2022) bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, khususnya orang tua, juga berperan penting dalam mendukung penyandang disabilitas. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat lima bentuk dukungan sosial keluarga yang signifikan bagi penyandang disabilitas tunadaksa, yaitu dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan harga diri dan dukungan jaringan.

Menurut Sarafino & Smith (2011), *social support* mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang tersedia dari orang lain, termasuk individu atau kelompok seperti keluarga, teman, organisasi komunitas dan dokter. Dukungan ini dapat muncul dalam dua bentuk, bantuan nyata yang diberikan oleh orang lain (dukungan yang diterima) dan persepsi individu bahwa bantuan tersebut tersedia (dukungan yang dirasakan). Kedua bentuk dukungan ini penting dalam meningkatkan kemampuan seseorang untuk menghadapi stress.

Sarafino & Smith (2011) juga menyoroti empat jenis utama dukungan sosial; dukungan emosional atau penghargaan, yang memberikan empati dan dorongan; dukungan nyata atau instrumental, yang melibatkan bantuan langsung seperti bantuan finansial; dukungan informasional, yang mencakup nasihat atau umpan balik; dan dukungan pertemanan, yang merasakan rasa kebersamaan.

Social support memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well-being* karena bertindak sebagai pelindung terhadap stres. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi sering kali melihat stresor sebagai kurang berat, karena mereka mengharapkan bantuan dari jaringan sosial mereka, baik dalam bentuk dukungan emosional, bantuan finansial atau nasihat praktis. Selain itu, *social support* dapat langsung meningkatkan kesejahteraan dengan menumbuhkan rasa memiliki dan harga diri, yang mempromosikan pandangan hidup yang positif. Keadaan mental positif ini terkait dengan tingkat stres yang lebih rendah dan kesehatan yang lebih baik

secara keseluruhan, terlepas dari intensitas stres yang dihadapi (Sarafino & Smith, 2011).

Growth mindset dan *social support* memiliki peran mendasar dalam membantu penyandang disabilitas menghadapi berbagai tantangan fisik dan psikologis sehari-hari. Dengan keyakinan diri yang kuat, individu mampu meyakini kapasitas mereka untuk mengelola situasi yang sulit, beradaptasi dengan hambatan serta meraih tujuan hidup meski dihadapkan dengan keterbatasan. *Growth mindset* yang diperkenalkan oleh Carol S. Dweck, memiliki konsep yang merujuk pada keyakinan bahwa kemampuan, kecerdasan dan keterampilan seseorang dapat berkembang melalui usaha, ketekunan dan strategi yang tepat. Di sisi lain, *social support* memberikan fondasi emosional dan praktis yang sangat penting bagi penyandang disabilitas. *Social support* yang bisa datang dari keluarga, teman atau komunitas, tidak hanya memberikan bantuan konkret seperti dukungan finansial atau bantuan dalam aktivitas fisik, tetapi juga memberikan perasaan diterima, dihargai, dan diperhatikan.

Growth mindset membantu penyandang disabilitas untuk mengatasi stress dan tekanan hidup. Penyandang disabilitas dengan *growth mindset* cenderung memandang stress sebagai bagian dari proses pembelajaran, bukan sebagai sesuatu yang melemahkan mereka. Mereka lebih mampu mengelola tekanan karena melihatnya sebagai tantangan yang dapat mereka taklukkan dengan usaha dan strategi yang lebih baik. Hal ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis karena penyandang disabilitas tidak akan

mudah menyerah dalam menghadapi masalah, sehingga mengurangi kecemasan dan stres berkepanjangan (C. S. Dweck, 2016).

Growth mindset juga membantu meningkatkan resiliensi bagi penyandang disabilitas. Resiliensi atau ketahanan mental adalah salah satu faktor utama dalam kesejahteraan psikologis. Penyandang disabilitas yang memiliki *growth mindset* lebih mampu bangkit setelah mengalami kegagalan atau kesulitan. Mereka melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai tanda bahwa mereka tidak mampu (C. S. Dweck, 2016). Selain itu, *social support* bagi penyandang disabilitas, membantu mereka merasa lebih terhubung dengan lingkungan sosial dan tidak merasa sendirian dalam menghadapi kesulitan. Dukungan *self-esteem* mereka, yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Sarafino & Smith, 2011).

Kedua faktor ini, *growth mindset* dan *social support*, menciptakan mekanisme yang kuat bagi penyandang disabilitas untuk menghadapi hambatan, mengelola emosi negatif dan meraih kualitas hidup yang lebih baik. Dengan *growth mindset* yang kuat dan *social support* yang suportif, penyandang disabilitas memiliki sumber daya mental dan sosial yang diperlukan untuk menavigasi tantangan hidup dengan lebih baik, menjadikan keduanya faktor esensial dalam meningkatkan *psychological well-being* mereka.

Studi pendahuluan mengenai *psychological well-being* pada penyandang disabilitas oleh Ningsih & Susanti (2019) menunjukkan bahwa

individu dengan keterbatasan fisik seringkali mengalami penilaian negatif dari masyarakat, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian yang dilakukan di Provinsi Aceh menunjukkan bahwa meskipun ada hambatan sosial, mayoritas penyandang disabilitas fisik di wilayah tersebut memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi (90,9% dari 77 responden). Faktor-faktor seperti religiusitas, usia dan dukungan sosial dari keluarga serta orang terdekat berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Temuan ini juga didukung oleh teori Ryff, yang menekankan bahwa dukungan sosial dan faktor personal seperti spiritualitas dapat memengaruhi *psychological well-being* individu.

Namun masih terbatas penelitian yang secara khusus meneliti pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di Indonesia. Penelitian yang ada lebih banyak berfokus pada kesejahteraan psikologis secara umum atau pada populasi lain seperti remaja, lansia atau pekerja. Misalnya, beberapa studi menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat memengaruhi kesejahteraan emosional seseorang, namun belum banyak yang menyoroti aspek spesifik dari bagaimana dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada penyandang disabilitas secara komprehensif. Demikian pula, penelitian tentang *growth mindset* lebih sering membahas hubungan terhadap *subjective well-being* pada remaja atau terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa pelajar, sementara kajian mengenai

peran *growth mindset* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas masih terbatas.

Penelitian ini berfokus pada subjek penyandang disabilitas di komunitas disabilitas wilayah Kecamatan Klojen Kota Malang, mencakup 45 responden dengan kisaran usia 16 tahun hingga 35 tahun keatas. Pemilihan ini sebagai objek penelitian didasarkan pada fakta bahwa penyandang disabilitas menghadapi tantangan yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari, baik secara fisik maupun psikologis. Penelitian ini melibatkan sejumlah responden yang mewakili populasi penyandang disabilitas di Kota Malang, dengan mempertimbangkan keragaman jenis disabilitas yang ada. Ruang lingkup penelitian ini juga mencakup pengukuran *growth mindset* dan *social support* yang dialami oleh penyandang disabilitas, serta dampaknya terhadap *psychological well-being* mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menganalisis lebih lanjut bagaimana kedua variabel, yaitu *growth mindset* dan *social support*, secara bersama-sama memengaruhi *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Selain itu, penelitian ini juga akan menambah literatur terkait yang relevan dengan *psychological well-being* di kalangan penyandang disabilitas di Indonesia. Dengan adanya temuan yang lebih spesifik mengenai penyandang disabilitas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan bagi program-program dukungan

sosial dan kebijakan publik yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penyandang disabilitas di masa depan.

Beberapa batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini perlu dijelaskan secara spesifik. *Growth mindset* didefinisikan sebagai keyakinan bahwa kemampuan, kecerdasan dan keterampilan seseorang dapat berkembang melalui usaha, ketekunan dan strategi yang tepat (C. S. Dweck, 2016). *Social support* mengacu pada persepsi individu tentang bantuan emosional, instrumental dan informasional yang mereka terima dari keluarga, teman atau komunitas, sesuai dengan teori dukungan sosial dari (Sarafino & Smith, 2011). *Psychological well-being* mencakup kondisi dimana individu merasa puas dengan kehidupannya, memiliki pengendalian emosi yang baik, serta merasa berdaya dan mampu menghadapi tantangan hidup (Ryff, 2013).

Dari uraian yang telah dipaparkan beberapa pertanyaan penting muncul terkait dengan pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Pertanyaan pertama yang muncul adalah seberapa tinggi tingkat *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang? Selain itu, pertanyaan lain yang tak kalah penting adalah seberapa tinggi tingkat *growth mindset* dan *social support* yang dimiliki oleh penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang? Kedua pertanyaan ini mengarahkan peneliti pada kesenjangan penelitian yang ada.

Hingga saat ini, studi yang menggabungkan *growth mindset* dan *social support* sebagai faktor yang secara simultan memengaruhi *psychological well-being* pada penyandang disabilitas masih terbatas. Sebagian besar penelitian cenderung memisahkan kedua variabel ini atau hanya berfokus pada salah satunya, tanpa menggali bagaimana keduanya berinteraksi untuk memengaruhi kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas secara holistik. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut dan menutupi kesenjangan penelitian yang ada, dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran *growth mindset* dan *social support* dalam meningkatkan *psychological well-being* penyandang disabilitas.

Pentingnya penelitian ini dilihat dari dua sisi, yaitu sisi teoritis dan praktis. Dari sisi teoritis, penelitian ini akan memberikan kontribusi terhadap literatur yang ada dengan mengeksplorasi hubungan antara *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being*, khususnya dalam konteks penyandang disabilitas. Hal ini juga akan menutupi kesenjangan yang ada dalam penelitian sebelumnya, dimana belum banyak studi yang mengkaji dua variabel ini secara bersamaan pada populasi penyandang disabilitas. Dari sisi praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi para pembuat kebijakan, penyedia layanan serta organisasi yang bergerak di bidang disabilitas, yang pada akhirnya dapat meningkatkan *psychological well-being* mereka.

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa tinggi tingkat *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang?
2. Seberapa tinggi tingkat *growth mindset* dan *social support* yang dimiliki oleh penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang?
3. Bagaimana pengaruh dari *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang.
2. Mengetahui tingkat *growth mindset* dan *social support* yang dimiliki oleh penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang.
3. Menguji pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pemahaman ilmu pengetahuan teoritis di bidang psikologi klinis, khususnya dalam memahami faktor-faktor yang

memengaruhi *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Dengan mengkaji peran *growth mindset* dan *social support*, penelitian ini memperluas perspektif tentang bagaimana faktor internal dan eksternal berinteraksi dalam mendukung kesehatan mental individu dengan keterbatasan fisik maupun sensorik.

2. Manfaat Praktis

a. Penyandang Disabilitas

Penelitian ini memberikan pemahaman mengenai pentingnya memiliki *growth mindset* dan membangun jaringan *social support* yang kuat dalam menghadapi tantangan hidup. Dengan mengadopsi pola pikir berkembang dan memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia, penyandang disabilitas dapat meningkatkan ketahanan psikologis, rasa percaya diri, serta kualitas hidup mereka. Penelitian ini juga dapat menjadi motivasi untuk lebih aktif dalam mengembangkan potensi diri dan memperluas koneksi sosial.

b. Pengurus Komunitas dan Pemerintah

Penelitian ini diharapkan menjadi dasar penting bagi pengurus komunitas dan pembuat kebijakan untuk merancang program-program pengembangan diri, pelatihan keterampilan, serta memperkuat layanan dukungan sosial bagi penyandang disabilitas. Pemerintah dapat menggunakan temuan ini sebagai acuan dalam merancang kebijakan inklusif yang tidak hanya memperhatikan

aksesibilitas fisik, tetapi juga mendukung kesejahteraan mental dan sosial penyandang disabilitas secara menyeluruh.

c. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pijakan awal bagi penelitian lanjutan yang mengkaji lebih dalam hubungan *growth mindset*, *social support*, dan *psychological well-being* pada populasi penyandang disabilitas atau populasi rentan lainnya. Peneliti selanjutnya dapat memperluas variabel, menggunakan pendekatan metode campuran (*mixed method*), atau mengkaji faktor-faktor tambahan lainnya seperti *resilience*, *self-efficacy*, dan *self-acceptance* untuk memperkaya pemahaman dalam bidang ini.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Psychological Well-Being*

1. Pengertian *Psychological Well-Being*

Psychological well-being adalah konsep yang mencerminkan kesejahteraan psikologis seseorang, ditandai dengan kemampuan untuk mencapai potensi dirinya secara optimal serta mengelola kehidupan dengan cara yang bermakna. *Psychological well-being* ini melibatkan keseimbangan antara aspek emosional, aspek kognitif dan aspek sosial yang memungkinkan individu untuk menghadapi tantangan hidup, membangun hubungan yang sehat serta merasakan kepuasan dan makna dalam kehidupan sehari-hari. Ryff berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berfokus pada kebahagiaan atau perasaan positif, melainkan juga mencakup pemenuhan potensi individu, pengembangan diri serta bagaimana seseorang menghadapi tantangan hidup (Ryff, 2013).

Ryff mengidentifikasi enam dimensi utama yang menentukan kesejahteraan psikologis, yaitu kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Model ini merupakan integrasi dari berbagai teori psikologi positif yang sebelumnya belum memiliki landasan empiris

yang kuat. Melalui dimensi-dimensi tersebut, kesejahteraan psikologis melibatkan proses terus menerus untuk mencapai pemahaman diri, hubungan sosial yang sehat dan kehidupan yang bermakna, di mana setiap individu berusaha untuk mengaktualisasikan diri secara optimal (Ryff, 1989).

Ryff mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki dasar teoritis yang kuat dari berbagai konsep dalam psikologi, termasuk aktualisasi diri Maslow, individuasi Jung dan teori perkembangan Erikson. Dalam penelitiannya, Ryff menemukan bahwa dimensi seperti hubungan sosial yang positif, otonomi dan pertumbuhan pribadi belum sepenuhnya terwakili dalam pengukuran kesejahteraan psikologis sebelumnya. Oleh karena itu, Ryff mengusulkan pendekatan yang lebih komprehensif untuk memahami bagaimana individu dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Dengan kata lain, *psychological well-being* menurut Ryff adalah kondisi dimana seseorang tidak hanya merasa bahagia, tetapi juga memiliki arah hidup yang jelas, mampu mengembangkan dirinya serta membangun hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain (Ryff, 1989).

Fitri (2017) menyatakan bahwa *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana seorang individu memiliki fungsi mental yang baik. Selain itu, individu juga akan merasakan kebahagiaan dalam menjalani keseharian dan mampu dalam mengoptimalkan semua potensi-potensi yang telah dimiliki. Individu

yang mengalami *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis akan merasakan bahwa dirinya tidak mempunyai suatu permasalahan dalam menjalani kehidupan dan berada dalam keadaan yang bahagia.

Ramadhani (2016) mengatakan bahwa *psychological well-being* merupakan keadaan dimana individu dapat mengarahkan diri ke arah yang positif. Hal tersebut dapat ditandai dengan individu yang menunjukkan perilaku positif secara pribadi maupun ke orang lain, mempunyai tujuan hidup yang bermakna, mampu dalam mengontrol lingkungan sekitar, memiliki hubungan sosial yang baik dan mampu dalam mengembangkan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki.

Tristiana, (2016) mengatakan *psychological well-being* adalah keadaan dimana individu dapat menjalani hidup dengan keseimbangan emosi yang baik, mampu menghadapi tantangan, serta merasa puas dengan dirinya sendiri dan lingkungannya. Kesejahteraan psikologis ini mencerminkan sejauh mana seseorang dapat menerima diri sendiri, membangun hubungan sosial yang positif, memiliki tujuan hidup, serta terus berkembang dalam berbagai aspek kehidupannya. Dengan memiliki *psychological well-being* yang baik, seseorang dapat lebih resilien terhadap tekanan hidup, memiliki kontrol atas dirinya sendiri dan mencapai kehidupan yang lebih bermakna serta Sejahtera.

Menurut Ryff (2002), *psychological well-being* merupakan gambaran dari cara individu dalam menghadapi tantangan sepanjang hidup. Jadi, *psychological well-being* tidak hanya sebatas kebahagiaan

dan keseimbangan antara efek negatif dan efek positif semata, tapi juga melibatkan persepsi mengenai tantangan-tantangan yang dihadapi sepanjang hidup.

Ryff (1989) menyoroti bahwa konsep *psychological well-being* berakar pada filosofi *eudaimonia*, yang dalam pandangan Aristoteles merujuk pada kehidupan yang bermakna dan dijalani dengan tujuan. Konsep ini berasal dari filsafat Yunani kuno pemikiran Aristoteles, yang menyatakan bahwa kehidupan terbaik adalah yang dijalani sesuai dengan kebijakan dan usaha untuk mencapai yang terbaik dalam diri kita. Dalam perspektif ini, kesejahteraan mencakup tantangan dan perjuangan untuk terus mengembangkan diri dan mencapai tujuan yang lebih tinggi dalam hidup (Ryff, 2013).

Selain itu, *psychological well-being* menurut Wells (2010) dalam bukunya "*Psychological Well-Being*" adalah konsep multidimensional yang berfokus pada fungsi psikologis positif individu. *Psychological well-being* ini tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia semata, tetapi lebih kepada pengembangan potensi manusia secara optimal. Wells mengadopsi pendekatan *eudaimonik* yang menekankan perkembangan potensi dan kesejahteraan pribadi sebagai inti dari kesejahteraan psikologis. Wells menekankan bahwa *psychological well-being* memiliki korelasi positif dengan faktor-faktor seperti kepuasan hidup, harga diri dan kontrol internal serta berkorelasi negatif dengan depresi. Dengan pendekatan yang holistik, *psychological well-being*

dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap berbagai masalah fisik dan psikologis, serta membantu individu dalam menghadapi tantangan hidup.

Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah sebuah konsep holistik yang berperan sebagai pelindung terhadap masalah fisik dan psikologis serta membantu individu untuk hidup secara bermakna dan berkembang optimal. *Psychological well-being* juga mencakup pemahaman bahwa kesejahteraan psikologis bukan hanya tentang kebahagiaan, tetapi juga tentang kemampuan individu untuk mengaktualisasikan potensi diri, mengelola hidup secara bermakna dan menghadapi tantangan dengan baik.

2. Dimensi *Psychological Well-Being*

Terdapat enam aspek dalam teori *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff (1989), yaitu :

a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Ryff (1989) mengartikan *self-acceptance* atau penerimaan diri sebagai suatu kemampuan utama yang dimiliki setiap individu yang berasal dari kesehatan mental, karakteristik dalam mengaktualisasikan diri, mengeluarkan segala fungsi optimal diri dan kematangan diri.

Individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang tinggi apabila memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan di

masa lalu, serta mengakui dan menerima keadaan dirinya. Sementara individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang rendah apabila individu memiliki penerimaan diri yang buruk, yaitu merasa tidak puas dengan dirinya (Ryff, 2013).

Mereka mampu mengenali dan menerima berbagai aspek dari diri mereka, baik yang positif maupun yang negatif, serta memandang masa lalu dengan perasaan positif. Sebaliknya, orang dengan skor rendah pada penerimaan diri sering kali merasa tidak puas dengan diri mereka sendiri dan merasa tidak nyaman dengan beberapa kualitas pribadi yang mereka miliki, bahkan sering kali ingin mengubahnya (Wells, 2010).

Menurut Fitri (2017) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana individu mampu dalam menerima keadaan diri sendiri dan memberikan penilaian terhadap diri sendiri. Erikson melihat bahwa penerimaan diri pada individu terkait dengan bagaimana individu tersebut menerima pengalaman di masa lalu baik pengalaman yang berhasil maupun gagal.

Ryff & Keyes (1995) menyebutkan bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu dalam menerima segala aspek yang berada dalam dirinya baik dari aspek positif maupun negatif yang terjadi masa kini maupun di masa lalu.

b. Hubungan yang Positif Dengan Orang Lain (*Positive Relationship With Others*)

Menurut Ryff (2013) mencerminkan individu dengan kemampuan untuk menjalin hubungan dengan orang lain secara baik serta memiliki kesadaran untuk saling berbagi dan menerima, yang dicirikan dengan afeksi, empati dan keakraban. Hubungan positif dengan orang lain dicirikan dengan kemampuan individu dalam mengadakan hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain, kemampuan untuk mencintai ini dipandang sebagai komponen utama dalam kesehatan mental. Individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang tinggi apabila individu mampu untuk bersikap hangat dan percaya dalam hubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi dan keintiman yang kuat.

Menurut Wells (2010) hubungan yang positif dengan orang lain adalah salah satu dimensi utama dari kesejahteraan psikologis. Dimensi ini mencakup kemampuan seseorang untuk membangun dan memelihara hubungan yang erat, hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Hubungan positif ini memberikan kebahagiaan dan kepuasan melalui keintiman dan cinta. Individu dengan skor tinggi dalam dimensi ini umumnya memiliki hubungan yang hangat dan memuaskan dengan orang lain, menunjukkan kepedulian yang tulus terhadap kesejahteraan orang lain, serta

memiliki kemampuan untuk merasakan empati, kasih sayang dan keintiman. Sebaliknya, individu dengan skor rendah cenderung kesulitan dalam membangun hubungan yang erat dan mempercayai orang lain. Mereka mungkin merasa terisolasi dan frustrasi dalam hubungan sosial, serta enggan berkomitmen dengan orang lain.

Putriyani & Listiyandini (2018) menyebutkan bahwa individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain menggambarkan tingkat *psychological well-being* tinggi. Individu yang memiliki hubungan yang positif dengan orang lain dapat dilihat dari cara individu dalam berinteraksi seperti adanya perasaan bahagia, empati, kepercayaan dan kenyamanan saat berinteraksi dengan orang lain.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Autonomy atau otonomi mencerminkan kemandirian individu, dimana individu dapat menentukan sesuatu yang baik untuk dirinya, tanpa meminta pendapat dari orang lain dan kemampuan untuk mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Individu ini tidak memperdulikan penilaian dari siapapun terhadap dirinya dan memiliki kemampuan yang baik dalam pemecahan suatu masalah yang sedang dihadapi (Ryff, 2013).

Individu dikatakan memiliki otonomi yang tinggi apabila individu memiliki kemampuan dalam mengarahkan diri dan bersikap mandiri, mampu menghadapi tekanan sosial serta mampu mengatur

perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi. Sedangkan individu yang memperhatikan penghargaan dan evaluasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain dalam mengambil keputusan, menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial dalam berfikir dan bertindak laku maka dikatakan sebagai individu yang memiliki otonomi rendah (Ryff, 1989).

Dalam pandangan Wells (2010) otonomi terkait erat dengan konsep *psychological well-being*, karena individu yang merasa bebas untuk membuat keputusan dan menjalani kehidupan sesuai dengan keyakinannya cenderung memiliki tingkat kepuasan yang lebih tinggi. Otonomi bukan hanya tentang kebebasan dari pengaruh luar, tetapi juga tentang rasa tanggung jawab terhadap keputusan yang diambil, serta kemampuan untuk mengelola dan mengatur hidupnya secara efektif. Wells juga menekankan pentingnya otonomi dalam konteks hubungan sosial. Dalam hubungan yang sehat, individu harus tetap merasa memiliki kontrol atas keputusan mereka, sambil tetap menjalin hubungan yang saling mendukung dan menghargai satu sama lain.

Ramadhani (2016) mengatakan bahwa individu yang memiliki otonomi atau kemandirian yang baik akan mampu dalam menentukan pilihan hidupnya sendiri dan mampu dalam mengontrol segala tingkah lakunya dalam tekanan sosial dan lingkungan sosialnya.

Putriyani & Listiyandini (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki kemandirian mampu mengendalikan diri dan mengambil suatu keputusan sesuai dengan kehendaknya.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) adalah konsep yang mengacu pada kemampuan individu untuk mengendalikan dan memengaruhi lingkungan sekitar mereka dengan cara yang mendukung kesejahteraan dan tujuan hidup mereka. Ini berarti bahwa seseorang merasa mampu untuk mengatur, merespons, dan beradaptasi dengan tuntutan serta perubahan dalam lingkungan mereka, baik itu dalam konteks pekerjaan, hubungan sosial, atau kehidupan sehari-hari.

Penguasaan lingkungan tidak hanya berkaitan dengan kekuatan untuk mengubah situasi, tetapi juga kemampuan untuk beradaptasi dan menemukan cara yang efektif dalam mengelola lingkungan tersebut, terutama ketika menghadapi kesulitan atau perubahan yang tidak terduga. Seseorang yang memiliki penguasaan lingkungan yang baik akan merasa lebih kompeten dalam menghadapi stres dan lebih mampu untuk menciptakan suasana yang kondusif untuk kehidupan mereka (Wells, 2010).

Ryff (1989) menyatakan bahwa *environmental mastery* atau penguasaan lingkungan merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi

psikologis yang dimiliki dan ditentukan sebagai karakteristik kesehatan mental. Selain itu, penguasaan lingkungan ini menekankan kemampuan individu untuk tetap berkembang dan mengubah secara kreatif melalui aktivitas fisik atau mental serta menekankan sejauh mana individu dapat memanfaatkan semua peluang yang berada dalam lingkungan sekitar berdasarkan perkembangan rentang kehidupan.

Menurut Putriyani & Listiyandini (2018) menjelaskan bahwa dalam mencapai kesejahteraan psikologis, kemampuan individu dalam menguasai dan mengontrol diri dengan lingkungan sekitar membutuhkan kemampuan dalam menyesuaikan diri, mengembangkan potensi yang dimiliki dalam situasi apapun agar dapat menguasai lingkungan. Selain itu, dibutuhkan keterampilan dalam menggunakan segala kesempatan atau peluang yang muncul berdasarkan lingkungan dari individu itu sendiri.

Selain itu Fitri (2017) menyatakan bahwa penguasaan lingkungan ini mengarah terhadap kemampuan individu dalam menentukan lingkungan sesuai dengan kondisi psikologis yang dimiliki. Individu akan mampu dalam mengambil dan menggunakan segala peluang yang ada dengan baik. Ramadhani (2016) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki penguasaan yang baik mampu mengendalikan lingkungan dan memilih lingkungan yang baik.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Menurut Ryff (2013), tujuan hidup atau *purpose in life* meliputi kesadaran akan tujuan hidup dan mencerminkan individu dengan keterarahan dalam hidup. Individu ini berpandangan bahwa hidup memiliki arti dan bermakna, baik itu pada masa lalu, masa sekarang maupun masa mendatang. Dimensi tujuan hidup meliputi keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna di dalam hidupnya, baik masa lalu maupun yang sedang dijalannya kini. Ryff (1989) Individu dikatakan memiliki skor tinggi dalam dimensi tujuan hidup apabila individu memiliki tujuan dan arah untuk hidupnya, merasa memiliki arti dalam hidup baik di masa lalu maupun di masa kini. Sementara individu dikatakan memiliki skor rendah pada dimensi tujuan hidup apabila individu kurang mempunyai arti dalam hidup, dalam tujuan dan arah dalam hidup serta tidak memiliki sikap atau keyakinan yang memberikan makna hidup.

Ryff & Keyes (1995) menyatakan bahwa individu akan menumbuhkan adanya rasa hidup yang bermakna baik dari kehidupan di masa lalu maupun di masa sekarang. Sejalan dengan pendapat diatas, Putriyani & Listiyandini (2018) bahwa individu akan merasa bahwa hidup yang sedang dijalani bukanlah hal yang percuma tetapi berarti dan individu tersebut mampu dalam

menemukan makna dalam kehidupan baik masa kini maupun di masa lalu apabila individu tersebut memiliki tujuan dalam hidup.

Ramadhani (2016) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki tujuan dalam hidup mampu dalam mengarahkan kehidupan diri sendiri dan mempunyai keyakinan bahwa hidup yang sedang dijalani bermakna.

Sedangkan menurut Wells (2010) tujuan hidup adalah konsep yang sangat penting dalam mencapai kesejahteraan psikologi dan keseimbangan emosional. Tujuan hidup berhubungan dengan orientasi nilai dan makna hidup yang dapat memberi individu arah dan motivasi dalam kehidupan sehari-hari. Wells menganggap bahwa tujuan hidup yang jelas dan bermakna membantu individu merasa terarah, termotivasi, dan lebih mampu mengatasi tantangan. Seseorang yang memiliki tujuan hidup yang jelas cenderung merasa lebih puas dan bersemangat dalam menjalani kehidupan. Tujuan hidup juga berhubungan dengan pencapaian pribadi yang lebih dalam, seperti memberikan kontribusi kepada masyarakat, mencapai potensi diri, atau memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain.

f. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Pertumbuhan pribadi adalah proses berkelanjutan yang melibatkan perubahan positif dalam aspek-aspek diri seseorang, baik secara psikologis, emosional, maupun sosial. Pertumbuhan pribadi

berfokus pada pengembangan potensi diri dan pencapaian kesejahteraan yang lebih tinggi melalui kesadaran diri, refleksi, dan upaya untuk mencapai tujuan hidup yang lebih bermakna (Wells, 2010).

Ryff (1989) menyatakan bahwa *personal growth* merupakan kebutuhan individu dalam mengaktualisasikan diri dan menyadari bahwa potensi yang dimiliki bertumbuh dan perlu untuk dikembangkan. Individu seperti itu akan memberikan pengaruh positif yang dimana individu akan berkembang dan membentuk potensi diri, daripada mencapai kondisi tetap di mana semua masalah diselesaikan. Berdasarkan rentang kehidupan menunjukkan bahwa pertumbuhan pada individu bersifat kontinu untuk mengatasi hambatan yang ditemui kedepannya.

Putriyani & Listiyandini (2018) menyatakan bahwa individu yang pengembangan diri akan sadar terhadap potensi dan bakat dalam diri serta mampu untuk mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki. Hal tersebut ditandai dengan munculnya sikap individu yang ingin mencoba pengalaman baru. Sejalan dengan pendapat diatas, Ramadhani (2016) melihat individu yang mengembangkan diri mampu meningkatkan potensi dalam diri dan menimbulkan perubahan signifikan dari segi pengetahuan ataupun kemampuan.

Selain itu, Ryff & Keyes (1995) melihat pengembangan diri pada individu sebagai suatu proses perkembangan yang berkelanjutan

yang ditandai dengan adanya kesadaran individu terhadap potensi dalam diri sendiri dan mampu dalam mengembangkan potensi diri.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Berdasarkan beberapa hasil penelitian sebelumnya, terdapat faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* seseorang antara lain:

a. Usia

Seiring dengan berjalannya waktu dan bertambahnya usia, menyebabkan peningkatan kesejahteraan psikologis, seperti penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan dan hubungan baik dengan orang lain mengalami peningkatan.

Berdasarkan hasil penelitian Prabowo (2016) menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam penguasaan lingkungan dan otonomi meningkat seiring dengan meningkatnya usia. Pada saat yang sama, tujuan hidup dan perkembangan pribadi menunjukkan pengurangan yang dramatis seiring dengan usia.

b. Jenis Kelamin

Secara psikologis laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam pertumbuhan pribadi dan perbedaan dalam menjalin hubungan secara positif dengan orang lain. Perempuan memiliki kemampuan lebih baik dalam pertumbuhan pribadi dan dalam membina hubungan secara positif dengan orang lain dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasarkan hasil penelitian oleh Cicognani (2011) menunjukkan bahwa jenis kelamin memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis pada setiap individu. Hal tersebut disebabkan karena pada wanita maupun laki-laki memiliki strategi mengatasi suatu permasalahan dengan cara yang berbeda.

c. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat berkaitan erat dengan *psychological well-being*, dukungan sosial dapat diperoleh dari orang-orang yang berinteraksi dan dekat secara emosional dengan individu. Orang yang memberikan dukungan sosial ini disebut sebagai sumber dukungan sosial.

d. Religiusitas

Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh kondisi religiusitas individu. Religiusitas merupakan hal yang berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan.

Lisnawati & Al Rahmah (2019) berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa terdapat hubungan antara *psychological well-being* dengan spiritual. Individu yang memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi akan menyadari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sehingga mampu dalam mengembangkan diri. Selain itu, keadaan *psychological well-being* yang baik akan menimbulkan spiritual yang baik yang ditandai dengan individu memiliki kehidupan yang bermakna. Spiritual yang dimiliki individu akan

menjadi dasar bagi individu untuk lebih dekat dengan maha pencipta.

e. Status Sosial Ekonomi

Psychological well-being juga berhubungan dengan status sosial ekonomi individu dilihat dari dimensi penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup serta penerimaan diri. Ryff (1995) menemukan bahwa gambaran *psychological well-being* yang lebih baik terdapat pada mereka yang mempunyai pendidikan yang lebih tinggi dalam pekerjaannya, terutama untuk dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Individu yang memiliki status sosial tinggi memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dibandingkan dengan individu dengan status sosial ekonomi rendah.

4. Pengukuran *Psychological Well-Being*

a. *The Psychological Well-Being Scale (PWBS)*

Pengukuran *psychological well-being* menggunakan alat ukur yang dibuat oleh Ryff pada tahun 1986, yaitu *Psychological Well-Being Scales (PWBS)*. Skala pengukuran disesuaikan dengan teori milik Ryff mengenai *psychological well-being* dengan membaginya ke dalam 6 dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relationship with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth* (Ryff 2013). Skala pengukuran milik Ryff ini sendiri dibuat dengan format skala likert dengan 6 kemungkinan jawaban yang disediakan, mulai dari sangat tidak setuju hingga

sangat setuju. Alat ukur ini pada awalnya memiliki sebanyak 120 item yang terbagi atas 20 item setiap aspek. Kemudian item tersebut berkurang sebanyak 84 item dengan 14 item setiap aspeknya.

b. *Questionnaire for Eudaimonic Well-Being* (QEWB)

QEWB ini dikembangkan oleh Waterman et al., (2010) yang terdiri dari 21 item dengan lima pilihan respon (1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju). Skala pengukuran ini mengevaluasi enam dimensi yaitu penemuan diri, persepsi, perkembangan dari potensi terbaik seseorang, perasaan akan tujuan dan makna hidup, investasi usaha signifikan dalam mencapai keunggulan, keterlibatan intens, dalam aktivitas dan kenikmatan aktivitas sebagai ekspresi pribadi. Diperoleh *Cronbach's Alpha* sebesar 0.83.

5. *Psychological Well-Being* Dalam Perspektif Islam

Dalam psikologi modern, *psychological well-being* mengacu pada kondisi mental yang sehat, mencakup aspek seperti penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain (Ryff, 1989).

Konsep *psychological well-being* dalam islam merujuk pada kondisi jiwa yang tenang, stabil, dan penuh ketundukan kepada Allah, sebagaimana tercermin dalam istilah *nafs al-muthma'innah* (jiwa yang tenang) dalam QS. Al-Fajr: 27–30 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمَطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي

جَنَّتِي

“Artinya: Wahai jiwa yang tenang!. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku. Dan masuklah ke dalam surga-Ku.”

a. Telaah Teks Al-quran

Tabel 2.1 Analisis Ma’aril Mufrodats QS. Al-Fajr: 27-30

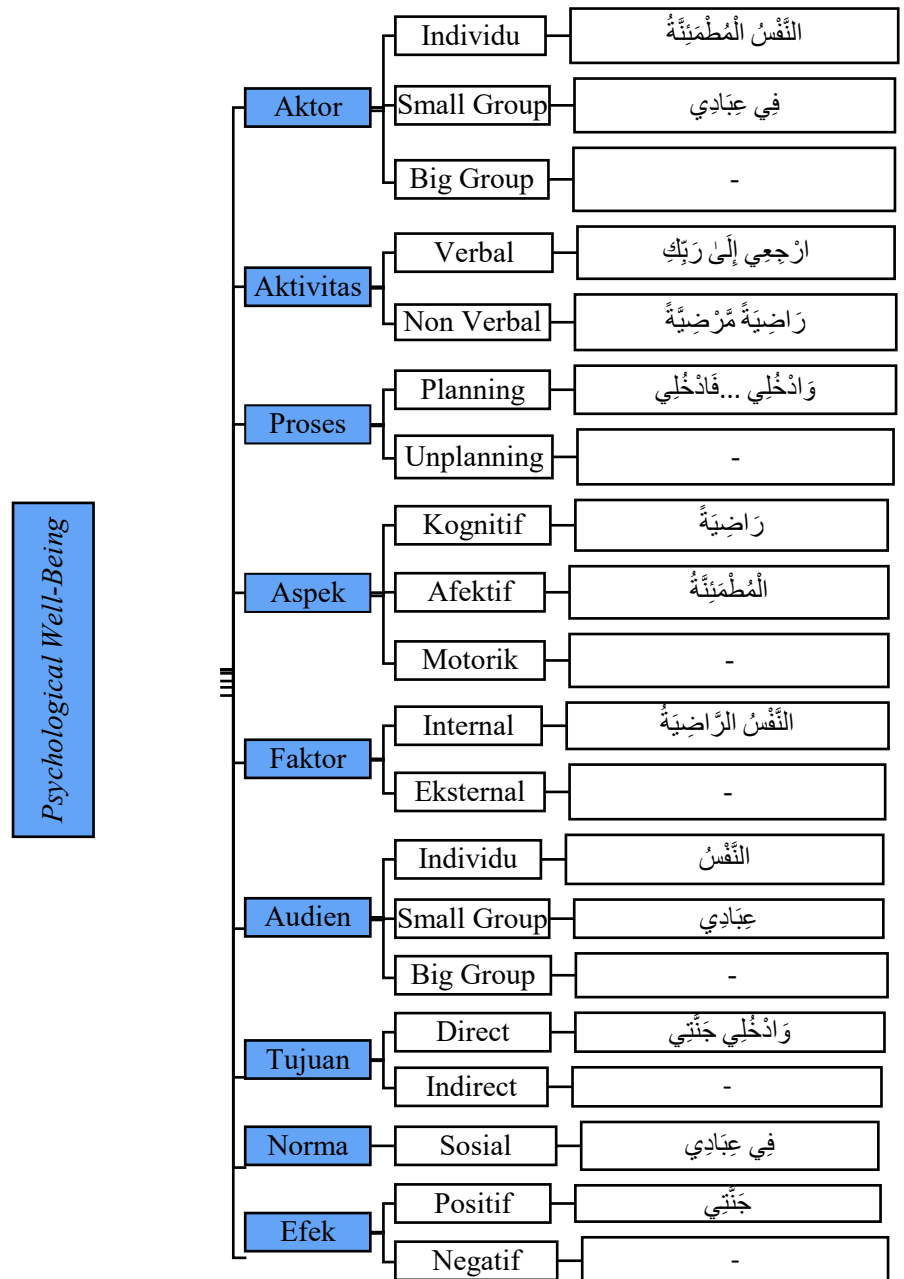
No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Kategori	Perspektif Psikologi
1	يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ	Wahai jiwa yang tenang	،السَّكِينَةُ ،المُسْتَقَرَّةُ ،المطمئنة	،القلق ،المضطربة ،الخائفة	Aktor	<i>Self-regulation</i>
2	ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ	Kembalilah kepada Tuhanmu	،عودي ،ارجعي ،توجهي	،ابتعدي ،انصرفي ،اهربي	Aktivitas	Rasa aman, kembalinya jiwa kepada sumber makna
3	رَاضِيَةً	Dalam keadaan ridha	،قَانِعَةً ،مطمئنة ،راضية	،سَاخِطٌ ،غَاضِبٌ ،رَافِضٌ	Efek	Penerimaan diri, kepuasan batin, ketenangan hati
4	مَرْضِيَّةً	Dan diridhai (oleh-Nya)	،مقبولة ،محبوبة ،مكرمة	،مرفوضة ،مبغوضة ،ملعونة	Efek	Validasi spiritual
5	فَادْخُلِي فِي عِبَادِي	Maka masuklah ke dalam golongan hamba-Ku	،انضمي ،التحقي ،كوني معهم	،انفصلي ،انعزلي ،ابتعدي	Tujuan	Afiliatif, rasa memiliki dalam kelompok spiritual
6	وَادْخُلِي جَنَّتِي	Masuklah ke dalam surga-Ku	،الجنة ،الفردوس ،النعيم	،الجحيم ،العذاب ،النار	Tujuan	Aktualisasi akhir, pencapaian ketenangan abadi

Tabel 2.2 Analisis Komponen QS. Al-Fajr: 27-30

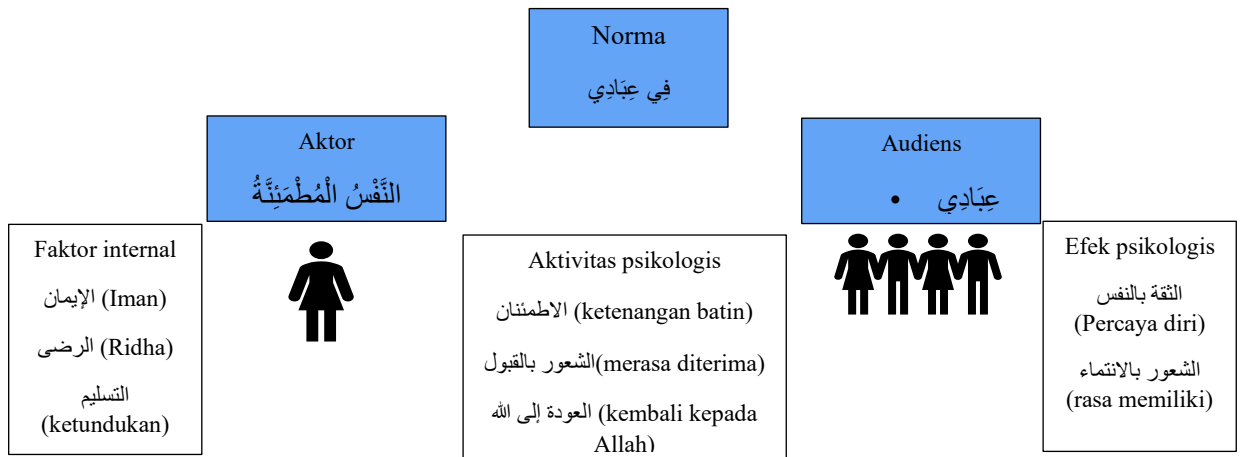
No	Komponen teks	Kategori	Deskripsi Teks Psikologi
1	Aktor	Individu	النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ
		Small Group	فِي عِبَادِي
		Big Group	-
2	Aktivitas	Verbal	ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ
		Non Verbal	رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً
3	Proses	Planning	فَادْخُلِي... وَادْخُلِي
		Unplanning	-
4	Aspek	Kognitif	رَاضِيَةً
		Afektif	النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ
		Motorik	-
5	Faktor	Internal	النَّفْسُ الرَّاضِيَةُ
		Eksternal	-
6	Audiens	Individu	النَّفْسُ
		Small Group	عِبَادِي
		Big Group	-
7	Tujuan	Direct	وَادْخُلِي جَنَّاتِي
		Indirect	-
8	Norma	Sosial	فِي عِبَادِي
9	Efek	Positif	جَنَّاتِي
		Negatif	-

b. Bagan dan Peta Konsep *Psychological Well-Being*

Gambar 2.1 Peta Konsep *Psychological Well-Being*



Gambar 2.2 Bagan Teks Islam *Psychological well-being*



c. Rumusan Konseptual Teks Islam *Psychological Well-Being*

a) Rumusan Konseptual yang bersifat General

Psychological Well-Being merupakan keadaan psikologis yang ditunjukkan melalui aktivitas verbal (أُرْجِعِي إِلَى رَبِّكَ) maupun non-verbal (فَادْخُلِي فِي عِبَادِي) oleh individu (يَا أَيُّهَا النَّفْسُ) yang mencerminkan aspek kognitif (رَاضِيَّةٌ), aspek afektif (مَرْضِيَّةٌ), serta aspek motorik (فَادْخُلِي جَنَّتِي) sebagai bentuk aktualisasi dan penerimaan terhadap rahmat Allah SWT. Respon ini dipengaruhi oleh faktor internal (الْمُطْمَئِنَّةُ) berupa ketenangan jiwa dan rasa syukur, serta faktor eksternal (لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ) dalam bentuk anugerah dan karunia Allah sebagai balasan terhadap rasa syukur. *Psychological well-being* berlandaskan norma sosial (فَادْخُلِي فِي عِبَادِي) dengan tujuan (فَادْخُلِي جَنَّتِي) memperoleh kebahagiaan hakiki dan kedekatan dengan Allah SWT.

b) Rumusan Konseptual yang bersifat Partikular

Psychological well-being dalam perspektif Al-Qur'an ditunjukkan oleh kondisi jiwa yang tenang (الْأَنفُسُ الْمُطْمَئِنَّةُ), yaitu individu yang merespon kehidupan dengan sikap penuh syukur (الَّذِينَ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ) terhadap segala bentuk nikmat maupun ujian. Kondisi ini tercermin melalui sikap kognitif yang menerima keadaan dengan lapang dada (رَاضِيَةً), afektif yang mengandung kepuasan batin (مَرْضِيَّةً), serta aktualisasi diri yang positif (فَادْخُلِي فِي عِبَادِي) yang mengarah pada keterlibatan dalam kehidupan sosial yang bermakna. Tujuan akhir dari keadaan ini adalah keterhubungan spiritual yang mendalam dengan Tuhan (أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ) dan pencapaian kebahagiaan hakiki (فَادْخُلِي جَنَّاتِي), yang dibentuk oleh interaksi antara kesadaran individu, penghargaan terhadap karunia, dan komitmen terhadap nilai-nilai ketuhanan.

B. *Growth Mindset*

1. Pengertian *Growth Mindset*

Growth mindset menurut Dweck (2016) adalah konsep yang menggambarkan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan seseorang dapat berkembang melalui usaha, pembelajaran dan ketekunan. Individu dengan *growth mindset* melihat tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai hambatan yang menghalangi kesuksesan mereka. Menurut Dweck (2016), keyakinan ini

memengaruhi bagaimana seseorang menghadapi kegagalan, di mana mereka yang memiliki *growth mindset* cenderung tidak menyerah dan justru semakin termotivasi untuk memperbaiki diri.

Growth mindset adalah seseorang yang memiliki kepercayaan bahwa prestasi dapat dikembangkan melalui sebuah usaha dan kerja keras, maka hal itu akan dapat membangkitkan semangat belajar. *Mindset* inilah yang memungkinkan orang-orang untuk berkembang ketika mengalami masa-masa paling menantang dalam hidup mereka. Orang-orang yang memiliki *growth mindset* akan mencintai apa yang mereka hadapi saat ini meskipun harus menemukan berbagai kesulitan-kesulitan yang tidak mereka senangi hingga akhirnya ia mencapai kesuksesan (C. S. Dweck, 2006).

Dweck (2006) meyakinkan bahwa karakteristik dasar individu dapat dikembangkan melalui usaha tertentu. Individu dengan pola pikir ini meyakini bahwa kecerdasan, bakat, dan kemampuan berkembang melalui proses belajar dan pengalaman. Pandangan seseorang terhadap atribut seperti kepribadian dan kecerdasan akan memengaruhi sikapnya. Mereka yang percaya bahwa bakat, kepribadian dan kecerdasan dapat diubah atau ditingkatkan akan menunjukkan usaha dan kerja keras dalam mengembangkan potensinya.

Dweck (2016) menjelaskan bahwa perbedaan utama antara *growth mindset* dan *fixed mindset* terletak pada cara individu memahami bakat dan kecerdasan mereka. Orang dengan *fixed mindset* percaya

bahwa kecerdasan adalah sifat bawaan yang tidak bisa diubah, sementara mereka yang memiliki *growth mindset* memahami bahwa kecerdasan dapat ditingkatkan melalui latihan dan dedikasi. Dengan kata lain, seseorang yang memiliki *growth mindset* akan melihat kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran dan tidak menganggapnya sebagai refleksi dari ketidakmampuan permanen mereka.

Untuk membentuk *mindset* di dalam diri, Dweck (2016) mengemukakan langkah-langkah untuk membentuk *growth mindset* yaitu *trendwatching*, *envisioning*, perumusan paradigma dan perumusan *mindset*. Dalam *trendwatching*, manajemen puncak melakukan pengamatan berbagai tren pemicu perubahan yang akan terjadi di masa depan.

Langkah berikutnya yaitu *envisioning*. *Envisioning* ialah kemampuan individu untuk menggambarkan dampak perubahan dalam lingkungan bisnis yang diakibatkan oleh berbagai pemicu perubahan yang telah diamati dalam *trendwatching*. Langkah ketiga yang dapat dilakukan adalah perumusan paradigma. Oleh karena lingkungan organisasi digambarkan karakteristiknya sebagai lingkungan di dalamnya customer, maka paradigma yang sesuai dengan lingkungan *customer value strategy*, suatu pandangan untuk bertumbuh ditentukan oleh kemampuan organisasi tersebut dalam menyediakan value terbaik bagi customer. Langkah terakhir yaitu perumusan *mindset*. *Mindset*

terdiri dari tiga komponen yaitu paradigma, keyakinan dasar dan nilai dasar. Oleh karena itu, dalam merumuskan *mindset*, setelah paradigma dirumuskan, kemudian dirumuskan keyakinan dasar dan nilai dasar yang sesuai dengan paradigma tersebut (C. S. Dweck, 2016).

Berdasarkan paradigma *customer value strategy*, kemudian dibangun *customer value mindset* dan berdasarkan paradigma pula *continuous improvement* dibentuk dalam dua *mindset* yaitu *continuous improvement mindset* dan *opportunity mindset* (C. S. Dweck, 2016).

Menurut Bernecker & Job (2019) *mindset* sendiri diartikan sebagai sudut pandang yang digunakan individu terhadap dirinya sendiri yang akan memengaruhi bagaimana individu tersebut mengarahkan hidupnya. Terdapat dua tipe *mindset*, yaitu *fixed mindset* dan *growth mindset*. Individu dengan tipe *fixed mindset* akan sibuk untuk membuktikan dan memvalidasi dirinya karena meyakini bahwa kecerdasan seseorang bersifat tetap dan ingin membuktikan bahwa kecerdasannya baik. Hal ini membuat individu dengan *fixed mindset* akan cenderung membuat penilaian negatif terhadap kegagalan, menampilkan efek negatif dan ketidakberdayaan terhadap tantangan yang dihadapi. Di sisi lain, individu dengan *growth mindset* akan menampilkan perilaku yang lebih adaptif ketika dihadapkan pada tantangan karena mereka melihat kecerdasan adalah hal yang dapat ditingkatkan melalui usaha dan kegagalan adalah hasil dari strategi yang kurang tepat (Bernecker & Job, 2019).

Menurut Putri & Royanto (2021) individu dengan *growth mindset* akan menampilkan perilaku yang lebih adaptif ketika dihadapkan pada tantangan karena mereka melihat kecerdasan adalah hal yang dapat ditingkatkan melalui usaha dan kegagalan adalah hasil dari strategi yang kurang tepat.

Sedangkan Chen (2021) menjelaskan lebih lanjut bahwa *growth mindset* adalah semacam konsep bahwa seseorang memperoleh karakteristik melalui kerja keras, menerima tantangan, belajar dari kesulitan atau kegagalan, ketabahan dan ketekunan, memiliki sikap positif dan mengadopsi pendekatan yang terampil.

Rahmania (2022) dalam studinya mendefinisikan *growth mindset* sebagai keyakinan individu bahwa kepintaran merupakan sesuatu yang dapat berkembang melalui usaha, semangat menjalani tantangan dan tidak melihat kesalahan sebagai keterpurukan melainkan sebagai proses pembelajaran. Bella (2018) menyatakan hal yang serupa bahwa *growth mindset* adalah pola pikir yang didasarkan pada kepercayaan bahwa keterampilan dapat berkembang dengan adanya pengalaman dan usaha.

Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *growth mindset* merujuk pada keyakinan bahwa kualitas dasar setiap individu dapat berkembang melalui usaha-usaha tertentu. Individu yang memiliki pandangan ini percaya bahwa kecerdasan, bakat, dan kemampuan dapat berubah dan berkembang melalui pembelajaran serta

pengalaman. Keyakinan ini memengaruhi sikap seseorang terhadap atribut seperti kepribadian dan kecerdasan. Mereka yang meyakini bahwa bakat, kepribadian dan kecerdasan bisa diubah atau dikembangkan melalui usaha dan kerja keras cenderung menunjukkan sikap yang berbeda.

2. Dimensi *Growth Mindset*

Menurut Dweck (2006) dalam Srihastuti & Wulandari (2021), terdapat empat aspek dalam *growth mindset*, yaitu *talent development through effort*, *challenge by learning*, *belief in effort* dan yang terakhir *criticism as feedback*.

a. *Talent Development Through Effort*

Talent development through effort atau keyakinan bahwa potensi, intelegensi, bakat dan karakter dapat dikembangkan melalui usaha yang lebih. Individu percaya bahwa dengan bekerja keras dan ketekunan, mereka dapat mengatasi keterbatasan yang dimiliki dan meningkatkan potensi diri.

b. *Challenge by Learning*

Challenge by learning atau keyakinan bahwa tantangan, kesulitan dan kegagalan adalah bagian penting dari proses pembelajaran. Individu percaya bahwa menghadapi kesulitan dan kegagalan adalah sebuah proses yang diperlukan dalam perjalanan menuju kesuksesan

c. *Belief in Effort*

Belief in effort atau keyakinan bahwa usaha dan kerja keras dapat mengarah pada kesuksesan. Individu yakin bahwa dengan berusaha dan bekerja keras, mereka akan dapat mencapai tujuan yang diinginkan dan terhindar dari pikiran negatif tentang kegagalan.

d. *Criticism as Feedback*

Criticism as feedback atau keyakinan bahwa kritik dan masukan dari orang lain merupakan sumber *feedback* yang berharga. Individu percaya bahwa kritik dan masukan dari orang lain dapat digunakan untuk memperbaiki diri dan mencapai.

Sedangkan menurut Chen (2021) membagi *growth mindset* ke dalam enam dimensi yang didasarkan pada teori *growth mindset* milik Dweck, yaitu:

a. *Motivation*

Motivasi memiliki makna bahwa terdapat alasan yang berasal dari dalam diri individu untuk mempelajari hal-hal baru. Ketika motivasi itu berasal dari keinginan dan kebutuhan dari dalam diri bukan karena adanya imbalan secara ekstrinsik maka dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki *growth mindset*.

b. *Attitude*

Attitude berarti keyakinan terhadap *intelligence quotient* atau IQ, bakat, prestasi dan pekerja keras.

c. *Challenge*

Challenge mewakili pemikiran dan pikiran ketika menghadapi kesulitan, masalah dan perubahan baru.

d. *Grit*

Grit menandakan kegigihan dan ketekunan individu.

e. *Adversity*

Adversity menunjukkan bahwa kasus-kasus yang tidak menyenangkan dengan situasi yang tidak menyenangkan dan tidak beruntung.

f. *Positive Mindset*

Positive mindset menunjukkan rasa percaya diri dan keterbukaan dengan keyakinan yang kuat terhadap diri sendiri dalam segala jenis kasus.

3. Alat Ukur *Growth Mindset*

a. *The Growth Mindset Scale*

Alat ukur ini dikembangkan oleh Chen (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “*Development of The Growth Mindset Scale: Evidence of Structural Validity, Measurement Model, Direct and Indirect Effects in Chinese Samples*”. Alat ukur ini dirancang berdasarkan teori *growth mindset* Dweck (2016) yang kemudian direvisi dan dihapus beberapa item dengan memilih faktor yang baik dan data yang telah diverifikasi. *The Growth Mindset Scale* terdiri dari enam dimensi yaitu *motivation, attitude, challenge, grit,*

adversity dan *positive mindset* dan 18 item yang didasarkan pada kerangka teori dan melalui inspeksi EFA. Skalanya menggunakan skala *likert* lima poin (5 = sangat setuju, 4 = setuju, 3 = hampir setuju, 2 = tidak setuju, 1 = sangat tidak setuju). Diperoleh *Cronbach's Alpha* sebesar 0,911 yang berarti reliabilitasnya tinggi sehingga data dapat diandalkan.

b. *The Growth Mindset Rating Form* (GMRF)

Chan (2022) mengembangkan formula penilaian dengan 12 item khusus dengan mengukur empat domain yaitu *intelligence*, *ability*, *personality* dan *relationship* yang masing-masing domain terdiri dari tiga item. Dalam menyelesaikan GMRF, peserta diminta untuk menunjukkan apakah masing-masing dari 12 pernyataan menggambarkan individu secara akurat atau tidak. Skala ini menggunakan skala *likert* lima poin dengan opsi jawaban mulai dari 1 (paling tidak mirip dengan saya) hingga 5 (paling mirip dengan saya). Reliabilitas untuk 4 domain tersebut berkisar dari 0.72 sampai 0.82.

Berdasarkan uraian skala pengukuran *growth mindset* diatas, peneliti memilih untuk menggunakan *The Growth Mindset Scale* yang dikembangkan oleh (Chen, 2021). Hal ini dikarenakan alat ukur ini dirancang berdasarkan teori *growth mindset* milik Dweck (2016) yang terdiri dari 6 dimensi dan 18 item serta nilai *Cronbach's Alpha* sebesar

0,911 yang menjadikan reliabilitasnya tinggi sehingga data dapat diandalkan.

4. *Growth Mindset* Dalam Perspektif Islam

Istilah *growth mindset* diperkenalkan Carol S. Dweck, mengacu pada keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan bisa dikembangkan melalui usaha, strategi yang tepat dan pembelajaran dari kegagalan (C. S. Dweck, 2009).

Walaupun istilah *growth mindset* tidak secara eksplisit disebut dalam Al-Qur'an atau hadits, nilai-nilainya sangat selaras dengan ajaran Islam. Hal tersebut dijelaskan QS. Ar-Ra'd: 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغَيِّرُ مَا بَقِيَ حَتَّى يَغْيُرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Artinya: Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

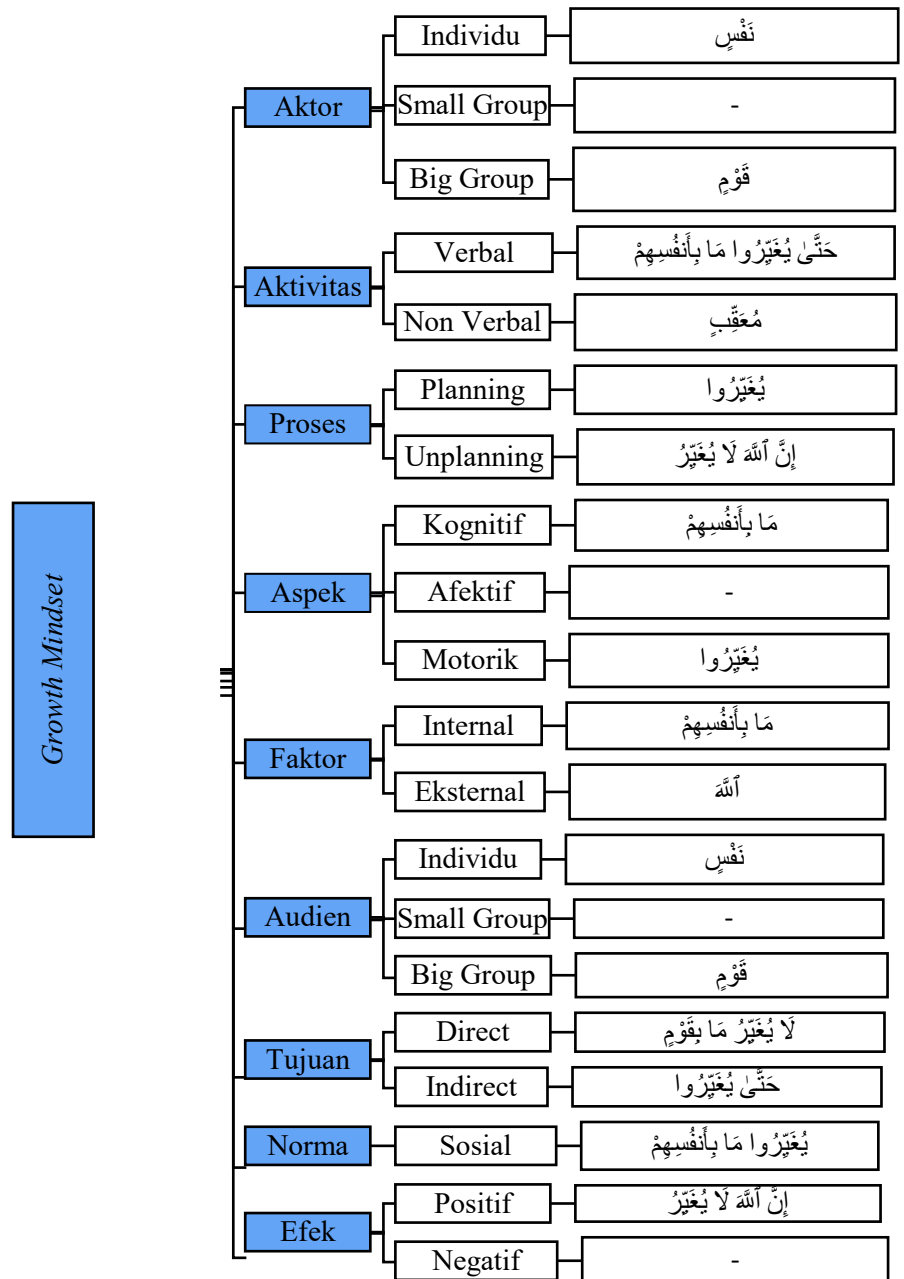
a. Telaah Teks Al-Quran

Tabel 2.1 Analisis Ma'aril Mufrodat QS. Ar-Ra'd: 11

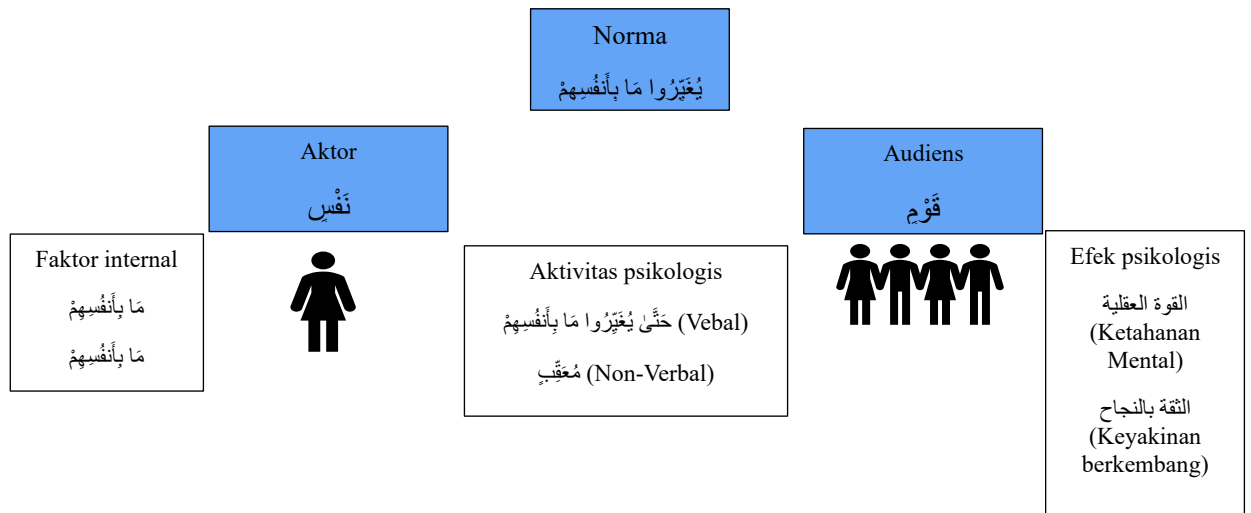
No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Kategori	Perspektif Psikologi
1	إِنَّ اللَّهَ	Sesungguhnya Allah	،الرب، الإله الخالق	-	Aktor	Representasi otoritas absolut yang menetapkan hukum perubahan
2	لَا يُغَيِّرُ	Tidak akan mengubah	لا يبدل، لا يعدل	يغير، يبدل	Norma	Prinsip ketetapan ilahi terhadap perubahan internal terlebih dahulu
3	مَا يَقُومُ	Apa yang ada pada suatu kaum	،حال وضع، شأن	-	Audiens	Sekelompok komunitas sebagai objek perubahan sosial
4	حَتَّى يُغَيِّرُوا	Hingga mereka mengubah	،يبدلوا يعدلوا	يثبتوا، يبقوا	Aktivitas	tindakan aktif manusia sebagai motor perubahan
5	مَا بِأَنْفُسِهِمْ	Apa yang ada pada diri mereka	،عقولهم نواياهم أنفسهم	،جلودهم مظاهرهم	Faktor	Kondisi internal: pola pikir, niat, keyakinan sebagai pusat transformasi

Tabel 2.2 Analisis Komponen Al-Quran QS. Ar'Ra'd: 11

No	Komponen teks	Kategori	Deskripsi Teks Psikologi
1	Aktor	Individu	نَفْسٍ
		Small Group	-
		Big Group	قَوْمٍ
2	Aktivitas	Verbal	حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ
		Non Verbal	مُعَقَّبٍ
3	Proses	Planning	يُغَيِّرُوا
		Unplanning	إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ
4	Aspek	Kognitif	مَا بِأَنفُسِهِمْ
		Afektif	-
		Motorik	يُغَيِّرُوا
5	Faktor	Internal	مَا بِأَنفُسِهِمْ
		Eksternal	اللَّهُ
6	Audiens	Individu	نَفْسٍ
		Small Group	-
		Big Group	قَوْمٍ
7	Tujuan	Direct	لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ
		Indirect	حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا
8	Norma	Sosial	يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ
9	Efek	positif	إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ
		Negatif	-

b. Bagan dan Peta Konsep *Growth Mindset*Gambar 2.3 Peta Konsep *Growth Mindset*

Gambar 2.4 Bagan Teks Islam *Growth Mindset*



c. Rumusan Konseptual Teks Islam *Growth Mindset*

a. Rumusan Konseptual yang Bersifat General

Growth Mindset merupakan pola pikir psikologis yang ditunjukkan melalui aktivitas verbal (*لَئِنْ شَكَرْتُمْ*) maupun non-verbal (*مَا بِأَنفُسِهِمْ*) oleh individu (*الَّذِينَ آمَنُوا*) atau kelompok (*قَوْمٍ*), yang melibatkan aspek kognitif (*يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ*), aspek afektif (*لَأَزِيدَنَّكُمْ*), dan aspek motorik (*يُغَيِّرُوا*) sebagai bentuk kesadaran dan keyakinan akan kemampuan diri untuk berkembang dan berubah menjadi lebih baik.

b. Rumusan Konseptual yang Bersifat Partikular

Growth Mindset dalam perspektif Al-Qur'an merupakan pola pikir dinamis yang tercermin dalam kesadaran individu untuk terus berkembang dan memperbaiki diri melalui usaha yang

sungguh-sungguh dan tawakal kepada Allah. Sikap ini ditunjukkan melalui keyakinan bahwa perubahan nasib seseorang berada dalam kendali dirinya sendiri (إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ) serta berangkat dari prinsip bahwa setiap bentuk syukur atas capaian atau potensi akan dilipatgandakan (لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ).

5. Pengaruh *Growth Mindset* Terhadap *Psychological Well-Being*

Growth mindset memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well-being* individu. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerima *growth mindset* yang memadai cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Penelitian oleh Rofifah (2023) di Universitas Pendidikan Indonesia meneliti pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif pada 460 mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *growth mindset* memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Selain itu, rasa syukur ditemukan sebagai mediator dalam hubungan ini, yang berarti bahwa mahasiswa dengan *growth mindset* tinggi cenderung lebih bersyukur, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan mereka.

Penelitian oleh Rahma & Izza (2024) dari Universitas Negeri Semarang menyoroti pentingnya *growth mindset* dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa SMP di era VUCA (*Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity*). Mereka menemukan bahwa siswa

dengan *growth mindset* yang tinggi lebih mampu menghadapi perubahan dan tekanan, sehingga memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Dari berbagai penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa *growth mindset* berkontribusi positif terhadap *psychological well-being* individu, baik di kalangan siswa maupun mahasiswa. Individu dengan *growth mindset* cenderung lebih mampu menghadapi tantangan, mengelola stres, dan memiliki pandangan hidup yang lebih optimis, yang semuanya berkontribusi pada *psychological well-being* yang lebih baik.

C. Social Support

1. Pengertian Social Support

Sarafino & Smith (2011) menjelaskan bahwa *Social support* merujuk pada pemberian rasa nyaman, peduli dan penghargaan serta bantuan untuk individu dari individu atau kelompok lain. Sarafino dan Smith menyatakan bahwa *Social support* merupakan tindakan yang sebenarnya dilakukan atau menerima dukungan dari orang lain. Namun, *Social support* juga merupakan perasaan atau persepsi individu bahwa rasa nyaman, peduli dan bantuan akan tersedia apabila diperlukan. *Social support* yang diterima dan dirasakan oleh individu akan memiliki efek yang berbeda pada kesehatan. Individu yang memiliki *Social support* akan memiliki kepercayaan bahwa mereka dicintai, bernilai dan

merupakan bagian dari lingkungan sosial, seperti keluarga atau kelompok yang dapat membantu ketika dibutuhkan.

Social support adalah pemahaman atau pengalaman individu bahwa terdapat orang lain yang peduli dan menghargai keberadaannya, memandangnya sebagai individu yang berharga serta merupakan bagian dari suatu kelompok sosial yang saling memberikan dukungan dan bertanggung jawab satu sama lain (Wills, 1991).

Dalam pandangan Song & Son (2011) *social support* sebagai bantuan baik berupa sumber daya yang nyata maupun tidak nyata yang diperoleh individu dari anggota jaringannya. Definisi ini membatasi *social support* sebagai isi hubungan yang spesifik dan membedakannya dari struktur sosial seperti jaringan sosial dan integrasi sosial. Meski ada kerangka yang berbeda dalam memahami *social support*, sebagian besar teori tersebut menunjukkan bahwa *social support* adalah elemen bantuan yang berbasis hubungan, berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan.

Uchino (2018) menjelaskan *social support* sebagai konsep yang melibatkan persepsi individu tentang ketersediaan dukungan dan interaksi sosial seperti dukungan emosional atau informasi yang diterima dari berbagai sumber.

Menurut Kurniawan & Eva (2020), *social support* adalah upaya bantuan yang diberikan dari satu individu atau kelompok kepada individu lainnya, yang menghasilkan perasaan dihargai, diperhatikan dan dilindungi. Purwaningsih (2023) menambahkan bahwa *social*

support mencakup beragam beragam bentuk, termasuk empati, kepedulian, perhatian, mendengarkan, memberikan dorongan, nasehat, saran serta adanya kebersamaan dan persahabatan dalam mengatasi masalah.

Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *social support* merupakan perasaan diterima atau didukung oleh orang lain dan merasa terhubung dalam jaringan sosial yang memberikan bantuan timbal balik.

2. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Social Support*

Menurut Uchino (2018) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi *social support*, diantaranya:

1. Karakteristik Individu

a. Usia

Social Support cenderung berbeda pada tahap-tahap kehidupan yang berbeda. Pada usia yang lebih muda, individu mungkin lebih bergantung pada dukungan keluarga, sedangkan pada usia yang lebih tua, mereka mungkin lebih membutuhkan dukungan dari teman-teman dan komunitas.

b. Jenis Kelamin

Perempuan umumnya menerima lebih banyak dukungan sosial emosional, seperti empati dan perhatian, sedangkan laki-laki cenderung menerima dukungan instrumental, seperti bantuan praktis dan informasi.

c. Kepribadian

Individu dengan kepribadian yang lebih terbuka dan ekstrovert cenderung memiliki jaringan sosial yang lebih luas dan menerima lebih banyak dukungan sosial.

2. Faktor Situasional

a. Stres dan Krisis

Situasi stress atau krisis dapat memicu peningkatan kebutuhan dan penerimaan *social support*. Individu yang menghadapi situasi sulit cenderung lebih aktif mencari dan menerima dukungan dari orang-orang disekitarnya.

b. Perubahan Hidup

Peristiwa hidup yang signifikan, seperti pernikahan, kelahiran atau kehilangan, dapat memengaruhi kebutuhan dan penerimaan *social support*. Transisi dalam kehidupan seringkali membutuhkan penyesuaian dan dukungan dari orang-orang terdekat.

3. Faktor kontekstual

a. Budaya

Penelitian tentang budaya dalam dukungan menekankan pentingnya memahami bentuk dukungan yang sesuai dengan budaya. Norma dan nilai budaya dapat memengaruhi persepsi dan ekspresi *social support*. Budaya yang menekankan kebersamaan dan saling membantu cenderung memiliki bentuk

social support yang berbeda dari budaya yang lebih individualistik.

b. Lingkungan Sosial

Ketersediaan dan kualitas jaringan sosial di lingkungan tempat tinggal dapat memengaruhi *social support* yang diterima. Individu yang tinggal di lingkungan dengan banyak koneksi sosial mungkin memiliki akses yang lebih mudah terhadap *social support*.

3. Aspek-Aspek *Social support*

Menurut Sarafino & Smith (2011), *social support* terdiri dari 5 aspek, yaitu:

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional meliputi empati, kepedulian, perhatian, penilaian positif dan dukungan moral yang diberikan kepada individu yang membutuhkan.

2. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan melibatkan dukungan yang mengekspresikan persetujuan dan penilaian positif terhadap gagasan, perasaan dan pencapaian individu.

3. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental terdiri dari bantuan langsung seperti bantuan finansial, materi atau bantuan dalam hal-hal konkret diperlukan oleh individu.

4. Dukungan Informasional

Dukungan informasional mencakup pemberian nasihat, instruksi, saran, arahan, masukan atau informasi yang relevan bagi kebutuhan individu.

5. Dukungan Jaringan

Dukungan jaringan melibatkan keterlibatan dalam suatu kelompok yang diminati oleh individu tersebut.

4. Sumber *Social Support*

Menurut Zimet (1988) menyatakan bahwa terdapat tiga dimensi *social support* yang terdiri dari:

1. *Family Support*

Family atau dukungan keluarga merupakan sumber *social support* yang paling dekat dan penting bagi banyak individu. Dukungan yang diterima dari anggota keluarga, seperti orangtua, pasangan atau saudara, dapat berupa bantuan emosional, instrumental, informasi atau penilaian positif. Dukungan dari keluarga dapat memberikan rasa aman, harga diri dan motivasi bagi individu, sehingga membantu mereka dalam menghadapi tantangan dan perubahan dalam hidup.

2. *Friend Support*

Friend support atau dukungan dari teman dapat menjadi sumber *social support* yang penting, terutama pada masa transisi atau saat menghadapi tantangan dalam hidup. Pada saat-saat seperti itu,

teman-teman dapat menjadi tempat bagi individu untuk berbagi perasaan, mencari solusi dan saling mendukung. Dukungan dari teman-teman dapat membantu individu dalam menghadapi perubahan dan membangun ketahanan diri.

3. *Significant Other*

Significant other atau dukungan dari orang-orang yang signifikan dapat memberikan rasa aman, tenang, harga diri dan motivasi bagi individu. Mereka dapat menjadi sumber inspirasi, nasihat dan dukungan emosional yang dapat membantu individu dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan mereka. Dukungan dari orang-orang yang signifikan dapat menjadi fondasi bagi individu untuk tumbuh dan berkembang secara positif.

Sedangkan menurut Papalia (2014) mengungkapkan terdapat 3 sumber dari *social support*, diantaranya adalah:

1. Keluarga

Keluarga merupakan sumber *social support* yang utama bagi individu karena keluarga merupakan awal interaksi yang terjalin dengan orang lain. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga menjadi tempat untuk bercerita, berkeluh kesah ketika sedang mengalami permasalahan.

2. Teman dan Sahabat

Persahabatan adalah hubungan yang saling mendukung, saling memelihara, karena dapat memberikan rasa senang dan kenyamanan.

3. Orang-orang Penting

Dukungan emosional yang diberikan oleh orang-orang penting dalam hidup individu, yang membuat individu merasa nyaman, diperhatikan dan memiliki seseorang yang dapat diandalkan untuk berbagi suka dan duka.

5. Alat Ukur *Social Support*

1. *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)*

Multidimensional Scale of Perceived Social Support atau MSPSS merupakan alat ukur yang disusun oleh Tongsing, Zimet dan Tse yang terdiri dari tiga dimensi yaitu *family*, *friend* dan *significant other*. MSPSS terdiri dari 12 item dengan menggunakan skala *likert* dengan 7 pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju sampai dengan sangat setuju (Tonsing et al., 2012).

2. *Interpersonal Support Evaluation List (ISEL)*

Interpersonal Support Evaluation List atau ISEL merupakan alat ukur yang memiliki empat dimensi yaitu *tangible support*, *self-esteem support*, *appraisal support* dan *belonging support*. ISEL terdiri dari 40 item yang mengukur dukungan sosial ($\alpha = 0.83$).

3. *Online Social Support Test*

Online social support test merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Nick et al., (2018) yang terdiri dari 48 item, dengan 12 item untuk setiap dimensi OSS. Peserta akan diarahkan pada jenis *platform online* dengan meminta peserta menilai seberapa sering mereka menggunakan berbagai situs media sosial, aplikasi dan game populer. Penggunaan setiap situs dinilai pada skala *likert* lima poin (0 = tidak pernah, 1 = jarang, 2 = kadang-kadang, 3 = cukup sering, 4 = banyak). Selanjutnya untuk 48 item OSS terdiri dari item yang berdasarkan dimensi *esteem/emotional support*, *informational support*, *instrumental support*, dan *social companionship support*. Masing-masing dari dimensi tersebut terdiri dari 12 item pada skala *likert* lima skor. Skor yang lebih tinggi mencerminkan dukungan sosial online yang lebih besar.

Dari ketiga alat pengukuran *social support*, penelitian ini akan menggunakan alat ukur *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang disusun oleh (Tonsing et al., 2012) dan terdiri dari 12 item dengan *Cronbach's Alpha* masing-masing item yaitu 0.86, 0.84, dan 0.80 serta digunakan untuk mengukur penilaian individu terhadap dukungan sosial yang ia terima dalam keadaan sulit, yaitu *family*, *friend* dan *significant other*.

6. *Social Support* Dalam Perspektif Islam

Social support dalam Islam merujuk pada bentuk pertolongan, kepedulian, empati dan kerja sama antar sesama, yang bertujuan untuk meringankan beban psikologis maupun fisik seseorang. Dalam Islam, nilai-nilai seperti *ukhuwah*, solidaritas sosial empati dan tolong menolong merupakan ajaran inti yang sangat ditekankan. *Social support* dalam Islam tidak hanya bernilai sosial, tetapi juga menjadi bagian dari ibadah yang berpahala besar. Konsep ini selaras dengan teori *social support* (Sarafino & Smith, 2011). Dalam ayat Al-Quran surat Al-Ma'idah (5): 2 yang berbunyi:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ

“Artinya: Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran.”

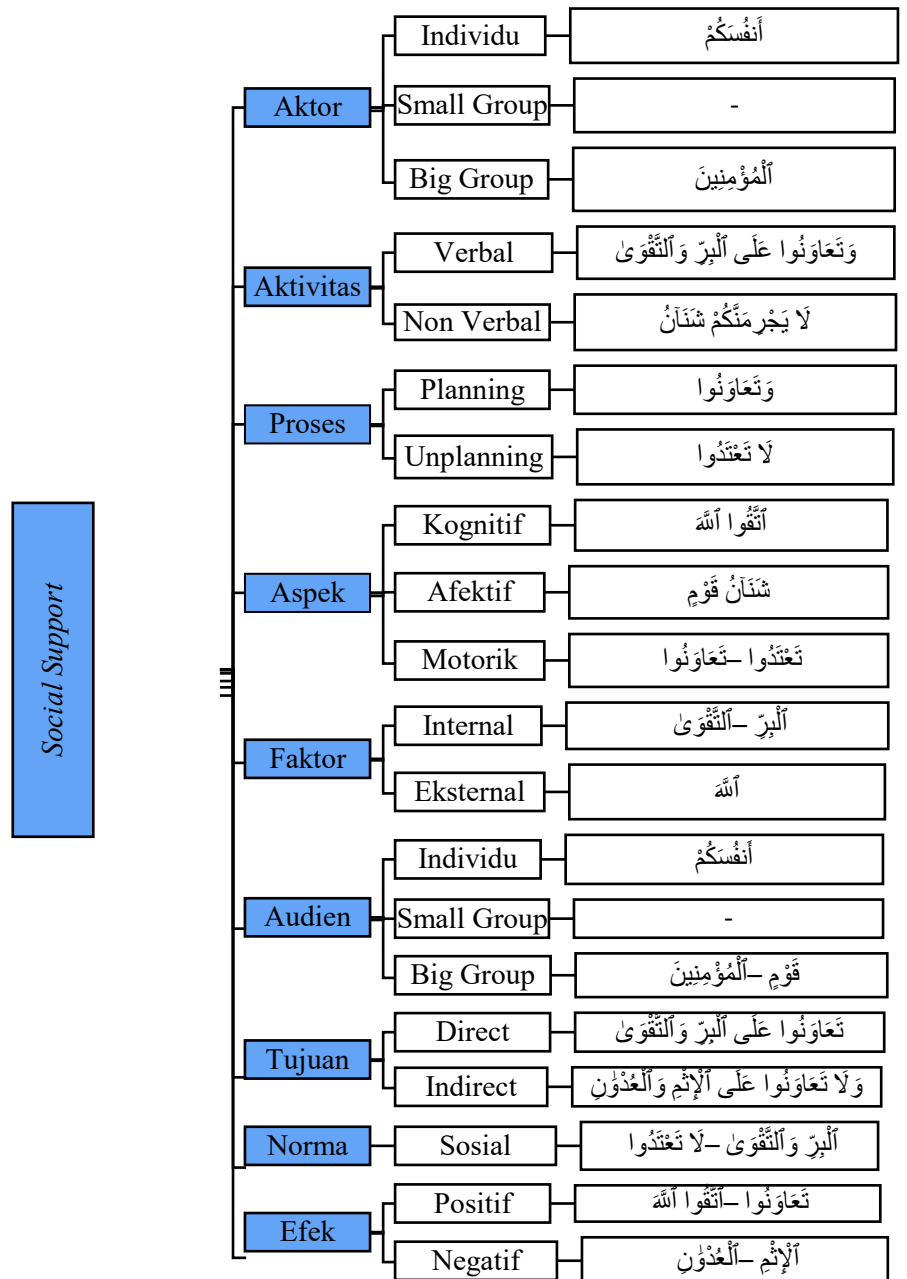
a. Telaah Teks Al-Quran

Tabel 2.3 Analisis Ma'aril Mufrodat QS. Al-Ma'idah: 2

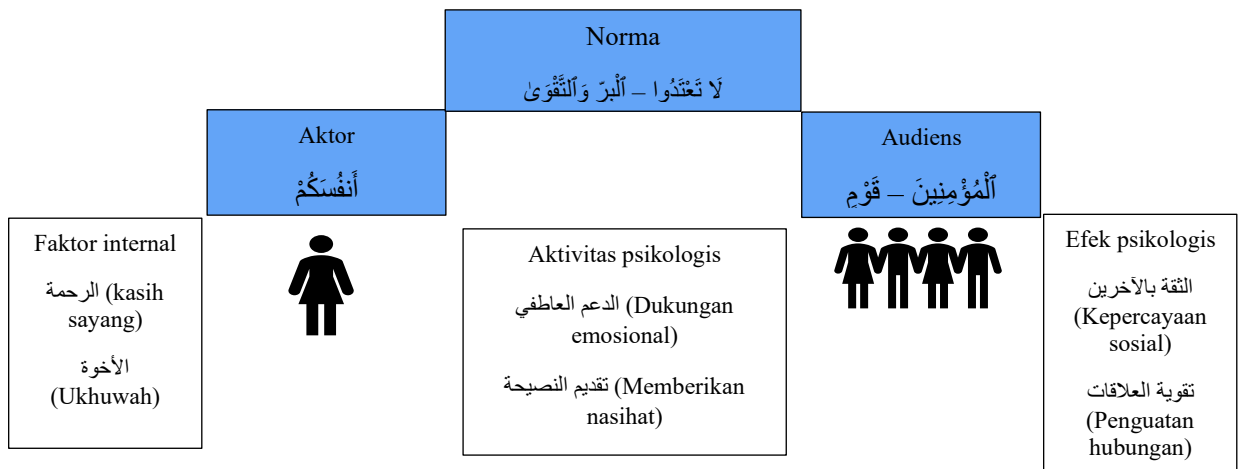
No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Kategori	Perspektif Psikologi
1	وَتَعَاوَنُوا	Dan tolong-menolonglah kalian	،ساعدوا ،شاركوا	،تخاذلوا تفرقوا	Aktivitas	Kolaborasi sosial memperkuat rasa memiliki, empati dan pro-sosial behavior
2	عَلَى الْبِرِّ	Dalam (mengerjakan) kebajikan	،الخير الإحسان	،الشر الفساد	Tujuan	Mendorong motivasi altruistik dan perilaku prososial
3	وَالْتَقْوَى	Dan ketakwaan	،الورع ،الخشية الطاعة	،الفجور المعصية	Tujuan	<i>Self-control</i> , regulasi moral dan komitmen spiritual
4	وَلَا تَعَاوَنُوا	Dan jangan tolong-menolong	،لا تساعدوا لا تشاركوا	،تعاونوا شاركوا	Norma	Batasan etis dalam kerja sama
5	عَلَى الْإِثْمِ	Dalam (mengerjakan) dosa	،المعصية الذنب	،الطاعة البر	Faktor	Faktor penyimpangan moral dan spiritual
6	وَالْعُدْوَانِ	Dan permusuhan	،الظلم ،البغي العدوان	،السلم ،العدل الرحمة	Efek	Agresi sosial dan disintegrasi kelompok

Tabel 2.4 Analisis Komponen Al-Quran QS. Al-Ma'idah: 2

No	Komponen teks	Kategori	Deskripsi Teks Psikologi
1	Aktor	Individu	أَنْفُسَكُمْ
		Small Group	-
		Big Group	الْمُؤْمِنِينَ
2	Aktivitas	Verbal	وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ
		Non Verbal	لَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ
3	Proses	Planning	وَتَعَاوَنُوا
		Unplanning	لَا تَعْتَدُوا
4	Aspek	Kognitif	اتَّقُوا اللَّهَ
		Afektif	شَنَاٰنُ قَوْمٍ
		Motorik	تَعَاوَنُوا – تَعْتَدُوا
5	Faktor	Internal	الْتَّقْوَىٰ – الْبِرِّ
		Eksternal	اللَّهِ
6	Audiens	Individu	أَنْفُسَكُمْ
		Small Group	-
		Big Group	الْمُؤْمِنِينَ – قَوْمٍ
7	Tujuan	Direct	تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ
		Indirect	وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ
8	Norma	Sosial	لَا تَعْتَدُوا – الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ
9	Efek	positif	اتَّقُوا اللَّهَ – تَعَاوَنُوا
		Negatif	الْعُدْوَانِ – الْإِثْمِ

b. Bagan dan Peta Konsep *Social Support*Gambar 2.5 Peta Konsep *Social Support*

Gambar 2.6 Bagan Teks Islam *Social Support*



c. Rumusan Konseptual Teks Islam *Social Support*

a. Rumusan Konseptual yang Bersifat General

Social Support merupakan bentuk dukungan psikologis dan sosial yang ditunjukkan melalui aktivitas verbal (تَعَاوَنُوا عَلَى) maupun non-verbal (يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ) oleh individu atau kelompok kecil (مِنْ خَلْفَةٍ وَمِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ) sebagai bagian dari sistem sosial yang saling menopang. Proses ini bersifat terencana dan aktif (يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ), mencakup aspek afektif (تَقْوَى), kognitif (مَا بِأَنْفُسِهِمْ), dan motorik (تَعَاوَنُوا) yang membangun jaringan hubungan antarpersonal yang sehat dan adaptif.

b. Rumusan Konseptual yang Bersifat Partikular

Social Support dalam perspektif Al-Qur'an adalah kesediaan individu untuk saling menolong dalam kebaikan (تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ) dan menjadi bagian dari sistem pelindung sosial yang (وَالْتَّقْوَى)

hadir di sekitar individu (لَهُ مُعَقِّبَاتٌ). Dukungan ini beroperasi melalui kesadaran afektif terhadap kebutuhan orang lain, serta tindakan nyata yang merefleksikan kepedulian, empati, dan solidaritas sosial.

Berdasarkan penjelasan keseluruhan, konsep *social support* dalam Islam merupakan bagian dari perintah agama yang mengajarkan tolong-menolong dalam kebaikan (*Ta'awun*), membangun persaudaraan (*Ukhuwah*) serta saling menolong dalam kesulitan, baik secara emosional, spiritual, maupun material.

7. Pengaruh *Social Support* Terhadap *Psychological Well-Being*

Social support memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well-being* individu. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerima *social support* yang memadai cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Salah satu penelitian oleh Kurniati (2023) menemukan bahwa *social support* memiliki pengaruh sebesar 51,2% terhadap *psychological well-being* pada individu pengangguran terdidik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *social support* yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki.

Penelitian lain oleh Khoirunnisa & Dewi Rosiana (2023) yang meneliti santri di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan

juga menunjukkan hasil serupa. Hasil analisis regresi sederhana menghasilkan nilai R sebesar 0,931 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *social support* terhadap *psychological well-being*.

Secara keseluruhan, *social support* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *psychological well-being* individu. Dengan adanya dukungan dari lingkungan sekitar, individu merasa lebih dihargai, dicintai, dan diterima, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup dan *psychological well-being* mereka.

D. Penyandang Disabilitas

1. Pengertian Disabilitas

Disabilitas atau yang biasa dikenal dengan istilah cacat adalah manusia dengan keterbatasan fisik, dimana mereka memiliki kemampuan yang berbeda dalam menjalankan aktivitas bila dibandingkan dengan kebanyakan orang. Selain keterbatasan fisik, mereka juga mengalami kelemahan mental, yang terjadi baik dari bawaan sejak lahir atau karena gangguan penyakit. Individu yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental atau sensoris dalam jangka waktu lama dan kesulitan penyesuaian diri dengan lingkungan masyarakat merupakan definisi dari penyandang disabilitas (Ashar, 2019).

2. Macam-macam Disabilitas

a. Buta (Tunanetra)

Individu dikatakan tunanetra apabila, individu tersebut tidak dapat melihat dengan kedua mata yang di miliknya tetapi dapat mendeteksi benda-benda yang terdapat di sekitar dengan memaksimalkan kemampuan pendengarannya lewat suara yang di dengarnya.

b. Tuli (Tunarungu)

Individu dikatakan tunarungu apabila, individu tersebut memiliki pendengaran yang tidak berfungsi sama sekali layaknya individu normal pada umumnya.

c. Bisu (Tunawicara)

Individu dikatakan tunawicara apabila, individu tersebut tidak dapat berbicara sebagaimana individu normal pada umumnya.

d. Cacat Fisik (Tunadaksa)

Individu dikatakan tunadaksa apabila, individu mengalami cacat tubuh yang disebabkan oleh cacat sejak lahir, kerusakan saraf tulang belakang, kerusakan otak dan juga karena kecelakaan.

e. Mental (Tunagrahita)

Individu dikatakan mengalami keterbelakangan mental apabila, individu memiliki kecerdasan di bawah rata-rata, memiliki tingkat kecerdasan yang rendah jika dibandingkan dengan individu pada

umumnya. Dicitrakan dengan fisik serta perilaku tidak wajar yang berbeda dengan individu pada umumnya.

f. Cacat Kombinasi (Tunaganda)

Individu dikatakan tunagrahita apabila, individu mengalami cacat tubuh lebih dari satu, contohnya yang mengalami keterbelakangan mental (idiot) sekaligus mengalami cacat pendengaran (Tuli) dan individu yang mengalami kebutaan permanen sekaligus mengalami cacat tangan buntung.

g. Cacat Pengendalian Diri (Tunalaras)

Individu dikatakan tunalaras apabila, individu mengalami masalah terkait pengendalian emosi, memiliki kepercayaan diri yang rendah, senang menyendiri serta kesulitan dalam bergaul.

E. Kerangka Berpikir

Penyandang disabilitas menghadapi berbagai tantangan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat menghambat pencapaian kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Dalam menghadapi tantangan tersebut, dua faktor penting yang dapat membantu meningkatkan *psychological well-being* adalah *growth mindset* dan *social support*.

Growth mindset adalah keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui usaha, strategi, dan pembelajaran dari pengalaman. Individu penyandang disabilitas yang memiliki *growth mindset* akan lebih mudah beradaptasi, mampu melihat keterbatasan sebagai tantangan, serta lebih tahan terhadap stres dan kegagalan. Dengan demikian,

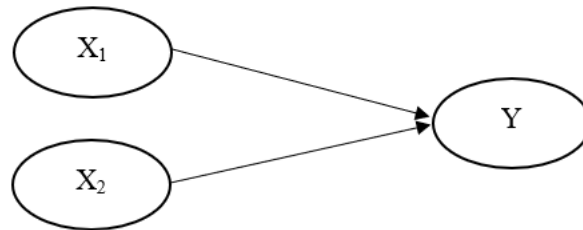
growth mindset dapat berperan penting dalam meningkatkan *psychological well-being*, seperti yang ditunjukkan melalui aspek-aspek *self-acceptance*, *autonomy*, dan *personal growth* menurut teori (Ryff, 1989).

Sementara itu, *social support* yang berasal dari keluarga, teman, maupun orang signifikan, mampu memberikan rasa dihargai, diterima, dan didukung, yang sangat penting bagi individu penyandang disabilitas. *Social Support* dapat menurunkan tekanan psikologis dan memberikan rasa aman yang berdampak positif terhadap *psychological well-being*. Individu yang merasa didukung cenderung memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain, mampu mengelola lingkungan sosial dengan lebih efektif, serta memiliki tujuan dan makna hidup yang lebih kuat.

Oleh karena itu, baik *growth mindset* maupun *social support* diyakini dapat secara signifikan memengaruhi tingkat *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Penelitian ini berusaha untuk menganalisis sejauh mana kedua variabel tersebut memberikan kontribusi terhadap *psychological well-being* mereka.

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel independen, yaitu *Growth Mindset* (X1) dan *Social Support* (X2), serta satu variabel dependen yaitu *Psychological Well-Being* (Y).

Gambar 2.7 Kerangka Instrumen



F. Hipotesis

1. Hipotesis Mayor

Terdapat Pengaruh yang signifikan antara *growth mindset* dan *social support* secara simultan terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang.

2. Hipotesis Minor

- a. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *growth mindset* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas.
- b. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas.

BAB III

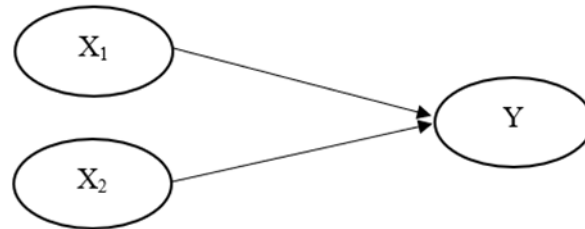
METODE PENELITIAN

A. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis korelasi untuk mengukur pengaruh antara dua variabel atau lebih. Penelitian kuantitatif adalah pengukuran data kuantitatif dan statistik objektif melalui perhitungan ilmiah berasal dari sampel penduduk yang diminta menjawab sejumlah pertanyaan tentang survey untuk menentukan frekuensi dan persentase tanggapan mereka (Sugiyono, 2011). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional regresi linear berganda karena bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh antara dua atau lebih variabel independen terhadap variabel dependen, yaitu:

- a. *Growth mindset* sebagai variabel independen 1 (X_1)
- b. *Social support* sebagai variabel independen 2 (X_2)
- c. *Psychological well-being* sebagai variabel dependen (Y)
- d. Pada penyandang disabilitas

Gambar 3.1 Kerangka Instrumen

Keterangan :

X_1 = *Growth Mindset*

X_2 = *Social Support*

Y = *Psychological Well-Being*

2. Populasi

Populasi atau universe adalah keseluruhan objek yang diteliti, berupa orang, benda, kejadian, nilai maupun hal-hal yang terjadi. Dengan kata lain populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, dan sebagainya. Populasi pada penelitian ini adalah penyandang disabilitas dengan usia 16 sampai 35 tahun atau lebih yang berada di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang dengan jumlah populasi sebanyak 45 orang.

Tabel 3.1 Jumlah Populasi

Jenis Kelamin	Jumlah
Laki-laki	29
Perempuan	16

3. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi secara keseluruhan yang akan diteliti. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa sampel adalah sebagian dari wakil atau contoh dari populasi yang diteliti harus bersifat representatif (mewakili) agar dapat digeneralisasikan hasil penulisan dapat berlaku bagi populasi yang ada baik dalam karakteristik maupun jumlahnya.

Sampel dalam penelitian ini adalah penyandang disabilitas yang diambil dari masing-masing ragam disabilitas dengan menggunakan *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Metode *non-probability sampling* merupakan pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama kepada anggota populasi, dan penentuannya tidaklah acak. Jenis *purposive sampling* merupakan cara pengambilan sampel dengan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti. Artinya, tidak semua orang bisa dijadikan sampel oleh peneliti, namun hanya yang sesuai kriteria saja. Karakteristik populasi pada penelitian ini adalah responden penyandang disabilitas tunanetra, tunarungu, tunawicara dan tunadaksa, dan responden bergabung di komunitas disabilitas wilayah Klojen Kota Malang dengan jumlah populasi sebanyak 45 orang.

Tabel 3.2 Jumlah Sampel

Jenis Disabilitas	Jumlah	Pendidikan Terakhir Mayoritas	Jenis Pekerjaan Mayoritas
Tunanetra	3	SMP, Kejar Paket C	Tukang pijat, pengangguran
Tunarungu	8	SD, SMP	Ojol, pedagang, pengangguran
Tunawicara	8	SD, SMP	Ojol, Pedagang pengangguran
Tunadaksa	28	SMP, SMA	Ojol, pedagang, karyawan toko, pengangguran
Total	45		

B. Variabel Penelitian

Variabel terikat (*dependent variable*) dalam penelitian ini adalah *psychological well-being*. Sedangkan yang menjadi variabel bebas (*independent variable*) dalam penelitian ini adalah *growth mindset* dan *social support*.

Keterangan:

X_1 = *Growth Mindset*

X_2 = *Social Support*

Y = *Psychological Well-Being*

Untuk menggambarkan secara operasional variabel penelitian, dibawah ini diberikan definisi operasional masing-masing variabel. Variabel-variabel tersebut yaitu:

1. *Growth mindset*

Growth mindset adalah pola pikir yang bertumbuh dimana individu percaya bahwa segala sesuatunya dapat diperoleh melalui kerja keras, mau menerima tantangan yang disertai dengan keinginan untuk belajar dari kesulitan atau kegagalan, memiliki sikap yang tabah dan tekun, mampu bersikap positif dan terampil. Variabel ini diukur menggunakan skala *The Growth Mindset Scale* yang dirancang oleh Chen (2021) berdasarkan teori *growth mindset* milik Dweck. *Growth mindset* meliputi *motivation*, *attitude*, *challenge*, *grit*, *adversity* dan *positive mindset*.

- a) *Motivation*, mengacu pada keinginan dan kebutuhan yang berasal dari dalam diri untuk mempelajari hal-hal baru.
- b) *Attitude*, mengacu pada keyakinan terhadap IQ atau bakat, prestasi , dan kerja keras.
- c) *Challenge*, yaitu pemikiran dan pikiran ketika menghadapi kesulitan, masalah dan perubahan baru.
- d) *Grit*, yaitu kegigihan dan ketekunan pada masing-masing individu
- e) *Adversity*, mengacu pada kasus-kasus yang tidak menyenangkan dengan situasi yang tidak menyenangkan dan tidak beruntung.

- f) *Positive mindset*, mengacu pada rasa percaya diri dan keterbukaan dengan keyakinan yang kuat terhadap diri sendiri dalam segala jenis kasus.

2. *Social support*

Social support adalah suatu bentuk bantuan yang diberikan oleh orang sekitar kepada individu yang dapat berupa perhatian, kenyamanan, ataupun penghargaan, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Berdasarkan teori *social support* milik Zimet, *social support* meliputi *family*, *friends* dan *significant other* (Zimet, 1988).

- a) *Family*, merujuk pada dukungan keluarga yang paling dekat dan penting, sehingga memberikan rasa aman yang membantu individu dalam menghadapi tantangan dan perubahan dalam hidup.
- b) *Friends*, merujuk pada dukungan teman terutama pada masa transisi atau saat menghadapi tantangan dalam hidup.
- c) *Significant other*, merujuk pada dukungan dari orang-orang yang signifikan dan dapat menjadi tempat bagi individu untuk berbagi perasaan, mencari Solusi dan saling mendukung sehingga memberikan rasa aman, tenang, dan bisa memotivasi individu.

3. *Psychological well-being*

Psychological well-being adalah kondisi dimana individu dapat menerima diri sendiri, mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan

pertumbuhan pribadi. Variabel ini diukur dengan menggunakan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* yang mencakup enam dimensi yaitu *self-acceptance*, *positive relationship with other people*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth* (Ryff, 1995).

- a) *Self-acceptance*, yaitu sejauh mana individu dapat menerima dirinya sendiri dan masa lalunya.
- b) *Positive relationship with other*, yaitu mengacu pada hubungan yang berkualitas dengan orang lain.
- c) *Autonomy*, yaitu kemampuan untuk menentukan nasibnya sendiri dan menjalankan hidupnya dengan caranya sendiri.
- d) *Environmental mastery*, yaitu sejauh mana individu tersebut mampu mengendalikan kehidupan dirinya dan orang lain.
- e) *Purpose in life*, yaitu mengacu pada seseorang yang memiliki tujuan dalam hidupnya dan dapat memaknai hidupnya.
- f) *Personal growth*, yaitu mengacu pada perasaan ingin bertumbuh dan berkembang dari waktu ke waktu.

C. Instrumen Pengumpulan Data

Alat ukur pada penelitian ini berbeda untuk tiap-tiap variabel. Model skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala Likert adalah alat ukur psikologis yang paling umum digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, atau tingkat persetujuan terhadap suatu pernyataan. Skala ini berbentuk pilihan tanggapan bertingkat (*ordinal*) yang memungkinkan

responden untuk menunjukkan derajat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap suatu pernyataan.

Tabel 3.3 Penilaian Skala Likert

Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Berikutnya, dalam proses adaptasi peneliti menerjemahkan item ini secara manual dan melakukan paraphrase. Setelah itu, item ini akan dinilai oleh Validator Profesional *Expert Judgment* untuk menguji kelayakan bahasa sehingga nantinya responden dapat memahami maksud dari setiap item pernyataan dan mengisinya dengan baik. Kuesioner ini kemudian dijadikan dalam bentuk *google form*, selanjutnya dikirimkan kepada perwakilan pendamping komunitas untuk disebarkan ke para penyandang disabilitas. Selain itu, lama pengisian kuesioner kurang lebih adalah 10-25 menit.

Pengumpulan waktu memakan waktu selama 9 hari. Dalam kurun waktu tersebut peneliti mendapatkan 45 responden.

1. Instrumen Alat ukur *Growth Mindset*

Dalam penelitian ini, Skala *Growth Mindset* di modifikasi dari penelitian Santicha (2024) yang dikembangkan oleh Chen (2021), didasarkan pada teori *growth mindset* Dweck (2016). Berikut adalah tabel *blueprint* yang memperlihatkan rincian variabel *growth mindset*.

Tabel 3.4 Instrumen *Growth Mindset*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Motivation</i>	Alasan dari dalam diri	1,2,3,4,5,6		6
<i>Attitude</i>	Keyakinan pada IQ, bakat, prestasi	7,8,9,10,11		7
	Bekerja keras	12,13		
<i>Challenge</i>	Sikap terhadap kesulitan	14,15,16,17		8
	Sikap terhadap masalah	18,19		
	Sikap terhadap perubahan	20,21		
<i>Grit</i>	Memiliki sikap gigih	22		2
	Memiliki sikap tekun	23		
<i>Adversity</i>	Sikap terhadap hal yang tidak menyenangkan	24,25,26		3
<i>Positive Mindset</i>	Rasa percaya diri	27		4
	Yakin pada diri sendiri	28,29,30		

2. Instrumen Alat ukur *Social Support*

Dalam penelitian ini, Skala *Social Support* di adaptasi dari penelitian Anda (2024) disusun berdasarkan aspek-aspek yang telah

diuraikan oleh Zimet (1988). Berikut adalah tabel *blueprint* yang memperlihatkan rincian variabel *social support*.

Tabel 3.5 Instrumen *Social Support*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Family</i>	Perasaan bahwa keluarga selalu bersedia membantu dan memberi dukungan	1,2		4
	Dapat mengkomunikasikan masalah bersama keluarga	3,4		
<i>Friends</i>	Perasaan bahwa teman dapat menjadi sandaran dan membantu ketika menghadapi masalah	5,6		4
	Dapat mengkomunikasikan masalah dengan teman	7,8		
<i>Significant Others</i>	Perasaan bahwa orang spesial selalu ada dalam keadaan suka dan duka	9, 10, 11, 12		4

3. Instrumen Alat ukur *Psychological Well-Being*

Dalam penelitian ini, Skala *Psychological Well-Being* di modifikasi dari penelitian Panggabean (2022) disusun berdasarkan aspek-aspek yang telah diuraikan oleh (Ryff & Keyes, 1995). Berikut adalah tabel *blueprint* yang memperlihatkan rincian variabel *Psychological Well-Being*.

Tabel 3.6 Instrumen *Psychological Well-Being*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Self-Acceptance</i>	Karakteristik individu	1,2	3,4,5	7
	Aktualisasi diri	6	7	
<i>Positive Relationship with Others</i>	Perasaan empati	8	9	8
	Membina hubungan yang hangat	10,11,12,13	14,15	
<i>Autonomy</i>	Mengatur tingkah laku	16,17,19	18,20	7
	Mengevaluasi diri	21,22		
<i>Environmental Mastery</i>	Partisipasi aktif dalam lingkungan	23,24	25,26,27	7
	Mengelola lingkungan	28	29	
<i>Purpose in Life</i>	Menentukan tujuan hidup	30,31	32,33,34	7
	Mencapai integrasi emosional	35	36	
<i>Personal Growth</i>	Mengembangkan potensi	37,38	39,40,41	8
	Menghadapi tantangan	42	43,44	

D. Prosedur Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *questionnaire* (angket) adalah suatu teknik pengumpulan data yang memungkinkan analis mempelajari sikap-sikap, keyakinan, perilaku, dan karakteristik beberapa orang utama di dalam organisasi yang bisa terpengaruh oleh sistem yang diajukan atau oleh sistem yang sudah ada.

Dalam membuat angket yang akan digunakan, peneliti menyusun pernyataan dengan kalimat sederhana agar responden (penyandang disabilitas) dapat memahami setiap butir pilihan pernyataan. Kuesioner tersebut terdiri dari tiga skala utama yaitu *Psychological Well Being Scale* (PWBS) untuk mengukur *psychological well-being*, *The Growth Mindset Scale* untuk mengukur tingkat *growth mindset*, dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur tingkat *social support*.

Kuesioner ini telah memenuhi syarat Profesional *Expert Judgment* dan disebarkan kepada responden yang memiliki syarat sebagai kriteria penelitian, baik secara langsung maupun melalui platform daring seperti *Google Forms*.

E. Uji Validitas dan Reliabilitas

Suatu alat ukur dapat dikatakan baik apabila alat ukur tersebut valid dan reliabel.

1. Uji Validitas

Menurut Priyatno (2018) uji validitas dimaksudkan untuk mengukur ketepatan suatu *item* kuesioner apakah sudah tepat dalam mengukur apa ingin diukur. Instrumen variabel dengan menggunakan angket akan diuji coba dan dianalisa dengan menggunakan teknik *korelasi product moment* oleh *pearson*. Item yang valid ditunjukkan dengan adanya korelasi yang signifikan antara *item* terhadap skor total *item*. Untuk penentuan apakah suatu item layak digunakan atau tidak , yaitu dengan melakukan uji signifikansi koefisien korelasi pada taraf signifikansi 0.05, artinya suatu item dianggap valid jika berkorelasi signifikan terhadap skor total item.

1. Jika nilai p (*probability*) $> 0,05$ maka item tersebut tidak valid
2. Jika nilai p (*probability*) $< 0,05$ maka item tersebut valid

Uji validitas ini dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana item-item pertanyaan kuesioner yang disusun dapat mewakili variabel yang sedang diukur. Berikut hasil validitas menggunakan *Product Moment* untuk alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur *Growth**Mindset*

No	Aspek	Indikator	Item	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	<i>Motivation</i>	Alasan dari dalam diri	1	0.027	Valid
			2	0.040	Valid
			3	0.008	Valid
			4	0.006	Valid
			5	0,007	Valid
			6	0.001	Valid
2	<i>Attitude</i>	Keyakinan pada IQ, bakat, prestasi	7	0.022	Valid
			8	0.053	Tidak Valid
			9	0.008	Valid
			10	0.002	Valid
			11	0.041	Valid
		Bekerja keras	12	0.039	Valid
			13	0.039	Valid
3	<i>Challenge</i>	Sikap terhadap kesulitan	14	0.066	Tidak Valid
			15	0.008	Valid
			16	0.358	Tidak Valid
			17	0.172	Tidak Valid
		Sikap terhadap masalah	18	0.022	Valid
			19	0.185	Tidak Valid
		Sikap terhadap perubahan	20	0.063	Tidak Valid
			21	0.025	Valid
4	<i>Grit</i>	Memiliki sikap gigih	22	0.022	Valid
		Memiliki sikap tekun	23	0.046	Valid
5	<i>Adversity</i>	Sikap terhadap hal yang tidak menyenangkan	24	0.093	Tidak Valid
			25	0.018	Valid
			26	0.022	Valid
6	<i>Positive Mindset</i>	Rasa percaya diri	27	0.037	Valid
		Yakin pada diri sendiri	28	0.010	Valid
			29	0.086	Tidak Valid
			30	0.021	Valid

Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur *Social**Support*

No	Aspek	Indikator		Item	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	Family	Perasaan	bahwa	1	0.055	Tidak Valid
		keluarga	selalu	2	0.004	Valid
		bersedia	membantu			
		dan	memberi			
		dukungan				
		Dapat		3	0.014	Valid
		mengkomunikasikan		4	0.000	Valid
		masalah	bersama			
		keluarga				
2	Friends	Perasaan	bahwa	5	0.009	Valid
		teman dapat menjadi		6	0.001	Valid
		sandaran	dan			
		membantu	ketika			
		menghadapi				
		masalah				
		Dapat		7	0.011	Valid
		mengkomunikasikan		8	0.131	Tidak Valid
		masalah	dengan			
		teman				
3	Significant Others	Perasaan	bahwa	9	0.002	Valid
		orang spesial	selalu	10	0.026	Valid
		ada dalam keadaan		11	0.000	Valid
		suka dan duka		12	0.000	Valid

Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Product Moment alat ukur

Psychological Well-Being

No	Aspek	Indikator	Item	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	<i>Self-Acceptance</i>	Karakteristik individu	1	0.010	Valid
			2	0.077	Tidak Valid
			3	0.012	Valid
			4	0.001	Valid
			5	0.008	Valid
		Aktualisasi diri	6	0.005	Valid
			7	0.647	Tidak Valid
2	<i>Positive Relationship with Others</i>	Perasaan empati	8	0.020	Valid
			9	0.038	Valid
		Membina hubungan yang hangat	10	0.018	Valid
			11	0.203	Tidak Valid
			12	0.029	Valid
			13	0.330	Tidak Valid
			14	0.040	Valid
3	<i>Autonomy</i>	Mengatur tingkah laku	15	0.010	Valid
			16	0.029	Valid
			17	0.015	Valid
			18	0.000	Valid
			19	0.260	Tidak Valid
			20	0.003	Valid
		Mengevaluasi diri	21	0.000	Valid
			22	0.020	Valid
4	<i>Environmental mastery</i>	Partisipasi aktif dalam lingkungan	23	0.016	Valid
			24	0.016	Valid
			25	0.014	Valid

5	<i>Purpose in Life</i>		26	0.002	Valid
			27	0.041	Valid
		Mengelola lingkungan	28	0.001	Valid
			29	0.075	Tidak Valid
		Menentukan tujuan hidup	30	0.317	Tidak Valid
			31	0.175	Tidak Valid
			32	0.119	Tidak Valid
			33	0.054	Tidak Valid
			34	0.010	Valid
			35	0.359	Tidak Valid
6	<i>Personal Growth</i>		36	0.001	Valid
			37	0.066	Tidak Valid
		Mengembangkan Potensi	38	0.101	Tidak Valid
			39	0.010	Valid
			40	0.024	Valid
			41	0.001	Valid
			42	0.058	Tidak Valid
		Menghadapi tantangan	43	0.000	Valid
			44	0.000	Valid

2. Uji Reliabilitas

Priyatno (2018) berpendapat bahwa uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat pengukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap konsisten jika pengukuran tersebut di ulang. Metode uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan rumus *Cronbach's Alpha*.

Menurut Priyatno, (2018) uji reliabilitas dilakukan terhadap pernyataan yang dinyatakan valid pada uji validitas. Kriteria penentuan reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai Cronbach's Alpha $\alpha > 0,6$ maka item tersebut reliabel
2. Jika nilai Cronbach's Alpha $\alpha < 0,6$ maka item tersebut tidak reliabel

Tabel 3.10 Kriteria Pengambilan Keputusan Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7 - 0,9	Reliabel
0,4 – 0,7	Cukup Reliabel
0,2 – 0,4	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

Perhitungan Cronbach's Alpha ini dilakukan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 22. Hasil tersebut menunjukkan sebagai berikut.

Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas

Alat Ukur	Koefisien Reliabilitas	Keterangan
<i>Growth Mindset</i>	0,953	Sangat Reliabel
<i>Social Support</i>	0,918	Sangat Reliabel
<i>Psychological Well Being</i>	0,951	Sangat Reliabel

Berdasarkan hasil tabel tersebut, alat ukur *growth mindset* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,953, yang termasuk dalam golongan sangat reliabel. Sedangkan alat ukur *social support* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,918, yang termasuk

dalam golongan sangat reliabel. Dan alat ukur *psychological well-being* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,951 yang termasuk dalam golongan sangat reliabel.

Perhitungan yang dilakukan menggunakan IBM *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) *Statistic 22* menunjukkan bahwa ketiga alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sangat reliabel dan dapat diterapkan sebagai instrumen pengukuran.

F. Teknik Analisa Data

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif, yaitu metode analisis yang digunakan untuk menggambarkan atau menguraikan data hasil penelitian secara sistematis. Statistik deskriptif memberikan gambaran umum mengenai data yang diperoleh dari responden berdasarkan hasil penyebaran angket, tanpa melakukan pengujian atau penarikan kesimpulan terhadap populasi.

Analisis ini mencakup perhitungan seperti nilai rata-rata (*mean*), nilai maksimum dan minimum, serta standar deviasi untuk masing-masing variabel penelitian, yaitu *growth mindset*, *social support*, dan *psychological well-being*. Hasil dari analisis deskriptif ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat atau kategori dari masing-masing variabel yang diteliti.

1. Uji Statistik Deskriptif

Uji Statistik Deskriptif adalah metode yang digunakan untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran mengenai data yang telah

dikumpulkan tanpa membuat kesimpulan yang bersifat umum. Analisis ini mencakup penghitungan ukuran pemusatan data seperti *mean*, *median*, dan *modus*, serta ukuran penyebaran data seperti rentang, *varians*, dan standar deviasi. Statistik deskriptif membantu peneliti dalam memahami distribusi dan karakteristik data sebelum melakukan analisis lebih lanjut.

Tabel 3.12 Kriteria Kategorisasi

Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$
Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 1 \text{ SD} \leq X$

Keterangan :

M = Mean Empiric

SD = Standar Deviasi

2. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis merupakan prosedur statistik yang digunakan untuk menguji kebenaran suatu pernyataan atau dugaan mengenai parameter populasi berdasarkan data sampel. Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan melalui analisis regresi linier berganda untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan Uji Asumsi Klasik yang meliputi:

1) Uji Normalitas Data

Uji normalitas data digunakan untuk menguji apakah data residual dalam model regresi berdistribusi normal. Uji ini penting karena banyak teknik statistik mengasumsikan normalitas data. Salah satu metode yang umum digunakan adalah uji Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka data dianggap berdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Uji linear digunakan untuk menguji apakah hubungan antara variabel independen dan dependen bersifat linier. Hubungan linier merupakan salah satu asumsi dasar dalam analisis regresi linier. Uji ini dapat dilakukan dengan melihat grafik scatter plot atau menggunakan uji statistik tertentu.

3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk menguji apakah terdapat korelasi tinggi antar variabel independen dalam model regresi. Multikolinearitas dapat menyebabkan estimasi koefisien regresi menjadi tidak stabil. Uji ini biasanya dilakukan dengan melihat nilai *Variance Inflation Factor* (VIF); jika $VIF < 10$, maka tidak terdapat multikolinearitas yang signifikan.

4. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji apakah varians residual dalam model regresi konstan atau tidak. Heteroskedastisitas

dapat menyebabkan estimasi koefisien regresi menjadi tidak efisien. Uji ini dapat dilakukan dengan menggunakan uji Glejser atau melihat pola pada grafik scatter plot antara residual dan nilai prediksi.

Setelah uji asumsi klasik terpenuhi, data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji regresi linear berganda.

1) Uji Koefisien Determinasi

Setelah semua asumsi klasik terpenuhi, dilakukan Uji Koefisien Determinasi (R^2) untuk mengetahui seberapa besar variabel independen mampu menjelaskan variabel dependen. Nilai R^2 yang tinggi menunjukkan bahwa model regresi memiliki kemampuan prediksi yang baik.

2) Uji F

Selanjutnya, dilakukan Uji F untuk menguji signifikansi model regresi secara keseluruhan. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka model regresi dianggap signifikan.

3) Uji T

Uji T dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian terkait pengaruh masing-masing variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka variabel independen tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Lokasi dan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang yang berlokasi di Jl. WR Supratman, Kecamatan Klojen, Kota Malang. Lokasi ini dipilih karena komunitas tersebut aktif dalam kegiatan pemberdayaan penyandang disabilitas serta memiliki jumlah anggota yang cukup representatif sebagai sampel penelitian. Komunitas ini juga dikenal sebagai tempat yang terbuka bagi kolaborasi sosial dan akademik, sehingga memudahkan pelaksanaan penelitian.

Gambar 4.1 Logo Komunitas



Pelaksanaan penelitian dimulai dengan pengajuan izin penelitian kepada perwakilan pengurus komunitas yaitu Ibu Diyah serta pemaparan tujuan dan manfaat penelitian kepada para peserta. Setelah mendapat persetujuan, peneliti kemudian melakukan bimbingan dengan pembimbing untuk menjadwalkan pengumpulan data yang dilakukan secara langsung dengan metode penyebaran kuesioner.

Kegiatan pengumpulan data dilakukan selama bulan April hingga tanggal 3 Mei 2025, dengan tetap memperhatikan etika penelitian, seperti pemberian *informed consent*, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta memberikan kebebasan kepada peserta untuk mengisi kuesioner secara sukarela. Peneliti bersama perwakilan pengurus juga melakukan pendampingan langsung saat pengisian instrumen melalui *google form*, untuk membantu jika ada peserta yang mengalami kesulitan dalam memahami item-item pernyataan, mengingat sebagian peserta merupakan penyandang disabilitas dengan keterbatasan tertentu.

Secara keseluruhan, pelaksanaan penelitian berjalan dengan lancar dan mendapat dukungan penuh dari pihak komunitas. Antusiasme para peserta dalam berpartisipasi memberikan data yang valid dan relevan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Statistik Deskriptif

Uji statistik deskriptif merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan, menyusun, merangkum, serta menyajikan data agar informasi yang diperoleh menjadi lebih mudah dipahami dan memiliki makna bagi peneliti. Pendekatan ini hanya bertujuan untuk menggambarkan karakteristik suatu objek penelitian tanpa bermaksud melakukan generalisasi dari sampel ke populasi secara keseluruhan. Menurut Ghazali (2016), statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran atau penjelasan mengenai sifat-sifat suatu

kumpulan data tanpa menarik kesimpulan umum. Dalam analisis statistik deskriptif, digunakan ukuran seperti rata-rata (*mean*), nilai tengah (*median*), nilai maksimum dan minimum, serta simpangan baku (*standard deviation*). Tujuan utama dari analisis ini adalah untuk mendeskripsikan data berdasarkan tanggapan responden terhadap masing-masing indikator dari variabel yang diteliti.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji statistik deskriptif dengan menggunakan *software* IBM SPSS Statistics 22, dan memperoleh hasil seperti yang ditampilkan berikut ini.

Tabel 4.1 Hasil Uji Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X1	45	44	88	75.98	8.887
X2	45	24	47	38.56	5.168
Y	45	68	110	97.31	9.938
Valid N (listwise)	45				

Berdasarkan analisis statistik deskriptif yang dilakukan pada data penelitian dengan jumlah responden sebanyak 45 orang menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 22, diperoleh berbagai hasil yang beragam. Temuan tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut.

- a) Pada variabel X1 yaitu *growth mindset*, diperoleh skor terendah sebesar 44 dan skor tertinggi sebesar 88. Selain itu, nilai *mean* tercatat sebesar 75.98 dengan standar deviasi sebesar 8.887
- b) Pada variabel X2 yaitu *social support*, diperoleh skor terendah 24 dan skor tertinggi sebesar 47. Selain itu, nilai mean tercatat sebesar 38.56 dengan standar deviasi sebesar 5.168.
- c) Pada variabel Y yaitu *psychological well-being*, diperoleh skor terendah 68 dan skor tertinggi sebesar 110. Selain itu, nilai mean tercatat sebesar 97.31 dengan standar deviasi sebesar 9.938.

Merujuk pada hasil analisis deskriptif statistik yang diperoleh, data tersebut dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam melakukan pengelompokan setiap variabel, dengan pedoman kategorisasi sebagai berikut.

Tabel 4.2 Kategorisasi

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

- a) $M = \text{Mean Empiric}$
- b) $SD = \text{Standard Deviation}$

Berdasarkan kriteria kategorisasi yang telah ditetapkan, maka berikut ini adalah pembagian kategori untuk masing-masing variabel.

1) *Growth Mindset*

Adapun kriteria kategorisasi pada variabel dependen *growth mindset* adalah sebagai berikut ini.

Tabel 4.3 Kategorisasi *Growth Mindset*

KRITERIA ACUAN 3 KATEGORISASI	
RENDAH	$X < 67,09089$
SEDANG	$67,09089 \leq X < 84,86467$
TINGGI	$84,86467 < X$

Setelah menentukan kriteria kategori, peneliti melakukan analisis kategorisasi dengan menggunakan IBM SPSS Versi 22, yang menghasilkan temuan sebagai berikut.

Tabel 4.4 Hasil Uji Kategorisasi *Growth Mindset*

		Kategori <i>Growth Mindset</i>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	8	17.8	17.8	17.8
	sedang	28	62.2	62.2	80.0
	tinggi	9	20.0	20.0	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Merujuk pada tabel diatas dari total 45 subjek, sebanyak 17,8% atau 8 subjek tergolong dalam kategori rendah. Sementara itu 80% atau 28 subjek berada pada kategori sedang dan 100% atau 9 subjek termasuk dalam kategori tinggi.

2) Pada Variabel *Social Support*

Adapun kriteria kategorisasi pada variabel dependen *social support* adalah sebagai berikut ini.

Tabel 4.5 Kategorisasi *Social Support*

KRITERIA ACUAN 3 KATEGORISASI	
RENDAH	$X < 33,38767$
SEDANG	$33,38767 \leq X < 43,72344$
TINGGI	$43,72344 \leq X$

Setelah menentukan kriteria kategori, peneliti melakukan analisis kategorisasi dengan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 22, yang menghasilkan temuan sebagai berikut.

Tabel 4.6 Hasil Uji Kategorisasi *Social Support*

Kategori <i>Social Support</i>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	4	8.9	8.9	8.9
	SEDANG	31	68.9	68.9	77.8
	TINGGI	10	22.2	22.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Merujuk pada tabel diatas dari total 45 subjek, sebanyak 8,9% atau 4 subjek tergolong dalam kategori rendah. Sementara itu 77,8% atau

31 subjek berada pada kategori sedang dan 100% atau 10 subjek termasuk dalam kategori tinggi

3) Pada Variabel *Psychological Well-Being*

Adapun kriteria kategorisasi pada variabel dependen *social support* adalah sebagai berikut ini.

Tabel 4.7 Kategorisasi *Psychological Well-Being*

KRITERIA ACUAN 3 KATEGORISASI	
RENDAH	$X < 87,37307$
SEDANG	$87,37307 \leq X < 107,2492$
TINGGI	$107,2492 \leq X$

Setelah menentukan kriteria kategori, peneliti melakukan analisis kategorisasi dengan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 22, yang menghasilkan temuan sebagai berikut.

Tabel 4.8 Hasil Uji Kategorisasi *Psychological Well-Being*

Kategori <i>Psychological Well-Being</i>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	15.6	15.6	15.6
	Sedang	30	66.7	66.7	82.2
	Tinggi	8	17.8	17.8	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Merujuk pada tabel di atas dari total 45 subjek, sebanyak 15,6% atau 7 subjek tergolong dalam kategori rendah. Sementara itu 82,2% atau

30 subjek berada pada kategori sedang dan 100% atau 8 subjek termasuk dalam kategori tinggi.

2. Uji Asumsi Klasik

a) Uji Normalitas Data

Pengujian ini bertujuan untuk mengetahui apakah residual dalam model regresi memiliki distribusi normal. Distribusi normal dapat dikenali melalui tampilan grafik atau kurva yang menunjukkan bentuk simetris. Untuk menilai apakah data dalam sampel berdistribusi normal, digunakan uji Kolmogorov-Smirnov *Goodness of Fit* pada setiap variabel yang diteliti. Berikut ini adalah rumus yang digunakan dalam pengambilan keputusan:

- a) Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka data dianggap berdistribusi normal.
- b) Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

Untuk menguji normalitas data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 22. Adapun hasil uji tersebut disajikan sebagai berikut.

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas**One Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		45
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std.Deviation	6.85922429
Most Extreme Differences	Absolute	.102
	Positive	.057
	Negative	-.102
Test Statistic		.102
Asymp. (Sig). (2-tailed)		.200 ^{c,d}

d. Test distribution is Normal.

e. Calculated from data.

f. Lilliefors Significance Correction.

g. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi 0,200 >0,05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan apakah data yang digunakan memiliki hubungan yang sesuai dengan garis lurus (*linear*) atau tidak. Rumus yang digunakan dalam uji ini adalah

$$F_{hitung} = \frac{RJK(TC)}{RJK(G)} . \text{ Berikut ini adalah dasar dalam mengambil}$$

keputusan pada uji linearitas.

a) Membandingkan nilai (Sig) dengan 0,05

- 1) Apabila nilai *Deviation from Linearity* Sig. $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *independent* dan variabel *dependent*.
- 2) Apabila nilai *Deviation from Linearity* Sig. $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *independent* dan variabel *dependent*.

b) Membandingkan nilai F hitung dengan F tabel

- 1) Apabila nilai F hitung $< F$ tabel, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *independent* dan *dependent*.
- 2) Apabila nilai F hitung $> F$ tabel, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *independent* dan *dependent*.

Dalam proses pengambilan keputusan, peneliti hanya memperhatikan perbandingan antara nilai signifikansi dengan 0,05. Uji linearitas dilakukan dengan menganalisis data Menggunakan program IBM SPSS Statistics versi 22, dengan hasil yang ditampilkan sebagai berikut.

Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Variabel *Psychological Well-Being* dan *Growth Mindset*

			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
<i>Psychological well being</i> <i>*Growth Mindset</i>	Between	(Combined)	2087.344	23	90.754	.844	.655
	Groups						
		Linearity	1094.601	1	1094.601	10.179	.004
		Deviation from Linearity	992.744	22	45.125	.420	.976
	Within Groups		2258.300	21	107.538		
Total			4345.644	44			

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,976. Nilai ini lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data antara variabel *Psychological well Being* dengan *Growth Mindset* memiliki hubungan yang linear secara signifikan.

Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas Variabel *Psychological Well-Being* dan *Social Support*

			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
<i>Psychological well being</i> <i>*Social Support</i>	Between	(Combined)	2901.680	15	193.445	3.886	.001
	Groups						
		Linearity	1399.096	1	1399.096	28.099	.000
		Deviation from Linearity	1502.584	14	107.327	2.156	.039
	Within Groups		1443.694	29	49.792		
Total			4345.644	44			

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,039. Nilai ini lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data antara variabel *Psychological well Being* dan *Social Support* memiliki hubungan yang tidak linear secara signifikan.

Hasil dari analisis uji linearitas di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel X1 dengan Y, namun pada variabel X2 dengan Y tidak memiliki hubungan yang tidak linear.

c) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear yang sangat kuat antar variabel bebas. Untuk melihat ada tidaknya korelasi antar variabel, digunakan *tolerance and variance inflation factor* (VIF). Sebagai pedoman, jika VIF dari suatu variabel $> 0,100$ dan nilai VIF $< 10,00$, maka suatu variabel dikatakan berkorelasi sangat tinggi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan program IBM SPSS Statistics 22 untuk melakukan uji multikolinearitas, dan hasilnya ditampilkan sebagai berikut.

Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a			
Collinearity Statistics			
Model		Tolerance	VIF
1	<i>Growth Mindset</i>	.991	1.009
	<i>Social Support</i>	.991	1.009

a. *Dependent Variable: Psychological Well Being*

Mengacu pada hasil analisis dalam tabel, variabel *Growth Mindset* memiliki nilai tolerance sebesar $0,991 > 0,100$ dan nilai VIF $1,009 < 10,00$, hal yang sama juga terlihat pada variabel *Social Support*, dengan nilai tolerance $0,991 > 0,100$ dan nilai VIF $1,009 < 10,00$. Hasil dari kedua variabel tersebut menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala Multikolinearitas, atau antar variabel *independent* tidak terjadi korelasi yang tinggi.

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terdapat kesamaan varians dari residual antara satu pengamatan dengan pengamatan lainnya. Pengujian ini dilakukan menggunakan metode Glejser, yaitu dengan meregresikan nilai absolut dari residual e_1 terhadap variabel independent X_1 . Dasar dalam pengambilan keputusan pada uji Glejser dijelaskan sebagai berikut.

- a. Jika pada uji Glejser diperoleh nilai signifikansi $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data tidak mengandung gejala heteroskedastisitas.
- b. Jika pada uji Glejser diperoleh nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data mengalami gejala heteroskedastisitas.

Untuk menguji heteroskedastisitas, peneliti menganalisis data menggunakan perangkat lunak IBM Statistical Product and Service Solutions (SPSS) versi 22, dengan hasil yang ditampilkan sebagai berikut.

Tabel 4.13 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	t Sig.
1	(Constant)	14.752	7.339		2.010 .051
	<i>Growth Mindset</i>	-.082	.076	-.162	- 1.070 .291
	<i>Social Support</i>	-.088	.131	-.102	-.673 .504

a. *Dependent Variable: ABS_RES*

Berdasarkan tabel hasil analisis uji Glejser di atas, diperoleh nilai signifikansi untuk variabel *Growth Mindset* sebesar 0,291, sedangkan untuk variabel *Social Support* sebesar 0,504. Kedua variabel tersebut menunjukkan nilai signifikansi yang menurut dasar pengambilan keputusan menunjukkan bahwa variabel ini tidak mengalami gejala heteroskedastisitas atau dengan kata lain bersifat homoskedastis.

3. Uji Hipotesis

a) Uji Regresi Linear Berganda

1) Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel bebas (X) yang digunakan dalam model terhadap variabel terikat (Y). Besarnya koefisien determinasi ditunjukkan oleh nilai R^2 yang berada dalam rentang antara 0 sampai 1. Apabila nilai R^2 mendekati angka 1, maka hal ini

menunjukkan bahwa variabel bebas mampu memberikan hampir seluruh informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel terikat.

Untuk menguji koefisien determinasi, peneliti menganalisis data menggunakan software IBM SPSS Statistics 22, dengan hasil yang ditampilkan sebagai berikut. Model summary

Tabel 4.14 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.724 ^a	.524	.501	7.021

a. Predictors: (Constant), *Social Support*, *Growth Mindset*

Berdasarkan hasil analisis uji koefisien determinasi di atas, diperoleh nilai R Square sebesar 0,524. Hal ini mengindikasikan bahwa variabel independent secara simultan atau bersama-sama memberikan pengaruh terhadap variabel dependen sebesar 52,4%.

Selanjutnya, untuk mengetahui besarnya kontribusi yang diberikan oleh variabel *Growth Mindset* dan *Social Support* terhadap variabel *Psychological Well Being*, dapat digunakan rumus sumbangan efektif (SE) sebagai berikut:

$$SE(X)\% = \text{Koefisien Regresi } x \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%.$$

Hasil perhitungan nilai sumbangan efektif dari masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.15 Hasil Perhitungan Sumbangan Efektif

Variabel		Koefisien	Koefisien	Nilai
Dependen	Prediktor	Regresi	Korelasi	(%)
		(Beta)		
<i>Psychological Well Being</i>	<i>Growth</i>	0.451	0.502	22.64%
	<i>Mindset</i>			
	<i>Social Support</i>	0.524	0.567	29.71%
<i>R Square</i>				52.4%

Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif, diketahui bahwa variabel *Social Support* memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap *Psychological Well-Being*, yaitu sebesar 29,71%. Nilai ini menunjukkan bahwa pengaruh *Social Support* dalam menjelaskan keterlibatan penyandang disabilitas tergolong efektif dan signifikan. Sementara itu, variabel *Growth Mindset* memberikan kontribusi yang lebih kecil, yaitu sebesar 22,64%.

2) Uji F

Uji F dilakukan untuk mengetahui apakah seluruh variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel terikat.

Adapun ketentuan untuk menentukan diterima atau ditolaknya hipotesis adalah sebagai berikut:

- a) Apabila nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, yang berarti variabel-variabel bebas memiliki pengaruh terhadap variabel terikat.
- b) Apabila nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 tidak ditolak.

Selain itu, uji F juga bisa ditentukan dengan melihat nilai signifikansi. Suatu model regresi dikatakan layak (*FIT*) apabila nilai signifikansinya kurang dari 0,05. Oleh karena itu, dalam pengujian ini peneliti menggunakan nilai signifikansi sebagai dasar untuk mengambil keputusan.

Dalam melakukan uji F, peneliti menganalisis data menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 22, dan hasilnya disajikan sebagai berikut.

Tabel 4.16 Hasil Uji F

ANOVA ^a					
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F Sig
1	Regression	2275.490	2	1137.745	23.083 .000 ^b
	Residual	2070.154	42	49.289	
	Total	4345.644	44		

a. *Dependent Variable: Psychological Well Being*

b. Predictors: (Constant), *Social Support*, *Growth Mindset*

Berdasarkan hasil analisis yang telah disajikan pada tabel tersebut, nilai signifikan sebesar 0,000^b yang mana sangat sesuai dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansi diketahui kurang dari 0,05 maka dinyatakan bahwa variabel *Growth Mindset* dan *Social Support* sangat berpengaruh secara simultan atau bersama-sama terhadap variabel *Psychological Well Being*.

3) Uji T

Uji T digunakan untuk mengetahui signifikansi pengaruh masing-masing variabel bebas secara individu terhadap variabel terikat, dengan mengasumsikan bahwa variabel bebas lainnya dalam kondisi tetap atau konstan. Adapun kriteria dalam uji parsial (uji t) dapat dijelaskan sebagai berikut:

Pengujian hipotesis dilakukan dengan cara membandingkan nilai F hitung dengan nilai F tabel.

- a) Jika nilai t hitung $>$ dari t tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti bahwa variabel independen secara parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.
- b) Jika nilai t hitung $<$ dari t tabel, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti bahwa variabel independent secara parsial tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

Selain melalui perbandingan antara F hitung dan F tabel, pengujian hipotesis juga dapat dilakukan dengan melihat nilai signifikansi.

- a) Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka H_0 dinyatakan diterima.
- b) Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_0 dinyatakan ditolak.

Dalam pelaksanaan uji T, peneliti menganalisis data dengan bantuan software IBM SPSS Statistics 22, dan hasil analisis tersebut disajikan sebagai berikut.

Tabel 4.17 Hasil Uji T

Coefficients^a					
Model		Unstandardized		Standardized	
		Coefficients		Coefficients	
		B	Std. Error	Beta	t Sig.
1	(Constant)	20.143	11.521		1.748 .088
	<i>Growth Mindset</i>	.505	.120	.451	4.217 .000
	<i>Social Support</i>	1.007	.206	.524	4.895 .000

a. *Dependent Variable: Psychological Well Being*

Berdasarkan dasar pengambilan keputusan yang mengacu pada nilai signifikansi, hasil uji hipotesis ditunjukkan sebagai berikut.

- a) Nilai signifikansi untuk variabel *growth mindset* adalah 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *growth mindset*

memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *psychological well being*.

- b) Nilai signifikansi untuk variabel *social support* adalah 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *social support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *psychological well being*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan melalui analisis regresi linier berganda, dapat ditunjukkan melalui persamaan berikut.

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Dimana :

Y : *Psychological Well Being*

A : (konstanta)

b1 : Koefisien regresi untuk X1

b2 : Koefisien regresi untuk X2

X1 : *Growth Mindset*

X2 : *Social Support*

E : Residu

Nilai dari persamaan tersebut dapat dilihat pada tabel hasil analisis berikut ini.

**Tabel 4.18 Tabulasi Data Untuk Persamaan Uji Regresi
Linear Berganda**

		Coefficients^a				
		Unstandardized		Standardized		
		Coefficients		Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
Model						
1	(Constant)	20.143	11.521		1.748	.088
	<i>Growth Mindset</i>	.505	.120	.451	4.217	.000
	<i>Social Support</i>	1.007	.206	.524	4.895	.000

a. Dependent Variable: Psychological well being

Dengan demikian berdasarkan tabel tersebut, diperoleh persamaan regresi linier berganda sebagai berikut.

$$Y = 20.143 + 0,505X_1 + 1.007X_2$$

Berdasarkan nilai dalam persamaan tersebut, interpretasinya dapat dijelaskan sebagai berikut.

- a) Nilai konstanta sebesar 20.143 menunjukkan bahwa jika variabel *Growth Mindset* dan *Social Support* bernilai nol, maka nilai *Psychological Well Being* adalah sebesar 20.143.
- b) Koefisien variabel *Growth Mindset* sebesar 0,505 menunjukkan arah hubungan yang positif. Artinya, setiap peningkatan satu satuan dalam *growth mindset* akan meningkatkan nilai *psychological well being* sebesar 0,505,

dan nilai signifikansi sebesar 0,000 menunjukkan bahwa pengaruh ini sangat signifikan secara statistik.

- c) Koefisien variabel *Social Support* sebesar 1,007 menunjukkan hubungan yang positif. Artinya, setiap peningkatan satu satuan dalam *Social Support* justru menaikkan nilai *Psychological Well Being* sebesar 1.007. Nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa pengaruh *Social Support* terhadap *Psychological Well Being* adalah signifikan secara statistik.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji tingkat tinggi dan pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas.

1. Tingkat tinggi *Psychological Well-Being*

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel *psychological well-being* (Y), menunjukkan bahwa secara umum penyandang disabilitas di Komunitas Klojen memiliki tingkat *psychological well-being* yang berada pada kategori sedang. Artinya, meskipun mereka menghadapi berbagai keterbatasan fisik dan sosial, sebagian besar individu tetap menunjukkan keberfungsian psikologis yang cukup baik.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil dari penelitian terdahulu oleh Fadhillah (2018) mengenai *Psychological Well-Being*

pada penyandang tunanetra, yang menunjukkan bahwa subjek mampu menerima keadaan diri sendiri dengan baik, mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain, mampu hidup mandiri, memiliki penguasaan lingkungan yang baik, memiliki tujuan hidup yang terarah dan berusaha untuk mewujudkannya, memiliki pertumbuhan atau pengembangan diri yang baik. Faktor yang mempengaruhi *psychological well being* pada subjek adalah klasifikasi penyandang disabilitas netra berdasarkan terjadinya kecacatan, usia, jenis kelamin, religiusitas, dukungan sosial.

Penelitian lainnya oleh Angela (2021), menunjukkan bahwa informan penelitian menunjukkan tujuh aspek *Psychological Well-Being* yaitu evaluasi positif terhadap diri sendiri, mampu menjalin relasi yang positif dengan orang yang terlibat dalam hidupnya, kemandirian yang matang, paham dengan tujuan hidup dalam berkarir, usaha untuk mengembangkan diri, usaha untuk mengendalikan dan mengarahkan diri, dan religiusitas. Selain itu, terdapat dua faktor pendukung yaitu motivasi internal dan dukungan sosial.

Implikasi dari temuan ini menekankan pentingnya pendekatan intervensi psikososial yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik disabilitas, tetapi juga aspek psikologis dan sosial. Dukungan lingkungan yang responsif, penerimaan sosial, serta peningkatan kepercayaan diri dan kemandirian dapat berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan *psychological well-being* penyandang disabilitas. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa disabilitas bukanlah penghalang

utama untuk mencapai *psychological well-being* yang sehat, selama ada faktor pelindung seperti dukungan sosial dan kesadaran diri yang positif.

Penelitian ini mendukung teori *psychological well-being* dari Ryff, khususnya pada dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan tujuan hidup. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan dengan menggali variabel-variabel lain yang mungkin berkontribusi pada *psychological well-being* penyandang disabilitas, seperti *Self-efficacy*, *resilience*, *coping strategy*, atau faktor lingkungan sosial budaya.

2. Tingkat tinggi *Growth Mindset*

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel *growth mindset* (X1), menunjukkan bahwa secara umum penyandang disabilitas di Komunitas Klojen memiliki tingkat *Growth Mindset* yang berada pada kategori sedang.

Penelitian terdahulu mengenai *growth mindset* oleh Rahmania & Utami (2024), ditemukan sebagian besar siswa pesisir di Kecamatan Bulak Surabaya, memiliki *growth mindset*, *fixed mindset* dan *growth mindset* pada kategori sedang. Terdapat perbedaan tingkat *growth mindset* siswa pesisir dilihat dari jenis kelamin siswa. Siswa laki-laki cenderung lebih banyak memiliki *growth mindset* pada kategori rendah dibanding siswa perempuan. Selain itu, lebih banyak siswa perempuan yang memiliki *growth mindset* pada kategori tinggi dibandingkan siswa

laki-laki. Terdapat hubungan yang signifikan namun dengan korelasi yang kecil antara *growth mindset* dengan studi lanjut.

Penelitian lainnya oleh Wati (2021) menunjukkan profil *growth mindset* guru sekolah dasar dengan siswa inklusi di Kecamatan Kubutambahan secara umum didominasi oleh pola pikir tumbuh dengan beberapa ide tetap (*growth mindset with some fixed ideas*).

Penelitian selanjutnya oleh Ardhillah (2024), menunjukkan bahwa *growth mindset* memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *academic grit* siswa. Siswa dengan *growth mindset* yang tinggi cenderung lebih gigih, mampu mengatasi rintangan, dan memiliki motivasi yang lebih besar dalam mencapai tujuan akademik dibandingkan siswa dengan *fixed mindset*.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah bahwa penyandang disabilitas memiliki kapasitas untuk mengembangkan *growth mindset*, yang dapat mendukung peningkatan ketahanan psikologis, motivasi, dan kemandirian dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan temuan Ardhillah (2024) bahwa *growth mindset* berperan dalam membentuk *academic grit*, yang dalam konteks disabilitas dapat diartikan sebagai ketekunan dalam menghadapi hambatan sosial, fisik, atau psikologis.

Selain itu, jika ditinjau dari konteks sosial, keberadaan *growth mindset* yang masih dalam kategori sedang menunjukkan pentingnya peran lingkungan sekitar, seperti keluarga, komunitas, dan tenaga

pendidik, dalam menstimulasi dan memfasilitasi perkembangan mindset ini. Keterlibatan aktif dari figur pendukung akan membantu membentuk keyakinan bahwa kemampuan individu tidak bersifat tetap dan dapat terus ditingkatkan.

Bagi para penyandang disabilitas disarankan untuk mengikuti program-program pengembangan diri yang menekankan pada pembentukan *growth mindset*, seperti pelatihan motivasi diri, penguatan strategi adaptif, serta kegiatan yang mendorong refleksi terhadap kemajuan dan potensi pribadi. Penelitian lanjutan direkomendasikan untuk mengeksplorasi hubungan *growth mindset* dengan variabel psikologis lainnya seperti *self-efficacy*. Selain itu, studi komparatif antar kelompok disabilitas maupun antara penyandang disabilitas dan non-disabilitas juga penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

3. Tingkat tinggi *Social Support*

Hasil analisis deskriptif terhadap variabel *social support* (X2), hal ini menunjukkan bahwa secara umum penyandang disabilitas di Komunitas Klojen memiliki tingkat *Social Support* yang berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun para penyandang disabilitas mendapatkan dukungan sosial, namun belum berada pada tingkat optimal yang mampu memberikan pengaruh maksimal terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis maupun aspek psikososial lainnya.

Penelitian terdahulu mengenai *social support* oleh Rahmadi (2024), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *social support* dengan *mental health* pada penyandang disabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social support* terutama dari keluarga berkontribusi besar terhadap penurunan gejala depresi, kecemasan, dan stress.

Penelitian selanjutnya oleh Putra & Novitasari (2018), menunjukkan ada hubungan positif antara *social support* dan *Acceptance of Disability*. Semakin tinggi *social support* kepada subjek, maka semakin tinggi *Acceptance of Disability* yang dimiliki oleh subjek. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *social support* kepada subjek, maka semakin rendah pula *Acceptance of Disability* yang dimiliki subjek.

Penelitian oleh Wahdah (2021) mengenai *social support* pada penyandang disabilitas fisik, ditemukan bahwa pengaruh *social support* orang tua terhadap inferioritas penyandang disabilitas fisik di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya di Makassar, makin tinggi *social support* yang diberi oleh orang tua, makin rendah pula inferioritas penyandang disabilitas fisik di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya di Makassar.

Implikasi dari hasil penelitian ini, jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu oleh Rahmadi (2024), yang menemukan bahwa

social support, khususnya dari keluarga berkontribusi besar terhadap penurunan gejala depresi, kecemasan, dan stres, maka hasil penelitian ini memberikan sinyal bahwa potensi positif dari *social support* tersebut belum sepenuhnya terealisasi dalam komunitas yang diteliti. Hal ini dapat menjadi dasar untuk memperkuat jejaring *social support* yang lebih terstruktur dan berkelanjutan di lingkungan penyandang disabilitas.

Selain itu, hasil penelitian Putra & Novitasari (2018) yang menunjukkan hubungan positif antara *social support* dan *acceptance of disability*, mempertegas bahwa dukungan sosial bukan hanya berfungsi sebagai pelindung (*buffering*) terhadap tekanan psikologis, tetapi juga berperan dalam membentuk penerimaan diri. Begitu pula dengan temuan Wahdah (2021), yang menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan orang tua, maka semakin rendah perasaan inferioritas yang dialami penyandang disabilitas, memberikan argumen kuat bahwa intensifikasi *social support*, terutama dari keluarga inti, berkontribusi signifikan dalam menurunkan aspek negatif psikologis.

Karena respons terhadap *social support* dapat berbeda tergantung pada jenis disabilitas yang dimiliki, maka penelitian lebih lanjut disarankan untuk menganalisis perbedaan efek *social support* antara penyandang disabilitas fisik, sensorik, dan intelektual secara lebih spesifik.

4. Pengaruh Growth Mindset terhadap *Psychological Well-Being*

Variabel *growth mindset* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Temuan ini menunjukkan bahwa individu penyandang disabilitas yang memiliki keyakinan bahwa kemampuan mereka dapat berkembang melalui usaha dan pembelajaran serta memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Dweck (2006), di mana *growth mindset* memungkinkan individu untuk melihat keterbatasan bukan sebagai akhir dari potensi, tetapi sebagai awal dari proses perkembangan diri. Dalam konteks penyandang disabilitas, *growth mindset* ini sangat penting karena memungkinkan mereka untuk bangkit dari keterbatasan fisik maupun sosial yang mungkin mereka alami, dan tetap memiliki rasa makna serta tujuan hidup.

Putri & Royanto (2021), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa individu dengan *growth mindset* akan menampilkan perilaku yang lebih adaptif ketika dihadapkan pada tantangan karena mereka melihat kecerdasan adalah hal yang dapat ditingkatkan melalui usaha dan kegagalan adalah hasil dari strategi yang kurang tepat.

Pada penelitian Andnini (2023), terdapat pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif yang dimediasi rasa syukur pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung. *Growth mindset* yang dimediasi rasa syukur memberikan pengaruh sebesar 41% terhadap

kesejahteraan subjektif dan rasa syukur berperan sebagai mediator atau dapat diartikan rasa syukur menjelaskan bagaimana *growth mindset* dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif.

Rahmania (2022) dalam studinya mendefinisikan *growth mindset* sebagai keyakinan individu bahwa kepintaran merupakan sesuatu yang dapat berkembang melalui usaha, semangat menjalani tantangan dan tidak melihat kesalahan sebagai keterpurukan melainkan sebagai proses pembelajaran.

Temuan ini mengimplikasikan bahwa pengembangan *growth mindset* pada penyandang disabilitas dapat menjadi strategi penting untuk meningkatkan *psychological well-being*, serta memberikan arah baru dalam intervensi psikologis yang mempertimbangkan nilai-nilai pribadi seperti rasa syukur dan daya juang.

Untuk penelitian lanjutan disarankan untuk melakukan pendekatan kuantitatif menggunakan model mediasi atau moderasi, guna mengetahui secara lebih mendalam mekanisme pengaruh *growth mindset* terhadap *psychological well-being*, serta peran variabel lain seperti *self-efficacy*, *resiliensi*, atau *perceived control*.

5. Pengaruh Social Support terhadap Psychological Well-Being

Variabel *social support* terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being*, Temuan ini menunjukkan bahwa semakin besar *social support* yang diterima oleh penyandang disabilitas, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* mereka.

Teori dari Sarafino & Smith, (2011) menekankan bahwa *social support* baik dalam bentuk emosional, informatif, maupun instrumental dapat membantu individu menghadapi stres, meningkatkan harga diri, dan memperkuat relasi sosial. Bagi penyandang disabilitas, dukungan dari keluarga, teman, komunitas, maupun lembaga sosial memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan rasa aman, dihargai, dan terhubung.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijaya & Fahrul Rozi (2024) menunjukkan bahwa secara simultan *psychological well-being* dan persepsi *social support* memberikan pengaruh sebesar 25,3% terhadap *loneliness* pada mahasiswa perantau, sedangkan 74,3% variabel lain yang tidak diteliti memengaruhi penelitian ini.

Penelitian Kurniati (2023) menunjukkan bahwa hasil analisis regresi *social support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada pengangguran terdidik. Hasil juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh sebesar 51,2% terhadap *psychological well-being*.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dayanti & Pribadi (2022) bentuk *social support* yang diberikan oleh keluarga, khususnya orang tua, juga berperan penting dalam mendukung penyandang disabilitas. Penelitian menunjukan bahwa terdapat lima bentuk *social support* keluarga yang signifikan bagi penyandang disabilitas

tunadaksa, yaitu dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan harga diri dan dukungan jaringan.

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh Khoirunnisa & Dewi Rosiana (2023) diketahui bahwa dari 247 mahasiswa sebanyak 199 mahasiswa (80.57%) memiliki tingkat *social support* yang tinggi. Artinya mayoritas mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Unisba sudah merasakan bahwa *social support* yang berasal dari lingkungan sosialnya, yaitu *family*, *friends* dan *significant other* dirasakannya positif dan efektif memenuhi kebutuhannya dan berguna bagi dirinya.

Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *social support* berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas. Temuan ini menguatkan hasil-hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial, terutama dari keluarga dan lingkungan terdekat, mampu meningkatkan kesehatan mental, mengurangi perasaan rendah diri, dan membantu individu menjalani kehidupan dengan lebih positif.

Diperlukan pengembangan penelitian lanjutan yang mengeksplorasi bentuk-bentuk *social support* spesifik serta pendekatan budaya lokal yang relevan dalam meningkatkan *psychological well-being* kelompok disabilitas yang beragam.

6. Pengaruh *Growth Mindset* dan *Social Support* terhadap *Psychological Well-Being*

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, diketahui bahwa *growth mindset* dan *social support* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel independen ($X_1 = \text{growth mindset}$, $X_2 = \text{social support}$) secara simultan berkontribusi terhadap variabel dependen ($Y = \text{psychological well-being}$).

Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif, diketahui bahwa variabel *Social Support* memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap *Psychological Well-Being*, hal ini menunjukkan bahwa pengaruh *Social Support* dalam menjelaskan keterlibatan penyandang disabilitas tergolong efektif dan signifikan. Sementara itu, variabel *Growth Mindset* memberikan kontribusi yang lebih kecil.

Studi pendahuluan mengenai *psychological well-being* pada penyandang disabilitas oleh Ningsih & Susanti (2019) menunjukan bahwa individu dengan keterbatasan fisik seringkali mengalami penilaian negatif dari masyarakat, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian yang dilakukan di Provinsi Aceh menunjukan bahwa meskipun ada hambatan sosial, mayoritas penyandang disabilitas fisik di wilayah tersebut memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi (90,9% dari 77 responden). Faktor-faktor seperti religiusitas, usia dan dukungan sosial dari keluarga serta orang

terdekat berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Dari ketiga variabel yang termasuk dalam kategori sedang ini mengindikasikan bahwa penyandang disabilitas mampu mencapai kualitas *psychological well-being* yang sehat secara mental dan emosional, terutama ketika mereka memiliki *growth mindset* yang berkembang dan *social support* yang mendukung.

Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa *growth mindset* dan *social support* berperan penting dalam meningkatkan *psychological well-being* penyandang disabilitas, dengan kontribusi terbesar berasal dari *social support*, yang memperkuat pentingnya *social support* dalam membantu individu menghadapi keterbatasan fisik secara psikologis. Temuan ini sejalan dengan studi Ningsih & Susanti (2019), yang menekankan dampak negatif stigma sosial terhadap *psychological well-being*, namun juga menunjukkan bahwa dukungan dari lingkungan terdekat, seperti keluarga, dapat mengatasi hambatan tersebut. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini menambahkan dimensi *growth mindset* sebagai faktor psikologis internal, meski kontribusinya lebih kecil, tetapi tetap relevan dalam membentuk ketahanan mental.

Untuk penelitian lanjutan, disarankan melakukan eksplorasi operasional yang lebih mendalam terhadap bentuk-bentuk *social support* paling efektif serta intervensi berbasis pengembangan *growth*

mindset yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik penyandang disabilitas, guna meningkatkan hasil yang lebih aplikatif dan berdampak langsung.

7. Dukungan terhadap Temuan Penelitian Dalam Perspektif Islam

1) Islam mendorong *growth mindset*

Islam menganjurkan umatnya untuk senantiasa berusaha memperbaiki diri dan tidak menyerah pada keadaan. Hal ini sejalan dengan konsep *growth mindset*. Penelitian ini menemukan bahwa penyandang disabilitas yang memiliki *growth mindset* cenderung lebih tangguh dan sejahtera secara psikologis. Ini konsisten dengan ajaran Islam untuk terus berkembang melalui usaha dan kesabaran.

2) Islam menekankan pentingnya *social support*

Konsep *ukhuwah islamiyah* dan *ta'awun* (tolong-menolong) adalah fondasi sosial dalam Islam yang menekankan pentingnya saling mendukung, terlebih kepada yang lemah atau membutuhkan. Temuan bahwa *social support* meningkatkan *psychological well-being* penyandang disabilitas sepenuhnya konsisten dengan prinsip Islam tentang kasih sayang (*Rahmah*) dan tanggung jawab sosial.

3) Ketenangan jiwa sebagai tujuan tertinggi

Islam mengenal konsep *nafs al-muthma'innah* (jiwa yang tenang), sebagai bentuk tertinggi dari *psychological well-being*. Ketika *growth mindset* dan *social support* berkontribusi terhadap munculnya ketenangan dan optimisme, hal itu berarti selaras dengan

nilai Islam mengenai kebahagiaan sejati yang berbasis spiritual dan mental.

8. Tantangan Perspektif Islam terhadap Temuan Penelitian

1) Islam menolak kesombongan dalam upaya diri

Meskipun Islam mendukung usaha diri, Islam juga memperingatkan agar usaha itu tidak membuat manusia sombong atas hasilnya.

وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا

“Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan sombong, karena sesungguhnya kamu sekali-kali tidak dapat menembus bumi dan tidak akan sampai setinggi gunung.” QS. Al-Isra’:37

Ayat ini mengajarkan bahwa hasil usaha manusia tetap dalam kuasa Allah. Jika *growth mindset* menomorsatukan usaha diri tanpa menyertakan unsur *tawakal*, maka hal ini bisa menyimpang dari semangat Islam yang menyeimbangkan usaha dan ketundukan kepada takdir.

2) *Social support* tidak selalu bermakna dalam konteks duniawi

Dalam Islam, tidak semua jenis dukungan sosial dianggap sah atau bermanfaat. Dukungan harus berlandaskan nilai syar’i.

الْأَخِلَاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ

“Teman-teman akrab pada hari itu (kiamat) akan menjadi musuh bagi sebagian yang lain, kecuali orang-orang yang bertakwa.” QS. Az-Zukhruf:67

Ayat ini menunjukkan bahwa tidak semua hubungan sosial memberi manfaat di akhirat. Jika *social support* hanya difokuskan pada aspek emosional dan praktis tanpa menyentuh nilai spiritual (takwa), maka kontribusinya terhadap *well-being* akan terbatas hanya pada dunia, tidak mengarah pada kebahagiaan akhirat.

3) *Psychological well-being* bukan selalu indikator ketakwaan

Dalam Islam, orang yang menderita belum tentu tidak sejahtera secara spiritual. Bahkan ujian adalah bentuk cinta Allah.

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبُاسَاءُ وَالضَّرَاءُ
وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

“Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana orang-orang sebelum kamu?”. QS. Al-Baqarah: 214

Allah menguji manusia dengan penderitaan agar mereka lebih dekat pada-Nya. Jadi, *psychological well-being* menurut Islam tidak selalu identik dengan rasa bahagia atau bebas stres, melainkan kedekatan dengan Allah.

Temuan penelitian tentang pentingnya *growth mindset* dan *social support* bagi *psychological well-being* sejalan dengan semangat Islam dalam banyak aspek, terutama soal usaha, ketangguhan mental, dan pentingnya komunitas yang saling mendukung.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Tingkat *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang berada dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa para penyandang disabilitas dalam komunitas tersebut mampu menjalani kehidupan yang bermakna, memiliki tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, serta mampu menerima diri dan mengelola lingkungan mereka dengan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun menghadapi berbagai tantangan fisik dan sosial, para penyandang disabilitas mampu mempertahankan kesejahteraan psikologis yang baik.

Tingkat *growth mindset* dan *social support* yang dimiliki oleh penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang juga berada dalam kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa individu-individu dalam komunitas tersebut memiliki pola pikir yang meyakini bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat terus berkembang melalui usaha dan pembelajaran, serta mereka merasakan adanya dukungan yang cukup baik dari lingkungan sosial seperti keluarga, teman, dan komunitas. Tingkat sedang pada dua faktor ini menunjukkan bahwa para penyandang disabilitas memiliki fondasi internal dan eksternal yang cukup kuat untuk bertumbuh dan bertahan dalam menghadapi hambatan hidup.

Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa *growth mindset* dan *social support* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas di komunitas disabilitas Klojen Kota Malang. *Growth mindset* dan *social support* berperan dalam meningkatkan *psychological well-being* penyandang disabilitas, meskipun besarnya kontribusi yang diberikan termasuk dalam kategori sedang. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa *psychological well-being* dapat ditingkatkan melalui *growth mindset* serta *social support* yang memadai.

Secara simultan, *growth mindset* dan *social support* memiliki pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being*, dengan nilai sebesar 52,4%. Artinya variabel *psychological well-being* pada penyandang disabilitas dapat dijelaskan oleh kombinasi *growth mindset* dan *social support*, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor eksternal lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa para penyandang disabilitas memiliki tingkat *psychological well-being* yang cukup baik meskipun menghadapi tantangan.

Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tidak hanya berfokus pada pengembangan *growth mindset* tetapi juga penguatan sistem *social support*, guna mendorong peningkatan *psychological well-being* penyandang disabilitas secara lebih optimal dan berkelanjutan, dengan kata lain, ketika penyandang disabilitas diberdayakan secara personal melalui *growth mindset*, dan secara sosial melalui *social support* yang kuat, maka mereka

memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk menjalani hidup dengan penuh makna, kemandirian, dan rasa puas terhadap diri sendiri.

B. Saran

1. Bagi Penyandang disabilitas

Penyandang disabilitas disarankan untuk aktif mengikuti pelatihan atau kegiatan komunitas yang memfasilitasi pengembangan pola pikir positif dan penguatan relasi sosial. Penyandang disabilitas diharapkan membuat target pengembangan diri secara berkala (misalnya bulanan), dan terbuka untuk mencoba metode baru dalam belajar dan bersosialisasi, sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

a. Penyandang Tunanetra

Disarankan untuk mengikuti program keterampilan sensorik seperti pelatihan komputer bicara atau pelatihan mobilitas mandiri. Selain itu, mereka dapat bergabung dalam kelompok diskusi atau *peer-support* berbasis audio untuk memperluas jaringan sosial dan menguatkan rasa percaya diri.

b. Penyandang Tunarungu

Didorong untuk aktif mengikuti pelatihan bahasa isyarat dua arah (komunikasi dengan orang non-disabilitas), serta bergabung dalam komunitas kreatif visual seperti menggambar atau menulis. Dengan demikian, *growth mindset* dapat berkembang melalui pengalaman baru, dan *support* dari komunitas akan semakin dirasakan.

c. Penyandang Tunawicara

Disarankan untuk menggunakan media ekspresi alternatif seperti menulis atau teknologi bantu (contoh: aplikasi teks-ke-suara), serta aktif dalam kegiatan literasi atau edukasi digital. Penyandang tunawicara juga dapat membuat komunitas daring untuk saling berbagi strategi komunikasi yang efektif.

d. Penyandang Tunadaksa

Dapat mengikuti pelatihan keterampilan kerja atau kewirausahaan sesuai kondisi fisik mereka, seperti kerajinan tangan atau bisnis daring. Selain itu, penting bagi mereka untuk aktif berinteraksi sosial agar memperkuat dukungan emosional dan meningkatkan keberdayaan diri.

2. Bagi Keluarga dan Orang Terdekat

Keluarga dan orang terdekat disarankan untuk secara aktif memberikan penguatan verbal yang positif dan mendorong penyandang disabilitas dalam mencapai target harian atau mingguan. Selain itu, keluarga juga bisa mengikuti pelatihan parenting atau pendampingan psikososial untuk memahami cara membentuk *growth mindset* dan meningkatkan *social support* yang sesuai dengan karakteristik disabilitas anggota keluarganya.

3. Bagi Lembaga Komunitas dan Layanan Sosial

Lembaga disarankan menyusun program pelatihan pengembangan *growth mindset* seperti *workshop* “Mengenali Potensi Diri” atau

“Belajar dari Kegagalan,” yang disesuaikan dengan jenis disabilitas (misalnya format audio untuk tunanetra, visual untuk tunarungu). Selain itu, disarankan membuat kelompok dukungan sebaya (*peer support group*) untuk memfasilitasi *social support* antar penyandang disabilitas dan menyediakan mentor sebagai *role model* dari sesama difabel yang berhasil mengembangkan *psychological well-being*.

4. Bagi Masyarakat Umum

Masyarakat disarankan terlibat aktif dalam kampanye inklusi sosial, seperti pelatihan sadar disabilitas di lingkungan RT/RW, sekolah, atau tempat ibadah. Bentuk dukungan operasional lainnya seperti memberikan akses transportasi yang ramah disabilitas, menciptakan ruang publik inklusif, serta menyapa atau mengajak komunikasi aktif dapat membangun *social support* yang langsung berdampak pada kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model intervensi berbasis *growth mindset* atau *social support*, misalnya dengan menggunakan pendekatan program pelatihan, pelibatan keluarga, atau pendekatan komunitas. Selain itu, penting untuk mengeksplorasi variabel lain seperti *self-efficacy*, *resilience*, dan *coping strategy* guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif dalam meningkatkan *psychological well-being* penyandang disabilitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anda, R., Sosial, P. D., & Well-being, P. (2024). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MELALUI SELF - ESTEEM PADA MAHASISWA BARU INSTITUT AGAMA ISLAM PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI PASCASARJANA UNIVERSITAS MEDAN AREA MEDAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MELALUI SELF - ESTEEM* Diajukan Sebagai .
- Andnini, R. (2023). *PENGARUH GROWTH MINDSET TERHADAP KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF YANG DIMEDIASI RASA SYUKUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KOTA BANDUNG* Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 51–52.
- Angela, F. (2021). Gambaran Psychological Well-Being Pada Penyandang Disabilitas Perempuan Yang Bekerja. *Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya*.
- Ashar, D., Ashila, B. I., Pramesa, G. N., Saadah, N., & Ayatullah. (2019). *PANDUAN PENANGANAN PERKARA PENYANDANG DISABILITAS BERHADAPAN DENGAN HUKUM*. Masyarakat pemantau pengadilan indonesia fakultas hukum universitas indonesia (MaPPI FHUI) bekerja sama dengan Australia Indonesia Partnership for Justice 2 (AIPJ 2).
- Bella, M., & Maichal. (2018). Pengaruh Mindset , Kepemimpinan, dan Nilai Keluarga Terhadap Budaya Organisasi Perusahaan Keluarga. *DeReMa Jurnal*

Manajemen, 13(1), 121–138.

Bernecker, & Job, V. (2019). Mindset Theory. *Social Psychology in Action: Evidence-Based Interventions from Theory to Practice*.

Chan, david. W., Sun, X., & Chan, L. K. (2022). Domain-Specific Growth Mindsets and Dimensions of Psychological Well-Being Among Adolescents in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 17, 1137–1156.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11482-020-09899-y>

Chen, S., Ding, Y., & Liu, X. (2021). *Development of the growth mindset scale: evidence of structural validity, measurement model, direct and indirect effects in Chinese samples*. 42, 1712–1726.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12144-021-01532-x>

Cicognani, E. (2011). Coping Strategies With Minor Stressors in Adolescence: Relationships With Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3), 559–578.
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00726.x>

Dayanti, F., & Pribadi, F. (2022). SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Humaniora Dukungan Sosial Keluarga Penyandang Disabilitas dalam Keterbukaan Akses Pendidikan. 46 | *Sosiohumaniora*, 8(1), 46–53.

Dweck, C., Nguyen, A., & Staff, H. (2016). *What Having a “Growth Mindset” Actually Means What Having a “Growth Mindset” Actually Means / Reprint H02LQX*. 7–10.

- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*.
<https://psycnet.apa.org/record/2006-08575-000>
- Dweck, C. S. (2009). *MINDSETS: DEVELOPING TALENT THROUGH A GROWTH MINDSET*. 1–6.
- Dweck, C. S. (2016). The New Psychology of Success. In *Random House*.
- Dweck, C. S., & Yeager, D. . (2020). What Can Be Learned from Growth Mindset Controversies? *The American Psychologist*.
<https://doi.org/10.1002/9780470373699.speced0116>
- Fadhillah, F. R. (2018). PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MUSLIM PENYANDANG DISABILITAS NETRA. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Fitri, S., Luawo, M. I. R., & Noor, R. (2017). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Laki-Laki di SMA Negeri Se-Dki Jakarta. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 50. <https://doi.org/10.21009/insight.061.05>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete SPSS 23*.
- Ibnu Kathir, I. ad-D. A. al-F. I. I. A. (2018). A compilation of the Abridged Tafsir Ibn Kathir Volumes 1 - 10. In The English Language with Arabic Verses. *Tafseer*, 10, 1000.
- Jarmitia, S.-, Sulistiyani, A.-, Yulandari, N.-, Tattar, F. M., & Santoso, H.-. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik Di Slb Kota Banda Aceh. *Psikoislamedia* :

Jurnal Psikologi, 1(1), 61–69.

<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1483>

Kanwal, H., & Mustafa, N. (2016). Psychological well-being and quality of life among physically disabled and normal employees. *Pak Armed Forces Medical Journal*, 66(5), 710–714.

Khoirunnisa, A., & Dewi Rosiana. (2023). Pengaruh Perceived Social Support terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(2), 874–881.
<https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i2.7404>

Kurniati, D., Maputra, Y., Sari, L., Mafaza, Purna, R. S., & Armalita, R. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being pada Pengangguran Terdidik. *Jurnal Psibernetika*, 16(1), 1–8.
<https://doi.org/10.30813/psibernetika>

Kurniawan, S. R., & Eva, N. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 152–162.

Lisnawati, L., & Al Rahmah, I. A. D. (2019). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Spiritualitas Siswa Di Lembaga Pendidikan Berbasis Agama Pesantren Dan Non Pesantren. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 190.
<https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1499>

Muhammad Ardhillah. (2024). *Literatur Review: Sumbangsih Growth Mindset Terhadap Academic Grit. 2007*, 517–531.

- Nick, E. A., Cole, D. A., Cho, S.-J., Smith, D. k, Carter, T. G., & Zelkowitz, R. L. (2018). The Online Social Support Scale: Measure development and validation. *Psychol Assess*, 1127–1143. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/pas0000558>
- Ningsih, F., & Susanti, S. S. (2019). Psychological Well-Being Pada Penyandang Disabilitas Fisik Physicological Well-Being of Physical Disability People. *Jurnal Imiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syah Kuala*, IV(1), 87–94. <http://jim.unsyiah.ac.id/FKep/issue/view/449>
- Panggabean, N. H. (2022). *Kepuasan Kerja Terhadap Stres Kerja Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (Hpi) Tesis Oleh : Nadhirotul Husnah Panggabean Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area Medan Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (Hpi) Te*. 1–65.
- Papalia, D. (2014). *Experience Human Development*. McGraw-Hill Education, 2014. <https://doi.org/{https://books.google.co.id/books?id=On5zCgAAQBAJ}>
- Prabowo, A. (2016). *KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA DI SEKOLAH*. 04(02), 246–260.
- Priyatno, D. (2018). *SPSS: panduan mudah olah data bagi mahasiswa dan umum (Cet. I)*.
- Purwaningsih, I. E., Sugiarto, R., & Budiarto, S. (2023). Kesejahteraan psikologis dalam hubungannya dengan kecemasan dan dukungan sosial.

SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora, 9(1), 1–16.

<https://doi.org/10.30738/sosio.v9i1.13427>

Putra, C. H., & Novitasari, R. (2018). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Acceptance of Dissability pada Tuna Daksa. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(1), 18–25.

<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/17382%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/download/17382/8648>

Putri, Y. B. A., & Royanto, L. R. M. (2021). Growth mindset, instructors scaffolding, dan self-regulated learning pada pembelajaran jarak jauh selama pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Ulayat*.

<https://doi.org/10.24854/jpu167>

Putriyani, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran Dukungan Suami bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnalis Perempuan. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 35–45. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.630>

Rahma, A. A., & Izza, S. A. (2024). Pengaruh Growth Mindset terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP di Era VUCA.

[https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.12\(10\).5595-03](https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.12(10).5595-03)

Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2024). Dampak Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Penyandang Disabilitas. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 4(2), 56–70.

<https://doi.org/10.57094/jubikon.v4i2.1999>

Rahmania, A. M., & Utami, D. N. (2024). Gambaran Growth Mindset pada Siswa

- Pesisir Surabaya. *Insight: Jurnal Pemikiran* ..., 20(1), 30–43.
<http://ejurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/INSIGHT/article/view/2012%0A>
<http://ejurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/INSIGHT/article/download/2012/743>
- Rahmania, A., Triwahyuni, A., & Kadiyono, A. L. (2022). Validitas Konstruk Growth Mindset Scale: Versi Bahasa Indonesia Construct Validity of Growth Mindset Scale: Indonesian Version. *Jurnal Psikologi*, 18(2).
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.16925>
- Ramadhani, T., Djunaedi, D., & Sismiati S., A. (2016). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL-BEING) SISWA YANG ORANGTUANYA BERCERAI (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108. <https://doi.org/10.21009/insight.051.16>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

- Ryff, Keyes, & Shmotkin. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Santicha, A. (2024). *Pengaruh acculturative stress, growth mindset , dan religiusitas terhadap psychological well-being mahasiswa rantau universitas x di jakarta.*
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychological Interactions*. JOHN WILEY & SONS, INC.
- Shihab, M. Q. (2005). TAFSIR AL-MISHBAH Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an Oleh: M. QURAISH SHIHAB. In *Lentera Hati*.
- Song, L., & Son, J. (2011). *Social Support*. 42.
- Srihastuti, E., & Wulandari, F. (2021). Urgensi Growth Mindset Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Di Masa Pandemi Covid 19. *Widya Genitri : Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama Dan Kebudayaan Hindu*, 12(2), 157–165. <https://doi.org/10.36417/widyagenitri.v12i2.431>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. (p. 334).
- Supanji, T. H. (2023). *Pemerintah Penuhi Hak Penyandang Disabilitas di Indonesia*. <https://www.kemenkopmk.go.id/pemerintah-penuhi-hak-penyandang-disabilitas-di-indonesia>
- Tonsing, K., Zimet, G. D., & Tse, S. (2012). Assessing social support among South

- Asians: the multidimensional scale of perceived social support. *Asian Journal of Psychiatry*, 5, 164–168. <https://doi.org/doi:10.1016/j.ajp.2012.02.012>.
- Tristiana, R. D. (2016). Psychological Well Being In Type 2 Diabetes Mellitus Patients In Mulyorejo Public Health Center Surabaya. *Jurnal NERS*, 11(2), 147. <https://doi.org/10.20473/jn.v11i22016.147-156>
- Uchino, B. N., Bowen, K., & Fisher, E. . (2018). *Principles and Concepts of Behavioral Medicine*. Springer, New york, Ny. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-0-387-93826-4_12
- Wahdah, N., Khumas, A., & Fakhri, N. F. (2021). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap inferioritas penyandang disabilitas fisik di balai rehabilitasi sosial penyandang disabilitas fisik wirajaya di Makassar. *Pinisi*, 1(6), 106–111.
- Waterman, A. S., Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Ravert, R. D., & Williams, M. K. (2010). The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being: Psychometric properties, demographic comparisons, and evidence of validity. *Journal of Positive Psychology*, 5(1), 41–61. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17439760903435208>
- Wati, N. ILuh S. W. (2021). *PROFIL GROWTH MINDSET GURU SEKOLAH DASAR DENGAN SISWA INKLUSI DI KECAMATAN KUBUTAMBAHAN DITINJAU DARI STATUS PROFESIONAL, USIA, DAN GENDER*.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological Well Being*. Nova Science Publishers, Inc.
- Widinarsih, D. (2019). Penyandang Disabilitas Di Indonesia: Perkembangan Istilah

Dan Definisi. *Jilid*, 20, 127–142.

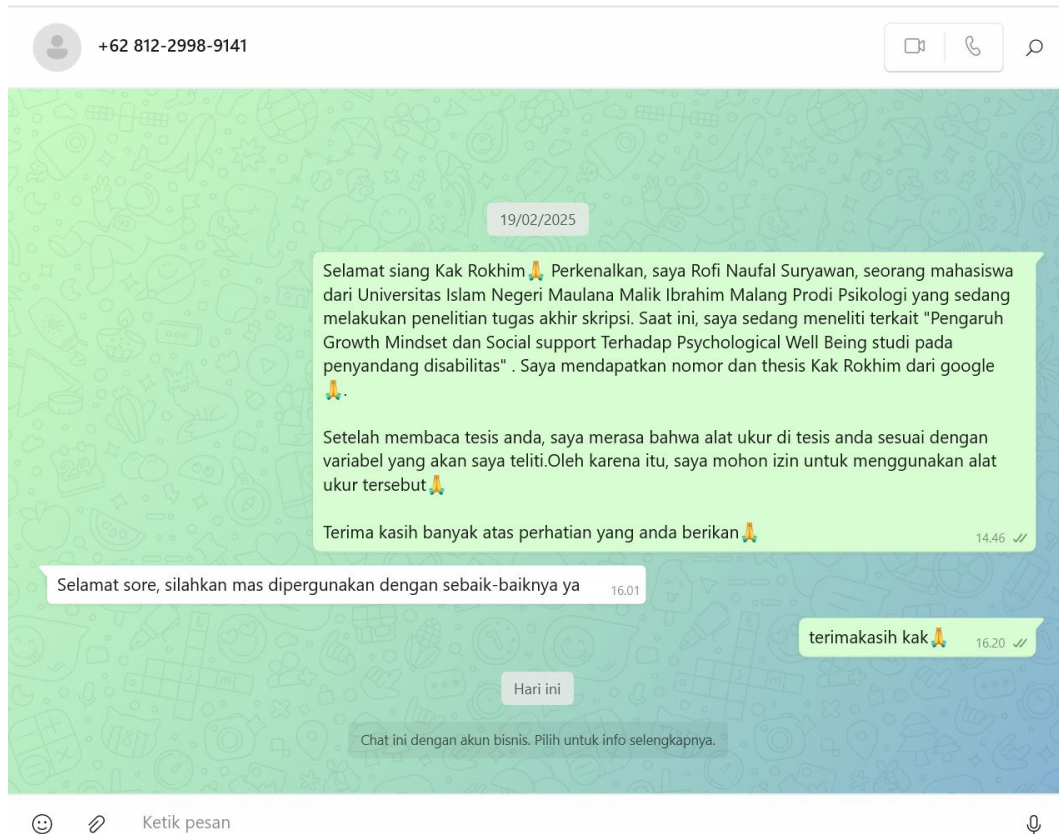
Wijaya, A. P. P., & Fahrul Rozi. (2024). Pengaruh Psychological Well-Being Dan Perceived Social Support Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Perantau. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 200–208.
<https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6325>

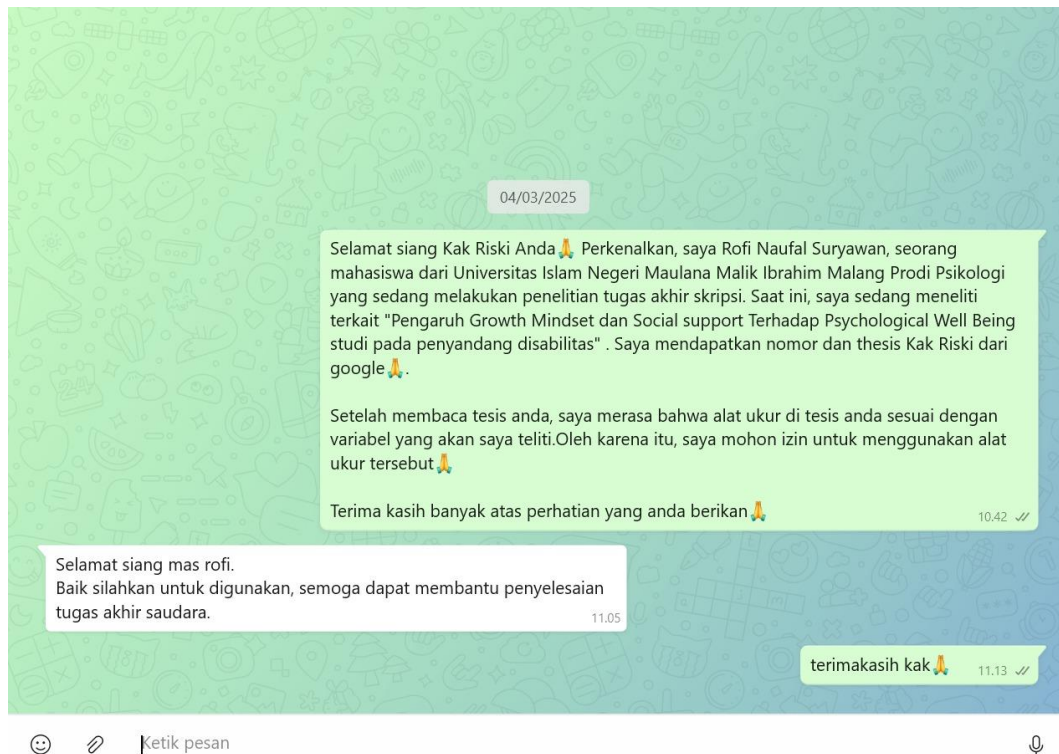
Wills, T. A. (1991). *Social Support and Interpersonal Relationship*. Sage Publications, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/1991-97117-010>

Zimet, G., Dahlem, N. w, Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. 13.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Memakai Skala





Lampiran 2 *Profesional Expert Judgement*

PERSETUJUAN *PROFESSIONAL JUDGEMENT*

Hal : Permohonan Validasi Instrumen Penelitian
Lampiran : 1 Bandel

Yth. Bapak Muhammad Arif Furqon, M.Psi. Psikolog
Di tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,
Sehubungan dengan rencana penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir/skripsi, dengan ini saya :

Nama Lengkap : Rofi Naufal Suryawan
NIM : 210401110201
Program Studi/Fakultas : Fakultas Psikologi
Dosen Pembimbing : Muhammad Arif Furqon, M.Psi. Psikolog
Judul Penelitian : **"Pengaruh *Growth Mindset* dan *Social Support* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Penyandang Disabilitas Di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang"**
Instrumen yang akan divalidasi : 1. Skala *Growth Mindset*
2. Skala *Psychological Well-Being*

Peneliti memerlukan ahli materi untuk memberikan *judgment* (penilaian) terhadap instrument yang telah peneliti rancang. Karena itu, peneliti mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bisa memberikan *judgment* (penilaian) dan saran demi mendapatkan instrument yang layak untuk diterapkan. Dengan itu, bersama dengan lembar ini, saya lampirkan

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Malang, 20 Maret 2025



Rofi Naufal Suryawan
NIM. 210401110201

LEMBAR KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si.

NIP : 197605122003121002

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrument penelitian *Growth Mindset* dan *Psychological Well-Being* yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Pengaruh *Growth Mindset* dan *Social Support* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Penyandang Disabilitas Di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang" yang disusun oleh:

Nama : Rofi Naufal Suryawan

Nim : 210401110201

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan instrumen lembar penilaian tersebut dengan tanda ceklist (✓)

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi
- Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran
- Tidak layak

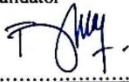
Catatan dan masukan untuk peneliti :

Pertanyaan untuk penyandang
Butuh karena respon sedikit
Difable.

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 20 Maret 2025

Validator



FORMAT VALIDASI INSTRUMEN STATISTIK *GROWTH MINDSET*

Growth mindset adalah pola pikir yang bertumbuh dimana individu percaya bahwa segala sesuatunya dapat diperoleh melalui kerja keras, mau menerima tantangan yang disertai dengan keinginan untuk belajar dari kesulitan atau kegagalan, memiliki sikap yang tabah dan tekun, mampu bersikap positif dan terampil. Dalam penelitian ini, skala *growth mindset* disusun dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Chen (2021) berdasarkan teori *growth mindset* milik Dweck. *Growth mindset* meliputi *motivation*, *attitude*, *challenge*, *grit*, *adversity* dan *positive mindset*. Alat ukur ini di adaptasi dan di modifikasi dari instrument yang dibuat oleh Ayunni Santicha (2024). Skala ini memiliki total item sebanyak 18 item. Berikut adalah table *blueprint* yang menggambarkan variabel *growth mindset*.

Blueprint Skala Growth Mindset

Dimensi	Indikator	No Item	Contoh Item
<i>Motivation</i>	Alasan dari dalam diri	1,18	Belajar bertujuan untuk memperoleh lebih banyak pengetahuan, memperluas keingintahuan dan meningkatkan kemampuan saya.
<i>Attitude</i>	- Keyakinan pada IQ, bakat, prestasi - Bekerja keras	2,3,4	Selama saya belajar dengan giat dan terus berusaha, saya bisa meningkatkan IQ saya dan membuat saya lebih pintar.
<i>Challenge</i>	- Sikap terhadap kesulitan - Sikap terhadap masalah - Sikap terhadap perubahan	5,7,8,9	Saya ingin terus menerima tantangan untuk meningkatkan diri saya.
<i>Grit</i>	- Memiliki sikap gigih - Memiliki sikap tekun	10,12	Usaha pasti akan membawa hasil positif dan keuntungan yang tidak terduga.
<i>Adversity</i>	Sikap terhadap hal yang tidak menyenangkan	13,14,16	Saya bersedia menerima kritik dari orang lain dan saya akan belajar banyak darinya.

<i>Positive Mindset</i>	• Rasa percaya diri • Yakin pada diri sendiri	6*,11*, 15*,17*	Orang-orang berbakat seringkali berhasil tanpa berusaha.
Total		18	

Growth Mindset

No	Aspek	Indikator	Item Asli	Nilai Reliabilitas	Item Modifikasi	Nilai Relevansi				
						1	2	3	4	5
1	<i>Motivation</i>	Alasan dari dalam diri	Tujuan belajar adalah untuk menambah pengetahuan, memperluas wawasan, memuaskan rasa ingin tahu, dan meningkatkan kemampuan.	0.911	Saya belajar untuk meningkatkan kemandirian, memperluas wawasan, dan mengatasi keterbatasan saya.					
			Saya berhasil karena hasil kerja keras, potensi, minat, dan upaya sendiri. Selain itu, saya akan terus mengejar tujuan yang lebih tinggi.		Saya dapat berkembang karena kerja keras, potensi, dan dukungan dari lingkungan yang memahami kebutuhan saya.					
2	<i>Attitude</i>	Keyakinan pada IQ, bakat, prestasi	IQ dan bakat dapat ditingkatkan dengan rajin belajar.	0.911	Kemampuan dan bakat saya dapat berkembang dengan latihan, usaha, dan strategi yang sesuai dengan kondisi saya.					
			Selama saya belajar dengan giat dan terus berusaha, saya bisa meningkatkan IQ saya dan membuat diri saya lebih pintar.		Usaha yang saya lakukan dapat meningkatkan kemampuan dan bakat, terlepas dari keterbatasan yang dimiliki.					
		Bekerja keras	Sepintar apapun saya, saya dapat meningkatkan IQ dengan belajar keras dan membuat diri saya lebih pintar.		Keterampilan dapat meningkat dengan berlatih konsisten dan menggunakan metode yang sesuai dengan kebutuhan saya.					

3	<i>Challenge</i>	Sikap terhadap kesulitan	Saya ingin terus menerima tantangan untuk meningkatkan diri saya.	0.911	Saya siap menghadapi tantangan dan mencari solusi agar bisa mandiri dalam kehidupan sehari-hari.					
			Saya sangat ingin tahu dan senang mencoba hal-hal baru secara terus-menerus, berani menerima hal baru, dan saya akan memulai lagi ketika saya gagal.		Selalu ingin mencoba hal-hal baru meskipun ada hambatan, dan tetap berusaha meskipun mengalami kegagalan.					
		Sikap terhadap masalah	Saya bersedia menghadapi kesulitan, saya tidak takut gagal, saya tidak peduli dengan pendapat orang lain, dan saya akan tekun mencari solusi atas permasalahan yang ada.		Saya percaya bahwa keterbatasan bukanlah hambatan untuk mencapai tujuan, dan saya akan terus mencari solusi terbaik untuk mengatasi kesulitan.					
		Sikap terhadap perubahan	Dalam menghadapi kesulitan, saya yakin bahwa saya akan mampu bekerja tanpa kenal lelah untuk menyelesaikan dan memecahkan masalah.		Saya yakin dapat beradaptasi dengan perubahan dan mencari cara yang sesuai dengan kondisi saya untuk mengatasi tantangan.					
4	<i>Grit</i>	Memiliki sikap gigih	Selama saya tekun, berusaha semaksimal mungkin, dan mencoba segala macam cara, maka tujuan saya akan tercapai.	0.911	Saya akan terus berusaha dan mencari berbagai cara untuk mencapai tujuan saya, meskipun ada keterbatasan.					

LEMBAR KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog

NIP : 19890602201911201270

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrument penelitian *Growth Mindset* dan *Psychological Well-Being* yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Pengaruh *Growth Mindset* dan *Social Support* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Penyandang Disabilitas Di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang" yang disusun oleh:

Nama : Rofi Naufal Suryawan

Nim : 210401110201

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan instrumen lembar penilaian tersebut dengan tanda ceklist (✓)

- ☐ Layak digunakan untuk mengambil data ranpa revisi
- ☒ Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran
- ☐ Tidak layak

Catatan dan masukan untuk peneliti :

lihat Catatan Dokumentasi.

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, April 2025

Validator

Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog

19890602201911201270

Growth Mindset

No	Aspek	Indikator	Item Asli	Nilai Reliabilitas	Item Modifikasi	Nilai Relevansi				
						1	2	3	4	5
1	Motivation	Alasan dari dalam diri	Tujuan belajar adalah untuk menambah pengetahuan, memperluas wawasan, memuaskan rasa ingin tahu, dan meningkatkan kemampuan.	0,911	Saya belajar untuk meningkatkan kemandirian, ✓ memperluas wawasan, ✓ dan mengatasi keterbatasan saya. ✓ 1,2				✓	
			Saya berhasil karena hasil kerja keras, potensi, minat, dan upaya sendiri. Selain itu, saya akan terus mengejar tujuan yang lebih tinggi.		Saya dapat berkembang karena kerja keras, ✓ potensi ✓ dan dukungan dari lingkungan yang menahani kebutuhan saya. 4,6				✓	
2	Attitude	Keyakinan pada IQ, bakat, prestasi	IQ dan bakat dapat ditingkatkan dengan rajin belajar.		Kemampuan dan bakat saya dapat berkembang dengan latihan, usaha, dan strategi yang sesuai dengan kondisi saya. 7,8				✓	
			Selama saya belajar dengan giat dan terus berusaha, saya bisa meningkatkan IQ saya dan membuat diri saya lebih pintar.		Usaha yang saya lakukan dapat meningkatkan kemampuan (dan) bakat, terlepas dari keterbatasan yang dimiliki. 10				✓	
		Bekerja keras	Sepintar apapun saya, saya dapat meningkatkan IQ dengan belajar keras dan membuat diri saya lebih pintar.		Keterampilan dapat meningkat dengan berlatih konsisten dan menggunakan metode yang sesuai dengan kebutuhan saya. 12					

petarung

674 jkt 301

18-3

18

18.2

3	Challenge	Sikap terhadap kesulitan	Saya ingin terus menerima tantangan untuk meningkatkan diri saya.	Saya siap menghadapi tantangan dan mencari solusi agar bisa mandiri dalam kehidupan sehari-hari.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
---	-----------	--------------------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2042

2. Date

2 weeks

2 sat

	Memiliki sikap tekun	Usaha pasti akan membawa hasil positif dan keuntungan yang tidak terduga.							
5	Adversity	Sikap terhadap hal yang tidak menyenangkan	Jika seseorang mengkritik saya, saya akan menganalisis dan menenangkan diri sendiri dengan serius. Saya bersedia menerima kritik dari orang lain dan saya akan belajar banyak darinya. Ketika teman saya berhasil, saya akan memikirkannya dan menganalisis kondisi serta alasan kesuksesannya dan belajar darinya secara aktif.						
6	Positive Mindset	Rasa percaya diri	Ketika teman saya berhasil, saya akan merasa terancam dan saya akan merasa tidak bahagia serta sedikit cemburu.						
		Yakin pada diri sendiri	Kritik orang lain salah dan tidak berharga, dan mereka tidak suka orang lain mengkritik dirinya sendiri.						
		Orang yang bertakut sering kali berhasil tanpa berusaha.							

FORMAT VALIDASI INSTRUMEN STASTISTIK *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

Psychological Well-Being adalah kondisi dimana individu dapat menerima diri sendiri, mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Dalam penelitian ini, skala *Psychological Well-Being* disusun dengan mengacu pada teori *Psychological Well-Being* milik Ryff (1995). *Psychological Well-Being* meliputi *self-acceptance*, *positive relationship with other people*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth*. Alat ukur ini di adaptasi dan di modifikasi dari instrument yang dibuat oleh Nadhirotul Husnah (2022). Skala ini memiliki total item sebanyak 42 item. Berikut adalah table *blueprint* yang menggambarkan variabel *Psychological Well-Being*.

<i>Blueprint Skala Psychological Well-Being</i>				
Aspek	Indikator	Aitem Pernyataan		Total
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-Acceptance</i>	- Karakteristik individu - aktualisasi diri	6, 12, 24, 42	18, 30, 36	7
<i>Positive Relationship With Other</i>	- Perasaan empati - Membina hubungan hangat	4, 22, 28, 40	10, 16, 34	7
<i>Autonomy</i>	- Mampu mengatur tingkah lakunya - mengevaluasi diri	1, 7, 37	13, 19, 25, 31	7
<i>Environmental Mastery</i>	- Memiliki partisipasi aktif dalam lingkungan - mengelola lingkungan	2, 20, 38	8, 14, 26, 32	7
<i>Purpose in Life</i>	- Menentukan tujuan hidup - mencapai integrasi emosional	11, 29, 35	5, 17, 23, 41	7

<i>Personal Growth</i>	- Mengembangkan potensi - menghadapi tantangan	9, 21, 33	3, 15, 27, 39	7
TOTAL		20	22	42

Psychological Well-Being

No	Aspek	Indikator	Item Asli	Nilai Reliabilitas	Item Modifikasi	Nilai Relevansi				
						1	2	3	4	5
1	Self-Acceptance	Karakteristik individu	Saya merasa percaya diri terhadap diri sendiri	1	0.984					✓
			Saya menyukai semua aspek kepribadian saya	2						✓
			Membandingkan diri dengan teman membuat saya merasa baik tentang diri sendiri	3						✓
			Saya merasa orang lain mendapatkan banyak hal terbaik dalam hidupnya dibandingkan saya	4						✓
			Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri	5						✓
		Aktualisasi diri	Saya senang dengan apa yang sudah terjadi dalam kehidupan saya	6						✓
			Saya merasa kecewa dengan apa yang telah dicapai dalam hidup saya	7						✓
2	Positive Relationship With Other	Perasaan empati	Saya adalah orang yang penyayang dan penuh kasih menurut kebanyakan orang	8	Saya sudah mengungkap kecurigaan Berta dan teman					✓
			Mempertahankan hubungan yang dekat merupakan hal yang membuat frustrasi	9	VF					✓

		Membina hubungan yang hangat	Saya menikmati percakapan dengan anggota keluarga maupun teman	10						✓
			Orang-orang akan menggambarkan saya sebagai orang yang senang atau bersedia membagi waktunya dengan orang lain	11	Saya sudah mendengar teman yang kesal					✓
			Saya dapat mempercayai teman-teman kerja saya	12						✓
			Saya merasa kesepian karena hanya memiliki sedikit teman dekat untuk membagi masalah	13	Saya merasa nyaman mempercayai orang yang mendukung dan memahami keterbatasan saya					✓
			Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat penuh kepercayaan dengan orang lain	14						✓
			Saya mengutarakan pendapat meskipun pendapat tersebut bertentangan dengan kebanyakan orang	15	VF					✓
			Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi oleh orang lain	16	VF					✓
3	Autonomy	Mengatur tingkah laku	Saya mengkhawatirkan apa yang difikirkan orang lain	17						✓
			Saya cenderung terpengaruh oleh orang-orang yang memiliki pendapat kuat	18	VF					✓
				19	VF					✓

4	Environmental Mastery	Mengevaluasi diri	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal yang kontroversi	20	VF	Saya sulit menyuarakan pendapat yang rawan menimbulkan konflik						
			Saya menilai diri menurut apa yang saya rasa penting bukan menurut nilai-nilai yang orang lain pikir itu penting	21								✓
			Saya yakin dengan pendapat saya, bahkan jika berlawanan atau bertentangan dengan kesepakatan umum	22								✓
			Saya merasa bertanggung jawab pada kehidupan saya	23								✓
			Saya cukup baik dalam mengatur tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari	24								✓
		Partisipasi aktif dalam lingkungan	Tuntutan hidup sehari-hari sering kali membuat saya tertekan	25	VF							✓
			Saya tidak begitu cocok dengan orang-orang yang ada disekitar saya	26	VF							✓
			Saya merasa kewalahan dengan tanggung jawab	27	VF							✓
			Saya mampu membangun gaya hidup sesuai apa yang saya sukai	28								✓
			Saya kesulitan mengatur hidup yang bisa memuaskan saya	29	VF							✓
5	Purpose in Life	Menentukan tujuan hidup	Saya memiliki arah dan tujuan hidup	30	VF							✓
			Saya memiliki tujuan hidup yang terarah	31								✓
				32								✓

→ Sup. hrs. mampu-bukan ngapau - untuk konflik

6	Personal Growth	Mencapai integrasi emosional	Saya merasa kurang memikirkan masa depan	33	VF							✓
			Kegiatan sehari-hari saya terlihat seperti punya produktivitas	34								✓
			Saya tidak memahami dengan baik apa yang ingin dicapai dalam hidup saya	35								✓
			Saya senang membuat rencana masa depan untuk berusaha mewujudkannya	36								✓
			Saya merasa hampa dengan tidak melakukan banyak hal dalam hidup	37								✓
		Mengembangkan potensi	Saya merasa telah banyak mengembangkan diri selama ini	38	VF							✓
			Hidup adalah proses belajar, berubah, dan tumbuh secara terus menerus	39								✓
			Saya tidak tertarik dengan kegiatan yang dapat memperluas wawasan saya	40	VF							✓
			Saya belum benar-benar mengalami perbaikan secara pribadi selalu baik	41								✓
			Saya tidak menikmati berada dalam situasi baru yang menuntut untuk mengubah cara-cara lama yang sudah biasa	42	VF							✓
		Menghadapi tantangan	Saya rasa penting untuk menghadapi hal-hal baru yang menantang cara berfikir tentang diri dan dunia	43								✓

Ort mengungkap potensi diri

Lampiran 3 Informed Consent dan Daftar Nama

Informed Consent

Judul Penelitian:
Pengaruh *Growth Mindset* dan *Social Support* terhadap *Psychological Well-Being* pada Penyandang Disabilitas di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang

Nama Peneliti:
Rofi Naufal Suryawan
NIM.210401110201
Mahasiswa Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Penjelasan Penelitian

Saya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang melakukan penelitian sebagai bagian dari tugas akhir (skripsi) untuk memperoleh gelar sarjana psikologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *growth mindset* dan *social support* terhadap *psychological well-being* pada penyandang disabilitas.

Penelitian ini akan dilakukan dengan cara mengisi kuesioner yang berisi pernyataan mengenai persepsi Anda terhadap kehidupan, pola pikir, serta dukungan sosial yang Anda terima.

Kerahasiaan Data

Seluruh informasi yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data Anda tidak akan dipublikasikan dalam bentuk yang dapat mengidentifikasi identitas pribadi.

Partisipasi Sukarela

Keikutsertaan Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela. Anda berhak untuk tidak menjawab pertanyaan yang dirasa tidak nyaman dan berhak mengundurkan diri kapan pun tanpa adanya konsekuensi apa pun.

Keuntungan dan Risiko

Penelitian ini tidak memberikan keuntungan secara langsung. Penelitian ini tidak mengandung risiko fisik maupun psikologis yang signifikan.

Pernyataan Persetujuan

Saya menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami informasi di atas. Saya bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini secara sukarela.

Nama Partisipan:

Jenis Disabilitas:

Daftar Nama

Nama	Hadir
Azzam	
Erna	
Iwan	
Iva	
Dita	
Reva	
Salman	
Defi	
Jihan	
Ella	
Rasyid	
Dika	
Alvin	
Lingga	
Dianto	
Galih	
Ester	
Mitha	
Alycia	
Baihaqi	
Syakira	
Pak kadir	
Ryan	
Fandy	
Ainun	
Arief	
Rara	
Hisyam	
Iyan	
Felix	
Irsyat	
Yusman	
zidane	
Noufal	
Yusuf	
Chantika	
Albert	
Faiz	
Irham	
Adrian	
Ajeng	
Lutfi	
Satrio	
Ovi	
Lukman	
Surya	

Lampiran 4 Skala Item

1. Skala Item *Growth Mindset*

Petunjuk Pengisian

Bacalah pernyataan berikut secara teliti dan seksama. Pilihlah opsi pernyataan yang sesuai dengan keadaan Anda secara objektif yang mewakili diri Anda. Adapun pilihan yang tersedia yaitu:

- SS = Sangat Setuju
S = Setuju
TS = Tidak Setuju
STS = Sangat Tidak Setuju

Apakah sudah dipahami? Mari kita lanjutkan. Semangat dalam mengisi

Growth Mindset

Pertanyaan	SS	S	TS	STS
Saya belajar untuk meningkatkan kemandirian				
Saya belajar untuk memperluas wawasan				
Saya belajar untuk mengatasi keterbatasan saya				
Saya dapat berkembang karena kerja keras				
Saya dapat berkembang karena potensi saya				
Saya dapat berkembang karena dukungan dari lingkungan yang memahami kebutuhan saya				
Kemampuan dan bakat saya dapat berkembang dengan latihan				
Kemampuan dan bakat saya dapat berkembang dengan strategi yang sesuai dengan kondisi saya				
Usaha yang saya lakukan dapat meningkatkan kemampuan saya, terlepas dari keterbatasan yang dimiliki				
Usaha yang saya lakukan dapat meningkatkan bakat saya, terlepas dari keterbatasan yang dimiliki				
Keterampilan dapat meningkat dengan berlatih konsisten yang sesuai dengan kebutuhan saya				
Keterampilan dapat meningkat dengan menggunakan metode yang sesuai dengan kebutuhan saya				
Saya siap mencari solusi agar bisa mandiri dalam kehidupan sehari-hari				
Saya percaya bahwa keterbatasan bukanlah hambatan untuk mencapai tujuan				
Saya mencari cara yang sesuai dengan kondisi saya untuk mengatasi tantangan				

Saya akan terus berusaha mencari berbagai cara untuk mencapai tujuan saya, meskipun ada keterbatasan				
Ketekunan diyakini akan membawa hasil yang baik bagi perkembangan diri saya				
Saya menggunakan kritik untuk memperbaiki diri				
Saya belajar dari pengalaman orang lain dan menyesuaikannya dengan kondisi saya agar bisa berkembang lebih baik				
Saya merasa terinspirasi ketika melihat orang lain berhasil				
Saya bisa menerima kritik dari orang lain				
Saya menghadapi tantangan untuk berkembang lebih jauh				

2. Skala Item *Social Support*

Petunjuk Pengisian

Bacalah pernyataan berikut secara teliti dan seksama. Pilihlah opsi pernyataan yang sesuai dengan keadaan Anda secara objektif yang mewakili diri Anda. Adapun pilihan yang tersedia yaitu:

- SS = Sangat Setuju
 S = Setuju
 TS = Tidak Setuju
 STS = Sangat Tidak Setuju

Apakah sudah dipahami? Mari kita lanjutkan. Semangat dalam mengisi

Social Support

Pertanyaan	SS	S	TS	STS
Keluarga saya benar-benar berusaha membantu saya				
Saya mendapatkan bantuan dan dukungan secara emosional yang saya butuhkan dari keluarga saya				
Saya dapat membicarakan masalah saya dengan keluarga saya				
Keluarga saya bersedia membantu saya dalam membuat keputusan				
Teman-teman saya benar-benar berusaha membantu saya				
Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika ada masalah				
Saya punya teman yang dapat saya ajak berbagi suka dan duka				
Saya dapat membicarakan masalah saya dengan teman-teman saya				
Ada orang istimewa yang ada disisi saya ketika saya sedang membutuhkan				
Ada orang istimewa yang dengannya saya bisa berbagi suka dan duka				
Saya memiliki orang yang istimewa yang menjadi tempat ternyaman bagi saya				
Ada orang yang istimewa dalam hidup saya yang peduli dengan perasaan saya				

3. Skala Item *Psychological Well-Being*

Petunjuk Pengisian

Bacalah pernyataan berikut secara teliti dan seksama. Pilihlah opsi pernyataan yang sesuai dengan keadaan Anda secara objektif yang mewakili diri Anda. Adapun pilihan yang tersedia yaitu:

- SS = Sangat Setuju
 S = Setuju
 TS = Tidak Setuju
 STS = Sangat Tidak Setuju

Apakah sudah dipahami? Mari kita lanjutkan. Semangat dalam mengisi

Psychological Well Being

Pertanyaan	SS	S	TS	STS
Saya merasa percaya diri terhadap diri sendiri				
Membandingkan diri dengan teman membuat saya merasa baik tentang diri sendiri				
Saya merasa orang lain mendapatkan banyak hal terbaik dalam hidupnya dibandingkan saya				
Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap orang lain terhadap diri mereka sendiri				
Saya senang dengan apa yang saya alami dalam kehidupan saya				
Saya selalu menanyakan kabar saat bertemu teman				
Mempertahankan hubungan yang dekat merupakan hal berat bagi saya				
Saya menikmati percakapan dengan anggota keluarga				
Saya selalu membantu teman yang kesusahan				
Saya merasa kesepian karena hanya memiliki sedikit teman dekat untuk membagi masalah				
Banyak teman saya yang tidak percaya dengan kemampuan yang saya miliki				
Saya mengutarakan pendapat meskipun pendapat tersebut bertentangan dengan kebanyakan orang				
Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi oleh orang lain				
Saya cenderung berperilaku sesuai dengan bagaimana orang lain menilai saya				
Saya enggan menyuarakan pendapat yang berpotensi menimbulkan konflik				

Saya menilai diri menurut apa yang saya rasa penting bukan menurut nilai-nilai yang orang lain pikir itu penting				
Saya yakin dengan pendapat saya, bahkan jika bertentangan dengan kesepakatan umum				
Saya merasa bertanggung jawab pada kehidupan saya				
Saya cukup baik dalam mengatur tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari				
Tuntutan hidup sehari-hari sering kali membuat saya tertekan				
Saya tidak begitu cocok dengan orang-orang yang ada disekitar saya				
Saya merasa kewalahan dengan tanggung jawab				
Saya mampu membangun gaya hidup sesuai apa yang saya sukai				
Saya tidak memahami dengan baik apa yang ingin dicapai dalam hidup saya				
Saya merasa hampa dengan tidak melakukan banyak hal dalam hidup				
Saya tidak tertarik dengan kegiatan yang dapat memperluas wawasan saya				
Saya belum mengalami perbaikan secara pribadi				
Saya belum siap berada dalam situasi baru yang menuntut untuk mengubah cara-cara lama yang sudah biasa				
Saya bangga dengan kondisi saat ini meskipun membosankan				
Saya tidak suka mencoba hal baru yang diluar kemampuan saya				

Lampiran 5 Uji Validitas

1. Uji Validitas Skala *Growth Mindset*

		Correlations																															
		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X1	
X1	Pearson Correlation	1	400	269	577	661	472	707	472	289	577	365	231	269	667	500	800	269	100	-584	577	577	320	000	200	-984	-105	800	200	000	169	569	
	(X1,X2)		140	267	674	607	475	603	675	297	624	145	407	297	607	459	1000	267	723	738	574	475	1000	475	738	723	1000	475	1000	500	667		
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X2	Pearson Correlation	400	1	577	269	378	756	707	472	666	577	365	483	269	378	500	800	-269	100	472	000	269	200	000	-400	-584	200	269	200	000	-584	535	
	(X2,X3)		140	140	524	267	165	001	003	075	000	024	145	082	267	165	059	1000	267	723	075	1000	267	475	1000	140	738	475	297	475	1000	738	040
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X3	Pearson Correlation	269	577	1	667	600	764	408	491	667	667	228	574	444	327	577	167	-111	000	-055	111	111	269	167	000	327	269	369	269	111	491	654	
	(X3,X4)		297	324	607	007	010	001	033	063	007	007	013	074	004	334	574	583	693	1000	847	693	693	267	553	1000	234	267	152	297	693	063	068
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X4	Pearson Correlation	577	269	667	1	491	660	612	600	444	722	228	535	667	218	269	111	369	269	-218	444	167	000	369	269	218	000	167	000	444	600	674	
	(X4,X5)		024	297	007	040	063	018	015	018	097	002	413	040	007	435	297	693	152	297	435	697	553	1000	152	297	435	1000	553	1000	097	018	006
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X5	Pearson Correlation	661	378	600	491	1	607	609	339	491	697	491	598	491	655	732	756	055	055	064	-198	491	491	472	-218	169	269	169	218	472	-055	339	665
	(X5,X6)		007	165	018	063	010	079	216	063	063	010	069	847	002	001	847	847	738	483	063	063	475	1000	302	500	302	500	435	075	847	216	007
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X6	Pearson Correlation	472	756	764	600	607	1	535	484	873	873	523	612	491	339	661	-055	-055	189	196	327	327	378	218	-189	250	378	327	378	055	196	753	
	(X6,X7)		075	001	001	018	016	040	081	000	000	045	015	063	216	007	847	847	500	483	234	234	165	435	500	369	165	234	165	847	483	007	
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X7	Pearson Correlation	707	707	408	612	408	535	1	535	612	612	289	327	400	468	354	868	068	354	200	272	272	000	068	000	-200	000	272	000	272	200	586	
	(X7,X8)		003	003	013	015	079	040	010	015	015	313	234	131	079	196	810	096	474	326	326	1000	810	1000	474	1000	326	1000	326	474	022		
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X8	Pearson Correlation	472	472	491	600	339	484	535	1	600	600	075	175	491	071	378	-327	218	189	-071	327	055	094	218	094	250	-189	327	094	327	196	509	
	(X8,X9)		075	075	063	018	216	081	040	018	018	791	533	063	800	165	234	435	500	800	234	847	738	435	738	369	500	234	738	234	483	059	
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X9	Pearson Correlation	269	667	667	444	491	873	612	600	1	722	468	595	369	491	218	577	-167	269	327	458	167	269	111	-269	218	269	444	269	167	665		
	(X9,X10)		200	007	007	015	010	010	010	010	010	304	007	040	152	015	424	553	553	297	327	553	553	297	693	297	693	297	693	297	553	847	008
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X10	Pearson Correlation	577	577	667	722	491	873	612	600	722	1	228	312	667	218	577	-167	111	269	055	444	167	269	369	000	218	269	444	269	167	327	724	
	(X10,X11)		024	024	007	002	063	000	015	018	002	413	259	007	435	234	435	693	297	847	097	553	297	152	1000	435	297	297	553	234	002		
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X11	Pearson Correlation	365	365	228	228	598	523	289	075	458	228	1	732	228	598	553	000	158	269	228	458	314	000	079	269	314	-228	314	000	-148	532		
	(X11,X12)		145	145	413	413	019	045	313	791	007	413	040	002	413	019	032	1000	1000	574	279	413	067	251	1000	279	279	251	413	251	1000	595	041
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X12	Pearson Correlation	231	467	579	535	491	612	327	175	535	302	732	1	356	262	321	134	-899	000	175	069	312	231	134	000	262	231	-134	000	312	175	539	
	(X12,X13)		407	062	024	040	069	015	234	533	040	258	002	1	356	262	347	635	752	1000	533	752	258	407	635	1000	345	407	635	1000	539	038	
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X13	Pearson Correlation	269	269	444	667	055	491	408	491	389	667	228	358	1	055	269	-111	167	269	218	111	-167	000	722	269	327	269	111	000	369	218	538	
	(X13,X14)		297	297	067	007	847	063	313	063	152	007	413	192	847	297	693	553	297	435	693	553	1000	002	267	234	267	693	1000	152	435	039	
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X14	Pearson Correlation	661	378	327	218	722	339	468	071	218	218	598	262	055	1	759	327	055	064	071	218	491	189	-218	169	169	189	-055	472	-327	071	486	
	(X14,X15)		007	165	234	435	002	216	079	800	435	435	010	345	847	001	234	847	738	800	435	063	500	435	500	350	500	847	075	234	800	066	
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X15	Pearson Correlation	500	500	577	269	756	661	354	378	577	577	553	231	269	756	1	000	800	200	084	269	269	400	000	100	378	400	269	700	-269	084	656	
	(X15,X16)		058	058	024	297	001	007	198	165	024	024	032	407	297	001	1	1000	1000	475	738	297	297	140	1000	723	165	140	297	004	297	738	000
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X16	Pearson Correlation	000	000	167	111	055	-055	068	-327	-167	-167	000	134	-111	327	000	1	444	269	111	389	000	167	269	055	269	111	269	111	269	111	491	258
	(X16,X17)		1000	1000	553	693	847	810	234	553	553	1000	635	693	234	1000	697	297	435	693	152	1000	553	297	847	297	693	297	693	297	693	063	038
	N		15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
X17	Pearson Correlation	269	-269	-111	389																												

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Uji Validitas Skala *Social Support*

Correlations

	X2.1	X2.2	X2.3	X2.4	X2.5	X2.6	X2.7	X2.8	X2.9	X2.10	X2.11	X2.12	X2
X2.1 Pearson Correlation	1	.847**	.578*	.535*	.099	-.057	-.044	-.148	.231	-.044	.463	.463	.505
Sig. (2-tailed)		.000	.024	.040	.726	.841	.877	.599	.407	.877	.082	.082	.055
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.2 Pearson Correlation	.847**	1	.497	.704**	.374	.205	.231	.130	.381	.014	.610*	.610*	.699**
Sig. (2-tailed)	.000		.059	.003	.170	.464	.408	.644	.161	.959	.016	.016	.004
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.3 Pearson Correlation	.578*	.497	1	.681**	-.059	.288	-.105	-.059	.347	.485	.555*	.555*	.617*
Sig. (2-tailed)	.024	.059		.005	.834	.298	.710	.834	.206	.067	.032	.032	.014
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.4 Pearson Correlation	.535*	.704**	.681**	1	.492	.600*	.327	.185	.577*	.327	.866**	.866**	.884**
Sig. (2-tailed)	.040	.003	.005		.062	.018	.234	.510	.024	.234	.000	.000	.000
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.5 Pearson Correlation	.099	.374	-.059	.492	1	.599*	.866**	.318	.533*	.262	.533*	.533*	.648**
Sig. (2-tailed)	.726	.170	.834	.062		.018	.000	.248	.041	.346	.041	.041	.009
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.6 Pearson Correlation	-.057	.205	.288	.600*	.599*	1	.716**	.599*	.611*	.543*	.611*	.611*	.766**
Sig. (2-tailed)	.841	.464	.298	.018	.018		.003	.018	.016	.037	.016	.016	.001
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.7 Pearson Correlation	-.044	.231	-.105	.327	.866**	.716**	1	.564*	.661**	.464	.378	.378	.633*
Sig. (2-tailed)	.877	.408	.710	.234	.000	.003		.029	.007	.081	.165	.165	.011
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.8 Pearson Correlation	-.148	.130	-.059	.185	.318	.599*	.564*	1	.213	.262	.213	.213	.408
Sig. (2-tailed)	.599	.644	.834	.510	.248	.018	.029		.446	.346	.446	.446	.131
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.9 Pearson Correlation	.231	.381	.347	.577*	.533*	.611*	.661**	.213	1	.661**	.400	.400	.728**
Sig. (2-tailed)	.407	.161	.206	.024	.041	.016	.007	.446		.007	.140	.140	.002
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.10 Pearson Correlation	-.044	.014	.485	.327	.262	.543*	.464	.262	.661**	1	.378	.378	.572*
Sig. (2-tailed)	.877	.959	.067	.234	.346	.037	.081	.346	.007		.165	.165	.026
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.11 Pearson Correlation	.463	.610*	.555*	.866**	.533*	.611*	.378	.213	.400	.378	1	1.000**	.856**
Sig. (2-tailed)	.082	.016	.032	.000	.041	.016	.165	.446	.140	.165		.000	.000
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2.12 Pearson Correlation	.463	.610*	.555*	.866**	.533*	.611*	.378	.213	.400	.378	1.000**	1	.856**
Sig. (2-tailed)	.082	.016	.032	.000	.041	.016	.165	.446	.140	.165	.000		.000
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
X2 Pearson Correlation	.505	.699**	.617*	.884**	.648**	.766**	.633*	.408	.728**	.572*	.856**	.856**	1
Sig. (2-tailed)	.055	.004	.014	.000	.009	.001	.011	.131	.002	.026	.000	.000	
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 6 Uji Reliabilitas

1. Uji Reliabilitas X1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	22

2. Uji Reliabilitas X2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	12

3. Uji Reliabilitas Y

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	30

Lampiran 7 Uji Analisis Deskriptif

1. Uji Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X1	45	44	88	75.98	8.887
X2	45	24	47	38.56	5.168
Y	45	68	110	97.31	9.938
Valid N (listwise)	45				

2. Uji Kategorisasi X1

Kategori1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	8	17.8	17.8	17.8
sedang	28	62.2	62.2	80.0
tinggi	9	20.0	20.0	100.0
Total	45	100.0	100.0	

3. Uji Kategorisasi X2

Kategori2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	4	8.9	8.9	8.9
SEDANG	31	68.9	68.9	77.8
TINGGI	10	22.2	22.2	100.0
Total	45	100.0	100.0	

4. Uji Kategorisasi X3

KategoriY

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	7	15.6	15.6	15.6
Sedang	30	66.7	66.7	82.2
Tinggi	8	17.8	17.8	100.0
Total	45	100.0	100.0	

Lampiran 8 Normalitas

1. Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		45
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.85922429
Most Extreme Differences	Absolute	.102
	Positive	.057
	Negative	-.102
Test Statistic		.102
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Linearitas Deviation X1 Terhadap Y

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological well being * Growth Mindset	Between Groups	(Combined)	2087.344	23	90.754	.844	.655
		Linearity	1094.601	1	1094.601	10.179	.004
		Deviation from Linearity	992.744	22	45.125	.420	.976
	Within Groups		2258.300	21	107.538		
	Total		4345.644	44			

3. Uji Linearitas Deviation X2 Terhadap Y

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological well being * Social Support	Between Groups	(Combined)	2901.680	15	193.445	3.885	.001
		Linearity	1399.096	1	1399.096	28.099	.000
		Deviation from Linearity	1502.584	14	107.327	2.156	.039
	Within Groups		1443.964	29	49.792		
	Total		4345.644	44			

4. Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Growth Mindset	.991	1.009
	Social Support	.991	1.009

a. Dependent Variable: Psychological well being

5. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	14.752	7.339		2.010	.051
	Growth Mindset	-.082	.076	-.162	-1.070	.291
	Social Support	-.088	.131	-.102	-.673	.504

a. Dependent Variable: ABS_RES

Lampiran 9 Koefisien

1. Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.724 ^a	.524	.501	7.021

a. Predictors: (Constant), Social Support, Growth Mindset

2. Hasil Sumbangan Efektif

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.724 ^a	.524	.501	7.021

a. Predictors: (Constant), Social Support, Growth Mindset

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	20.143	11.521		1.748	.088
	Growth Mindset	.505	.120	.451	4.217	.000
	Social Support	1.007	.206	.524	4.895	.000

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

Correlations

		Growth Mindset	Social Support	Psychological Well Being
Growth Mindset	Pearson Correlation	1	.097	.502**
	Sig. (2-tailed)		.527	.000
	N	45	45	45
Social Support	Pearson Correlation	.097	1	.567**
	Sig. (2-tailed)	.527		.000
	N	45	45	45
Psychological Well Being	Pearson Correlation	.502**	.567**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	45	45	45

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Variabel	Standardized Coefficient (Beta)	Koefisien Korelasi	R Square (%)				
Growth Mindset	0,451	0,502	52.4%				
Social Support	0,524	0,567					
Rumus SE					SE	Nilai %	
SE(X)%=Beta x Koefisien Korelasi x100					X1	22,6402	
					X2	29,7108	
					R SQUARE	52,351	
Rumus SR					SR	Nilai %	
SR(X)%=SE(X)%/R Square					X1	0,432469	
					X2	0,567531	
					TOTAL	1	

3. Uji F dan T

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Social Support, Growth Mindset ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.724 ^a	.524	.501	7.021

a. Predictors: (Constant), Social Support, Growth Mindset

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2275.490	2	1137.745	23.083	.000 ^b
	Residual	2070.154	42	49.289		
	Total	4345.644	44			

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

b. Predictors: (Constant), Social Support, Growth Mindset

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	20.143	11.521	1.748	.088
	Growth Mindset	.505	.120	.451	.000
	Social Support	1.007	.206	.524	.000

a. Dependent Variable: Psychological Well Being