

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989) menjelaskan menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan saat seseorang melakukan perilaku yang positif terhadap orang lain ataupun kepada dirinya sendiri, serta dapat menciptakan dan mengatur lingkungannya yang sesuai dengan kebutuhannya, sehingga memiliki tujuan hidup dan mampu membuat kehidupan mereka lebih bermakna serta lebih berusaha lagi dalam mengembangkan dirinya. Sedangkan Ryff (2014) juga menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan individu yang mampu mencapai aktualisasi diri sebagai seorang manusia.

Hal serupa yang diungkapkan oleh Snyder dan Lopez (Waskito, 2014) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu tidak hanya merasakan ketiadaan penderitaan tetapi juga meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan dalam hidup, serta hubungan dengan seseorang atau orang lain.

Manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik bukan sekedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Akan tetapi hal yang lebih penting untuk diperhatikan diantaranya yaitu kepemilikan dan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kemampuan

untuk memiliki rasa untuk bisa menumbuhkan dan mengembangkan dirinya secara berkelanjutan. Kesejahteraan psikologis juga menggambarkan sejauh mana seseorang merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensi mereka sendiri seperti yang telah dikemukakan Ryff (Ismawati, 2013).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi psikologis individu untuk dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan dalam hidupnya, mampu mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungannya serta menjadi pribadi yang mandiri dan terus menerus berkembang.

2. Aspek – Aspek Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (1989) menjelaskan aspek – aspek kesejahteraan psikologis yang terbagi menjadi 6 aspek, diantara sebagai berikut :

a. Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan bagaimana individu dapat menerima diri sendirinya secara apa adanya dan pengalamannya. Definisi penerimaan diri dapat di kaitkan dengan rasa percaya diri. Individu dapat menerima dirinya dalam kondisi apapun dan dengan masa lalu baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, segala bentuk kegagalan, dan keberhasilan. Cara memandang masa lalu adalah poin utama dalam keberhasilan mencapai kesejahteraan psikologis.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain

Hubungan positif dengan orang lain merupakan tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain, hubungan interpersonal yang didasari oleh kepercayaan, serta perasaan empati, mencintai dan kasih sayang yang kuat.

c. Otonomi

Otonomi merupakan suatu tingkat kemampuan individu dalam menentukan masa depannya, kebebasan, pengendalian internal, individual, dan pengaturan perilaku internal. Ini merupakan dasar kepercayaan bahwa pikiran dan tindakan individu berasal dari dirinya sendiri, tanpa adanya kendali dari orang lain. Orang yang memiliki otonomi digambarkan mampu mengatur dirinya sendiri dan memiliki keinginan sesuai dengan dirinya, sehingga membentuk kepercayaan pada diri sendiri, bukan pada kepercayaan orang banyak.

d. Penguasaan Lingkungan

Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya. Individu yang mempunyai penguasaan lingkungan baik mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu memilih dan menciptakan sesuatu yang sesuai dengan dirinya berdasarkan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri. Sebaliknya, apabila individu tersebut memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan kesulitan untuk mengaturnya,

selalu mengalami kekhawatiran dalam kehidupannya, tidak peka terhadap sebuah kesempatan dan kurang memiliki kontrol lingkungan di luar dirinya.

e. Tujuan Hidup

Individu yang mempunyai arah dalam hidup akan mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai makna, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam kehidupannya. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik, dalam dimensi ini akan memiliki perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dari masa lalu kehidupan dan tidak memiliki kepercayaan yang membuat hidup lebih berarti.

f. Pertumbuhan Pribadi

Kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam dirinya. Pertumbuhan pribadi yang baik ditandai dengan perasaan mampu dalam melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka terhadap pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan bertingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa ia adalah pribadi yang stagnan dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalaninya.

Selanjutnya menurut Dayton dkk (2001) menjelaskan aspek – aspek kesejahteraan psikologis yang terbagi menjadi 5 aspek, diantara sebagai berikut :

a. Penerimaan

Aspek ini menjelaskan tentang penerimaan individu terhadap kehidupannya, termasuk penerimaannya terhadap dirinya sendiri ataupun takdir. Individu yang mampu menerima dirinya dengan sangat baik dan menghargai ketenangan pikiran serta secara sadar berusaha untuk mendapatkan kedamaian secara internal, maka dari itu dengan melalui penerimaan inilah seseorang akan merasakan ketenangan dan kedamaian.

b. Keselarasan

Kemampuan seseorang untuk membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain seperti keluarga, teman, ataupun tetangga sehingga memberikan rasa aman dalam suatu hubungan.

c. Interdependensi

Perasaan saling ketergantungan dan membutuhkan satu sama lain. Aspek ini melibatkan interaksi secara kompleks dalam pemberian bantuan, kemandirian, dan ketergantungan.

d. Kenikmatan

Kemampuan individu dalam menikmati hidupnya secara menyeluruh. Individu yang dapat menikmati hidupnya akan mampu

menjalani kehidupannya dengan rasa santai, tidak terbebani dengan kekhawatiran terhadap orang – orang di lingkungannya

e. Penghormatan

Penghormatan dengan orang lain menunjukkan bahwa keberadaan seseorang sangat dihargai dalam sebuah perkumpulan atau komunitas. Penghormatan juga diartikan sebagai penanda kesuksesan menjadi orang yang baik

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek – aspek dalam kesejahteraan psikologis dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis meliputi kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya, mampu mengembangkan potensi dalam dirinya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki tujuan dalam hidup, dan mampu menguasai lingkungannya.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Berikut ini merupakan faktor - faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang menurut Ryff dan Keyes (1995), antara lain :

a. Usia

Perbedaan dalam usia dapat mempengaruhi aspek – aspek dalam kesejahteraan psikologis. Penguasaan lingkungan dan kemandirian seseorang akan terus memberikan peningkatan seiring dengan

bertambahnya usia, sedangkan tujuan hidup seseorang dengan bertambahnya usia akan mengalami penurunan.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin juga dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis seseorang. Wanita cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dibandingkan laki – laki. Hal ini berkaitan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap cara yang dilakukan untuk mencegah stress.

c. Status Sosial Ekonomi

Berdasarkan besarnya pendapatan dalam keluarga, tingkat pendidikan, keberhasilan pekerjaan, status sosial dimasyarakat dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya.

d. Dukungan Sosial

Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Dukungan sosial ini dapat diartikan sebagai rasa kenyamanan, perhatian, dan penghargaan yang berasal dari lingkungannya.

e. Religiositas

Seseorang yang memiliki religiositas yang tinggi lebih mampu memaknai setiap peristiwa dalam kehidupannya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

f. Kepribadian

Individu memiliki banyak kompetensi pribadi dan sosial seperti penerimaan diri, mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain dilingkungannya

Menurut Huppert (2009) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya sebagai berikut:

a. Dukungan sosial

Gambaran perilaku seseorang yang ditandai dengan emosi yang positif dari orang – orang yang bermakna dalam hidupnya, terutama keluarga. Seseorang membutuhkan dukungan sosial untuk menjalani kehidupannya baik dari keluarga, teman, ataupun lingkungan sekitarnya.

b. Kepribadian

Seseorang dengan kepribadian yang senang bergaul, energik, dan mampu mengontrol sebuah hubungannya dengan orang lain maka akan memunculkan emosi yang positif.

c. Usia

Kesejahteraan seseorang dipandang dari usia sebagai aspek yang berkembang seiring dengan bertambahnya usia.

d. Jenis kelamin

Berkaitan dengan kebahagiaan seseorang. Wanita memiliki nilai tersendiri untuk dapat menjalin hubungan positif dengan orang lain.

e. Status sosial ekonomi

Aspek ini berkaitan erat dengan kebahagiaan individu

Berdasarkan pemaparan di atas penulis menyimpulkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yang dijelaskan bahwa pengalaman dalam hidup berpotensi dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, karena pengalaman yang dipandang adalah pengalaman yang sangat berpengaruh dalam kehidupannya yang masing-masing memiliki tantangan tersendiri untuk menjalaninya.

B. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (1995) menyatakan bahwa gambaran mental seseorang atau cara pandang seseorang terhadap apa yang dimiliki tentang dirinya sendiri. Konsep diri yang terbentuk pada manusia tidak diperoleh secara instan sepanjang hidup manusia. Konsep diri berkembang sejalan dengan pertumbuhannya, terutama akibat hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Ketika individu lahir, individu tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya, tidak memiliki harapan - harapan yang ingin dicapainya serta tidak memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri, dan sekitarnya. Sehingga dapat diartikan konsep diri yaitu bagaimana orang melihat dirinya sendiri.

Menurut Hurlock (2010) menyatakan bahwa konsep diri merupakan penilaian dari orang lain terhadap dirinya sendiri. Sedangkan menurut Mead (Killing. B dan Killing 2015) menyatakan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan dari perbandingan sosial yang dilakukan individu terhadap

dirinya. Perbandingan sosial yang dimaksud adalah ketika seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap penting serta menggunakan informasi tersebut untuk membangun konsep pada dirinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan suatu kondisi dimana individu menilai tentang dirinya sendiri yang berasal dari pemikirannya sendiri, identitas, kekurangan, serta anggapan orang lain tentang dirinya. Konsep diri ini tercipta dari pengalaman serta hubungan interaksi dengan orang lain atau lingkungannya.

2. Aspek – Aspek Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella (1995) mengatakan bahwa konsep diri terdiri dari tiga aspek diantaranya sebagai berikut:

a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang individu ketahui tentang dirinya.

Dalam aspek ini diartikan sebagai apa yang diketahui individu tentang dirinya sendiri mengenai penjelasan siapa dirinya oleh dirinya sendiri

b. Harapan

Aspek ini diharapkan individu mempunyai pandangan tentang dirinya dimasa depan akan seperti apa dirinya nanti. Setiap individu mempunyai harapan bagi dirinya sendiri untuk menjadi individu yang ideal bagi dirinya sendiri maupun orang lain

c. Penilaian

Setiap individu berperan sebagai penilai tentang dirinya sendiri, apakah bertentangan dengan pengharapan diri dan standar yang telah ditetapkan oleh dirinya sendiri.

Sedangkan menurut Hurlock (2010) mengatakan bahwa konsep diri terdiri dari dua aspek diantaranya sebagai berikut:

a. Aspek Fisik

Aspek ini terdiri dari konsep diri yang dimiliki seseorang terhadap penampilannya.

b. Aspek Psikologis

Aspek ini terdiri dari konsep diri yang dimiliki seseorang terhadap kemampuan dan ketidakmampuan, harga dirinya dan hubungan dirinya dengan orang lain atau lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek – aspek dalam kesejahteraan psikologis meliputi kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya, mampu mengembangkan potensi dalam dirinya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, memiliki tujuan dalam hidup, dan mampu menguasai lingkungannya.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Berikut ini merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri seseorang menurut Calhoun dan Acocella (1995), antara lain :

a. Orang Tua

Dikarenakan orang tua adalah kontak sosial yang paling awal dan paling kuat dialami oleh individu.

b. Teman Sebaya

Selain individu membutuhkan cinta dari orang tua juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi penilaian terhadap dirinya.

c. Masyarakat

Masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada dirinya, misalnya pemberian perlakuan yang berbeda pada laki-laki dan perempuan akan membuat laki-laki dan perempuan berbeda dalam berperilaku.

Selanjutnya menurut Hurlock (1991) menjelaskan faktor – faktor yang mempengaruhi konsep diri, diantara sebagai berikut :

a. Usia

Pengembangan konsep diri yang menyenangkan dapat lebih memudahkan individu dalam menyesuaikan diri dengan baik.

b. Penampilan

Ketertarikan dalam fisik dapat menimbulkan penilaian yang menyenangkan untuk dirinya serta akan menambah dukungan dari sosialnya.

c. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan tentang dirinya, minat, perilaku dapat membantu individu dalam mencapai konsep diri yang baik.

d. Nama dan Julukan

Nama julukan yang diberikan oleh teman sebaya dapat mempengaruhi konsep diri individu, karena dapat menjelaskan makna tertentu dalam diri individu.

e. Hubungan dengan Keluarga

Adanya hubungan dengan keluarga yang harmonis dapat memudahkan individu untuk mengembangkan kepribadiannya melalui pendekatan dengan anggota keluarganya sehingga memudahkan individu dalam membentuk konsep dirinya.

f. Teman Sebaya

Teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku individu dalam kehidupannya, karena konsep diri merupakan cermin dan anggapan dari teman – teman tentang dirinya yang digunakan untuk mengembangkan ciri – ciri kepribadian yang diakui oleh lingkungan pertemanannya.

g. Kreativitas

Kemampuan seseorang untuk menciptakan sesuatu yang baru dari suatu kemampuan yang dimiliki.

h. Cita – Cita

Setiap individu pasti memiliki cita – cita yang tidak realistis serta mengalami kegagalan, maka akan menimbulkan perasaan tidak mampu untuk mencapainya dan menimbulkan konsep diri yang negatif.

Berdasarkan hasil uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor - faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri pada seseorang yaitu berasal dari pengalaman dan interaksi dengan orang lain yang diantaranya yaitu, orang tua, teman sebaya, dan masyarakat.

4. Penggolongan Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella (1995) Konsep diri terbagi menjadi dua yakni konsep diri positif dan konsep diri negatif:

a. Konsep diri positif

Konsep diri yang positif adalah individu yang mengetahui betul siapa dirinya, sehingga menerima segala kelebihan dan kekurangannya, mengevaluasi dirinya secara lebih positif dan mampu merencanakan tujuan yang sesuai dengan kenyataan.

b. Konsep diri negatif

Individu dengan konsep diri negatif terdiri dari dua tipe, yang pertama adalah individu yang tidak mengetahui siapa dirinya dan tidak

mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya, sedangkan tipe kedua adalah individu yang melihat dirinya terlalu stabil.

Sedangkan menurut Brooks dalam Simanjuntak (2017) menjelaskan konsep diri terbagi menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif diantaranya sebagai berikut :

1) Konsep diri positif

- a) individu meyakini atas kemampuan yang dimiliki dalam mengatasi masalah
- b) Merasa setara dengan orang lain ataupun lingkungannya
- c) Menerima pujian dari orang lain tanpa rasa malu
- d) individu menyadari bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak semuanya disenangi oleh lingkungannya.
- e) Mampu memperbaiki dirinya karena sanggup dalam mengungkapkan aspek – aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha untuk mengubahnya

2) Konsep diri negatif

- a) Individu memiliki kepekaan terhadap kritik
- b) Merasa senang menerima pujian dari orang lain dan menjunjung harga dirinya
- c) Selalu mengeluh dan suka merendahkan orang lain
- d) Selalu merasa dirinya tidak disenangi oleh lingkungannya

e) Bersikap pesimis terhadap hal apapun dan selalu menghindar terhadap segala bentuk kompetisi yang dapat menjatuhkan harga dirinya

Berdasarkan hasil di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri terdiri dari konsep diri positif yaitu mampu mengatasi masalah, menerima pujian tanpa rasa malu, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan serta keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya di setujui masyarakat, mampu memperbaiki dirinya, sedangkan konsep diri yang negatif cenderung lebih peka terhadap kritikan, responsif terhadap pujian, bersikap hipokritis, merasa cemas

C. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat

merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi (Siswoyo, 2007).

Berdasarkan uraian diatas mahasiswa adalah masa dimana tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pemantapan pendirian hidup.

2. Ciri – ciri mahasiswa

Kartono dalam Ulfah (2010) menyatakan bahwa mahasiswa merupakan anggota masyarakat yang mempunyai ciri-ciri tertentu, antara lain :

- a. Mempunyai kemampuan dan kesempatan untuk belajar diperguruan tinggi, sehingga dapat digolongkan sebagai kaum intelegansi.
- b. Karena kesempatan yang ada, mahasiswa diharapkan nantinya dapat bertindak sebagai pemimpin yang mampu dan terampil, baik sebagai pemimpin masyarakat ataupun dalam dunia kerja.
- c. Diharapkan dapat menjadi daya penggerak yang dinamis bagi proses modernisasi.
- d. Diharapkan dapat memasuki dunia kerja sebagai tenaga yang berkualitas

Berdasarkan uraian diatas ciri-ciri mahasiswa antara lain, periode yang penting karena terjadi perubahan dan peralihan karena memiliki kesempatan untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi yang dapat menambah pengalaman dalam kehidupannya.

D. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kesejahteraan Psikologis

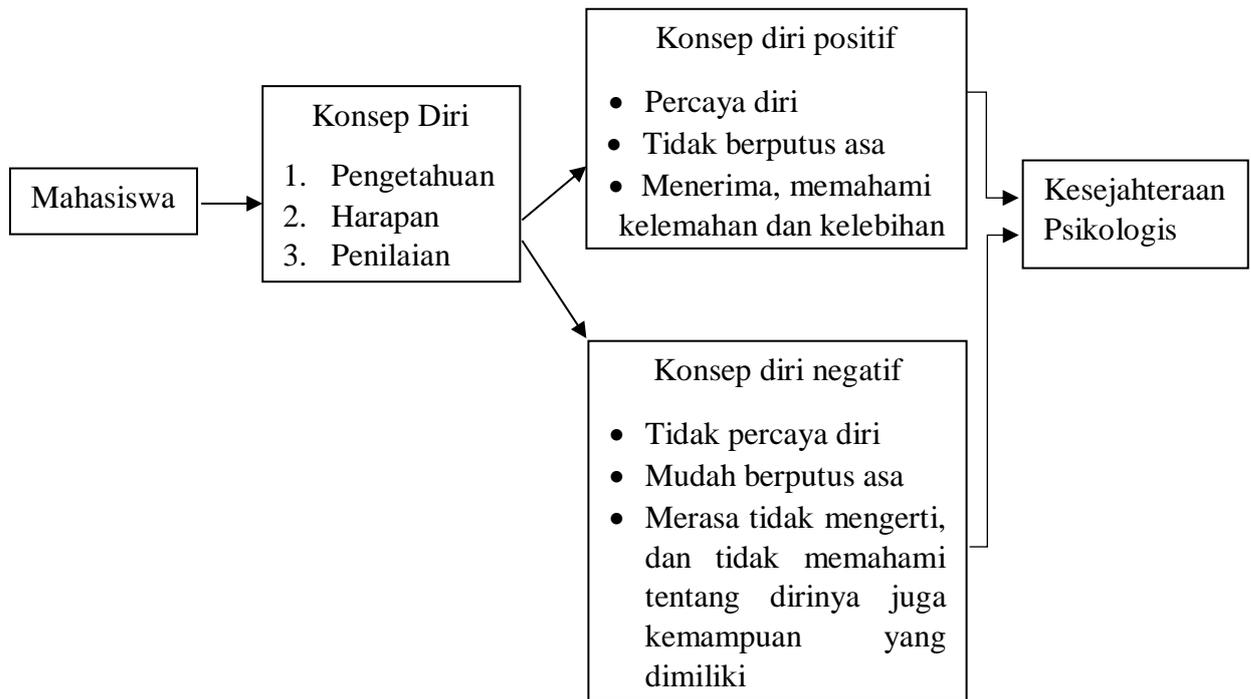
Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menuntut ilmu ditingkat akademik setelah lulus dari bangku SMA. Mahasiswa dinilai mempunyai tingkatan intelektualitas yang baik dari kecerdasan dalam berpikir, serta perencanaan dalam Universitas. Suatu hal yang berperan dalam membantu seorang mahasiswa untuk membentuk dan memiliki konsep diri adalah dengan melalui kebebasan dalam melakukan keinginan dan banyaknya melakukan percobaan-percobaan aktivitas yang positif untuk mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimiliki.

Mahasiswa juga membutuhkan kondisi mental yang baik, salah satunya dengan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan merasakan perasaan aman, merasa bahagia, nyaman, damai dan dapat mengikuti segala aktivitas yang menarik, serta mahasiswa juga dapat merasakan banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, mereka juga puas dengan hidupnya.

Menurut Renshaw dan Bolognino (Maharani, 2021) menjelaskan bahwa *Psychological well-being* mengacu pada kesejahteraan afektif yang mencakup kebahagiaan, kepuasan dan keseimbangan dalam hidup seseorang. Kesejahteraan sangat diinginkan oleh manusia dalam kehidupannya, menjalin hubungan yang positif satu sama lain jika seseorang mempunyai hubungan yang positif maka akan merasa lebih, nyaman, hangat dan dihargai, dengan demikian dukungan sosial merupakan salah satu dasar untuk terbentuknya kesejahteraan psikologis.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi lebih mampu untuk menjalankan dan mencapai tugas perkembangannya dengan baik. Sedangkan sebaliknya dengan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis kurang baik maka akan sulit bahkan gagal dalam mencapai tahap perkembangannya. Jika seseorang sudah mampu mengenal dan memahami tentang dirinya dengan baik maka membuat ia mampu untuk menjalankan fungsi psikologisnya dengan baik, termasuk dalam hal akademik ataupun nonakademiknya (Ikhsan, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri yang positif akan memiliki kepuasan dalam kehidupannya dan dapat mengontrol dirinya untuk menjadi yang lebih baik, dan dapat terwujudnya kesejahteraan psikologis yang tinggi sehingga tercapainya suatu tujuan dalam hidupnya dan merasa bangga juga bahagia atas apa yang dicapai dan dimiliki didalam dirinya.



Gambar 1. Kerangka Pikir

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan diatas, dapat diketahui bahwa adanya hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Konsep diri sendiri baik yang positif maupun negatif dapat mempengaruhi pada kesejahteraan psikologis seorang mahasiswa, karena ketika seorang mahasiswa memiliki konsep diri yang tinggi, maka akan membuat ia cenderung memiliki rasa nyaman, tenang dan bahagia sehingga dapat membuat tingginya kesejahteraan psikologis yang dimiliki, begitupun sebaliknya ketika konsep dirinya rendah maka kesejahteraan psikologis yang dimiliki juga akan menjadi rendah.

E. Hipotesis

Berdasarkan teori yang telah diuraikan tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: Ada hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa, semakin tinggi konsep diri yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya.