

**HUBUNGAN ANTARA *GROWTH MINDSET* DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS YANG DI MODERATORI
OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWA RANTAU**

TESIS



Oleh:

Elma DwiAna

230401210001

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2025

**HUBUNGAN ANTARA GROWTH MINDSET DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS YANG DI MODERATORI
OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWA RANTAU**

TESIS

Ditujukan kepada

Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

Gelar Magister Psikologi (M.Psi)

Oleh:

Elma DwiAna

NIM: 230401210001

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

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA GROWTH MINDSET DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS YANG DI MODERATORI OLEH DUKUNGAN SOSIAL
PADA MAHASISWA RANTAU**

TESIS

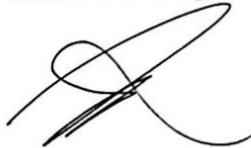
Oleh:

Elma DwiAna

NIM: 230401210001

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing 1



Prof. Dr. Ali Ridho, M.Si
NIP. 197804292006041001

Dosen Pembimbing 2



Dr. FATHUL LUBABIN NUQUL, M.Si
NIP. 197605122003121002

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA GROWTH MINDSET DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
YANG DI MODERATORI OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWA RANTAU

Oleh:
Elma DwiAna
NIM. 230401210001

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 31 Desember 2025

Susunan Dewan Penguji

Penguji Utama



Prof. Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si
NIP. 197008132001121001

Ketua Penguji



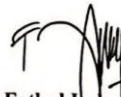
Dr. Mualifah, MA
NIP. 198505142019032008

Dosen Pembimbing 1



Prof. Dr. H. Ali Ridho, M. Si
NIP. 197804292006041001

Dosen Pembimbing 2



Dr. Fathul Lubabin Nugul, M. Si
NIP. 197605122003121002

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi
Tanggal, 31 Desember 2025

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 196710291994032001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elma DwiAna
NIM : 230401210001
Program Studi : Magister Psikologi
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul “Hubungan Antara *Growth Mindset* Dan Kesejahteraan Psikologis Yang Di Moderatori Oleh Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau” adalah hasil sendiri dari bagian awal hingga akhir, kecuali kutipan yang diambil sebagai sumber. Kemudian jika suatu 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 dibuat dengan sebenarnya dan apa adanya, apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang,
Peneliti



Elma DwiAna
Elma DwiAna
NIM. 230401210001

MOTTO

“seindah apapun kita merencanakan masa depan, tetap sisakan ruang ikhlas bahwa hari esok memang di luar kehendak kita”

PERSEMBAHAN

Tesis ini penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua, ayah saya Alm. Dimyati yang sudah tenang di alam sana dan ibu saya Surasmi yang selalu menemani dan selalu mendoakan keluarganya terlebih kepada anak-anaknya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan baik.
2. Saudara-saudara peneliti, Deni sari putra dan Minci yang selalu memberikan kasih sayang dan dukungan kepada saya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur senantiasa peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan tesis ini. Sholawat serta salam akan selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya di hari akhir.

Dalam penyusunan penelitian ini, peneliti memperoleh banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Novia Solichah, M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Prodi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Prof. Dr. Ali Ridho, M.Si., selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah banyak memberikan motivasi dan dukungan dalam proses penyusunan penelitian ini.
5. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si. selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah banyak memberikan motivasi dan dukungan dalam proses penyusunan penelitian ini.
6. Kepada sahabat saya Rizky Dwi Agustina, Dewi Maulana Azizah, dan Rifqi Aminul terimakasih selalu mendukung dan menemani saya dalam proses penyusunan penelitian ini

7. Kepada teman-teman magister psikologi angkatan 2023 yang selalu mendukung dan menemani saya dalam penyusunan penelitian ini.
8. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah memberikan informasi, bimbingan dan layanan selama kegiatan perkuliahan.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyusunan penelitian masih terdapat hambatan-hambatan yang lain. Pada akhirnya, peneliti berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan bagi pembaca

Malang,

Peneliti

Elma DwiAna

NIM. 230401210001

DAFTAR ISI

HUBUNGAN ANTARA <i>GROWTH MINDSET</i> DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS YANG DI MODERATORI OLEH DUKUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWA RANTAU	1
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL	13
Abstrak	15
BAB I.....	18
PENDAHULUAN	18
A. Latar Belakang.....	18
B. Rumusan Masalah	28
C. Tujuan Masalah.....	28
A. Kesejahteraan psikologis.....	29
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	29
2. Aspek kesejahteraan psikologi.....	30
3. Faktor kesejahteraan psikologi.....	33
B. <i>Growth Mindset</i>.....	34
1. Pengertian <i>Growth Mindset</i>	34
2. Ciri-ciri <i>Growth Mindset</i>	36
3. Aspek-aspek <i>Growth Mindset</i>	37
C. Dukungan Sosial.....	38
1. Pengertian Dukungan Sosial	38
2. Aspek-aspek dukungan sosial	39
3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	41
D. KERANGKA BERFIKIR.....	42
E. HIPOTESIS	44

BAB III.....	45
METODE PENELITIAN	45
A. Rancangan Penelitian	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	46
C. Definisi Operasional.....	47
D. Populasi Dan Sampel	48
1. Populasi	48
2. Sampel.....	48
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	49
F. Validitas dan Realibilitas	55
1. Bukti Validitas	55
2. Estimasi Realibilitas.....	57
3. Analisis Data.....	59
BAB IV	63
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	63
A. PELAKSANAAN PENELITIAN	63
B. Hasil Penelitian.....	66
1. Uji Asumsi Klasik.....	66
2. Analisis Deskriptif.....	70
3. Uji Hipotesis	76
4. Hasil Uji Korelasi	79
C. Pembahasan.....	80
1. Tingkat kesejahteraan psikologi pada mahasiswa rantau dimalang	80
2. Tingkat <i>Growth Mindset</i> Pada Mahasiswa Rantau Dimalang	82
3. Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologi Dan <i>Growth Mindset</i> Pada Mahasiswa Rantau Di Malang	84

4. Hubungan Antara <i>Growth Mindset</i> Dan Kesejahteraan Psikologis Yang Di Moderatori Oleh Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau	87
BAB V	90
PENUTUP.....	90
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN.....	98

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Instrumen Pengumpulan Data	50
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis	52
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Growth Mindset.....	53
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Dukungan Sosial	54
Tabel 3. 5 Daya Beda Item Kesejahteraan Psikologis.....	55
Tabel 3. 6 Daya Beda Item Growth Mindset.....	56
Tabel 3. 7 Daya Beda Item Dukungan Sosial	57
Tabel 3. 8 Nilai Reabilitas	58
Tabel 3. 9 Reabilitas Konsistensi Internal.....	58
Tabel 4. 1 Jumlah Responden Setiap Kampus	64
Tabel 4. 2 Jumlah Responden Yang Berasal Dari Luar Jawa.....	65
Tabel 4. 3 Jumlah Jenis Kelamin.....	65
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	67
Tabel 4. 5 Uji Normalitas Outlier.....	67
Tabel 4. 6 Uji Multikolinieritas	68
Tabel 4. 7 Uji Linieritas	69
Tabel 4. 8 Uji Linieritas	69
Tabel 4. 9 Uji Analisis Deskriptif empiric	70
Tabel 4. 10 Uji Analisis Deskriptif Hipotetik.....	71
Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel.....	73
Tabel 4. 12 Kategorisasi Variabel.....	73

Tabel 4. 13 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologi.....	74
Tabel 4. 14 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologi.....	74
Tabel 4. 15 Kategorisasi Variabel Growth Mindset	75
Tabel 4. 16 Kategorisasi Variabel Growth Mindset	75
Tabel 4. 17 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial	76
Tabel 4. 18 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial	76
Tabel 4. 19 Process Macro Analysis	77
Tabel 4. 20 Uji Korelasi	79
Tabel 4. 21 Uji Korelasi	79
 Gambar 4 1 Grafik Process Macro Analysis	 78

Abstrak

Elma DwiAna. 2025. Hubungan Antara Growth Mindset Dan Kesejahteraan Psikologis Yang Di Moderatori Oleh Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau. Tesis. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Prof. Dr. Ali Ridho, M.Si

Berdasarkan tingkat tingginya jumlah mahasiswa rantau di Kota Malang yang harus beradaptasi dengan lingkungan baru, jauh dari keluarga, serta menghadapi tekanan akademik sehingga berisiko mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Mahasiswa rantau membutuhkan dukungan sosial dan *Growth Mindset* untuk dapat bertahan dan berkembang secara optimal di perantauan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau, serta menguji peran dukungan sosial sebagai moderator dalam hubungan tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan mahasiswa rantau sebagai responden yang dipilih melalui teknik sampling tertentu, dan pengumpulan data dilakukan menggunakan skala kesejahteraan psikologis, skala *Growth Mindset*, dan skala dukungan sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan melalui uji korelasi dan uji moderasi untuk melihat hubungan antarvariabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Growth Mindset* memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, yang berarti semakin tinggi *Growth Mindset* maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, dukungan sosial terbukti berperan dalam memperkuat hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis, sehingga mahasiswa dengan *Growth Mindset* tinggi dan dukungan sosial yang baik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih optimal. Kesimpulannya, *Growth Mindset* dan dukungan sosial merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, dan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan program intervensi di lingkungan perguruan tinggi.

Kata kunci: *Growth Mindset*, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis.

Abstract

Elma DwiAna. (2025). *The Relationship Between Growth Mindset and Psychological Well-being Moderated by Social Support Among Migrant Students*. Thesis. Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang.

Supervisor: Prof. Dr. Ali Ridho, M.Si

Given the high number of migrant students in Malang City who must adapt to a new environment, live far from their families, and face academic pressures, they are at risk of experiencing a decline in psychological well-being. Migrant students need social support and a Growth Mindset to survive and develop optimally while living away from home. This study aims to examine the relationship between Growth Mindset and psychological well-being among migrant students, as well as to test the moderating role of social support in this relationship. The research employed a quantitative method with a correlational design, involving migrant students selected through specific sampling techniques. Data were collected using psychological well-being, Growth Mindset, and social support scales that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using correlation and moderation tests to examine the relationships between variables. The results showed a positive relationship between Growth Mindset and psychological well-being among migrant students, indicating that the higher the Growth Mindset, the higher their psychological well-being. Furthermore, social support was found to strengthen the relationship between Growth Mindset and psychological well-being, suggesting that students with a high Growth Mindset and good social support tend to have more optimal psychological well-being. In conclusion, Growth Mindset and social support are important factors to consider in efforts to enhance the psychological well-being of migrant students, and the findings of this study can serve as a foundation for developing intervention programs within higher education settings.

Keywords: Growth Mindset, social support, psychological well-being.

الملخص

إلما دوي أنا (٢٠٢٥). (العلاقة بين عقلية النمو والرفاهية النفسية بتوسط الدعم الاجتماعي لدى الطلبة المغتربين .رسالة علمية .كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

المشرف :الأستاذ الدكتور علي رضوان، الماجستير

نظرًا للعدد الكبير من الطلبة المغتربين في مدينة مالانغ الذين يجب عليهم التكيف مع بيئة جديدة، والعيش بعيدًا عن أسرهم، ومواجهة الضغوط الأكاديمية، فإنهم معرضون لخطر انخفاض مستوى الرفاه النفسي . يحتاج الطلبة المغتربون إلى الدعم الاجتماعي وعقلية النمو من أجل الصمود والتطور على نحو أمثل خلال فترة اغترابهم .يهدف هذا البحث إلى معرفة العلاقة بين عقلية النمو والرفاه النفسي لدى الطلبة المغتربين، وكذلك اختبار دور الدعم الاجتماعي كعامل معدل في هذه العلاقة .استخدمت الدراسة المنهج الكمي بتصميم ترابطي، وشارك فيها طلبة مغتربون تم اختيارهم من خلال تقنيات أخذ عينات محددة .تم جمع البيانات باستخدام مقاييس الرفاه النفسي، وعقلية النمو، والدعم الاجتماعي التي تم اختبار صدقها وثباتها مسبقًا .تم تحليل البيانات من خلال اختبار الارتباط واختبار التعديل لفحص العلاقات بين المتغيرات .أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين عقلية النمو والرفاه النفسي لدى الطلبة المغتربين، مما يعني أنه كلما ارتفعت عقلية النمو، ارتفع معها مستوى الرفاه النفسي .كما تبين أن الدعم الاجتماعي يعزز العلاقة بين عقلية النمو والرفاه النفسي، مما يشير إلى أن الطلبة الذين يمتلكون عقلية نمو عالية ويحظون بدعم اجتماعي جيد يميلون إلى تحقيق رفاه نفسي أفضل .في الختام، تعتبر عقلية النمو والدعم الاجتماعي من العوامل المهمة التي يجب أخذها في الاعتبار عند السعي لتعزيز الرفاه النفسي للطلبة المغتربين، ويمكن أن تشكل نتائج هذا البحث أساسًا لتطوير برامج تدخل في بيئة التعليم العالي

.الكلمات المفتاحية :عقلية النمو، الدعم الاجتماعي، الرفاه النفسي

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan informasi terbaru, jumlah mahasiswa dari luar Malang Raya yang belajar di perguruan tinggi negeri di Kota Malang sangat tinggi. Di Universitas Brawijaya, dari total penerimaan mahasiswa baru sekitar 15.500 orang, sekitar 87,2% atau hampir 13.000 di antaranya adalah mahasiswa dari luar daerah. Sementara itu, di Universitas Negeri Malang, sekitar 74% dari jumlah mahasiswa baru juga berasal dari luar Malang Raya, yang berarti sekitar 6.500 mahasiswa baru setiap tahun. Jika kedua universitas ini digabungkan, total mahasiswa dari luar daerah yang baru terdaftar di dua perguruan tinggi terbesar di Malang mencapai sekitar 19.500 orang setiap tahunnya. Angka ini belum termasuk mahasiswa dari UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan perguruan tinggi negeri lain di Kota Malang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa setiap tahun sekitar 19.500 mahasiswa baru dari luar daerah mendaftar ke perguruan tinggi negeri di Kota Malang, dan jika dihitung seluruh mahasiswa aktif, kemungkinan total mahasiswa dari luar daerah di PTN Malang mencapai puluhan ribu.

Fenomena mahasiswa perantau di Kota Malang telah menjadi aspek yang sangat penting dalam perubahan sosial, ekonomi, dan budaya tempat ini. Setiap tahun, banyak mahasiswa baru dari berbagai daerah di Indonesia datang ke Kota Malang. Menurut data tahun ajaran 2022/2023, terdapat sekitar 330 ribu mahasiswa yang belajar di Malang, dan sebagian besar merupakan mahasiswa

yang merantau dari luar Malang Raya. Jumlah mahasiswa perantau di Malang terus menunjukkan peningkatan, berkisar antara 5% hingga 10% setiap tahun, yang mengindikasikan bahwa kota ini semakin populer sebagai pilihan untuk pendidikan tinggi(Widodo 2020).

Mahasiswa yang merantau adalah sekelompok individu yang menghadapi banyak tantangan ketika mencoba beradaptasi dalam lingkungan baru untuk belajar, jauh dari keluarga dan teman-teman dekat. Pindah ke kota atau daerah lain sering kali memaksa mereka untuk beradaptasi dengan budaya, kebiasaan, dan sistem dukungan yang berbeda dari apa yang sebelumnya mereka alami. Situasi ini dapat menyebabkan tekanan mental yang mempengaruhi kesejahteraan mereka secara emosional, sosial, dan akademik. Penurunan kesehatan mental di kalangan mahasiswa perantauan telah menjadi fokus dalam banyak penelitian, karena kondisi ini dapat berdampak pada pencapaian akademik dan kesehatan mental di masa depan.

Perhatian khusus harus diberikan kepada mahasiswa yang berasal dari jauh, yaitu mereka yang belajar di luar tempat tinggal dan jauh dari keluarga. Mahasiswa ini menghadapi kesulitan dalam beradaptasi yang lebih rumit dibandingkan dengan mereka yang tinggal dekat dengan orang tua. Mereka perlu menyesuaikan diri dengan budaya yang berbeda, membangun hubungan sosial baru, dan merasakan kerinduan akan rumah. Semua tantangan ini dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental seperti stres, depresi, dan kecemasan (Wei et al., 2003). Oleh karena itu, penting untuk melakukan

penelitian yang menyoroti kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa yang jauh dari rumah.

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan mengenai kesejahteraan psikologis mahasiswa secara umum, masih terdapat kekurangan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman mahasiswa rantau. Mereka sering kali harus menghadapi perpindahan dari keluarga, perubahan budaya, dan tekanan akademis yang tinggi, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang dapat mendukung kesejahteraan psikologis mereka, salah satunya adalah dukungan finansial.

Dukungan finansial memainkan peran krusial dalam membantu mahasiswa rantau mengatasi berbagai tantangan yang mereka hadapi. Namun, banyak penelitian yang ada cenderung mengabaikan aspek ini, dan tidak membedakan antara berbagai sumber dukungan finansial, seperti beasiswa, bantuan dari keluarga, atau pekerjaan paruh waktu. Hal ini menciptakan gap dalam literatur yang ada, di mana hubungan antara dukungan finansial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau belum diteliti secara komprehensif.

Dukungan sosial dikenal lama sebagai elemen kunci yang dapat membantu orang, termasuk mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah, dalam mengatasi stres dan meningkatkan kesehatan mental. Sumber dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas sekitar menjadi penting bagi mahasiswa dalam beradaptasi dan mengurangi efek negatif dari tekanan yang mereka hadapi. Namun, tidak semua mahasiswa yang jauh dari rumah memiliki akses yang setara

terhadap dukungan sosial. Oleh karena itu, diperlukan faktor-faktor lain yang dapat melindungi mereka agar tetap kuat dan berkembang di tempat baru.

Mahasiswa yang merantau sering kali mengalami berbagai kesulitan yang dapat memengaruhi keadaan mental mereka. Salah satu hal terpenting yang mereka butuhkan adalah perhatian emosional. Rasa kesepian dan stres karena jauh dari rumah bisa menjadi beban berat. Dukungan emosional dari teman, keluarga, atau lingkungan sangat berperan dalam membantu mereka menghadapi kesulitan psikologis tersebut. Ketika mahasiswa mendapatkan dukungan emosional, mereka cenderung lebih siap untuk mengatasi tekanan dan beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional dapat berfungsi sebagai pelindung dari stres, meningkatkan ketahanan individu saat menghadapi masalah (Cohen and Wills 1985).

Selain dukungan emosional, mahasiswa yang merantau juga membutuhkan dukungan informasi. Penting bagi mereka untuk memiliki akses terhadap informasi tentang sumber daya akademik, layanan kesehatan mental, dan kesempatan bersosialisasi agar bisa beradaptasi dengan tempat baru. Dukungan informasi bisa berupa panduan tentang bagaimana menyelesaikan masalah akademik, detail tentang aktivitas sosial di kampus, atau akses ke layanan konseling. Dengan memiliki informasi yang akurat, mahasiswa rantau dapat membuat keputusan yang lebih tepat dan merasa lebih terhubung dengan komunitas mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Wei et al. (2003) menunjukkan bahwa dukungan informasi membantu meningkatkan penyesuaian psikologis mahasiswa internasional.

Dukungan instrumental adalah hal yang sangat penting bagi mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah. Bantuan seperti uang dan bantuan menemukan tempat tinggal dapat membantu mengurangi masalah yang mereka hadapi saat menyesuaikan diri di lingkungan baru. Sebagai contoh, mahasiswa yang menerima bantuan untuk biaya hidup atau tempat tinggal biasanya merasa lebih tenang dan dapat berkonsentrasi lebih baik pada pelajaran mereka. Penelitian telah menunjukkan bahwa dukungan praktis dapat meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi stres yang dialami oleh mahasiswa (Yeager and Dweck 2012).

Akhirnya, faktor keterhubungan sosial menjadi elemen penting dalam mendukung mahasiswa yang jauh dari rumah. Membangun hubungan sosial yang solid memungkinkan mereka merasa lebih terlibat dan mengurangi kemungkinan terjadinya isolasi. Hubungan dengan teman sebaya serta anggota komunitas bisa memberikan rasa memiliki dan dukungan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki hubungan sosial yang erat cenderung menikmati kesejahteraan mental yang lebih baik dan lebih mampu mengatasi stress (Burnette 2013). Dengan memenuhi kebutuhan dukungan ini, diharapkan mahasiswa yang jauh dari rumah dapat lebih berhasil dalam beradaptasi dan mencapai kesejahteraan mental yang optimal.

Dukungan dari orang-orang di sekitar kita telah lama dianggap sebagai elemen penting untuk kesejahteraan mental (Cohen & Wills, 1985). Bantuan sosial ini dapat membuat seseorang merasa aman, nyaman, dan dihargai, yang membantu mereka mengatasi tekanan serta meningkatkan keadaan mental mereka. Selain dukungan dari lingkungan, pandangan berpikir berkembang, yaitu

percaya bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat ditingkatkan melalui usaha dan pendidikan (Dweck, 2006), juga dianggap memiliki pengaruh besar terhadap kesejahteraan mental. Mereka yang memiliki pandangan ini cenderung lebih tangguh dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta lebih bersemangat untuk belajar dan maju.

Salah satu faktor psikologis yang kini perhatian banyak peneliti adalah mindset berkembang, yang berarti keyakinan bahwa usaha dan pembelajaran bisa mengembangkan kemampuan dan kecerdasan. Orang-orang yang memiliki mindset berkembang biasanya lebih optimis, ulet, dan dapat menghadapi tantangan dengan lebih efektif. Bagi mahasiswa yang merantau, mindset ini sangat penting untuk beradaptasi dan menjaga kesejahteraan psikologis meskipun dukungan sosial terbatas.

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan mengenai dukungan sosial dan mindset perkembangan, masih ada kekurangan dalam pemahaman tentang cara kedua faktor ini saling berinteraksi untuk mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah. Penelitian sebelumnya biasanya hanya menyoroti peran langsung dukungan sosial dan mindset perkembangan terhadap kesehatan mental, tanpa melihat bagaimana mindset perkembangan bisa berfungsi sebagai moderator dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesehatan mental. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekurangan tersebut dengan menginvestigasi peran mindset perkembangan sebagai moderator dalam hubungan dukungan sosial dan kesehatan mental mahasiswa perantauan. Diharapkan, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana

mindset perkembangan bisa menguatkan atau mengurangi dampak dukungan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa yang jauh dari rumah, serta memberikan saran praktis untuk menciptakan intervensi yang efektif guna meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

Dukungan dari orang lain terbukti sangat penting untuk meningkatkan kesehatan mental seseorang. Menurut Cohen dan Wills pada tahun 1985, dukungan sosial dapat bertindak sebagai pelindung yang menjaga individu dari efek buruk stres. Bagi mahasiswa yang jauh dari rumah, dukungan dari teman, keluarga, dan komunitas bisa memberikan rasa aman dan nyaman, serta membantu mereka melalui berbagai tantangan. Bentuk dukungan ini bisa berupa dukungan emosional, informasi, atau bantuan praktis yang dapat memperkuat rasa keterhubungan dan mengurangi rasa kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jaringan dukungan sosial yang kuat umumnya memiliki tingkat kesehatan mental yang lebih baik, menurut Wei dan rekan-rekannya pada tahun 2003.

Selain adanya dukungan sosial, *Growth Mindset* juga memiliki peran yang sangat penting dalam memengaruhi kesejahteraan mental mahasiswa. Mereka yang memiliki mindset pertumbuhan yakin bahwa usaha dan pembelajaran dapat mengembangkan kemampuan dan kecerdasan, yang membuat mereka lebih tahan banting saat menghadapi kesulitan. Penelitian ini meneliti bagaimana dukungan sosial dan *Growth Mindset* berinteraksi, serta menguji fungsi *Growth Mindset* sebagai moderator dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan mental mahasiswa yang merantau. Dengan memahami

interaksi antara kedua faktor ini, diharapkan dapat ditemukan cara yang lebih baik untuk meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa perantauan.

Meskipun memiliki banyak keuntungan, *Growth Mindset* juga membawa beberapa potensi dampak negatif yang harus diperhatikan. Mahasiswa yang mengadopsi *Growth Mindset* mungkin terlalu bergantung pada dukungan dari orang lain, yang bisa mengurangi rasa percaya diri dan kemandirian mereka. Selain itu, mereka bisa merasa tekanan untuk selalu belajar dan berkembang, sehingga kegagalan dapat memicu rasa tidak memenuhi ekspektasi diri sendiri atau orang lain. Ketidakcocokan dalam dukungan sosial dapat memperburuk perasaan tersebut, menambah stres dan kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Burnette et al. (2013) menunjukkan bahwa walaupun *Growth Mindset* dapat meningkatkan hasil, terlalu fokus pada perkembangan pribadi dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara studi dan kehidupan sosial.

Dukungan dari orang lain bisa menimbulkan masalah dalam hubungan, terutama jika pandangan atau harapan antara orang-orang berbeda. Mahasiswa yang memiliki pola pikir berkembang mungkin merasa kecewa jika bantuan yang diberikan tidak sesuai dengan cara mereka ingin tumbuh, yang bisa merusak hubungan sosial mereka. Oleh karena itu, penting untuk mengerti hubungan antara pola pikir berkembang dan dukungan sosial, serta bagaimana keduanya mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki peran pola pikir berkembang sebagai pengubah dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesehatan mental pada mahasiswa yang merantau,

dengan harapan dapat memberikan wawasan baru yang berguna untuk pengembangan program dukungan yang lebih efektif.

Beberapa studi sebelumnya telah membahas mengenai dukungan sosial serta kesejahteraan psikologis mahasiswa yang merantau, diantaranya ialah : “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau (Studi Deskripsi Korelasi pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)” Studi ini mengungkapkan bahwa mahasiswa rantau memiliki tingkat dukungan sosial yang sangat tinggi, dan hal ini memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikologis mereka.(Melati and Barus 2024). “Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir (*Social Support and Psychological Well-Being in Final Year Students Who Are Working on Their Final Project*)” Studi ini meneliti stres psikologis yang dialami oleh mahasiswa akhir dan bagaimana bantuan dari lingkungan sosial dapat berperan dalam mengurangi stres itu (Alexander, Imbiri, and Huwae 2025). “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (studi pada mahasiswa perantau)” Studi ini mengungkapkan bahwa dukungan dari teman seangkatan berpengaruh besar terhadap kesehatan mental mahasiswa yang merantau (Amaniah 2024).

Dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa yang merantau. Studi membuktikan bahwa dukungan dari keluarga dan teman dapat menjadi pelindung yang kuat

untuk mengurangi stres psikologis yang dirasakan oleh mahasiswa yang tinggal jauh. Bantuan ini membuat mahasiswa merasa lebih terikat dan mengurangi rasa kesepian, yang sering kali menjadi masalah besar bagi mereka yang berada jauh dari rumah.

Penelitian ini mengusulkan pendekatan terpadu yang menggabungkan dua konsep penting, yaitu *Growth Mindset* dengan kesejahteraan psikologi, dalam satu model penelitian. Meskipun kedua konsep ini telah diteliti secara terpisah, penelitian yang mengkaji interaksi antara keduanya dalam konteks mahasiswa rantau masih sangat terbatas. Dengan menguji dukungan sosial sebagai moderator, penelitian ini memberikan perspektif baru tentang bagaimana keyakinan individu terhadap kemampuan mereka dapat memengaruhi dampak dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Studi ini mengeksplorasi fungsi dukungan sosial sebagai penghubung dalam kaitannya antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan mental. Banyak penelitian yang sudah ada sebelumnya hanya fokus pada dampak langsung dari dukungan sosial tanpa melihat faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi hubungan tersebut. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan pandangan baru mengenai bagaimana dukungan sosial bisa meningkatkan atau mengurangi dampak *Growth Mindset* terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau?
2. Apakah dukungan sosial berperan sebagai moderator dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis?

C. Tujuan Masalah

1. Untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau.
2. Untuk mengetahui Apakah dukungan sosial berperan sebagai moderator dalam hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kesejahteraan psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis Merujuk pada kondisi individu yang memiliki kesehatan mental yang baik. Seseorang dalam keadaan ini dapat menerima segala keadaan dirinya dengan cara yang positif (Ryff, CD, & Keyes 1995). Dengan cara lain, dapat dikatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan seseorang untuk menilai situasi atau peristiwa yang telah dialami oleh orang tersebut.

Secara umum, kesejahteraan psikologis bisa diartikan sebagai tingkat kepuasan yang dirasakan dalam berbagai bidang kehidupan seseorang, yang dapat memberikan perasaan bahagia dan ketenangan dalam hidup. Namun, karena setiap orang memiliki standar kepuasan yang berbeda-beda, hal ini menjadi hal yang sangat subjektif (Busro, 2018). Kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana seseorang memiliki pandangan yang baik terhadap dirinya dan orang lain. Mereka dapat menentukan pilihan dan mengatur perilakunya sendiri. Selain itu, mereka juga mampu menciptakan dan menjaga suasana yang menyenangkan di sekitar mereka. Individu ini memiliki tujuan dalam hidup dan berusaha untuk memberi makna lebih serta meningkatkan diri mereka. Sumber lain menjelaskan bahwa Ryff juga menggambarkan kesejahteraan psikologis sebagai kapasitas individu untuk memenuhi setiap aspek kesejahteraan psikologis dalam dirinya. Ini mencakup penerimaan diri, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain,

mandiri, menguasai lingkungan, memahami tujuan hidup, serta mengalami pertumbuhan pribadi (Ryff, CD, & Keyes 1995).

Dengan merujuk pada definisi yang telah disebutkan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana seseorang dapat menerima dirinya sendiri dan mengendalikan baik dirinya maupun lingkungannya dengan baik. Hal ini memungkinkan aspek psikologis individu itu berfungsi secara positif.

2. Aspek kesejahteraan psikologi

Kesejahteraan psikologis memiliki berbagai aspek di dalamnya. Menurut ryff, terdapat enam bagian dari kesejahteraan psikologis, yaitu:

a) Penerimaan diri (*self acceptance*)

Penerimaan terhadap diri sendiri yang sehat akan menghasilkan sifat-sifat seperti sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengenali serta menerima berbagai sisi baik dan buruk yang dimiliki, dan memiliki pandangan yang positif terhadap pengalaman masa lalu. Di sisi lain, seseorang yang belum bisa menerima dirinya akan menunjukkan sifat seperti rasa ketidakpuasan, kekecewaan terhadap peristiwa di masa lalu, mengalami kesulitan dalam memperbaiki kepribadian, dan merasa tidak sejalan dengan siapa dirinya.

b) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*)

Pada bagian ini, seseorang dapat mengatur hubungan antarpribadi yang berkualitas dan penuh kehangatan, serta membangun kepercayaan di antara mereka, yang membuat individu tersebut mendapatkan kepuasan. Selain itu,

terjalinnya hubungan yang baik dengan orang lain juga ditandai dengan adanya kedekatan dan hubungan yang berarti dengan individu lain.

Hubungan yang baik melibatkan terjalinnya koneksi dengan orang lain, saling percaya dan menunjukkan kepedulian, memiliki rasa empati, serta memahami dan menerima satu sama lain. Hal ini mencakup semua aspek yang berkaitan di antara individu.

c) Kemandirian (*self reliance*)

Kemandirian adalah kemampuan untuk bertindak dan mengendalikan perilaku dengan percaya diri. Seseorang yang dapat mengeksplorasi potensi dirinya dan berfungsi dengan baik memiliki rasa percaya diri serta kemandirian, yang memungkinkan dia mencapai hasil yang optimal. Dalam masyarakat, individu yang memiliki otonomi dapat melindungi dirinya sendiri, menunjukkan kemampuan untuk menentukan jalan hidup (penentuan nasib sendiri), dan menikmati kebebasan. Ini adalah kemampuan yang dimiliki saat menghadapi tekanan dari lingkungan sosial. Memiliki kekuatan untuk tetap menganut keyakinan sendiri meskipun bertentangan dengan norma yang berlaku. Dalam masyarakat, individu yang memiliki otonomi dapat melindungi dirinya sendiri, menunjukkan kemampuan untuk menentukan jalan hidup (penentuan nasib sendiri), dan menikmati kebebasan. Ini adalah kemampuan yang dimiliki saat menghadapi tekanan dari lingkungan sosial. Memiliki kekuatan untuk tetap menganut keyakinan sendiri meskipun bertentangan dengan norma yang berlaku. Sebagai contoh, Ryff (1995) menjelaskan bahwa individu yang berfungsi secara

maksimal adalah seseorang yang mempunyai pandangan pribadi dalam menilai dirinya sendiri (fokus evaluasi internal). Ia tidak membutuhkan persetujuan orang lain, namun tetap memiliki kriteria tertentu dalam menilai diri sendiri.

d) Penguasaan terhadap Lingkungan (*environmental mastery*)

Jahoda (Ryff and Singer 2008) menyatakan bahwa salah satu tanda dari kesehatan mental adalah kemampuan seseorang untuk memilih atau membuat lingkungan yang cocok dengan keadaan mentalnya. Seseorang dapat mengatur lingkungan di sekitarnya, mengatur aktivitas hariannya, memanfaatkan peluang dengan efektif, serta mampu menciptakan lingkungan yang positif.

e) Tujuan hidup (*purpose in life*)

Salah satu tanda seseorang yang positif adalah memiliki tujuan. Ketika seseorang memiliki keinginan dan tujuan yang jelas, hal itu dapat membuat mereka merasa bahwa hidup mereka memiliki tujuan. Orang-orang yang memiliki tujuan hidup yang baik dikatakan memiliki arah dan tujuan yang jelas, merasa bahwa pengalaman hidup mereka bermakna, dan memiliki keyakinan tertentu yang dapat membimbing mereka menuju pencapaian impian dan tujuan mereka. Di sisi lain, orang - orang tanpa tujuan hidup biasanya memiliki sedikit keinginan dan ambisi, kurang memiliki jalan hidup yang jelas , dan cenderung tidak belajar dari pengalaman masa lalu, sering merasa bahwa hidup tidak bermakna (Gumintang 2020).

f) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Selama proses perkembangan pribadi, seseorang akan terus merasakan dorongan untuk memperbaiki diri, menjelajahi pengalaman baru, memikirkan kemampuannya, dapat mengatur perkembangannya sendiri, dan selalu menambah wawasannya.

Dari penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemampuan untuk hidup secara mandiri, pengendalian terhadap lingkungan, penetapan tujuan hidup, serta motivasi untuk mengembangkan kemampuan atau potensi yang dimiliki.

3. Faktor kesejahteraan psikologi

Ada sejumlah hal yang bisa berpengaruh pada kesejahteraan psikologi seseorang, di antaranya adalah:

a) Status pernikahan

Seseorang yang sudah berkeluarga cenderung memiliki lebih banyak perasaan positif jika dibandingkan dengan individu yang masih lajang.

b) Latar belakang budaya

Di negara-negara bagian timur, orang memiliki hubungan yang lebih dekat dengan orang lain dibandingkan dengan yang ada di negara barat. Namun, kondisi ini berdampak negatif pada kemampuan individu untuk menerima diri sendiri, kemandirian, dan pertumbuhan pribadi dibandingkan dengan individu di

negara barat. Selain itu, orang dari negara timur biasanya lebih mementingkan kesejahteraan psikologis keluarga atau orang lain saat menilai kesejahteraan diri mereka.

c) Pengalaman dan interpretasi

Pengalaman individu dapat ditafsirkan dengan berbagai cara. Biasanya, interpretasi ini melibatkan membandingkan diri dengan orang lain, menilai alasan di balik pengalaman itu, dan menarik pelajaran berharga dari apa yang telah dialami.

B. *Growth Mindset*

1. Pengertian *Growth Mindset*

Mindset terdiri dari dua kata: mind (pikiran) dan set (kecenderungan). "Mind" mengacu pada tempat di mana Anda berpikir dan mengingat ; itu adalah pusat kesadaran yang menciptakan pikiran, perasaan, ide, dan persepsi, serta menyimpan pengetahuan dan ingatan. Di sisi lain, "set" berarti preferensi atau kemampuan yang lebih baik dalam aktivitas tertentu. Jadi, mindset dapat dipahami sebagai keyakinan yang memengaruhi sikap seseorang; itu adalah sekelompok keyakinan atau cara berpikir yang membentuk perilaku dan pandangan seseorang (Rambe and Fitri 2017).

Growth Mindset adalah keyakinan seseorang bahwa kualitas dasar setiap orang, seperti kecerdasan, bakat, dan kemampuan, dapat ditingkatkan dan dikembangkan melalui usaha, pembelajaran, dan pengalaman tertentu. *Great* dalam psikologi positif adalah sebuah proses yang melibatkan ketekunan dalam

jangka waktu yang panjang sebagai tanda untuk mencapai kesuksesan. Menurut Seligman, psikologi positif ada untuk membantu orang menemukan dan mengembangkan potensi mereka, membuat individu merasa lebih bermakna dan lebih produktif, serta menggantikan perhatian psikologi yang lebih banyak meneliti depresi, ketidakberdayaan yang dipelajari, dan pesimisme (Supriyadi et al. 2023).

Growth Mindset adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mengembangkan kemampuannya dan mencapai apa pun melalui proses belajar. Pertumbuhan pola pikir berarti bahwa keterampilan dapat ditingkatkan, serta kesuksesan bukan hanya dicapai dengan menunjukkan bahwa seseorang mampu tanpa kesulitan. Sebaliknya, kesuksesan juga menunjukkan kemampuan untuk terus berusaha mengatasi tugas-tugas yang menantang dan tidak menyerah saat menghadapi kesulitan (Yeager and Dweck 2012). Orang yang memiliki *Growth Mindset* percaya bahwa kecerdasan mereka dapat meningkat seiring waktu (Hochanadel and Finamore 2015). *Growth Mindset* menyatakan bahwa sifat dasar seseorang, seperti kecerdasan, bisa berubah dengan usaha yang tepat, meskipun individu bisa berbeda dalam banyak aspek (Westby 2020).

Menurut pendapat para ahli di atas, bisa disimpulkan bahwa *Growth Mindset*, atau pola pikir berkembang, adalah keyakinan individu mengenai kemampuan yang dimiliki untuk tumbuh, meskipun setiap orang memiliki perbedaan dalam hal bakat dan minat. Namun, individu tersebut yakin bahwa segala sesuatu dapat dicapai melalui usaha dan belajar.

2. Ciri-ciri *Growth Mindset*

Menurut Dweck beberapa karakteristik yang dimiliki oleh individu dengan pola pikir berkembang. Ciri -ciri tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Penting untuk percaya bahwa kecerdasan, bakat, dan karakter bisa berkembang melalui usaha dan kerja keras, bukan hanya karena keturunan.
- 2) Mengambil tantangan dan melakukannya dengan serius. Sebuah tantangan adalah sesuatu yang sangat penting. Mereka memahami bahwa untuk mencapai kesuksesan, ada banyak rintangan yang harus dihadapi. Oleh karena itu, rintangan-rintangan ini dilihat sebagai langkah dalam pengembangan diri.
- 3) selalu melihat ke depan meskipun mengalami kegagalan. Saat menghadapi kegagalan, mereka akan melakukan yang terbaik untuk belajar lebih banyak lagi terkadang meskipun merasa terbebani.
- 4) Mempunyai pandangan optimis mengenai kerja keras. Mereka percaya bahwa keberhasilan datang dari usaha dan dedikasi.
- 5) Mempelajari dari masukan. Mereka percaya bahwa masukan dan kritik dari orang lain sangat penting untuk pengembangan diri. Masukan serta kritik dari pihak lain dapat membantu seseorang menjadi lebih baik dengan memperbaiki kesalahan yang telah dilakukan sebelumnya.
- 6) mendapatkan pembelajaran dari pengalaman orang lain dan mengambil motivasi dari keberhasilan mereka(Dweck, Mangels et al. 2006).

3. Aspek-aspek *Growth Mindset*

Dweck (2006) menyatakan bahwa ada beberapa elemen penting dalam *Growth Mindset*:

1) Keyakinan tentang kemampuan (*Core Belief about the Nature of Ability*)

Percaya bahwa kecerdasan, bakat, dan sifat dapat ditingkatkan adalah penting. Seseorang harus percaya bahwa semua kemampuan yang mereka miliki, seperti kecerdasan, bakat, dan sifat, dapat berubah serta berkembang dengan usaha yang lebih besar.

2) Sikap terhadap tantangan (*attitude towards challenges*)

Percayalah bahwa menghadapi tantangan, kesulitan, dan kegagalan sangat penting untuk pertumbuhan pribadi. Seseorang percaya bahwa perjalanan menuju keberhasilan pasti akan menghadapi berbagai rintangan dan sering kali menghadapi kegagalan. Meskipun demikian, hal ini dipandang sebagai bagian dari proses belajar untuk meningkatkan diri.

3) Pandangan dalam berusaha (*view on effort*)

Kepercayaan dalam usaha dan ketekunan memiliki peran penting dalam mencapai kesuksesan. Seseorang yang berusaha dan bekerja keras lebih untuk mencapai tujuannya, memiliki keyakinan yang tinggi bahwa apa yang dikerjakan akan berjalan lancar dan membawa kesuksesan, serta menjauhkan diri dari pikiran buruk tentang kemungkinan gagal.

4) Kritik sebagai umpan balik (*Criticism as feedback*)

Keyakinan terhadap kritik dan saran dari orang lain adalah umpan balik yang penting untuk kesuksesan. Seseorang percaya bahwa masukan

dari orang lain adalah suatu cara untuk belajar. Mereka menggunakan orang lain sebagai alat untuk memperbaiki kesalahan guna mencapai keberhasilan

5) Melihat kesuksesan orang lain (*View on the Success of Others*)

pandangan bahwa kesuksesan orang lain menjadi sumber inspirasi dan pelajaran berharga, bukan ancaman atau alasan untuk iri hati. ((Carol S. Dweck 2006).

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial sangat penting bagi satu orang dalam hubungan sosial yang membantu menjaga keseimbangan hidup dalam masyarakat yang kompleks. Hal ini terjadi karena manusia, sebagai makhluk Sebagai makhluk sosial , kita perlu berinteraksi dan berpartisipasi.dan dengandengan orang lain.yang lain. Istilah dukungan sosial mencapai berbagai jenis penerimaan, seperti rasa aman, perhatian, rasa hormat, dan bantuan yang diberikan oleh individu atau kelompok kepada orang lain..

Menurut Don Drennon-Gala dan Francis Cullen, dukungan sosial adalah konsep yang sangat baik sebagai sebuah konstruksi yang memiliki banyak bagian berbeda, termasuk elemen fungsional dan struktural. Perasaan dukungan sosial mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain ketika mereka menawarkan bantuan. Berbagai bentuk dukungan sosial secara alami dapat berasal dari jaringan orang - orang seperti keluarga, teman, tetangga, dan rekan sebaya. Dukungan sosial mengacu pada bantuan yang diterima dari orang lain yang dapat

memberikan rasa nyaman, yang secara tidak langsung dapat mengurangi kecemasan.

Dukungan sosial adalah pengaruh positif yang diterima seseorang dari orang lain, yang menunjukkan kasih sayang, perhatian, rasa hormat, dan kekaguman. Hal ini juga mendorong komunikasi yang bermakna dan bermanfaat antar sesama. Ketika seseorang memiliki dukungan sosial, mereka merasa lebih termotivasi untuk mencapai tujuan mereka (Putri, Hidayah, and Mujidin 2021). Dukungan ini dapat datang dari berbagai tempat, seperti keluarga, teman, rekan kerja, dan masyarakat. Percaya bahwa seseorang yang dicintai dan didukung oleh orang lain dapat memberikan pengaruh positif yang besar pada kesehatan mental dan emosional mereka.

Singkatnya, dukungan dari orang lain adalah bagian penting dari kesejahteraan emosional dan sosial seseorang. Ini bukan hanya tentang mendapatkan bantuan nyata, tetapi juga tentang merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai oleh orang-orang dan kelompok di sekitar mereka.

2. Aspek-aspek dukungan sosial

Berdasarkan penelitian Cutrono dan Gardner, serta Uchino (seperti yang dikutip dalam Sarafino, 2011), dukungan sosial memiliki empat aspek utama, yaitu:

a) dukungan emosional (*emotional or esteem support*)

Lingkungan ini menumbuhkan empati, rasa ingin tahu, dan ketekunan, serta memberikan kesempatan bagi orang-orang untuk merasa aman dan

terlindungi. Jika seseorang menerima dukungan emosional, ia akan merasa aman, dihargai, nyaman, dan didukung.

b) Dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*)

Dukungan ini mencakup bantuan nyata dan langsung berupa barang atau fasilitas. Misalnya, menyiapkan barang - barang yang dibutuhkan seseorang, memberikan pinjaman, menyediakan makanan, mainan, atau jenis bantuan lain yang dapat dilihat dan dirasakan.

c) Dukungan informasi (*informational support*)

Dukungan ini mencakup memberikan informasi, menjelaskan, memberikan saran, atau memberikan umpan balik kepada orang tentang bagaimana cara menangani masalah yang mereka hadapi. Dengan adanya dukungan informasi, masyarakat dapat memahami situasi mereka dengan lebih baik dan mendapatkan bimbingan yang benar untuk mengatasi masalah itu.

d) Dukungan penghargaan/penilaian (*Appraisal Support*)

Bantuan ini melibatkan teman yang mau meluangkan waktu bersama seseorang, sehingga dapat menumbuhkan perasaan positif dalam suasana yang berbagi minat dan aktivitas sosial. Memberikan dorongan kuat melalui interaksi sosial dan ikatan yang dekat.

Faktor keempat memberikan kerangka kerja lengkap untuk memahami berbagai jenis dukungan sosial yang dapat diberikan kepada orang-orang dalam berbagai situasi. Dengan mempertimbangkan setiap faktor ini, seseorang

dapat menawarkan jenis bantuan yang tepat yang sesuai dengan kebutuhan dan keadaan mereka yang membutuhkan . (Mahpur 2008).

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Berdasarkan penjelasan Sarafino (2011), ada beberapa unsur yang dapat mempengaruhi dukungan sosial, dan hal ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

a) Penerima dukungan

Individu tidak akan memperoleh bantuan jika mereka tidak berkomunikasi dengan orang lain. Selain itu, sejumlah orang mungkin merasa ragu-ragu atau kurang percaya diri untuk meminta bantuan. Mereka mungkin beranggapan bahwa mereka harus mandiri atau enggan untuk menyusahkan orang lain. Ketidakmampuan untuk menyampaikan kebutuhan atau perasaan tidak nyaman mereka dalam berbagi informasi pribadi juga bisa menjadi tantangan.

b) Pemberi dukungan

Orang yang menawarkan dukungan mungkin tidak memiliki alat yang mereka butuhkan untuk membantu, atau mereka mungkin sedang menghadapi masalah mereka sendiri dan membutuhkan bantuan. Selain itu, mungkin saja mereka tidak terlalu menyadari atau tidak terlalu peduli dengan situasi orang lain karena mereka terlalu fokus pada masalah mereka sendiri.

c) Komposisi dan struktur jaringan sosial

Orang yang mendapatkan dukungan sosial dipengaruhi oleh bagaimana jaringan sosial mereka terbentuk. Ini termasuk hubungan mereka dengan

keluarga, teman, dan komunitas di sekitar mereka. Seberapa dekat dan seberapa baik hubungan antara seseorang dan orang-orang di sekitarnya sangat memengaruhi jumlah dukungan sosial yang mereka terima.

Dengan mempertimbangkan faktor - faktor ini, kita dapat memahami bagaimana hubungan antara pemberi dukungan dan penerima dukungan, beserta lingkungan sosial, memengaruhi cara dan jumlah dukungan sosial yang diterima seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

D. KERANGKA BERFIKIR

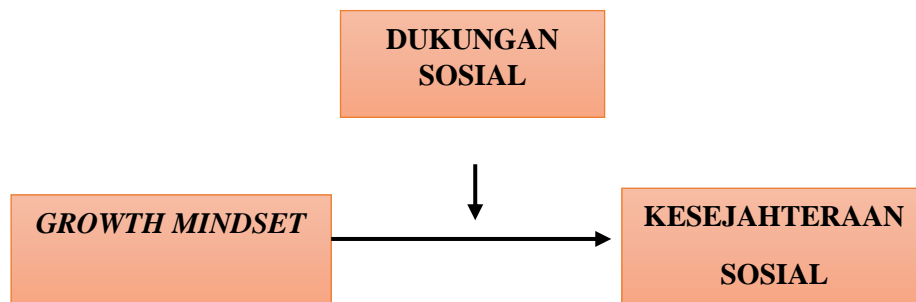
Mahasiswa yang berasal dari luar kota asalnya sering menghadapi tantangan dalam beradaptasi secara sosial, mengatasi tekanan akademis, dan merasa kesepian, yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari orang - orang di sekitar mereka memiliki dampak positif dan berarti pada kesehatan mental mahasiswa yang jauh dari rumah; semakin banyak dukungan sosial yang mereka terima, semakin baik kesejahteraan psikologis mereka. Dukungan sosial bertindak sebagai faktor pelindung yang membantu individu mengelola stres dan beradaptasi dengan lingkungan baru.

Namun, tidak semua mahasiswa yang merantau mengalami dukungan sosial dengan cara yang sama. Salah satu faktor psikologis yang bisa mempengaruhi hubungan ini adalah pola pikir bertumbuh. Pola pikir bertumbuh adalah keyakinan bahwa kemampuan dan sifat diri bisa berkembang lewat usaha dan pembelajaran. Orang yang memiliki pola pikir ini biasanya lebih dapat

menggunakan dukungan sosial sebagai sumber daya untuk mengatasi masalah, meningkatkan ketahanan, dan memperkuat kesejahteraan mental mereka.

Dukungan sosial berperan penting dalam kesehatan mental mahasiswa perantau seperti Teori Dukungan Sosial, khususnya melalui Model Penyanggah Stres (Cohen & Wills). Teori ini menjelaskan bahwa dukungan sosial baik dalam bentuk emosional, informatif, maupun instrumental bertindak sebagai pelindung yang secara aktif mengurangi dampak negatif stres akademis, kesepian, dan kesulitan adaptasi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan kata lain, ketika mahasiswa menghadapi tekanan lingkungan baru, dukungan sosial menjadi *buffer* atau penyangga yang mencegah stres tersebut menjalar dan merusak kesehatan mental, sehingga memfasilitasi penyesuaian diri yang lebih baik.

Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa pola pikir berkembang mampu meningkatkan efek positif dari dukungan sosial terhadap thriving, yaitu kemampuan untuk tumbuh secara akademik dan psikologis pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki pola pikir berkembang cenderung lebih mengakui bantuan, menganggap tantangan sebagai kesempatan untuk belajar, dan lebih cepat bangkit dari kegagalan. Oleh karena itu, pola pikir berkembang berfungsi sebagai penghubung yang memperkuat koneksi antara dukungan sosial dan kesejahteraan sosial.



E. HIPOTESIS

Hipotesis adalah jawaban sementara untuk pertanyaan-pertanyaan yang dibuat dalam penelitian. Pertanyaan-pertanyaan itu dinyatakan dalam bentuk kalimat. Berikut ini adalah hipotesis yang terdapat dalam penelitian ini:

H1: Terdapat pengaruh antara *Growth Mindset* dengan kesejahteraan psikologi pada mahasiswa (X berpengaruh terhadap Y).

H2: Terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologi pada mahasiswa (Z berpengaruh terhadap Y).

H3: dukungan sosial berfungsi sebagai moderator hubungan *Growth Mindset* dengan kesejahteraan psikologi pada mahasiswa (Z berfungsi sebagai X > Y).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Menurut (Sugiyono 2016) Metode penelitian merupakan pendekatan ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data guna mendeskripsikan, membuktikan, mengembangkan, serta menemukan pengetahuan atau teori baru. Selain itu, metode penelitian juga berperan penting dalam membantu memahami, menyelesaikan, dan mengantisipasi berbagai masalah yang dihadapi dalam kehidupan manusia. Secara umum, metode penelitian dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis utama, yaitu kualitatif, kuantitatif, dan campuran. Menurut (Sugiyono 2016) Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang berlandaskan paradigma positivis, dengan penekanan pada data yang konkret dan terukur. Data yang diperoleh berupa angka-angka, yang kemudian dianalisis melalui uji statistik yang sesuai dengan rumusan masalah penelitian, guna memperoleh kesimpulan yang valid.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan kuantitatif dipilih karena bertujuan untuk menguji hipotesis tentang hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Metode survei akan digunakan untuk mengumpulkan data melalui kuesioner yang akan diisi oleh responden. Desain dalam penelitian ini menggunakan korelasional kausal dengan *process moderat analysiss* yang akan menguji hubungan sebab akibat antara variabel independen (*Growth mindset*) dan variabel dependen

(kesejahteraan psikologi) serta menguji apakah variabel moderator (dukungan sosial) memengaruhi arah hubungan variabel tersebut.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan karakteristik atau nilai dari individu, objek, maupun aktivitas yang menunjukkan variasi tertentu. Variabel ini ditetapkan oleh peneliti untuk dianalisis guna menarik kesimpulan yang tepat (Sugiyono 2012). Penelitian ini menggunakan tiga variabel, yakni sebagai berikut:

1. Variabel independen (X) juga dikenal sebagai stimulus, prediktor, atau anteseden. Variabel ini berfungsi menyebabkan atau memengaruhi perubahan pada variabel dependen, yang disebut juga sebagai variabel hasil. Dalam penelitian ini, pola pikir pertumbuhan konflik berperan sebagai variabel independen (Sugiyono 2012).
2. Variabel independen, juga disebut stimulus, prediktor, atau anteseden, adalah variabel yang menyebabkan atau memengaruhi perubahan pada variabel dependen, yang juga dikenal sebagai variabel hasil. Dalam penelitian ini, pola pikir pertumbuhan (*Growth Mindset*) berfungsi sebagai variabel independen (Sugiyono 2012).
3. Variabel moderasi (Z) adalah variabel yang memengaruhi kekuatan atau arah hubungan antara variabel independen (variabel yang dikontrol atau diubah) dan variabel dependen (variabel yang diukur atau diamati) dalam sebuah penelitian. Variabel moderasi membantu menentukan kapan, sejauh mana, atau dalam kondisi apa hubungan antara dua variabel utama menjadi

lebih kuat, lebih lemah, atau bahkan berubah arah. Dalam penelitian ini, dukungan sosial berperan sebagai variabel moderasi.

C. Definisi Operasional

Definisi Operasional menurut (Azwar, 2015) merupakan penjelasan mengenai suatu variabel berdasarkan karakteristik yang dapat diamati secara empiris. Peneliti wajib memiliki pemahaman yang jelas terhadap variabel yang akan diukur. Oleh karena itu, peneliti harus menyusun definisi operasional untuk setiap variabel yang digunakan dalam penelitian. Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan mental yang mencakup hal - hal seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kemampuan untuk mengatasi stres.

2. *Growth Mindset*

Growth Mindset didefinisikan sebagai keyakinan individu bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat dikembangkan melalui usaha, pembelajaran, dan pengalaman

3. Dukungan sosial

Dukungan sosial didefinisikan sebagai bantuan yang diterima individu dari orang lain, yang dapat berupa dukungan emosional, informasional, dan instrumental.

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Mahasiswa rantau yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di malang

2. Sampel

Populasi adalah wilayah di mana subjek atau objek yang memiliki kualitas dan ciri-ciri tertentu , yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan dari mana kesimpulan diambil. Dalam penelitian ini (Sugiyono, 2012, h. 215). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang merantau di malang

Sementara, sampel adalah bagian dari keseluruhan populasi. Sampel yang berkualitas adalah yang dapat menunjukkan dengan baik karakteristik populasi tersebut. Ukuran sampel yang digunakan sebagai sumber data bergantung pada tingkat kepercayaan yang diinginkan . Jika tingkat kepercayaan meningkat , maka ukuran populasi juga harus lebih besar , dan begitu juga sebaliknya (Sugiyono, 2009, h. 11). Dalam hal ini, sampel yang diambil dengan teknik sampling jenuh atau *purposive sampling* diambil 294 mahasiswa rantau dengan kriteria :

1. Mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau jawa,
2. Mahasiswa yang kuliah di Perguruan Tinggi Negeri
3. Mahasiswa yang tinggal di malang lebih dari 1 tahun

E. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati (Sugiyono 2012). Alat pengumpulan data adalah cara yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan informasi penting dan dibutuhkan untuk suatu penelitian. Alat-alat ini membantu membuat proses pengumpulan data terorganisir, teliti, dan lebih mudah untuk dianalisis. Instrumen pengumpulan data meliputi kuesioner, panduan wawancara, lembar observasi, tes, dan skala penelitian. Instrumen dalam penelitian merupakan kunci dalam proses penelitian. Dalam penelitian ini, metode kuesioner digunakan, yang mencakup variabel seperti dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, dan pola pikir pertumbuhan. Kuesioner adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan mengajukan serangkaian pertanyaan yang telah disiapkan untuk mengukur variabel dalam penelitian (Jailani 2023).

Dalam penelitian ini , peneliti menggunakan skala Likert sebagai metode pengukuran. Skala Likert dimaksudkan untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok mengenai fenomena sosial (Sugiyono 2012).

Tabel 3. 1 Instrumen Pengumpulan Data

No.	Kategori Pilihan	Nilai	
		Favorabel	Unfavorabel
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Skala ini untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial (Azwar 2015). Bentuknya terdiri dari dua macam, yaitu pernyataan *favourable* (mendukung objek sifat) mendapat skor 4, 3, 2, 1 dengan skala Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju dan *unfavourable* (tidak mendukung objek sifat) mendapat skor 1, 2, 3, 4 dengan skala Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju (Sugiyono 2016). Skala Likert 4 poin digunakan oleh peneliti untuk mengurangi kemungkinan jawaban yang bias dari responden, karena responden hanya diberikan pilihan antara sikap positif atau negatif tanpa adanya opsi netral sebagai "pilihan aman". Menurut (Mardapi 2018). skala 4 poin ini dapat meningkatkan ketegasan dalam jawaban responden serta mengurangi ketidakjelasan dalam interpretasi data. Hal ini sangat penting dalam penelitian yang memerlukan pemahaman yang jelas mengenai sikap atau persepsi.

1. Skala

Skala terdiri dari beberapa pernyataan yang ditulis, digunakan untuk menggambarkan suatu konsep atau interaksi psikologis yang mencirikan sifat tertentu dari kepribadian individu (Azwar, 2007).

Alat ukur yang digunakan dalam studi ini adalah skala Likert, yang memberikan pilihan sebanyak empat opsi. Setiap pernyataan dalam skala ini memiliki empat kemungkinan jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai. Item yang dianggap negatif tidak mendukung sikap atau tindakan responden, sementara item yang dianggap positif memberikan dukungan atau kecenderungan pada responden (STS). Skala penyesuaian diri serta skala kejut budaya dipakai karena keduanya mengukur kondisi internal responden. Hal ini memungkinkan responden untuk menilai seberapa baik pernyataan yang diberikan mencerminkan keadaan mereka saat menjawab item tersebut (Azwar, 2013).

Instrument pengumpulan data menurut (Arikunto 2006) adalah sarana yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam proses pengumpulan data untuk menjadikan kegiatan tersebut lebih teratur dan menyenangkan.

Dalam penelitian ini ada 3 variabel yang diangkat yaitu dukungan soaial, kesejahteraan psikologis, serta *Growth Mindset*.

2. Skala kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai keadaan mental dan emosional yang menunjukkan seberapa puas, bahagia, dan seimbang hidup seseorang.

Tabel 3. 2 Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Penerimaan diri	Bersikap positif pada diri sendiri	1, 2		6
		Bersikap positif terhadap masa lalu	3,4		
		Penerimaan terhadap masalah	5,6		
2	Hubungan dengan orang lain	Kemampuan menjalin hubungan yang berkualitas dengan orang lain	7,8		6
		Kemampuan berkompromi dengan orang lain	9, 10		
		Kepedulian (empati) pada kesejahteraan orang lain	11, 12		
3	otonomi	Yakin pada pendapat sendiri	13, 14		6
		Tidak terlalu khawatir pada ekspektasi orang lain	15, 16		
		Berani mengambil keputusan sendiri tanpa harus disetujui orang lain	17, 18		
4	Penguasaan lingkungan	Mampu mengelola berbagai tanggung jawab	19, 20, 21		6
		Mampu memanfaatkan berbagai peluang disekitar	22, 23, 24		
		Memiliki arah dan tujuan yang jelas dalam hidup	25, 26		
5	Tujuan hidup	Mampu menetapkan dan mengejar tujuan jangka panjang	27, 28		6
		Memiliki rasa kepuasan dari pencapaian tujuan pribadi	29, 30		
		Mampu bersikap terbuka pada hal baru	31, 32		
6	Pertumbuhan pribadi	Terus belajar agar senantiasa berkembang	33, 34		6
		Aktif mengembangkan potensi dan keterampilan	35, 36		

3. Skala *Growth Mindset*

Growth Mindset adalah sebuah ide yang dikemukakan oleh psikolog Carol Dweck. Secara umum, *Growth Mindset* berarti percaya bahwa kemampuan dan kecerdasan individu dapat ditingkatkan dengan kerja keras, proses pembelajaran, dan pengalaman.

Blue print skala *Growth Mindset*

Tabel 3. 3 Blue Print Sksla *Growth Mindset*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Keyakinan pada Kealamiahannya Kemampuan (<i>Core Belief about the Nature of Ability</i>)	Kerja kkeras dan ketekunan dalam usaha	1,2		4
		Mengatasi keterbatasan	3,4		
2	Sikap terhadap tantangan (<i>attitude towards challenges</i>)	Menggunakan tantangan untuk mencapai kesuksesan	5,6		4
		Keterampilan mahasiswa dalam mengevaluasi penyebab kegagalan	7,8		
3	Pandangan terhadap usaha (<i>view on effort</i>)	Mahasiswa mampu menetapkan tujuan belajar yang jelas dan realistis	9, 10		6
		Keterampilan dalam mengelola pikiran positif	11, 12, 13, 14		
4	Respon terhadap kritik dan Umpan Balik (<i>Respon to Criticism and Feedback</i>)	Kemampuan mahasiswa dalam mendengarkan kritik masukan tanpa sikap penolakan	15, 16		4
		Mahasiswa meminta pendapat dari orang lain untuk meningkatkan kualitas diri	17, 18		
5	Pandangan terhadap kesuksesan orang lain (<i>View on the Success of Others</i>)	Menanggapi kesuksesan orang lain dengan perasaan positif	19, 20		4
		Melihat kesuksesan orang lain sebagai inspirasi, bukan ancaman	21, 22		

4. Skala Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah faktor penting yang bisa mempengaruhi kesehatan mental seseorang, terutama di kalangan mahasiswa. Dalam studi ini, dukungan sosial dibedakan menjadi empat bagian utama: dukungan emosional, dukungan praktis, dukungan berupa informasi, dan dukungan dari teman-teman.

Tabel 3. 4 Blue Print Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Dukungan emosional	Ungkapan empati	1, 2, 3		7
		Mendapatkan dorongan dan semangat saat menghadapi kesulitan	4, 5		
		Merasa diterima tanpa dihakimi	6, 7		
2	Dukungan instrumental	Bantuan materiil nyata seperti bantuan finansial	8, 9, 10		5
		Bantuan dalam pelaksanaan tugas atau pekerjaan praktis	11, 12		
3	Dukungan informasi	Memberikan nasehat, pengarahan, atau saran	13, 14, 15, 16		10
		Mendapatkan petunjuk atau arahan dalam pengambilan keputusan	17, 18, 19		
		Mendapatkan masukan yang membantu memahami situasi	20, 21, 22		
4	Dukungan penghargaan/penilaian	Mendapatkan bantuan dalam mengevaluasi pilihan	23, 24, 25, 26		7
		Mendapatkan umpan balik yang konstruktif	27, 28, 29		

F. Validitas dan Realibilitas

1. Bukti Validitas

Validitas dalam penelitian mengacu pada seberapa baik suatu tes atau skala dapat mengukur apa yang ingin diukur. Jika hasil pengukuran memberikan data yang akurat dan benar yang benar-benar mencerminkan variabel yang diukur sesuai dengan tujuan yang dimaksud, maka pengukuran tersebut dianggap valid. Di sisi lain, suatu pengukuran dianggap valid jika dilakukan dengan benar dan tepat; jika tidak, validitasnya akan rendah karena hasil tes tidak relevan dengan tujuan penelitian (Azwar 2020). Pengujian validitas dilakukan untuk memastikan bahwa alat ukur tersebut benar-benar dapat mengukur variabel yang diukur. Berdasarkan jumlah responden, yaitu 294, dan tingkat signifikansi 5 % (0,05), nilai tabel r adalah 0,113. Jadi, suatu item dianggap valid jika nilai Korelasi Pearson -nya lebih tinggi dari 0,113.

Tabel 3. 5 Daya Beda Item Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	item		Jumlah
		Memenuhi	Tidak memenuhi	
1	Penerimaan diri	1, 2, 3, 4 5, 6	-	6
2	Hubungan dengan orang lain	7, 8, 9, 10 11, 12	-	6
3	otonomi	13, 14, 15, 16 17, 18	-	6
4	Penguasaan lingkungan	19, 20, 21, 22, 23, 24	-	6
5	Tujuan hidup	25, 26, 27, 28 29, 30	-	6
6	Pertumbuhan pribadi	31, 32, 33, 34 35, 36	-	6
Total		36	-	36

Berdasarkan pada tabel tersebut, diketahui bahwa setiap aitem pada variable kesejahteraan psikologi dinyatakan memiliki daya beda yang memenuhi kriteria

Tabel 3. 6 Daya Beda Item *Growth Mindset*

No	Aspek	Item		Jumlah
		Memenuhi	Tidak Memenuhi	
1	Keyakinan pada Kealamiahannya Kemampuan (<i>Core Belief about the Nature of Ability</i>)	1,2,3,4	-	4
2	Sikap terhadap tantangan (<i>attitude towards challenges</i>)	5,6, 7,8	-	4
3	Pandangan terhadap usaha (<i>view on effort</i>)	9, 10 12, 13, 14	11	6
4	Respon terhadap kritik dan Umpan Balik (<i>Respon to Criticism and Feedback</i>)	15, 16 17, 18	-	4
5	Pandangan terhadap kesuksesan orang lain (<i>View on the Success of Others</i>)	19, 20 21, 22	-	4
Total		21	1	22

Berdasarkan pada table diatas tersebut, terdapat 1 aitem yang tidak valid pada variable *Growth Mindset* yang dimana item tersebut tidak terkorelasi signifikan.

Tabel 3. 7 Daya Beda Item Dukungan Sosial

No	Aspek	Item		Jumlah
		Memenuhi	Tidak Memenuhi	
1	Dukungan emosional	1, 2, 3 4, 5 6, 7	-	7
2	Dukungan instrumental	8, 9, 10 11, 12	-	5
3	Dukungan informasi	13, 14, 15, 16, 18, 19 20, 21, 22	17	10
4	Dukungan penghargaan/penilaian	23, 24, 25, 26 27, 28, 29	-	7
Total		28	1	29

Berdasarkan pada table diatas tersebut, terdapat 1 aitem yang tidak valid pada variable dukungan sosial yang dimana item tersebut tidak terkorelasi signifikan.

2. Estimasi Realibilitas

Realibilitas dalam penelitian adalah kemampuan suatu pengukuran untuk menghasilkan data yang konsisten dan dapat dipercaya. Reliabilitas juga dikenal dengan istilah lain seperti konsistensi, kepercayaan, keteladanan, dan keajegan, yang semuanya mengacu pada sejauh mana hasil pengukuran tersebut stabil dan tidak berubah-ubah (Azwar 2020). Reliabilitas adalah metode untuk mengungkap mana suatu indikator atau elemen dalam penelitian yang menunjukkan konsistensi. Kuesioner dinyatakan dapat diandalkan bila respon individu terhadap pernyataan tetap sama dan stabil dari waktu

ke waktu atau ketika diukur kembali (Azwar 2015). Untuk menentukan koefisien akustik dari instrumen dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan bantuan Stasitical Package for Social Sciences (SPSS) 31.00 untuk sistem operasi Windows. Suatu variabel dianggap reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih dari 0,6.

Tabel 3. 8 Nilai Reabilitas

Interval Koefisien	Interpretasi
0,00-0,20	Sangat Lemah
0,21-0,40	Lemah
0,41-0,60	Cukup
0,61-0,80	Tinggi
0,81-1,00	Sangat Tinggi

Berikut merupakan tabel tingkat reliabilitas dari 3 variabel tersebut:

Tabel 3. 9 Reabilitas Konsistensi Internal

No	Variabel	Aitem	<i>Cronbach's Alpha</i>
1	Kesejahteraan psikologis	36	0. 918
2	<i>Growth Mindset</i>	22	0. 824
3	Dukungan sosial	29	0. 879

Berdasarkan dari hasil tabel estimasi reliabilitas tersebut, diketahui bahwa skor kesejahteraan psikologi menunjukkan hasil nilai *Cronbach's Alpha* 0. 918, skor *Growth Mindset* menunjukkan nilai 0. 824, dan dukungan sosil menunjukkan nilai 0. 879. Dari hasil nilai *Cronbach's Alpha* tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ketiga skor tersebut dinyatakan reliabel.

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh (Suryawan 2025) bahwasannya pada penelitian tersebut menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* pada variable *growth mindset* sebesar 0,953 yang termasuk dalam golongan sangat reliabel. Serta nilai *Cronbach's Alpha* pada variable *social support* sebesar 0,918 yang termasuk dalam golongan sangat reliabel. Serta nilai *Cronbach's Alpha* pada variabel *psychological well being* sebesar 0,951 yang juga termasuk dalam golongan sangat reliabel. Jadi dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji reabilitas pada peneliti sebelumnya angka reliabel lebih tinggi.

3. Analisis Data

Menurut Creswell (2014), penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain penelitian *ex-post facto*, yang dilakukan setelah fenomena terjadi. Penelitian ini berusaha untuk menunjukkan bagaimana variabel moderasi mempengaruhi pengaruh variabel independen dan dependen. Selanjutnya, hasil data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan metode Analisis Regresi Moderat (MRA) menggunakan program SPSS 25. Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan analisis data. Ini termasuk uji normalitas sebaran, linearitas hubungan, kemudian multikolinieritas.

1. Uji Asumsi

a. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memeriksa apakah data variabel yang dikumpulkan mengikuti distribusi normal. Jika hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi di atas 0,05, berarti data tersebut terdistribusi secara normal. Namun, jika

nilainya di bawah 0,05, hal itu menunjukkan bahwa distribusi data variabel tersebut tidak normal(Sugiyono, 2017).

b. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk membandingkan dua variabel guna menunjukkan adanya hubungan linear antara variabel independen dan dependen. Variabel independen menerima skor lebih tinggi, sementara variabel dependen mendapat skor lebih rendah. Uji ini juga memastikan bahwa hubungan antar variabel bergantung pada variabel independen. Berdasarkan metode uji linearitas, hubungan dianggap linear jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, dan non-linear jika kurang dari 0,05.

c. Uji Multikolinearitas

Dalam penelitian kuantitatif, uji multikolinearitas digunakan untuk menentukan apakah ada kemiripan antara masing-masing variabel independen. Uji multikolinearitas juga bertujuan untuk menguji model regresi yang menunjukkan korelasi antara variabel independen (bebas). Jika hasil analisis menunjukkan bahwa salah satu variabel menunjukkan multikolinearitas, maka model regresi harus diulang. Namun, hasil analisis model regresi bebas multikolinearitas harus memiliki batas VIF di bawah 10 dan angka tolerabilitas di atas 0,10.

2. Uji Statistik Deskriptif

Uji statistik deskriptif memiliki tujuan untuk memberikan gambaran tentang seberapa tinggi atau rendah hasil dari data. Data yang diperoleh dari penelitian akan melalui beberapa langkah pemrosesan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 31 untuk Windows. Setelah itu, langkah kategorisasi akan dilakukan untuk membagi individu ke dalam kelompok yang berbeda secara bertahap, yang dimulai dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan skala atribut yang diukur .

3. Uji hipotesis

a. Uji process makro Andrew F. Hayes

Proses Makro Andrew F. Hayes adalah fitur tambahan yang dapat diintegrasikan ke dalam perangkat lunak SPSS. Fitur ini berfungsi untuk menguji variabel yang diusulkan untuk bertindak sebagai variabel moderasi atau mediasi. Dalam penelitian ini, makro proses versi 4.2 digunakan. Makro proses ini juga digunakan untuk menguji heteroskedastisitas kesalahan standar. Penilaian dilaksanakan dengan menggunakan nilai pasangan atau nilai p yang dihasilkan dari pengujian statistik. Apabila nilai $p < 0,05$, hal ini menandakan bahwa variabel moderator yang dihipotesiskan mampu memoderasi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

4. Uji korelasi

Uji korelasi mengukur tingkat keeratan hubungan antara dua variabel bebas dan terikat. Skor yang lebih tinggi untuk variabel bebas dan skor yang lebih rendah untuk variabel terikat menunjukkan adanya hubungan, sedangkan skor di bawah 0,05 menunjukkan tidak ada hubungan (Sugiyono, 2017).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. PELAKSANAAN PENELITIAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di kota Malang, sebuah kota pendidikan yang memiliki banyak perguruan tinggi dan dikenal sebagai pusat mahasiswa rantau dari berbagai daerah di Indonesia. Fokus lokasi penelitian adalah pada mahasiswa rantau, yaitu mahasiswa yang berasal dari luar kota Malang dan menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Malang.

Lokasi spesifik dapat mencakup kampus-kampus utama di Malang yang banyak diisi oleh mahasiswa rantau, seperti Universitas Brawijaya, Universitas Negeri Malang, dan perguruan tinggi swasta terkemuka lainnya. Selain itu, tempat tinggal mahasiswa rantau di sekitar wilayah kampus menjadi lokasi pengumpulan data, karena hubungan antara *Growth Mindset*, kesejahteraan psikologis, dan dukungan sosial juga terjadi dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Karakteristik lokasi ini penting karena Malang sebagai kota pendidikan menyediakan lingkungan sosio-kultural yang mendukung interaksi sosial dan berbagai bentuk dukungan sosial, yang berperan sebagai variabel moderator dalam penelitian. Keberagaman latar belakang mahasiswa rantau, mulai dari budaya, bahasa, dan sistem dukungan keluarga dan teman di kota perantauan, menambah kompleksitas dan kekayaan data penelitian.

Dengan demikian, lokasi penelitian di Malang memberikan konteks yang sesuai untuk mengkaji hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis yang

dimoderatori oleh dukungan sosial pada mahasiswa rantau, mengingat peran penting dukungan sosial dalam adaptasi dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang hidup jauh dari rumah asal.

2. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama bulan yakni pada tanggal 14 september 2025 - oktober 2025. Pengambilan data berlangsung selama 1 bulan lebih yakni mulai tanggal 14 september 2025 -27 oktober 2025 dengan memberikan skala berupa link gform kepada responden yang memiliki kriteria tersebut. Penelitian ini berlokasi di malang dengan kriteria PTN yang ada di malang tersebut.

3. Jumlah Responden Penelitian

Jumlah responden penelitian adalah banyaknya individu atau subjek yang dijadikan sumber data dalam suatu penelitian pada periode tertentu. Responden dalam penelitian ini mencakup sejumlah mahasiswa yang sudah tinggal 1 tahun di malang dan sedang kuliah di beberapa kampus perguruan tinggi negeri di malang.

Berikut adalah kriteria responden yang sesuai dengan kriteria pada sampel penelitian :

Tabel 4. 1 Jummlah Responden Setiap Kampus

NAMA KAMPUS	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
UIN MALANG	137	46,7%
UNIVERSITAS BRAWIJAYA	69	23,3%
UNIVERSITAS NEGERI MALANG	49	16,75
POLITEKNIK NEGERI MALANG	39	13,3%
JUMLAH	294	100%

Berdasarkan table diatas bahwasanya terdapat 137 responden yang kuliah di uin malang, 69 responden kuliah di universitas brawijaya, 49 responden kuliah di universitas negeri malang, dan 39 diantaranya berada di universitas politekik negeri malang.

Tabel 4. 2 Jumlah Responden Yang Berasal Dari Luar Jawa

ASAL	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
Sumatra	142	48,3%
Bali	81	27,6%
Kalimantan	41	13,8%
Sulawesi	10	3,4%
Daerah Timur (Ntt, Ntb, Maliku, Papua, Dsk)	20	6,9%
JUMLAH	294	100%

Berdasarkan dari table diatas bahwasannya terdapat 142 responden yang berasal dari Sumatra, 81 responden yang berasal dari bali, 41 responden yang berasal dari Kalimantan, 10 responden yang berasal dari Sulawesi, serta 20 responden yang berasal dari daerah timur (papua, ntt, ntb dan sekitarnya).

Tabel 4. 3 Jumlah Jenis Kelamin

JENIS KELAMIN	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
L	99	33,3%
P	195	67,7%
JUMLAH	294	100%

Adapun dari jumlah jenis kelamin dari responden yaitu 99 responden yang berjenis kelamin laki-laki dan 195 responden yang berjenis kelamin perempuan.

4. Prosedur dan administrasi pengambilan data

Proses penelitian mencakup tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap analisis data. Dalam tahap persiapan, peneliti mengawali kegiatan dengan mencari permasalahan di lapangan menggunakan teknik wawancara langsung di lokasi studi. Setelah itu, peneliti merumuskan masalah secara sistematis dengan

menentukan variabel penelitian berdasarkan meta-analisis, menyusun latar belakang penelitian, mencari teori pendukung yang tepat, serta menetapkan metode dan instrumen penelitian yang akan dipakai. Pembuatan instrumen penelitian dilakukan dengan mengadopsi skala penelitian dari carol D. ryff (2014) untuk mengukur variable kesejahteraan psikologi, dweck (2006) untuk mengukur variabel *Growth Mindset*, dan Serafino (2011) untuk mengukur variabel dukungan sosial. Alat ukur tersebut kemudian di terjemahkan kedalam Bahasa indonesia dan di sesuaikan dengan kondisi responden.

Tahapan pelaksanaan penelitian ini terdiri dari Pembagian tiga skala penelitian , yaitu skala untuk kesejahteraan psikologis, *Growth Mindset*, dan dukungan sosial , yang akan diberikan kepada responden yang telah dipilih sebagai sampel. Selanjutnya analisis data dilakukan dengan menggunakan Excel 2021 dan aplikasi SPSS versi 21 untuk Windows. Setelah menguji data, peneliti kemudian mulai menyusun laporan hasil penelitian beserta pembahasan berdasarkan teori yang relevan.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna mengecek apakah distribusi data yang diperoleh mendekati pola distribusi normal. Variabel dianggap berdistribusi normal apabila nilai Asymp. Sig. melebihi 0,05 (5%), dan tidak normal jika kurang dari 0,05. Penelitian ini menerapkan Uji Kolmogorov-Smirnov Satu Sampel melalui perangkat lunak IBM SPSS 31 untuk Windows. Berikut adalah hasil uji normalitas yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. 4 Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		294
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std Deviation</i>	10.95952594
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	,057
	<i>Positive</i>	,037
	<i>Negative</i>	-,057
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,22

Dari tabel yang ada, dengan N = 294, ditemukan bahwa nilai Kolmogorov-Smirnov adalah 0,022. Nilai signifikansi dari Kolmogorov-Smirnov tercatat 0,021, yang berarti data tersebut tidak berdistribusi normal, karena nilai signifikansinya masih di bawah 0,05. Langkah selanjutnya adalah menghapus data ekstrim yang membuat distribusi data tidak normal, dengan cara melakukan penghapusan outlier pada nomor 5,7,8,17,19,21,36,43,49,61,66,103, dan 155. Berikut ini hasil ujinormalitas outlier:

Tabel 4. 5 Uji Normalitas Outlier

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		281
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std Deviation</i>	9.25421473
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	,049
	<i>Positive</i>	,035
	<i>Negative</i>	-,049
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,97

Dari tabel tersebut diperoleh informasi bahwa jumlah data (N) adalah 281 akibat proses penghilangan outlier. Angka signifikansi Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai 0,97, yang lebih besar dari 0,05. yang berarti bahwa dapat disimpulkan data ini sudah berdistribusi normal.

b. Uji multikolinieritas

Uji multikolinearitas berfungsi untuk menilai apakah terdapat korelasi kuat antara variabel independen pada model regresi linier berganda. Model dinyatakan bebas dari multikolinearitas apabila nilai toleransi $\geq 0,10$ dan VIF < 10 . Namun, jika toleransi $< 0,10$ dan VIF ≥ 10 , maka terdapat masalah multikolinearitas.

Tabel 4. 6 Uji Multikolinieritas

<i>Coefficients</i>			
Model		<i>Collinearity Statistics</i>	
		<i>Tolerance</i>	VIF
1	<i>Growth Mindset</i>	,987	1,014
	Dukungan sosial	,987	1,014

a. *Dependent Variable: kesejahteraan psikologi*

Berdasarkan table tersebut didapati hasil bahwa variabel independent (kesejahteraan psikologi) memiliki nilai *variance inflation factor* (VIF) sebesar $1,014 < 10$ dan *tolerance* sebesar $0,987 > 0,10$. Variabel moderator (dukungan sosial) memiliki nilai *variance inflation factor* (VIF) sebesar $1,014 < 10$ dan *tolerance* sebesar $0,987 > 10$. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel independen dan moderator yang digunakan dalam penelitian ini terbebas dari gejala multikolinearitas.

c. Uji linieritas

Uji linieritas adalah salah satu metode klasik untuk menguji hipotesis . Metode ini digunakan untuk memeriksa apakah ada hubungan linier antara variabel data X dan Y. Hubungan dianggap linier jika nilai Sig. pada baris Devi dari Linieritas lebih besar dari

nilai signifikansi yang ditetapkan, yaitu 0,05. Uji linearitas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS 31 *for Windows*. Pengujian linieritas data dalam penelitian ini tersaji dalam tabel berikut ini :

Tabel 4. 7 Uji Linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan psikologi * dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	55472.022	260	213.354	34.265	.000
		Linearity	1619.184	1	1619.184	260.040	.000
		Deviation from Linearity	53852.837	259	207.926	33.393	.000
	Within Groups		124.533	20	6.227		
	Total		55596.555	280			

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas, diketahui bahwa hubungan antara variabel moderator (dukungan sosial) dengan dependen (kesejahteraan psikologi) bersifat lemah dengan nilai signifikansi 0,000 (Sig. < 0,05).

Tabel 4. 8 Uji Linieritas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan psikologi * <i>Growth Mindset</i>	Between Groups	(Combined)	54563.388	258	211.486	4.503	.000
		Linearity	6803.689	1	6803.689	144.876	.000
		Deviation from Linearity	47759.700	257	185.835	3.957	.000
	Within Groups		1033.167	22	46.962		
	Total		55596.555	280			

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas, diketahui bahwa hubungan antara variabel independen (*Growth Mindset*) dengan dependen (kesejahteraan psikologi) bersifat lemah dengan nilai signifikansi 0,000 (Sig. < 0,05). Untuk kedua hubungan kesejahteraan psikologi * dukungan sosial dan *Growth Mindset* * kesejahteraan psikologi, hasil uji menunjukkan bahwa asumsi linearitas tidak terpenuhi.

2. Analisis Deskriptif

Uji analisis deskriptif adalah salah satu tahap dalam penelitian yang dapat memberikan informasi tentang ciri-ciri responden. L.M. Nasution (2017) menyatakan bahwa tujuan analisis ini adalah untuk menarik kesimpulan tentang hasil penelitian berdasarkan satu sampel. Nilai yang diberikan oleh responden selanjutnya digunakan sebagai dasar untuk mengelompokkan mereka ke dalam beberapa kategori. Dalam penelitian ini, kategori yang dipakai adalah rendah, sedang, dan tinggi. Tabel ini menunjukkan nilai yang bersifat hipotetik dan empiric untuk ketiga variabel. Dengan menggunakan nilai-nilai hipotetik dan empiric tersebut, peneliti akan melakukan pengelompokan berdasarkan nilai yang didapat oleh setiap responden. Setiap variabel memiliki rentang angka yang berbeda di setiap kategori.

Tabel 4. 9 Uji Analisis Deskriptif empiric

	N	Descriptive Statistics			
		Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kesejahteraan psikologi	281	68	144	93.67	14.091
<i>Growth Mindset</i>	281	46	84	56.49	8.073
Dukungan sosial	281	68	112	86.23	10.777
Valid N (listwise)	281				

Berdasarkan hasil uji deskriptif diatas, hasil gambaran distribusi data dari peneliti adalah :

1. Nilai minimum 68 dan maksimum 144 menunjukkan rentang skor yang lebar, menandakan ada responden dengan kesejahteraan psikologis cukup rendah hingga sangat tinggi.
2. Rata-rata (mean) 93,67 mengindikasikan bahwa secara umum tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa berada pada kategori sedang menuju

tinggi, sedangkan standar deviasi 14,091 menunjukkan keragaman kondisi kesejahteraan antar responden yang cukup besar.

3. Nilai minimum 46 dan maksimum 84 menunjukkan bahwa tidak ada responden yang benar-benar sangat rendah maupun sangat maksimal dalam growth mindset, namun tetap terdapat rentang perbedaan yang jelas.
4. Rata-rata 56,49 menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki growth mindset pada tingkat sedang, sementara standar deviasi 8,073 menandakan variasi keyakinan terhadap pengembangan kemampuan yang moderat antar responden.
5. Nilai minimum 68 dan maksimum 112 memperlihatkan bahwa ada responden yang merasakan dukungan sosial relatif rendah sampai cukup tinggi dari lingkungan sekitarnya.
6. Rata-rata 86,23 menunjukkan bahwa secara umum tingkat dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa cenderung sedang ke arah tinggi, sedangkan standar deviasi 10,777 menandakan adanya perbedaan persepsi dukungan sosial yang cukup nyata antar individu.

Tabel 4. 10 Uji Analisis Deskriptif Hipotetik

	Descriptive Statistics				
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kesejahteraan psikologi	281	36	144	90	18
<i>Growth Mindset</i>	281	22	88	55	11
Dukungan sosial	281	29	116	72,50	14,50
Valid N (listwise)	281				

Berdasarkan hasil uji deskriptif diatas, hasil gambaran distribusi data dari peneliti adalah :

1. Skor minimum hipotetik 36 dan maksimum 144 menunjukkan rentang teoritis yang sangat lebar, dari kondisi kesejahteraan psikologis sangat rendah hingga sangat tinggi.
2. Rata-rata hipotetik 90 dengan standar deviasi 18 mengindikasikan bahwa secara teoretis posisi tengah distribusi skor berada pada kategori sedang, dengan sebaran yang cukup besar di sekitar nilai rata-rata, sehingga secara teori banyak responden diharapkan berkumpul di kisaran 72–108
3. Skor minimum 22 dan maksimum 88 menunjukkan bahwa instrumen growth mindset dirancang untuk mengukur tingkat keyakinan pengembangan kemampuan dari sangat rendah hingga sangat tinggi.
4. Nilai mean hipotetik 55 dan standar deviasi 11 menandakan titik tengah teoretis pada kategori sedang, dengan variasi skor moderat sehingga mayoritas skor diharapkan berada dalam kisaran sekitar 44–66 pada populasi yang berdistribusi normal.
5. Skor minimum 29 dan maksimum 116 menggambarkan rentang dukungan sosial teoretis yang luas, mulai dari dukungan sosial yang hampir tidak dirasakan sampai dukungan yang sangat tinggi.
6. Rata-rata 72,50 dengan standar deviasi 14,50 menunjukkan bahwa secara hipotetik tingkat dukungan sosial berada pada kategori sedang, dengan keragaman skor yang cukup tinggi; secara teoretis banyak responden akan berada di sekitar kisaran 58–87, yang menggambarkan perbedaan pengalaman dukungan sosial antar individu.

Berikut adalah penjelasan tentang kategorisasi data untuk setiap variabel.

a. Kategorisasi variabel

Berdasarkan uji deskriptif yang bersifat hipotetik telah dilakukan kepada 281 responden, didapati kategorisasi masing-masing variabel sebagai berikut:

Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$
Sedang	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$
Tinggi	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$

Berdasarkan uji deskriptif yang bersifat empirik telah dilakukan kepada 281 responden, didapati kategorisasi masing-masing variabel sebagai berikut:

Tabel 4. 12 Kategorisasi Variabel

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

Untuk memahami kategori setiap variabel, peneliti melakukan kategorisasi rentang untuk setiap responden dengan membagi menjadi tiga tingkat, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dalam perhitungan kategorisasi ini, peneliti memanfaatkan microsoft excel versi 31 untuk Windows Hasil yang di dapat pada masing-masing variabel sebagai berikut:

a. Kesejahteraan psikologis

Tabel 4. 13 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologi

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	25	9%
2	Sedang	217	77%
3	Tinggi	39	14%
Jumlah		281	100%

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 39 responden yang termasuk dalam kategori tinggi pada skala kesejahteraan psikologis yang bersifat empiris, yang menunjukkan persentase sebesar 14%. Kategori sedang diisi oleh 217 responden dengan persentase 77%. Sementara itu, kategori rendah terdiri dari 25 responden yang memiliki persentase 9%.

Sedangkan secara hipotetik dapat di kategorisasikan ;

Tabel 4. 14 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologi

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	3	1%
2	Sedang	1	0%
3	Tinggi	277	99%
Jumlah		281	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa ada 277 responden yang masuk dalam kategori tinggi pada skala kesejahteraan psikologis, yang berarti sekitar 99%. Sementara itu, hanya 1 responden yang termasuk dalam kategori sedang, dengan persentase 0%. Untuk kategori rendah, terdapat 3 responden dengan persentase 1%.

b. *Growth Mindset*

Tabel 4. 15 Kategorisasi Variabel *Growth Mindset*

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	11	4%
2	Sedang	230	82%
3	Tinggi	40	14%
Jumlah		281	100%

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 40 responden yang termasuk dalam kategori tinggi pada skala *Growth Mindset* yang bersifat hipotetik, yang menunjukkan persentase sebesar 14%. Kategori sedang diisi oleh 230 responden dengan persentase 82%. Sementara itu, kategori rendah terdiri dari 11 responden yang memiliki persentase 4%.

Sedangkan secara hipotetik dapat dikategorisasikan :

Tabel 4. 16 Kategorisasi Variabel *Growth Mindset*

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	3	1%
2	Sedang	1	0%
3	Tinggi	277	99%
Jumlah		281	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa ada 277 responden yang masuk dalam kategori tinggi pada skala *Growth Mindset*, yang berarti sekitar 99%. Sementara itu, hanya 1 responden yang termasuk dalam kategori sedang, dengan persentase 0%. Untuk kategori rendah, terdapat 3 responden dengan persentase 1%.

c. Dukungan sosial

Tabel 4. 17 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	42	15%
2	Sedang	185	66%
3	Tinggi	54	19%
Jumlah		281	100%

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 54 responden yang termasuk dalam kategori tinggi pada skala *Growth Mindset* yang bersifat hipotetik, yang menunjukkan persentase sebesar 19%. Kategori sedang diisi oleh 185 responden dengan persentase 66%. Sementara itu, kategori rendah terdiri dari 42 responden yang memiliki persentase 15%.

Sedangkan secara hipotetik dapat di kategorisasikan :

Tabel 4. 18 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	3	1%
2	Sedang	2	1%
3	Tinggi	276	98%
Jumlah		281	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa ada 276 responden yang masuk dalam kategori tinggi pada skala dukungan sosial, yang berarti sekitar 98%. Sementara itu, hanya 2 responden yang termasuk dalam kategori sedang, dengan persentase 1%. Untuk kategori rendah, terdapat 3 responden dengan persentase 1%.

3. Uji Hipotesis

Keputusan yang diambil dalam penelitian ini didasarkan pada hasil analisis data yang dilakukan menggunakan *Process Macro Analysis* dengan metode

Moderated Regression Analysis. Hasil analisis moderasi dapat dilihat dari hasil berikut :

Tabel 4. 19 Process Macro Analysis

Variabel	Coeff (β)	t	Sig.(p)	R-sq
<i>Growth Mindset</i>	0,754	9,654	0,000	0,637
Dukungan Sosial	0,432	9,014	0,000	0,637
Int__1	0,042	7,251	0,000	0,637

**Outcome* Variabel: kesejahteraan psikologi (Y)

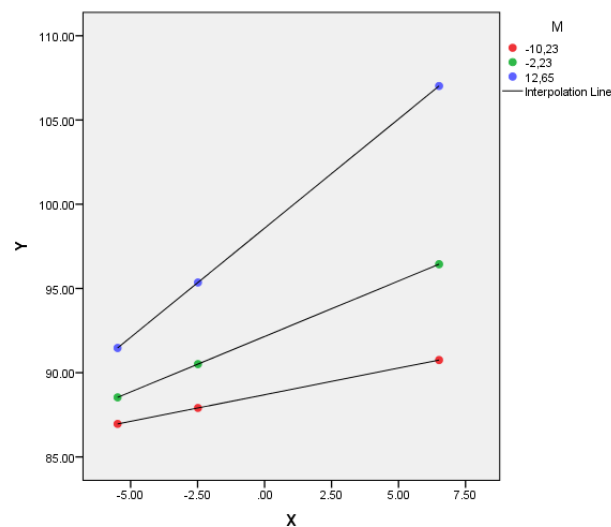
Hasil analisis Proses Makro menunjukkan bahwa dukungan sosial bertindak sebagai variabel moderator dalam hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien *Growth Mindset* sebesar $\beta=0,754$, $T=9.654$, $P=0,000$, serta koefisien dukungan sosial sebesar $\beta=0,432$, $T=9,014$, $P=0,000$. Artinya, semakin tinggi *Growth Mindset* yang dimiliki individu, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya, dan demikian pula dengan semakin tingginya dukungan sosial yang diterima, kesejahteraan psikologis juga akan meningkat. Nilai $R^2=0,637$ menunjukkan bahwa kombinasi variabel *Growth Mindset*, dukungan sosial, dan interaksinya mampu menjelaskan 63,7% variasi dalam kesejahteraan psikologis, sehingga model yang digunakan dapat dikatakan memiliki daya jelaskan yang kuat.

terdapat efek interaksi yang signifikan antara *Growth Mindset* dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis, sebagaimana tercermin dari koefisien interaksi (Int_1) sebesar $\beta=0,042$, $T=7,251$, $P=0,000$. Koefisien interaksi yang positif ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai variabel moderator dalam hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis. Maka pengaruh *Growth Mindset* yang positif terhadap kesejahteraan psikologis

akan menjadi lebih kuat pada individu yang memiliki dukungan sosial tinggi, dan relatif lebih lemah pada individu dengan dukungan sosial yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, tidak hanya penting untuk menumbuhkan pola pikir berkembang, tetapi juga memastikan adanya dukungan sosial yang memadai di lingkungan individu.

Selanjutnya, untuk peran moderasi tersebut juga bisa dilihat dalam bentuk grafik :

Gambar 4 1 Grafik Process Macro Analysis



Grafik interaksi dari uji Process Macro ini dengan jelas menunjukkan adanya efek moderasi yang signifikan dari variabel M terhadap hubungan positif antara X dan Y. Meskipun hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) secara konsisten positif di semua level moderator, kekuatan hubungan tersebut bervariasi. Secara spesifik, gradien garis menjadi semakin curam seiring dengan peningkatan nilai M (dari -10,23 hingga 12,65). Hal ini

berarti bahwa M berfungsi sebagai moderator penguat: semakin tinggi level variabel moderator (M), semakin kuat dan efektif dampak positif dari X dalam memengaruhi peningkatan Y. maka hubungan positif antara X dan Y mencapai puncaknya ketika M berada pada level tinggi.

4. Hasil Uji Korelasi

Uji korelasi yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan korelasi momen produk Pearson. Analisis data untuk penelitian ini dilakukan dengan dukungan perangkat lunak IBM SPSS 31 untuk Windows.

Tabel 4. 20 Uji Korelasi

Variabel	<i>Pearson Correlation</i>	Sig
<i>Growth Mindset</i> dan kesejahteraan psikologi	0,671	0,000

Dari tabel analisis tersebut menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r) sebesar 0,671 dan signifikansi 0 ,000. Ini menunjukkan adanya hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologi. Dengan kata lain, semakin tinggi pertumbuhan pola pikir seseorang, semakin baik kesejahteraan psikologinya. Di sisi lain, jika *Growth Mindset* rendah, maka kesejahteraan psikologinya juga cenderung rendah .

Tabel 4. 21 Uji Korelasi

Variabel	<i>Pearson Correlation</i>	Sig
Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologi	0,440	0,000

Berdasarkan tabel analisis tersebut, nilai koefisien korelasi (r) tercatat sebesar 0,440 dengan tingkat signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, peningkatan dukungan sosial akan diikuti oleh peningkatan kesejahteraan psikologis, sedangkan penurunan dukungan sosial berimplikasi pada penurunan kesejahteraan psikologis.

C. Pembahasan

1. Tingkat kesejahteraan psikologi pada mahasiswa rantau dimalang

Kesejahteraan psikologis Ryff menggambarkan kondisi optimal di mana individu mencapai pemenuhan diri melalui enam dimensi utama: penerimaan diri (penerimaan diri), hubungan positif dengan orang lain (hubungan positif dengan orang lain), otonomi (otonomi), penguasaan lingkungan (penguasaan lingkungan), tujuan hidup (tujuan hidup), dan pertumbuhan pribadi (pertumbuhan pribadi). Model eudaimonic ini menekankan bahwa kesejahteraan bukan sekedar kebahagiaan hedonis, melainkan fungsi psikologis positif yang meliputi pertumbuhan berkelanjutan, pendapatan kekurangan masa lalu, hubungan hangat, kemandirian terhadap norma sosial, pengelolaan lingkungan efektif, serta arah hidup bermakna, sebagaimana dirumuskan dari teori aktualisasi diri Maslow, perkembangan Erikson, dan kesehatan mental Jahoda. Ryff dan Keyes (1995) serta Ryff dan Singer (2008) menegaskan dimensi ini saling terkait untuk mencapai kesejahteraan tinggi. Mahasiswa rantau Dimalang menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis dominan pada kategori sedang (77% responden atau 217 orang dari 281 sampel), dengan rata-rata skor 93,67 (SD=14,091) dari rentang

maksimal 144, mencerminkan adaptasi cukup baik meski tantangan seperti kesepian dan tekanan akademik. Distribusi empirik terdiri dari 14% tinggi (39 orang) dan 9% rendah (25 orang), sementara secara hipotetik hampir 99% masuk kategori tinggi pada skala Ryff enam aspek. Pengukuran menggunakan 36 item skala Likert 4 poin reliabel (Cronbach's $\alpha=0,918$), konsisten dengan responden dari PTN Malang yang tinggal >1 tahun dari luar Jawa.

Temuan penelitian ini memperkuat dari hasil penelitaian yang dilakukan oleh (Safarina et al. 2023) menganalisis kesejahteraan psikologis migran di Aceh melalui pendekatan fenomenologi, mengidentifikasi faktor adaptasi serupa seperti identitas etnis dan dukungan lingkungan, yang memperkaya pemahaman dimensi Ryff pada mahasiswa rantau Indonesia. Integrasi temuan ini menegaskan stabilitas kesejahteraan sedang hingga tinggi, relevan untuk program konseling kampus.

Implikasi utama dari pembahasan ini mencakup pengembangan program konseling kampus yang berfokus pada penguatan enam dimensi kesejahteraan Ryff, khususnya pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup bagi mahasiswa rantau. Dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga, dapat diintegrasikan melalui workshop peer support untuk meredam kesepian dan tekanan adaptasi budaya (Dara et al. 2024).

Hal ini selaras dengan temuan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga berfungsi sebagai pelindung stres, sebagaimana dijelaskan dalam kajian teori Cohen dan Wills (1985). Kategori tingginya juga mencerminkan kemampuan siswa dalam mengelola aspek kesejahteraan seperti penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

Tingkat sedang secara keseluruhan dipengaruhi oleh pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup yang masih berkembang, di mana mahasiswa aktif mengeksplorasi peluang baru meski kadang merasa kurang bermakna. Korelasi positif kuat antara *Growth Mindset* ($r=0,671$, $p=0,000$) dan dukungan sosial ($r=0,440$, $p=0,000$) dengan kesejahteraan psikologis menjelaskan sebagian besar variasi ini. Dukungan sosial sebagai moderator memperkuat hubungan tersebut, terutama pada level tinggi.

Secara keseluruhan, kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di Malang stabil pada level sedang hingga tinggi, didukung *Growth Mindset* dan dukungan sosial yang memfasilitasi ketahanan di tengah transisi budaya. Penelitian ini relevan bagi pengembangan program konseling kampus untuk mempertahankan tren positif tersebut.

2. Tingkat *Growth Mindset* Pada Mahasiswa Rantau Dimalang

Growth Mindset yang dimiliki mahasiswa rantau dalam penelitian tersebut juga berperan dalam cara mereka memanfaatkan dukungan sosial. Mahasiswa dengan *Growth Mindset* lebih tinggi cenderung melihat dukungan teman, keluarga, maupun lingkungan kampus sebagai sumber belajar dan penguatan diri, bukan sekadar bantuan sesaat. Dengan demikian, pada tingkat sedang–tinggi, *Growth Mindset* membantu mahasiswa mengubah pengalaman sulit di perantauan menjadi kesempatan untuk berkembang secara akademik dan emosional. Tingkat *Growth Mindset* pada mahasiswa rantau di Malang menunjukkan dominasi kategori sedang dengan skor mean 56,49 dari rentang 46–84 dan standar deviasi 8,073. Sebanyak 82% responden (230 dari 281) berada

pada kategori sedang, sementara 14% (40 responden) mencapai kategori tinggi dan 4% (11 responden) pada kategori rendah. Secara hipotetik, 99% responden berada pada kategori tinggi, menandakan potensi instrumen yang cenderung mengukur positif. Hal ini berarti bahwa di tingkat rata-rata (sedang) yang umumnya dimiliki oleh mahasiswa, *Growth Mindset* menjadi faktor psikologis yang meningkatkan efektivitas dukungan sosial. Mahasiswa yang meyakini bahwa mereka dapat berkembang biasanya lebih baik dalam memanfaatkan dukungan emosional, informasi, dan juga bantuan praktis untuk menghadapi tekanan akademik dan beradaptasi saat jauh dari rumah.

Temuan ini sejalan dengan studi Dweck (2006) yang menyatakan bahwa individu ber-*Growth Mindset* memandang tantangan sebagai peluang pertumbuhan, sehingga mengubah dukungan menjadi penguatan diri berkelanjutan.

Penelitian ini memperkaya model yang dikemukakan oleh Carol Dweck dalam budaya Indonesia. Distribusi data yang miring, dengan hanya 4% yang rendah, menunjukkan bahwa instrumennya sensitif. Namun, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mendapatkan sampel yang lebih bervariasi. Implikasi praktiknya adalah pengembangan program kampus, seperti workshop tentang pola pikir berkembang yang terintegrasi dengan mentoring sebaya. Ini dapat memaksimalkan penggunaan jaringan sosial baru bagi 281 responden, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.

Peran *Growth Mindset* dalam mentransformasi kesulitan perantauan menjadi peluang akademik-emosional mirip dengan Blackwell et al. (2007), di

mana intervensi mindset meningkatkan adaptasi terhadap stres siswa. Penelitian ini menambah nilai dengan distribusi 99% hipotetis pada kategori tinggi, menunjukkan sensitivitas instrumen terhadap variasi sedang di Malang (Suryawan 2025). Penelitian sebelumnya oleh (Lestari, Adira, and Mukminin 2024) mendukung hal ini, dengan menjelaskan bahwa *Growth Mindset* mendorong motivasi dan usaha individu untuk berkembang, selaras dengan adaptasi mahasiswa rantau yang memanfaatkan dukungan sosial

3. Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologi Dan *Growth Mindset* Pada Mahasiswa Rantau Di Malang

Nilai korelasi Pearson antara pola pikir pertumbuhan (variabel independen) dan kesejahteraan psikologis (variabel dependen) adalah $r = 0,671$ dengan $p < 0,001$, menunjukkan hubungan positif yang kuat dan sangat signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis di kalangan siswa terhubung dengan beberapa dimensi seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kendali atas lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi cenderung menunjukkan keterlibatan akademik yang lebih baik, daya tahan stres lebih kuat, dan kemampuan pemecahan masalah yang lebih efektif, sebagaimana ditemukan dalam kajian mengenai psychological well-being pada mahasiswa. Jika dalam hasil sebagian besar subjek berada pada kategori kesejahteraan psikologis sedang hingga tinggi, maka hal itu dapat diartikan bahwa komponen-komponen seperti dukungan sosial, regulasi emosi, dan manajemen

waktu telah berfungsi cukup baik dalam konteks kehidupan perkuliahan mereka (Studi and Pendidikan 2022).

Selain itu, temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Savira dan Supriyadi (2018) yang menemukan bahwa pola pikir berkembang berkorelasi positif dengan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Mahasiswa yang memiliki tingkat *Growth Mindset* tinggi cenderung memandang tantangan akademik sebagai peluang untuk tumbuh, bukan sebagai ancaman terhadap harga diri. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap kemampuan diri dan kesediaan untuk belajar dari pengalaman berperan penting dalam menciptakan kesejahteraan psikologis yang optimal pada mahasiswa. Hasil ini juga mendukung penelitian oleh Putri dan Setiawan (2020) yang menekankan bahwa meningkatnya kesejahteraan psikologis terkait erat dengan kemampuan regulasi emosi dan dukungan sosial. Dalam konteks mahasiswa, pola pikir berkembang membantu mereka mengelola stres akademik dengan lebih adaptif melalui kesadaran akan potensi diri dan penerimaan terhadap proses belajar yang berkelanjutan. Dukungan sosial dari teman sebaya dan lingkungan kampus memperkuat hubungan ini dengan menyediakan rasa aman dan keterhubungan emosional.

Hasil ini mengimplikasikan pentingnya dukungan psikologis dan sosial bagi mahasiswa agar mereka dapat mempertahankan kesejahteraan mentalnya. Layanan konseling kampus dan kegiatan pengembangan diri seperti pelatihan regulasi emosi, manajemen stres, serta pengelolaan waktu perlu diperkuat. Intervensi semacam ini membantu mahasiswa untuk lebih tangguh, fleksibel, dan

mampu mengelola tekanan akademik secara positif, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Hubungan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa umumnya bersifat positif, artinya semakin tinggi *Growth Mindset*, semakin baik pula kondisi kesejahteraan psikologisnya. Beberapa studi menemukan bahwa *Growth Mindset* berkontribusi pada berbagai aspek kesejahteraan, misalnya penurunan stres akademik, peningkatan school well-being, hingga terbentuknya rasa aman secara psikologis dalam lingkungan belajar. Jika dalam penelitian pada file diperoleh korelasi positif dan signifikan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis, hal ini mendukung temuan sebelumnya bahwa pola pikir berkembang membantu mahasiswa melihat tekanan akademik sebagai tantangan yang dapat dikelola, bukan ancaman terhadap harga diri (Psikologi and Tarumanagara 2025).

Solusi dari mahasiswa sendiri, hasil penelitian ini dapat dijadikan refleksi untuk menumbuhkan keyakinan bahwa kemampuan akademik dan pribadi tidak bersifat tetap, melainkan dapat dikembangkan melalui usaha, pengalaman, dan kemauan belajar. Pemahaman ini mendorong mereka lebih berani menghadapi tantangan, meningkatkan keuletan dalam beradaptasi, serta memperkuat rasa tujuan hidup—semuanya merupakan komponen penting dari kesejahteraan psikologis.

4. Hubungan Antara *Growth Mindset* Dan Kesejahteraan Psikologis

Yang Di Moderator Oleh Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Rantau

Penelitian ini menunjukkan hubungan positif signifikan antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Malang, dengan koefisien korelasi Pearson sebesar 0,671 (Sig. 0,000). Semakin tinggi tingkat *Growth Mindset*, semakin meningkat pula kesejahteraan psikologis responden, yang sebagian besar berada pada kategori sedang hingga tinggi (82% sedang, 14% tinggi secara empiris). Hal ini sejalan dengan hipotesis H1 yang diterima, di mana pola pikir berkembang mendorong ketahanan terhadap ketahanan adaptasi seperti kesepian dan tekanan akademik.

Dukungan sosial juga berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis, dengan koefisien korelasi 0,440 (Sig. 0,000), mendukung hipotesis H2. Responden menunjukkan tingkat dukungan sosial yang dominan tinggi (19% empiris, 98% hipotetis), berupa aspek emosional, instrumental, informasi, dan appraisal yang membantu mengurangi perantaraan stres. Dukungan ini bertindak sebagai penyangga stres sesuai teori Cohen dan Wills (1985), memfasilitasi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

Analisis Proses Makro menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai moderator yang penting (koefisien interaksi Int1 0,042, $t=7,251$, $p=0,000$), yang sesuai dengan hipotesis H3. Ketika tingkat dukungan sosial tinggi, pengaruh *Growth Mindset* terhadap kesejahteraan psikologis menjadi lebih kuat (gradien garis lebih curam), dan model regresi mampu menjelaskan 63,7% varians

($R^2=0,637$). Koefisien untuk *Growth Mindset* (0,754, $p=0,000$) dan dukungan sosial (0,432, $p=0,000$) menunjukkan bahwa interaksi ini bersifat positif atau diterima.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan sejumlah temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa *Growth Mindset* berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Beberapa studi internasional menemukan bahwa *Growth Mindset* meningkatkan ketekunan, efikasi diri akademik, dan kemampuan menghadapi kesulitan, yang pada akhirnya memperkuat well-being mahasiswa di perguruan tinggi. Penelitian pada mahasiswa juga menunjukkan bahwa *Growth Mindset* dapat menurunkan kesepian melalui peningkatan kualitas interaksi sosial dan kesejahteraan, sehingga mendukung temuan bahwa mahasiswa rantau dengan pola pikir berkembang lebih mampu beradaptasi dengan tekanan akademik dan kesepian. Dengan demikian, korelasi positif yang kuat antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Malang konsisten dengan pola umum yang ditemukan di berbagai konteks Pendidikan (Meng et al. 2025).

penelitian ini memperlihatkan bahwa dukungan sosial memperkuat pengaruh *Growth Mindset* terhadap kesejahteraan psikologis, yang selaras dengan konsep buffering hypothesis dan model interaksi psikososial kontemporer. Konsep buffering menjelaskan bahwa dukungan sosial menjadi paling efektif ketika individu berada dalam situasi penuh tuntutan, dan dalam konteks mahasiswa rantau, dukungan ini tampak memperbesar manfaat pola pikir berkembang dalam mengelola stres dan tuntutan adaptasi. Di sisi lain, beberapa

penelitian terbaru menunjukkan bahwa *Growth Mindset* sendiri sering berperan sebagai moderator dalam hubungan antara faktor lingkungan (misalnya integritas institusi, dukungan guru, atau paparan stres sosial) dan indikator kesejahteraan atau gangguan psikologis, sehingga pola moderasi yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan tren bahwa variabel mindset dan dukungan/lingkungan saling berinteraksi dalam memengaruhi well-being mahasiswa (“This Week’s Citation Classic ®” 1992).

Penelitian ini juga memberikan kontribusi khas dibandingkan studi terdahulu yang umumnya meneliti mahasiswa reguler atau populasi umum tanpa memperhatikan status perantauan dan asal daerah. Beberapa karya di Indonesia, misalnya pada penyandang disabilitas di komunitas lokal, menemukan bahwa *Growth Mindset* dan social support secara bersama-sama meningkatkan psychological well-being, tetapi tidak secara spesifik menyoroti dinamika kesepian, tekanan akademik, dan adaptasi budaya yang khas pada mahasiswa luar Jawa yang merantau ke Malang. Dengan menempatkan mahasiswa rantau sebagai fokus, penelitian ini menambah bukti bahwa kombinasi pola pikir berkembang dan dukungan sosial yang kuat sangat penting bagi kelompok yang mengalami transisi geografis dan sosial yang intens, dan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi kampus yang lebih kontekstual bagi mahasiswa pendatang (Saputra, Kurniawan, and Kunci 2022)

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh secara keseluruhan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa *Growth Mindset* dan dukungan sosial berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di Malang. Mahasiswa yang mampu menerima diri, menjalin hubungan positif, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara pribadi cenderung lebih mampu beradaptasi dengan tekanan akademik dan tantangan perantauan. Secara umum, mayoritas responden berada pada tingkat kesejahteraan psikologis sedang hingga tinggi, meskipun tetap menghadapi berbagai tuntutan dan perubahan lingkungan.
2. Penelitian ini menunjukkan bahwa *Growth Mindset* berhubungan positif kuat dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa, dengan koefisien korelasi 0,671 dan signifikansi 0,000. Semakin tinggi pola pikir berkembang yang dimiliki mahasiswa, semakin baik kesejahteraan psikologis mereka, karena kesulitan dipandang sebagai peluang belajar sehingga tekanan akademik dan tantangan perantauan tidak mudah menurunkan kondisi psikologis.
3. Analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial memoderasi dan memperkuat hubungan positif antara *Growth Mindset* dan kesejahteraan psikologis. Ketika dukungan sosial tinggi, pengaruh *Growth Mindset* terhadap kesejahteraan psikologis menjadi lebih kuat dan efektif.

Kombinasi pola pikir berkembang dan dukungan sosial yang baik menjadikan mahasiswa rantau lebih tangguh, optimis, dan adaptif di lingkungan akademik dan sosial yang baru.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, diskusi, dan kesimpulan yang diperoleh peneliti selama proses penelitian, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan bisa berguna :

1. Bagi mahasiswa

- a. Saran bagi mahasiswa rantau, penting untuk secara aktif mengembangkan *Growth Mindset* dengan cara mengikuti berbagai kegiatan pengembangan diri, seperti pelatihan, mentoring sebaya, organisasi, maupun kelompok konseling di kampus.
- b. Mahasiswa juga dianjurkan untuk membangun dan memelihara jejaring sosial yang suportif dengan teman, dosen, dan lingkungan sekitar, sehingga dapat saling berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan emosional, serta umpan balik yang konstruktif ketika menghadapi tekanan akademik maupun tantangan hidup di perantauan.

2. Bagi penulis

- a. Dianjurkan untuk memperluas cakupan sampel, misalnya dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai daerah, jenis perguruan tinggi, atau program studi yang berbeda agar hasil penelitian lebih representative.

- b. Menambahkan variabel lain, seperti regulasi emosi, strategi coping stress, atau faktor kontekstual lainnya, serta menggunakan desain penelitian yang lebih beragam (misalnya longitudinal atau mixed-method) agar pemahaman mengenai hubungan antara *Growth Mindset*, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau menjadi lebih mendalam dan komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- (Carol S. Dweck, 2006). 2006. "On Formative Assessment: Readings from Educational Leadership (EL Essentials)," no. 2, 103–16.
<https://doi.org/10.35719/alhikmah.v19i2.71>.
- Alexander, Alfian, Pubelius Imbiri, and Arthur Huwae. 2025. "Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir Social Support and Psychological Well-Being in Final Year Students Who Are Working on Their Final Project" 6 (1): 287–94.
- Amaniah, Rachmah Nur. 2024. "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Perantau" 4:2764–75. <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/4022/1/SKRIPSI.pdf>.
- Arikunto. 2006. "Suharsimi Arikunto, Dkk, Penelitian Tindakan Kelas (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 2-3. 41 Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id," 2–3.
- Azwar, Saifuddin. 2015. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- . 2020. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Burnette, J L O Boyle. 2013. "DO NOT USE TOO COMPLEX - Implicit Theories and Self-Regulation 1 Running Head: IMPLICIT THEORIES AND SELF-REGULATION Mindsets Matter: A Meta-Analytic Review of Implicit Theories and Self-Regulation." *Psychological Bulletin* 139 (3): 655–

701.

Cohen, Sheldon, and Thomas Ashby Wills. 1985. "Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis." *Psychological Bulletin* 98 (2): 310–57.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>.

Dara, Yuliezar Perwira, Prezilia Ramadhanti H, Dea Resta Cicilia A, and Ulifa Rahma. 2024. "WALKING ON TRANSITION : PERAN PERCEIVED SOCIAL SUPPORT (FRIEND) SEBAGAI MODERATOR PADA PSYCHOLOGICAL WELL-BEING TERHADAP PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA BARU" 13 (April): 90–99.

Dweck, Mangels, Jennifer A., Brady Butterfield, Justin Lamb, Catherine Good, and Carol S. 2006. "Why Do Beliefs about Intelligence Influence Learning Success? A Social Cognitive Neuroscience Model." *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 1 (2): 75–86. <https://doi.org/10.1093/scan/nsl013>.

Gumintang, L. 2020. "PENGARUH VARIASI DOSIS PUPUK ORGANIK CAIR KOMBINASI LIMBAH BONGGOL PISANG (Musa Paradisiaca L.) DAN URIN SAPI TERHADAP ...," 20–31.

Hochanadel, Aaron, and Dora Finamore. 2015. "Fixed And Growth Mindset In Education And How Grit Helps Students Persist In The Face Of Adversity." *Journal of International Education Research (JIER)* 11 (1): 47–50. <https://doi.org/10.19030/jier.v11i1.9099>.

Jailani, M Syahran. 2023. "Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif" 1:1–9.

- Lestari, Selfiyani, Nesya Adira, and Ghinaya Ummul Mukminin. 2024. "Eksplorasi Growth Mindset Pada Mahasiswa" 8 (1): 73–80.
- Mahpur, M. 2008. "Mengembangkan Domain Kearifan Pesantren Sebagai Medan Social Konseling Santri." *A Psicanalise Dos Contos de Fadas. Tradução Arlene Caetano*, 125–46.
- Mardapi, Djemari. 2018. *Pengukuran, Penilaian, Dan Evaluasi Pendidikan*. In Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- Melati, Maria Rona Ayu Sekar, and Gendon Barus. 2024. "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau (Studi Deskripsi Korelasi Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)." *Jurnal Inovasi Pendidikan* 1 (4): 74–85.
- Meng, Yicen, Yan Sun, Lizhu Yang, and Yasmin Othman Mydin. 2025. "Mechanisms from Growth Mindset to Psychological Well-Being of Chinese Primary School Students : The Serial Mediating Role of Grit and Academic Self-Efficacy."
- Psikologi, Fakultas, and Universitas Tarumanagara. 2025. "Peranan Growth Mindset In Learning Terhadap Psychological Safety Pada Mahasiswa Di Wilayah Jakarta" 4 (6): 496–507.
- Putri, Riva Nadia, Nurul Hidayah, and Mujidin. 2021. "Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial, Dan Gaya Belajar Visual : Kontribusi Terhadap Stres Akademik Siswa Di Masa Pandemi." *Psyche 165 Journal* 14 (4): 339–45. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v14i4.136>.

- Rambe, Aldy Safruddin, and Fasihah Irfani Fitri. 2017. "Pengaruh Mindset Dan Inovasi Terhadap Keberhasilan Usaha Pakaian Di Jalan Halat Medan." *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences* 5 (7): 915–19.
<https://doi.org/10.3889/oamjms.2017.202>.
- Ryff, CD, & Keyes, CLM. 1995. "The Structure of Psychological Revolutions." *Journal of the History of the Behavioral Sciences* 14 (1): 57–64.
[https://doi.org/10.1002/1520-6696\(197801\)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1520-6696(197801)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7).
- Ryff, Carol D., and Burton H. Singer. 2008. "Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being." *Journal of Happiness Studies* 9 (1): 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.
- Safarina, Nur Afni, Safuwan Amin, Rahmia Dewi, and Ika Amalia. 2023. "Analysis of Psychological Well-Being among Migrant Communities" 6 (1): 18–29.
- Saputra, Aryan Muhaimin, Irwan Nuryana Kurniawan, and Kata Kunci. 2022. "Korelasi Antara Growth Mindset , Social Support , Dan Subjective Well-Being Corelation Between Growth Mindset , Social Support , and Subjective Well-Being" 10 (1): 25–32.
- Studi, Program, and Fakultas Pendidikan. 2022. "KONDISI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19" 20 (2): 107–19.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*,

Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.

———. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: CV Alfa Beta.

Supriyadi, Agatha Junita Kartika, Frisca Kirana Maharani Indira, Yuli

Sulistiyono, Dina Amalia, and Natri Sutanti. 2023. “Pengaruh Growth Mindset Terhadap Stres Akademik Mahasiswa.” *Edukasi: Jurnal Pendidikan* 21 (2): 287–300. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v21i2.6072>.

Suryawan, Rofi Naufal. 2025. “Pengaruh Growth Mindset Dan Social Support Terhadap Psychological Well-Being Pada Penyandang Disabilitas Di Komunitas Disabilitas Klojen Kota Malang.”

“This Week’s Citation Classic ®.” 1992 12:1992.

Westby, Carol. 2020. “Growth Mindsets: Ideas from Carol Dweck.” *Word of Mouth* 31 (5): 1–3. <https://doi.org/10.1177/1048395020915650>.

Widodo, Incka Aprillia. 2020. “Peran Pengganti Orang Tua Bagi Kehidupan Mahasiswa Perantauan Di Kota Malang.” *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development* 2 (2): 95–104. <https://doi.org/10.52483/ijsed.v2i2.38>.

Yeager, David Scott, and Carol S. Dweck. 2012. “Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed.” *Educational Psychologist* 47 (4): 302–14. <https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>.

LAMPIRAN

Informant Consent

Halo,

Sebelumnya perkenalkan saya Elma Dwiana mahasiswa Magister Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terima kasih telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner ini. Formulir ini merupakan bagian dari penelitian yang saya lakukan sebagai tugas akhir.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pola pikir berkembang (*Growth Mindset*) dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang merantau dan bagaimana dukungan sosial (dari keluarga, teman, atau lingkungan) memengaruhi atau memperkuat hubungan tersebut. Jadi, penelitian ingin melihat apakah persepsi mahasiswa tentang kemampuan mereka yang bisa berkembang melalui usaha berhubungan dengan kondisi kesejahteraan psikologis mereka, dengan mempertimbangkan peran dukungan sosial sebagai faktor moderasi yang dapat memengaruhi kekuatan hubungan itu. **Data yang Anda berikan akan sangat membantu dalam menyelesaikan penelitian ini dan tentunya akan dijaga kerahasiaannya.**

dengan kriteria pengisian kuesioner tersebut yaitu :

1. Mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau jawa,

2. Mahasiswa yang kuliah di Perguruan Tinggi Negeri
3. Mahasiswa yang tinggal di rumah lebih dari 1 tahun

Pengisian survei ini akan menghabiskan waktu sekitar 5 s.d. 10 menit. Sebelum mengisi survei, saya mohon kepada Bapak/Ibu/Saudara untuk membaca petunjuk pengisian dan definisi operasional dari tiap variabel terlebih dahulu.

Terima kasih atas partisipasi dan kerjasamanya.

- Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat sebelum menjawab.
- Jawablah pertanyaan sesuai dengan kondisi dan pendapat Anda secara jujur dan objektif.
- Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan pengalaman atau pandangan Anda Untuk pertanyaan dengan pilihan ganda, pilih satu jawaban yang paling tepat.
- Silakan berikan penilaian Anda terhadap pernyataan-pernyataan berikut dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai berdasarkan pendapat Anda. Gunakan dengan pilihan jawaban sebagai berikut:

4 = Sangat Setuju

3 = Setuju

2 = Tidak Setuju

1 = Sangat Tidak Setuju

Dalam pengisian kuesioner ini ada 3 variabel dan ada beberapa pertanyaan yang perlu di jawab

Data yang Anda berikan akan sangat membantu dalam menyelesaikan penelitian ini dan tentunya akan dijaga kerahasiaannya.

Kuesioner kesejahteraan psikologi

No	Item	STS(1)	TS(2)	S(3)	SS(4)
1	Saya menghargai kelebihan dan kekurangan diri saya.				
2	Saya percaya bahwa saya layak mendapatkan kebahagiaan.				
3	Saya belajar dari pengalaman masa lalu untuk tumbuh.				
4	Saya menerima masa lalu saya sebagai bagian dari perjalanan hidup saya				
5	Saya menerima semua keputusan yang saya buat di masa lalu.				
6	Saya tidak membiarkan masa lalu menghalangi langkah saya ke depan.				
7	Saya mampu mendengarkan dan memahami perasaan orang lain.				
8	saya berusaha membangun komunikasi yang terbuka dan jujur				
9	Saya bersedia mencari solusi yang saling menguntungkan dalam konflik.				
10	Saya dapat menyesuaikan pendapat saya untuk mencapai kesepakatan.				
11	Saya ikut merasakan dan peduli dengan kesulitan yang dialami orang lain				

12	Saya berusaha membantu orang lain yang sedang membutuhkan bantuan				
13	Saya percaya pada keputusan yang saya buat sendiri				
14	Saya merasa nyaman untuk menyampaikan pendapat saya di depan orang lain				
15	Saya fokus pada tujuan pribadi saya tanpa terpengaruh oleh pendapat orang lain				
16	Saya merasa bebas untuk menjadi diri sendiri tanpa merasa tertekan oleh ekspektasi orang lain.				
17	Saya berani mengambil keputusan penting tanpa memerlukan persetujuan orang lain.				
18	Saya percaya diri dalam memilih jalan hidup saya sendiri tanpa bergantung pada validasi orang lain.				
19	Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menyelesaikan semua tanggung jawab saya.				
20	Saya mampu menghadapi tekanan dari berbagai tanggung jawab secara efektif.				
21	Saya merasa mampu menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan pribadi dengan baik.				
22	Saya dapat mengenali peluang yang ada di sekitar saya dengan mudah.				
23	Saya mampu mengambil langkah untuk memanfaatkan peluang yang muncul.				
24	Saya merasa lingkungan sekitar memberikan banyak kesempatan yang bisa saya gunakan.				
25	Saya tahu apa yang ingin saya capai dalam hidup saya.				

26	Saya memiliki rencana yang jelas untuk masa depan saya.				
27	Saya mampu merencanakan tujuan hidup untuk beberapa tahun ke depan.				
28	Saya berusaha keras untuk mencapai tujuan jangka panjang yang saya tetapkan				
29	Saya merasa bangga dengan pencapaian tujuan yang telah saya raih.				
30	Saya puas dengan kemajuan yang saya buat dalam mencapai tujuan hidup saya				
31	Saya siap mencoba pengalaman baru dalam hidup saya.				
32	Saya merasa nyaman menghadapi perubahan dan hal-hal baru.				
33	Saya selalu berusaha mempelajari hal baru setiap hari.				
34	Saya aktif mencari kesempatan untuk belajar dan berkembang.				
35	Saya secara rutin melatih keterampilan yang saya miliki.				
36	Saya berinisiatif mengikuti kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan saya.				

Kuesioner *Growth Mindset*

No	Item	STS(1)	TS(2)	S(3)	SS(4)
1	Saya yakin dengan belajar yang giat akan dapat				

	meningkatkan kecerdasan.				
2	Saya tetap berupaya untuk menyelesaikan tugas atau latihan meskipun sulit				
3	apapun kesulitan yang mengakibatkan kegagalan dalam belajar bagi saya mudah untuk mengatasinya				
4	Kecerdasan saat ini bagi saya dapat mudah ditingkatkan menjadi lebih baik.				
5	Tugas kuliah harus diselesaikan sebagai bentuk tanggungjawab saya.				
6	Bagi saya kesulitan belajar adalah sesuatu yang tidak untuk dihindari, tetapi untuk diselesaikan				
7	saya berkomitmen menjalankan jadwal belajar yang saya buat sendiri				
8	gaya belajar sangat berpengaruh bagi saya untuk meningkatkan kecerdasan				
9	mahasiswa mampu meluangkan waktu dan tenaga untuk belajar meskipun merasa bosan atau lelah				
10	saya mampu untuk mengasah dan mengembangkan minat keterampilan saya dikampus				
11	dengan bakat atau keterampilan yang saya				

	miliki, saya yakin dapat mengasahnya menjadi lebih baik				
12	Saya dapat meningkatkan kecerdasan saya dari sebelumnya.				
13	Saya mempelajari hal-hal baru sebagai cara untuk meningkatkan kecerdasan				
14	pikiran saya selalu positif bahwa setiap hal-hal yang sulit pasti ada jalan keluarnya.				
15	Saya selalu menggunakan kritik untuk memotivasi diri saya sendiri untuk terus mencoba.				
16	Kritik bukan sebagai ucapan untuk menjatuhkan semangat saya				
17	Setiap masukan kritik dari orang lain, saya jadikan semangat untuk memperbaiki hasil kerja saya				
18	Saya memanfaatkan setiap feedback sebagai peluang untuk berkembang.				
19	Saya merasa senang jika teman saya mendapat nilai lebih tinggi daripada saya.				
20	Keberhasilan teman membuat saya ingin berusaha lebih giat				
21	Saya bertanya kepada teman yang berhasil				

	untuk belajar cara dia meraih kesuksesan.				
22	keberhasilan teman saya membuat saya yakin bahwa saya juga bisa berhasil.				

Kuesioner dukungan sosial

No	Item	STS(1)	TS(2)	S(3)	SS(4)
1	Orang di sekitar saya memahami perasaan saya				
2	Saya merasa didengarkan ketika berbagi masalah				
3	Saya mendapatkan perhatian dan pengertian dari orang lain				
4	Orang di sekitar saya memberi semangat saat saya kesulitan.				
5	Saya merasa didukung saat menghadapi masalah				
6	Saya merasa diterima apa adanya oleh orang di sekitar saya.				
7	Saya tidak merasa dihakimi saat berbagi perasaan dengan orang lain.				
8	Orang di sekitar saya memberikan dukungan				

	materiil saat saya membutuhkannya.				
9	Saya menerima bantuan finansial saat mengalami kesulitan				
10	Saya mendapatkan bantuan nyata berupa barang atau uang saat menghadapi masalah.				
11	Saya mendapatkan bantuan saat mengerjakan tugas sehari-hari.				
12	Saya dibantu dalam menyelesaikan tanggung jawab yang berat.				
13	Saya menerima nasihat yang membantu dalam mengambil keputusan.				
14	Orang di sekitar saya memberikan saran yang berguna saat saya menghadapi masalah				
15	Saya dibantu dengan informasi yang tepat untuk mengatasi masalah				
16	Saya mendapatkan pengarahan yang jelas untuk menyelesaikan kesulitan.				
17	Orang di sekitar saya memberikan arahan saat saya bingung mengambil keputusan				
18	Saya mendapatkan petunjuk yang jelas saat harus membuat keputusan penting				
19	Saya merasa didukung dengan arahan saat menghadapi keputusan sulit.				

20	Saya menerima masukan yang membantu saya memahami masalah dengan lebih baik.				
21	Saya dibantu dengan penjelasan yang membuat saya lebih mengerti kondisi yang dihadapi.				
22	Masukan yang saya terima memudahkan saya dalam memahami keadaan sulit.				
23	Saya menerima masukan yang objektif dalam menilai pilihan saya				
24	Saya merasa didukung saat mempertimbangkan konsekuensi dari keputusan saya.				
25	Bantuan yang saya terima membantu saya membuat keputusan yang lebih baik				
26	Saya mendapatkan bantuan untuk menilai kelebihan dan kekurangan pilihan saya.				
27	Saya menerima masukan yang membantu saya memperbaiki diri.				
28	Saya mendapatkan saran yang jelas untuk meningkatkan kemampuan saya				
29	Umpan balik yang saya terima membuat saya termotivasi untuk berkembang.				

Lampiran 2 blueprint skala 3 variabel

Skala kesejahteraan psikologi

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Penerimaan diri	Bersikap positif pada diri sendiri	1, 2		6
		Bersikap positif terhadap masa lalu	3,4		
		Penerimaan terhadap masalah	5,6		
2	Hubungan dengan orang lain	Kemampuan menjalin hubungan yang berkualitas dengan orang lain	7,8		6
		Kemampuan berkompromi dengan orang lain	9, 10		
		Kepedulian (empati) pada kesejahteraan orang lain	11, 12		
3	otonomi	Yakin pada pendapat sendiri	13, 14		6
		Tidak terlalu khawatir pada ekspektasi orang lain	15, 16		
		Berani mengambil keputusan sendiri tanpa harus disetujui orang lain	17, 18		
4	Penguasaan lingkungan	Mampu mengelola berbagai tanggung jawab	19, 20, 21		6
		Mampu memanfaatkan berbagai peluang disekitar	22, 23, 24		
5	Tujuan hidup	Memiliki arah dan tujuan	25, 26		6

		yang jelas dalam hidup	
		Mampu menetapkan dan	27, 28
		mengejar tujuan jangka panjang	
		Memiliki rasa kepuasan dari	29, 30
		pencapaian tujuan pribadi	
		Mampu bersikap terbuka	31, 32
		pada hal baru	
6	Pertumbuhan pribadi	Terus belajar agar senantiasa berkembang	33, 34
		Aktif mengembangkan potensi dan keterampilan	35, 36

Skala *Growth Mindset*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Kemampuan (<i>Core Belief about the Nature of Ability</i>)	Keyakinan pada Kealamiahan	1,2		4
		Kerja kkeras dan ketekunan dalam usaha			
		Mengatasi keterbatasan	3,4		
2	Sikap terhadap tantangan (<i>attitude towards challenges</i>)	Menggunakan tantangan untuk mencapai kesuksesan	5,6		4
		Keterampilan mahasiswa dalam mengevaluasi penyebab kegagalan	7,8		

Mahasiswa mampu					
3	Pandangan terhadap usaha (<i>view on effort</i>)	menetapkan tujuan belajar	9, 10	6	
		yang jelas dan realistis			
		Keterampilan dalam mengelola pikiran positif	11, 12, 13, 14		
<hr/>					
4	Respon terhadap kritik dan Umpan Balik (<i>Respon to Criticism and Feedback</i>)	Kemampuan mahasiswa dalam mendengarkan kritik masukan tanpa sikap penolakan	15, 16	4	
		Mahasiswa meminta pendapat dari orang lain untuk meningkatkan kualitas diri	17, 18		
		<hr/>			
		Menanggapi kesuksesan orang lain dengan perasaan positif			19, 20
		Melihat kesuksesan orang lain sebagai inspirasi, bukan ancaman	21, 22		

Skala blue print dukungan sosial

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Dukungan emosional	Ungkapan empati	1, 2, 3		7
		Mendapatkan dorongan dan semangat saat menghadapi	4, 5		

		kesulitan		
		Merasa diterima tanpa dihakimi	6, 7	
2	Dukungan instrumental	Bantuan materiil nyata seperti bantuan finansial	8, 9, 10	5
		Bantuan dalam pelaksanaan tugas atau pekerjaan praktis	11, 12	
3	Dukungan informasi	Memberikan nasehat, pengarahan, atau saran	13, 14, 15, 16	10
		Mendapatkan petunjuk atau arahan dalam pengambilan keputusan	17, 18, 19	
		Mendapatkan masukan yang membantu memahami situasi	20, 21, 22	
4	Dukungan penghargaan/penilaian	Mendapatkan bantuan dalam mengevaluasi pilihan	23, 24, 25, 26	7
		Mendapatkan umpan balik yang konstruktif	27, 28, 29	

Lampiran 3 tabel uji validitas

1. Uji validitas kesejahteraan psikologi

Correlations	
	JUMLAH

A01	Pearson Correlation	.397***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A02	Pearson Correlation	.526***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A03	Pearson Correlation	.389***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A04	Pearson Correlation	.551***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A05	Pearson Correlation	.931***
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A06	Pearson Correlation	.694 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A07	Pearson Correlation	.646 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A08	Pearson Correlation	-,095
	Sig. (2-tailed)	,103
	N	294
A09	Pearson Correlation	-.162 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	294

A10	Pearson Correlation	.649 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A11	Pearson Correlation	-.186 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	294
A12	Pearson Correlation	-.175 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	294
A13	Pearson Correlation	.625 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A14	Pearson Correlation	.558 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A15	Pearson Correlation	.590***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A16	Pearson Correlation	-.203***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A17	Pearson Correlation	-.239***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A18	Pearson Correlation	-.142*
	Sig. (2-tailed)	,015
	N	294

A19	Pearson Correlation	.668***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A20	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	294
A21	Pearson Correlation	.592***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A22	Pearson Correlation	.646***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A23	Pearson Correlation	-.140*
	Sig. (2-tailed)	,017

	tailed)	
	N	294
A24	Pearson Correlation	-.157**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	294
A25	Pearson Correlation	-.244***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A26	Pearson Correlation	.668***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A27	Pearson Correlation	.602***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A28	Pearson Correlation	-.174**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	294
A29	Pearson Correlation	-,073
	Sig. (2-tailed)	,211
	N	294
A30	Pearson Correlation	.670***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A31	Pearson Correlation	-.127*
	Sig. (2-tailed)	,030
	N	294
A32	Pearson Correlation	-.153**
	Sig. (2-tailed)	,008

	tailed)	
	N	294
A33	Pearson Correlation	.611 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A34	Pearson Correlation	.581 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A35	Pearson Correlation	.602 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A36	Pearson Correlation	-.168 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	294

JUMLAH	Pearson Correlation	.546***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
***. Correlation at 0.001(2-tailed)		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Valid	Tidak Valid	
1	Penerimaan diri	1, 2, 3,4	-	6
		5,6		
2	Hubungan dengan orang lain	7,8, 9, 10	-	6
		11, 12		
3	otonomi	13, 14, 15, 16	-	6
		17, 18		
4	Penguasaan lingkungan	19, 20, 21, 22, 23,	-	6
		24		
5	Tujuan hidup	25, 26, 27, 28	-	6
		29, 30		
6	Pertumbuhan pribadi	31, 32, 33, 34	-	6
		35, 36		

Total	36	-	36
--------------	----	---	----

2. Uji validitas *Growth Mindset*

Correlations		
		jumlah
A01	Pearson	.230 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A02	Pearson	.696 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A03	Pearson	.692 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A04	Pearson	.224 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A05	Pearson Correlation	.335***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A06	Pearson Correlation	.667***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A07	Pearson Correlation	.240***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A08	Pearson Correlation	.672***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A09	Pearson Correlation	.218***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A10	Pearson Correlation	.638***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A11	Pearson Correlation	,013
	Sig. (2-tailed)	,822
	N	294
A12	Pearson Correlation	.672***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A13	Pearson Correlation	.682***
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A14	Pearson Correlation	.296***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A15	Pearson Correlation	.616***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A16	Pearson Correlation	.331***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A17	Pearson Correlation	.599***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A18	Pearson Correlation	.613 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A19	Pearson Correlation	.587 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A20	Pearson Correlation	.165 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	294
A21	Pearson Correlation	.184 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	294
A22	Pearson Correlation	.283 ^{***}
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A23	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	294
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		
***. Correlation at 0.001 (2-tailed)		
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Valid	Tidak Valid	
Keyakinan pada				
1	Kealamiahan Kemampuan <i>(Core Belief about the Nature of Ability)</i>	1,2,3,4	-	4
Sikap terhadap tentangan				
2	<i>(attitude towards challenges)</i>	5,6, 7,8	-	4
3	Pandangan terhadap usaha	9, 10	11	6

	(view on effort)	12, 13, 14		
	Respon terhadap kritik			
4	dan Umpan Balik (<i>Respon</i>	15, 16		
	<i>to Criticism and</i>	17, 18	-	4
	<i>Feedback</i>)			
	Pandangan terhadap			
5	kesuksesan orang lain	19, 20		
	(<i>View on the Succes of</i>	21, 22	-	4
	<i>Others</i>)			
	Total	21	1	22

3. Uji validitas dukungan sosial

Correlations		
		jumlah
A31	Pearson	.376***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A32	Pearson	.398***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A33	Pearson Correlation	.432***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A34	Pearson Correlation	.482***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A35	Pearson Correlation	.438***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A36	Pearson Correlation	.242***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A37	Pearson Correlation	.526***
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A38	Pearson	.457***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A39	Pearson	.446***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A40	Pearson	.300***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A41	Pearson	.611***
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A42	Pearson	.645 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A43	Pearson	.595 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A44	Pearson	.565 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A45	Pearson	.622 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A46	Pearson	.430 ^{***}
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A47	Pearson Correlation	.119*
	Sig. (2-tailed)	,041
	N	294
A48	Pearson Correlation	.647***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A49	Pearson Correlation	.643***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A50	Pearson Correlation	.514***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A51	Pearson Correlation	.659***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A52	Pearson Correlation	.702***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A53	Pearson Correlation	.651***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A54	Pearson Correlation	.447***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A55	Pearson Correlation	.343***
	Sig. (2-tailed)	,000

	tailed)	
	N	294
A56	Pearson Correlation	.414***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A57	Pearson Correlation	.364***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A58	Pearson Correlation	.464***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294
A59	Pearson Correlation	.595***
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	294

A60	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	294
***. Correlation at 0.001(2-tailed)		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Valid	Tidak Valid	
1	Dukungan emosional	1, 2, 3		7
		4, 5	-	
		6, 7		
2	Dukungan instrumental	8, 9, 10		5
		11, 12	-	
3	Dukungan informasi	13, 14, 15,		10
		16, 18, 19	17	
		20, 21, 22		
4	Dukungan penghargaan/penilaian	23, 24, 25,		7
		26	-	

	27, 28, 29		
Total	28	1	29

Lampiran 4 tabel hasil jumlah responden

NAMA KAMPUS	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
UIN MALANG	137	46,7%
UNIVERSITAS BRAWIJAYA	69	23,3%
UNIVERSITAS NEGERI MALANG	49	16,75
UNIVERSITAS POLITEKNIK NEGERI MALANG	39	13,3%
JUMLAH	294	100%

ASAL	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
SUMATRA	142	48,3%
BALI	81	27,6%
KALIMANTAN	41	13,8%
SULAWESI	10	3,4%
DAERAH TIMUR	20	6,9%
JUMLAH	294	100%

JENIS KELAMIN	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE
L	99	33,3%
P	195	67,7%
JUMLAH	294	100%

Lampiran 5 hasil uji reabilitas

1. Table uji reabilitas kesejahteraan psikologi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	36

2. Table uji reabilitas *Growth Mindset*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.824	22

3. Table uji reabilitas dukungan sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	29

Lampiran 6 hasil uji normalitas

1. Uji normalitas kolmogrov

<i>Unstandardized</i>		
<i>Residual</i>		
<hr/>		
N		294
<hr/>		
<i>Normal</i>	<i>Mean</i>	.0000000
<i>Parameters^{a,b}</i>	<i>Std Deviation</i>	10.95952594
<i>Most Extreme</i>	<i>Absolute</i>	,057
<i>Differences</i>	<i>Positive</i>	,037
	<i>Negative</i>	-,057
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,22
<hr/>		

2. Uji normalitas outlier

<i>Unstandardized</i>		
<i>Residual</i>		
<hr/>		
N		281
<hr/>		
<i>Normal</i>	<i>Mean</i>	.0000000
<i>Parameters^{a,b}</i>	<i>Std Deviation</i>	9.25421473
<i>Most Extreme</i>	<i>Absolute</i>	,049
<i>Differences</i>	<i>Positive</i>	,035
	<i>Negative</i>	-,049
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,97
<hr/>		

Lampiran 7 hasil uji multikolinieritas

<i>Coefficients</i>
<i>Collinearity Statistics</i>

Model		<i>Tolerance</i>	VIF
1	<i>Growth Mindset</i>	,987	1,014
	Dukungan sosial	,987	1,014

b. *Dependent Variable: kesejahteraan psikologi*

Lampiran 8 uji linieritas

1. Uji linieritas M*Y

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan psikologi * dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	55472.022	260	213.354	34.265	.000
		Linearity	1619.184	1	1619.184	260.040	.000
		Deviation from Linearity	53852.837	259	207.926	33.393	.000
	Within Groups		124.533	20	6.227		
	Total		55596.555	280			

2. Uji linieritas X*Y

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan psikologi* <i>Growth Mindset</i>	Between Groups	(Combined)	54563.388	258	211.486	4.503	.000
		Linearity	6803.689	1	6803.689	144.876	.000
		Deviation from Linearity	47759.700	257	185.835	3.957	.000
	Within Groups		1033.167	22	46.962		
Total			55596.555	280			

Lampiran 9 uji deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kesejahteraan psikologi	281	68	144	93.67	14.091
<i>Growth Mindset</i>	281	46	84	56.49	8.073
Dukungan sosial	281	68	112	86.23	10.777
Valid N (listwise)	281				

Lampiran 10 tabel kategorisasi 3 variabel

1. Kategorisasi kesejahteraan psikologi

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	25	9%
2	Sedang	217	77%
3	Tinggi	39	14%
Jumlah		281	100%

2. Kategorisasi *Growth Mindset*

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Rendah	11	4%
2	Sedang	230	82%
3	Tinggi	40	14%
Jumlah		281	100%

3. Kategorisasi dukungan sosial

No	Kategori	Jumlah	Presentase
----	----------	--------	------------

4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	
4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	1
4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1
4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1
4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	1
4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	1
4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	1
4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	1
3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	1
4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1
4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1

2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	4	2	3	2	1	2	4	2	1	1	4	1	4	2	1	2	2	3	2	2	4	2	8
1	2	3	2	1	1	1	4	4	2	4	4	1	2	2	4	4	2	1	1	1	2	2	4	4	1	1	2	2	1	4	4	1	2	2	4	8
4	4	2	1	1	1	1	2	4	3	3	2	1	1	1	3	2	4	1	1	1	3	2	2	4	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	3	7
4	4	4	1	2	1	1	4	4	2	4	2	2	1	1	4	2	4	1	2	1	2	2	3	4	1	1	1	2	1	4	2	2	1	1	4	8
3	3	3	2	3	3	2	1	2	4	1	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	4	3	1	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	1	8
2	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	4	1	3	2	3	4	3	2	1	2	2	3	1	4	2	2	3	3	2	3	4	1	3	2	3	8
3	2	2	2	2	1	3	2	2	4	2	3	3	3	4	2	3	2	1	2	4	4	2	4	2	1	4	4	2	2	2	3	3	3	4	2	9
1	2	4	3	2	1	3	3	2	2	3	2	3	1	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	4	3	9
2	3	4	3	2	1	3	3	4	3	3	4	3	1	1	3	4	3	3	2	1	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	4	3	1	1	3	9
3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	1	3	4	4	3	1	3	2	3	4	2	2	2	1	1	3	2	3	1	3	1	3	4	4	3	1	9
2	2	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	9
1	3	4	4	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	8

2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	7						
																														3						
3	4	4	3	2	2	2	3	4	2	4	2	2	2	2	4	2	4	1	2	1	2	2	2	4	1	1	1	1	3	4	2	2	2	2	4	8
																															8					
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1		
																															0					
																															2					
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	7		
																															2					
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	7		
																															2					
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	9	
																																			0	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	

4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9			
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	9	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	8	
2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	1	1	2	3	8			
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
4	4	4	1	1	1	1	4	4	2	3	4	2	1	1	3	4	4	1	1	1	2	4	4	3	1	1	4	3	1	3	4	2	1	1	1	3	8			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	7		
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	3	4	4	1	1	1	3	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	8
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	8		

4	4	4	1	1	1	1	4	3	1	3	3	1	2	1	3	3	4	1	1	2	1	4	4	4	1	2	4	3	2	3	3	1	2	1	3	8
																																			6	
4	3	4	2	2	1	1	3	4	1	4	4	2	2	2	4	4	3	1	2	1	1	4	4	4	1	1	3	4	1	4	4	2	2	2	4	9
																																			5	
2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	8
																																			6	
4	4	4	2	1	1	1	3	3	2	4	4	2	2	1	4	4	4	2	1	1	2	4	3	4	2	1	3	4	2	4	4	2	2	1	4	9
																																			6	
4	3	3	3	2	2	2	3	3	1	4	4	2	1	2	4	4	3	1	2	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	2	1	2	4	9
																																			5	
4	3	3	1	1	1	2	4	4	2	3	4	1	1	1	3	4	3	1	1	1	2	3	4	4	1	1	4	4	1	3	4	1	1	1	3	8
																																			5	
4	4	3	1	2	1	2	3	3	1	4	4	2	1	2	4	4	4	2	2	1	1	4	3	4	2	1	3	4	2	4	4	2	1	2	4	9
																																			5	
4	3	3	2	2	2	2	4	3	1	3	3	2	2	1	3	3	3	1	2	2	1	3	4	3	1	2	4	3	1	3	3	2	2	1	3	8
																																			7	
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	9
																																			5	
4	3	4	1	2	2	1	4	3	1	3	3	2	1	2	3	3	3	1	2	2	1	3	3	4	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	3	8
																																			6	
3	3	3	1	2	1	2	4	3	1	3	4	1	2	1	3	4	3	1	2	2	1	3	4	3	1	2	4	4	1	3	4	1	2	1	3	8
																																			6	
3	3	3	2	1	1	1	3	4	2	4	4	1	2	2	4	4	3	1	1	2	2	3	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	2	2	4	9

4	4	4	1	1	1	1	3	2	2	3	4	2	1	1	3	4	4	2	1	2	2	4	4	4	2	2	3	4	1	3	4	2	1	1	3	9
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	2	1	2	4	4	4	2	1	2	1	4	3	4	2	2	4	4	2	4	4	2	1	2	4	9
4	3	4	2	1	1	1	4	3	1	3	4	2	1	2	3	4	3	2	1	1	1	4	3	3	2	1	4	3	1	3	4	2	1	2	3	8
4	4	4	1	1	1	1	4	3	1	4	4	2	1	2	4	4	4	2	1	1	1	4	3	4	2	1	4	3	1	4	4	2	1	2	4	9
4	4	4	1	1	1	1	3	4	2	4	4	1	1	1	4	4	4	2	1	1	2	3	4	4	2	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
4	4	3	2	1	2	1	3	4	2	3	3	1	2	1	3	3	4	1	1	2	2	3	4	3	1	2	4	4	1	3	3	1	2	1	3	8
4	4	4	1	2	1	1	3	4	1	4	3	2	2	1	4	3	4	2	2	2	1	3	4	4	2	2	4	4	1	4	3	2	2	1	4	9
4	4	3	1	1	2	2	4	4	1	4	4	2	2	1	4	4	4	1	1	2	1	3	3	3	1	2	4	3	1	4	4	2	2	1	4	9
2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	8
2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	9
3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	9
2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	8

3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	9	
3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	9	
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	9	
3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	9	
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	8	
3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	9	
4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	9	
3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	8	
3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	8	
4	4	4	1	1	1	2	4	3	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	2	1	4	4	4	1	2	4	3	1	4	4	1	1	1	4	9
3	4	4	2	1	1	1	4	4	1	3	4	1	2	1	3	4	4	1	1	2	1	3	4	3	1	2	3	3	1	3	4	1	2	1	3	8
4	4	4	1	2	1	2	3	3	1	4	3	2	2	1	4	3	4	2	2	2	1	3	4	3	2	2	3	4	1	4	3	2	2	1	4	9

3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	1	4	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	1	4	8
4	4	4	3	3	3	2	2	4	3	3	1	3	1	2	3	1	4	1	3	3	3	2	1	3	1	3	2	2	3	3	1	3	1	2	3	9
3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	7	
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	9
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	7	
3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	8	
3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	8	

4	3	3	1	1	1	1	4	4	1	4	3	1	1	2	4	3	3	1	1	2	1	4	4	3	1	2	3	4	1	4	3	1	1	2	4	8
																																			6	
4	3	4	1	2	1	2	3	4	1	3	4	1	2	1	3	4	3	1	2	2	1	4	4	3	1	2	3	3	1	3	4	1	2	1	3	8
																																			7	
4	3	3	1	1	1	2	4	4	2	4	4	2	2	1	4	4	3	1	1	2	2	4	3	4	1	2	4	4	2	4	4	2	2	1	4	9
																																			6	
4	4	4	1	2	1	1	3	4	1	3	4	2	2	1	3	4	4	2	2	1	1	4	4	4	2	1	4	4	1	3	4	2	2	1	3	9
																																			3	
4	3	4	2	1	2	1	3	4	2	4	4	1	1	1	4	4	3	1	1	1	2	4	4	3	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	2	2	1	1	4	3	1	4	3	1	1	2	4	3	4	2	2	1	1	4	4	3	2	1	4	3	1	4	3	1	1	2	4	9
																																			1	
4	3	4	1	2	1	2	4	4	1	4	4	2	2	1	4	4	3	2	2	2	1	3	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	1	4	9
																																			9	
4	3	4	1	2	1	2	4	4	2	3	4	2	2	1	3	4	3	1	2	1	2	4	4	4	1	1	4	4	1	3	4	2	2	1	3	9
																																			3	
4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	2	1	1	1	4	4	3	2	1	3	3	1	4	4	1	1	1	4	8
																																			9	
3	3	4	1	2	2	1	4	4	1	3	3	1	1	2	3	3	3	1	2	1	1	3	3	4	1	1	4	4	2	3	3	1	1	2	3	8
																																			4	
4	4	3	1	2	1	2	4	3	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	2	1	1	4	4	4	1	1	3	4	1	4	4	1	1	1	4	9
																																			0	
4	4	4	1	2	1	1	3	4	1	3	4	1	1	2	3	4	4	1	2	1	1	4	4	3	1	1	4	4	2	3	4	1	1	2	3	8

3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	8		
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	9		
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	8		
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	8	
3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	8	
3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	9
3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9	
3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9	
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	8	
3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	8	
3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	8	
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9	
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9	

3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	8
3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	8
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	9
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	8
3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	9
3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	9
3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	8
3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	9
3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	8

4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	78
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	75
4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	72
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	62
1	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	74
3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	76
3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	75
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	62
4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	76
4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	68
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	80
3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	72
4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	73
4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	78
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	72
3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	68
4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	75
3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	72
4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	66
3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	72
3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	62

4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	61
3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	54
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	77
3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	69
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	74
4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	81
1	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	67
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63
4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	69
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	78
4	2	3	3	4	3	2	2	2	2	4	2	3	3	1	4	3	2	4	2	3	58
3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	71
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	67
4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	67
4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	64
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	77
4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	67
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	59
4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	4	1	2	1	1	3	4	63
4	1	3	2	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	4	3	4	3	3	4	4	68

4	2	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	4	1	3	2	3	3	3	2	3	57
3	2	1	4	3	1	3	2	3	2	1	1	3	2	4	1	3	1	4	4	4	52
3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	2	2	3	3	3	4	67
4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	58
4	2	3	3	4	1	4	3	3	3	4	3	4	1	4	2	1	1	2	4	4	60
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	58
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	57
4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	1	2	2	2	4	2	62
3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	57
3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	63
3	3	3	1	3	1	4	2	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	4	3	60
3	4	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	53
4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	1	4	2	2	3	3	3	3	60
4	3	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	1	4	4	4	69
4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	56
4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	4	2	3	2	2	2	3	3	3	53
4	4	2	2	3	3	3	1	3	2	4	2	4	1	2	2	2	3	2	3	4	56
4	1	1	3	3	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	49
4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	65
4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	1	3	2	4	4	4	73
3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	60
3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	1	3	2	3	4	60

3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	56
3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	56	
4	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	1	3	1	2	3	3	1	4	3	4	52	
4	3	1	4	3	2	2	3	4	1	3	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	58	
3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	63	
4	1	1	4	4	1	3	2	4	2	4	3	4	4	4	1	1	1	3	2	2	55	
3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	60	
4	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	1	1	3	55	
3	3	3	2	4	1	3	2	3	3	4	3	4	1	4	1	1	1	2	3	4	55	
4	3	4	1	4	2	1	3	4	3	4	4	4	4	4	1	1	1	3	4	4	63	
4	4	4	4	4	1	3	1	4	3	4	4	4	4	4	1	1	2	4	3	3	66	
4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	3	3	4	69	
4	4	4	3	1	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	1	2	3	3	4	2	66	
4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	3	4	67	
4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	1	1	1	4	4	4	70	
4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	3	4	4	72	
4	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	4	4	3	2	1	55	
4	1	2	3	3	4	3	4	1	3	3	3	2	4	1	4	4	2	3	3	3	60	
2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	4	2	3	3	2	1	1	3	52	
2	3	2	1	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	2	2	46	
1	3	2	1	2	1	2	3	4	3	3	4	3	2	2	2	1	3	2	4	3	51	
2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	58	
3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	50	

3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	4	2	3	54
2	3	2	4	3	3	4	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	3	56
3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	4	3	2	2	2	50
3	2	2	2	4	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	57
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	61
4	3	3	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	55
3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	54
3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	2	2	3	3	64
4	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	4	4	3	1	2	2	2	3	4	60
4	3	2	4	4	1	4	3	4	4	3	2	4	4	4	1	1	1	1	4	4	62
4	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	62
4	3	3	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	3	3	2	3	4	65
4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	2	2	4	3	4	65
4	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	4	4	2	4	1	2	1	2	4	4	61
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	46
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	60
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	61
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51

4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	54
3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	55
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
4	1	1	4	3	2	3	1	3	2	1	2	3	1	4	2	2	1	4	3	4	51
4	1	1	4	3	2	4	1	3	2	1	1	4	2	3	1	2	1	4	4	4	52
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	2	2	3	4	4	64
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	51
2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	54
4	1	2	4	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
4	1	1	4	3	2	3	2	3	2	2	1	4	2	4	1	1	1	4	4	4	53
4	1	2	3	3	1	4	2	4	1	1	1	4	1	4	2	1	2	3	4	4	52
4	1	1	3	3	1	4	1	4	1	1	1	4	2	4	1	1	1	3	3	3	47
3	1	1	4	4	2	4	1	3	2	2	2	3	2	4	1	2	2	4	4	4	55
4	1	1	4	4	1	4	1	4	2	2	1	4	1	3	1	1	2	4	3	4	52
3	1	2	4	4	1	4	1	4	2	1	1	3	2	3	1	2	1	4	4	4	52
4	1	2	3	4	2	4	1	4	1	2	2	3	2	4	1	1	1	4	4	4	54
4	1	1	4	3	2	4	1	4	2	1	1	4	2	3	1	2	2	3	4	3	52
4	1	1	4	4	2	4	1	4	1	2	1	4	2	4	1	2	2	3	4	3	54
4	1	1	4	4	1	3	1	4	1	1	2	4	2	4	1	2	2	4	3	4	53

4	2	2	4	4	2	3	2	3	2	1	1	3	1	4	2	1	1	4	4	4	54
4	2	1	4	4	1	4	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	4	4	3	52
3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	51
4	2	2	3	3	2	3	2	4	1	1	1	3	1	3	1	1	1	3	4	3	48
4	1	2	4	3	1	4	2	4	1	1	1	4	2	3	1	1	1	3	4	4	51
3	2	2	3	4	2	4	1	4	1	1	1	3	1	4	1	2	2	3	3	4	51
4	2	1	3	4	2	3	2	4	1	1	1	4	2	4	1	2	1	4	3	4	53
4	2	2	3	3	1	3	1	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	3	3	49
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	51
4	2	1	4	3	2	4	1	4	2	1	2	3	1	3	1	1	2	4	4	4	53
4	1	2	4	3	2	4	2	4	1	1	2	4	2	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	3	2	4	2	4	1	2	1	3	1	3	2	2	2	4	4	3	53
4	2	1	4	4	2	3	2	4	2	2	1	3	1	3	2	2	1	3	3	4	53
4	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	4	2	2	1	3	4	4	55
4	1	2	3	4	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	4	4	52
3	1	2	3	3	1	4	2	3	1	2	1	4	2	4	2	2	1	4	3	4	52
4	1	2	3	4	2	4	2	4	1	2	2	3	1	3	1	1	2	4	3	4	53
3	2	1	3	4	1	3	1	3	1	2	1	3	2	4	2	2	2	3	3	3	49
4	1	2	3	3	2	4	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	2	3	3	4	50
4	1	2	4	4	1	4	1	4	1	2	1	3	1	4	1	1	2	4	4	3	52
3	2	2	3	3	2	3	1	4	2	1	2	4	2	3	2	1	2	4	3	4	53
4	2	2	4	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	53
3	1	2	3	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	50

3	1	2	4	3	1	4	1	3	1	2	1	3	1	3	1	1	1	3	4	3	46
3	1	1	2	3	1	4	2	3	1	1	1	3	2	4	1	2	2	3	4	4	48
3	2	2	3	3	1	4	1	4	1	2	1	3	1	3	1	2	2	3	4	3	49
4	1	2	3	3	1	3	1	4	1	2	2	4	1	4	1	2	2	3	3	3	50
4	2	2	3	4	2	4	1	4	1	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	1	2	3	3	1	3	1	4	1	2	1	3	2	3	1	2	1	4	4	3	48
3	2	2	3	3	1	4	2	4	1	1	2	4	2	3	2	1	2	3	3	3	51
4	1	1	4	4	1	3	1	4	2	1	2	4	2	4	2	2	1	4	3	4	54
3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	51
3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	55
2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	47
3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	54
3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	53
3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	53
4	2	2	3	4	1	3	1	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	3	4	3	50
4	2	2	3	3	2	4	2	3	2	2	1	3	1	3	1	2	1	3	3	3	50
3	1	2	4	3	1	3	1	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	47
3	1	1	3	3	2	3	1	3	2	2	1	4	2	4	1	2	2	4	4	4	52
3	2	1	4	4	1	4	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	4	4	55
4	2	2	3	4	2	4	2	3	1	1	1	4	2	3	1	2	2	3	4	3	53
2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	51
3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	54
3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	53

3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	58
3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	51
3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	53	
3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	51	
3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	53	
3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	55	
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	53	
3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	53	
3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	55	
4	2	2	3	4	1	4	1	4	1	1	1	3	2	3	2	2	2	4	3	4	53	
4	2	2	3	4	1	4	2	4	1	1	2	4	2	4	1	1	1	3	3	3	52	
4	2	2	4	4	2	4	1	3	1	1	2	4	2	3	2	1	1	3	4	4	54	
4	2	2	3	3	2	3	2	4	1	1	1	4	1	3	1	2	1	4	4	4	52	
4	2	2	3	4	1	4	1	4	1	2	1	4	1	3	1	1	1	3	3	3	49	
4	1	2	3	3	2	3	2	3	2	1	1	4	1	4	1	2	2	3	4	4	52	
4	1	2	3	3	1	4	1	4	2	2	1	3	1	3	1	1	1	3	4	4	49	
4	1	2	4	3	1	3	1	3	1	2	2	4	2	3	2	2	2	4	4	4	54	
3	1	2	4	3	2	3	2	3	2	1	1	4	2	3	2	2	2	3	4	4	53	
4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	53	
4	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	57	
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	51	
3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	1	1	3	4	63	
3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	1	2	3	2	59	

3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	3	50
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	50
4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	1	2	2	2	3	4	62
3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	55
3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	55
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	58
3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	51
3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	51
3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
4	1	2	4	3	1	3	1	3	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	4	3	48
4	1	1	3	4	2	4	1	4	2	1	1	4	1	3	1	2	1	3	4	3	50
4	1	1	4	4	1	3	1	4	1	1	1	3	2	4	2	2	2	4	4	4	53
4	1	2	4	4	1	4	2	4	1	2	1	4	2	4	1	1	1	3	4	4	54
4	2	1	3	4	1	4	2	4	1	1	1	4	2	4	2	1	1	4	3	4	53
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	60
3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	51
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	52
3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	53
3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	55
3	1	1	4	4	1	4	2	3	1	2	1	3	1	4	2	2	1	4	4	4	52

4	1	1	4	3	2	4	1	4	1	2	1	4	1	3	2	1	1	4	4	3	51
4	1	1	4	4	1	4	1	4	2	1	2	4	1	3	1	1	2	4	4	3	52
3	1	1	4	4	2	4	2	4	1	1	1	3	1	4	2	1	1	4	4	4	52
4	2	1	3	4	2	4	2	4	2	2	2	4	1	3	1	1	2	4	4	3	55
4	1	2	4	4	1	4	2	4	1	1	1	3	2	4	2	1	2	4	4	3	54
4	1	1	3	4	2	3	1	4	1	1	1	4	2	4	2	2	1	4	3	4	52
4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	1	2	4	2	4	2	2	1	3	3	4	53
3	2	1	4	3	1	4	1	4	1	1	1	3	1	4	1	1	2	4	4	4	50
4	2	1	3	4	1	3	1	4	2	1	1	4	1	3	1	2	1	3	3	3	48
4	1	2	4	4	1	3	2	3	1	2	1	4	2	4	1	2	1	4	3	4	53
4	1	1	4	4	1	3	1	4	2	1	1	3	2	3	1	1	1	4	4	4	50
4	2	2	4	4	2	4	2	3	1	2	1	4	2	4	2	1	1	4	3	4	56
4	1	2	4	4	1	4	2	4	1	2	2	4	2	4	2	1	2	4	3	4	57
3	1	2	4	4	1	4	2	3	2	1	1	3	1	3	1	1	2	4	3	3	49
3	1	2	4	4	2	3	1	3	1	1	1	4	2	4	1	2	1	4	4	4	52
3	1	2	3	3	1	3	2	4	2	2	1	4	2	4	1	2	2	4	4	4	54
4	2	1	3	4	1	3	1	3	1	2	1	4	2	4	1	1	2	4	3	4	51
3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	51
3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	1	2	2	3	3	4	61
3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	55
3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	51
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	61

3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	58
3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	4	49
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	1	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	1	3	4	4	54
3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	51
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	3	4	4	54
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	51
3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	51
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	51
3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	51
3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	3	55
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	57
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	55
3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	51

3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	51
3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	52
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	53
3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	56
3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	53
3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	54
3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	55
3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	55
3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	50
3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	52
3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	49
3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	52

3. Skor tabulasi dukungan sosial

a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	a12	a13	a14	a15	a16	a17	a18	a19	a20	a21	a22
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	2	4	4	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4
3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	1	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	2	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4
3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
4	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2
2	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3
3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	
4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3
4	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4
3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2
4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4
3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2
2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3
3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	2	1	3	1	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	2	2	3	3
3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3
3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3
3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3
4	4	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3
4	1	4	1	2	3	1	3	4	1	2	2	3	2	3	2	1	3	2	1	4	2	2
4	1	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1
4	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3
3	2	4	1	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	4	1	4	4	2	4	4	4
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	1	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1
3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
4	1	4	2	1	3	2	4	4	1	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2
3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	1	2	2	2	3	1	1	1	1
4	1	4	1	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2
3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	2	4	3	3	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2

4	1	4	1	1	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4
3	1	4	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2
4	1	4	3	2	4	4	4	4	1	2	1	3	1	2	2	2	3	3	1	2
3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3
4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4
4	1	2	2	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2
4	1	4	1	1	4	4	4	4	2	4	4	4	1	2	1	2	4	4	2	4
3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
4	4	4	1	3	2	4	4	4	1	3	3	3	3	2	1	1	1	2	1	2
3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	2	2	1	3	2	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2
4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2
3	1	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	1	2	2	2	2	3	3	2
3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	4	4	1	1	2	2	2	3	1	4
3	3	3	2	3	4	3	4	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	4	4	1	1	4	3	2	2	1	4	4	4	1	2	3	2	4	4	1	4
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	4	3	2	2	3	1	1	3	1	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3
4	1	4	3	1	4	2	3	4	1	2	3	3	4	2	1	4	3	4	3	4
4	4	4	3	1	4	3	4	4	1	4	4	4	1	3	1	4	1	2	1	2
4	4	4	3	1	2	4	3	3	1	4	4	4	2	1	1	4	4	2	1	2
4	4	4	3	2	4	3	3	4	1	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	3
4	4	4	3	2	3	3	4	2	1	2	2	3	2	2	2	4	2	1	2	3
4	4	4	3	1	4	4	3	4	1	1	2	3	2	1	1	4	4	4	2	4
3	2	4	3	1	4	4	4	4	1	4	4	2	1	1	1	4	2	4	3	2
4	4	4	3	1	4	3	4	4	1	4	4	4	1	2	1	4	4	4	2	3
1	2	3	3	4	4	3	2	1	4	3	3	3	2	3	3	4	1	2	4	1
2	4	1	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	1	1	2	4	3	3	2	3
3	4	2	3	3	4	1	1	3	3	3	2	2	2	2	1	4	2	2	4	2
2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	4	3	2	1	4	3	2	2	3
3	2	2	2	1	3	2	4	3	3	2	3	4	3	2	1	4	3	4	3	3
3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	1
2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	2	4	2	2	3	2
3	2	2	2	1	2	4	2	3	3	1	3	4	4	2	1	4	3	3	2	2
2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	4	2	3	2	4
4	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	1	4	3	4	2	2
3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2
3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	1
2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	1	1	3	4	4	3	2	3
3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3
4	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	2	3	2	2
4	4	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2
4	4	4	3	1	1	1	4	4	1	2	2	2	2	1	2	4	2	4	2	2
4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	2	2	1	2
4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	4	2	2	2	3
3	3	3	2	2	4	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2
4	2	4	3	2	4	2	4	4	1	3	4	4	3	2	2	4	3	4	2	4
3	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3
3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2

3	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2
3	4	2	4	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2
4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
3	4	4	4	3	3	4	3	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
4	4	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3
3	4	4	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2
4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2
3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4
4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4
4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4
3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4
4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4
3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4
3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4
4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4
4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4
3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4
3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4
3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3
3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4
4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4
4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4
3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	4
4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4
3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4
3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4
4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	1	3	4	3	4
3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4
4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4
4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	4

4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4
3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	2	3	3	4
3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	3	4	4
3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	3	3	4
4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	3	4	4
3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	1	3	4	3	3	3
4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	3	4	3
4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4
2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	4	2	1	2	3	2	2
2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3
2	2	2	3	4	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3
3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2
3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2
3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3
3	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4
3	1	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	1	3	3	3	4	4
3	2	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4
4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3
3	2	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	1	4	3	3	3	4
4	2	3	1	2	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3
2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3
3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3
2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2
3	2	3	2	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4
4	2	4	4	1	1	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4
4	2	3	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3
4	1	3	4	2	1	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4
4	1	3	4	1	1	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4
4	1	4	4	2	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4
3	1	3	4	1	1	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4
4	2	3	2	2	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4
4	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3
3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3
3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
4	3	4	3	4	1	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	1
4	4	3	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2
3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	1
4	4	3	1	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2
2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3

3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2
4	1	4	1	1	1	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4
4	1	3	1	2	1	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4
3	2	4	2	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4
4	2	4	1	1	1	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3
4	2	4	2	1	1	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3
3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3
3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
3	1	4	2	2	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4
4	1	3	2	1	1	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3
4	1	3	1	1	2	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4
3	1	4	2	1	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4
4	1	3	1	1	2	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4
3	2	4	2	1	2	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4
4	2	4	2	2	1	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3
4	2	4	2	2	1	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4
3	1	4	1	1	2	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4
4	1	3	1	2	1	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4
4	2	4	1	2	1	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3
3	2	3	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4
4	2	4	2	1	1	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4
4	2	4	2	1	2	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4
3	1	3	1	1	2	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4
4	2	4	1	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4
4	2	4	1	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3
4	2	4	1	1	2	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4
3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	2	4	2	2	2	2
3	4	3	1	2	2	3	3	4	4	2	3	3	4	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3
3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3
3	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3
3	3	1	1	2	1	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	2	2	2
3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3
1	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	3	4	2	2	2	2
3	3	3	1	2	1	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3
3	3	3	2	2	1	3	4	4	1	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3

2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	3
3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3
2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3
2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3
3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3
3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	2	3
3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3
2	2	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2
3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2
2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2
3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3
3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3
3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3
3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2
3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3