

PENGEMBANGAN ALAT UKUR KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

SKRIPSI

Disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia



Disusun oleh:

Krisbandaru Hayuningtyas
2100228

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2025**

PENGEMBANGAN ALAT UKUR KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

Oleh :

Krisbandaru Hayuningtyas
2100228

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Pendidikan

© Krisbandaru Hayuningtyas 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Krisbandaru Hayuningtyas
NIM. 2100228

PENGEMBANGAN ALAT UKUR KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Helli Ihsan, S.Ag., M.Si.
NIP. 19750912 200604 1 002

Pembimbing II



Farhan Zakariyya, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19920109 201903 1 016

Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi



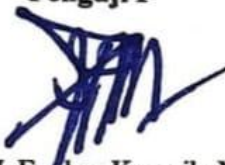
Muhammad Ariez Mustofa, S.Ag., M.Si.
NIP. 19740409 200812 1 002

LEMBAR PENGUJIAN SKRIPSI
SKRIPSI INI TELAH DIAJUKAN PADA:

Hari/Tanggal : Kamis, 21 Agustus 2025
Waktu : 08.00 – 09.00 WIB
Tempat : Ruang Ujian Sidang 4, Program Studi Psikologi UPI

Penguji Terdiri dari:

Penguji I



Drs. H. M. Engkos Kosasih, M.Pd.
NIP. 19611002 198403 1 004

Penguji II



Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd.
NIP. 19780312 200501 2 002

Penguji III



Farhan Zakariyya, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19920109 201903 1 016

Tanggung Jawab Yuridis ada pada:

Peneliti



Krisbandaru Hayuningtyas
NIM. 2100228

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengembangan Alat Ukur Kesehatan Mental Mahasiswa” beserta seluruh isi di dalamnya merupakan hasil karya orisinal saya sendiri dan tidak menyalin dari karya orang lain. Saya juga menegaskan bahwa dalam penulisan skripsi ini, seluruh sumber yang digunakan telah dicantumkan dan dikutip sesuai dengan kaidah dan etika penulisan ilmiah yang berlaku. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat pelanggaran, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Bandung, Agustus 2025

Peneliti,

Krisbandaru Hayuningtyas
NIM. 2100228

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Yang Maha Esa atas segala rahmat, karunia, dan kasih-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul: “Pengembangan Alat Ukur Kesehatan Mental Mahasiswa” dengan baik. Shalawat serta salam juga penulis panjatkan kepada junjungan umat Islam Nabi Muhammad S.A.W.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia. Skripsi ini bertujuan untuk menghasilkan skala untuk mengukur kesehatan mental mahasiswa yang valid dan reliabel. Hasil dari skripsi ini diharapkan bermanfaat bagi praktisi psikologi, pihak universitas, keluarga, dan masyarakat dalam memberikan dukungan yang tepat bagi mahasiswa, sekaligus berkontribusi pada pengembangan ilmu psikologi.

Dalam proses pengerjaan skripsi ini, penulis menyadari adanya berbagai tantangan dan kendala yang harus dihadapi. Namun, berkat bimbingan, dukungan, dan doa dari banyak pihak, penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyadari bahwa karya ini belum sempurna, oleh karena itu dengan rendah hati bersedia menerima kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa depan. Semoga skripsi ini memberikan kontribusi ilmiah yang bermanfaat serta menjadi sumber referensi yang berguna bagi pembaca dan pihak terkait.

Bandung, Agustus 2025

Peneliti,

Krisbandaru Hayuningtyas
NIM. 2100228

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, karunia, dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan lancar. Selama proses penyusunan skripsi, penulis menerima banyak bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ungkapan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta kasih sayang yang tidak pernah henti. Kehadiran, semangat, serta doa dari Ibu, Bapak, dan Adik penulis yang` menjadi alasan dan kekuatan besar bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi. Tak terkecuali, untuk keluarga penulis yang mungkin tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis untuk menyelesaikan masa studi.
2. Helli Ihsan, S.Ag., M.Si., selaku pembimbing pertama yang telah membagikan ilmu selama masa studi penulis serta dengan tulus sabar selalu memberikan bimbingan, dukungan, serta saran yang bermanfaat selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Farhan Zakariyya, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing kedua dalam penelitian ini, yang telah membagikan ilmu selama masa studi penulis serta selalu memberikan dukungan penuh dan selalu meyakinkan penulis untuk dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan dukungan penuh selama masa studi penulis dan memberikan perhatian pada setiap kemajuan proses studi penulis.
5. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang bermanfaat selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi Psikologi UPI. Penulis juga menghaturkan terima kasih kepada Ibu Diah Zaleha Wyandini, M.Si, Ibu Gemala Nurendah, M.A, Ibu Ghinaya Ummul Mukminin H, M.Pd, Ibu Selfiyani Lestari M.Si, dan Ibu Indah Mulia S, M.Psi.T. Terima kasih telah menjadi sosok “ibu” dan

“kakak” bagi penulis selama jauh dari keluarga yang banyak membantu dan menghibur penulis di akhir masa studi penulis.

6. Bapak Helli Ihsan, M.Si, Kakang Farhan Zakariyya, M.Psi., Psikolog, Bapak M. Arif Saefudin M.A., Ibu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog, Ibu Selfiyani Lestari, M.Si, Ibu Ghinaya Ummul Mukminin H, M.Pd, dan Ibu Mia Artini, S.Pd selaku Tim CAT yang banyak memberikan bimbingan, dukungan, serta pembelajaran berharga bagi penulis untuk selalu berkembang selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini
7. Ibu Mia Artini, S.Pd., Kang Ali Rosid, A.Ma. Pust., dan Kang Agung, selaku Staf Program Studi Psikologi UPI yang telah banyak membantu penulis dalam pengadministrasian terkait dengan keperluan peneliti mulai dari awal hingga akhir perkuliahan.
8. Ro’isatusy Syakiira, S.Psi., selaku kakak tingkat dan teman yang menjadi bagian dari penelitian ini. Terima kasih telah banyak membantu penulis dalam masa studi, meluangkan waktu dan pikiran untuk berdiskusi selama penyelesaian skripsi ini, serta menjadi teman berbagi cerita, canda, dan tawa.
9. Hashfi Rasis Radifan yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan studi penulis dari awal hingga akhir, yang selalu setia menemani dalam setiap proses, mendukung di saat suka maupun duka, serta senantiasa memberikan keyakinan bahwa penulis mampu menghadapi dan menyelesaikan segala tantangan dengan baik.
10. Sahabat penulis sejak hari pertama kuliah, Hasya Azeezah Rachmani, Nur Huda Linnas, dan Muhammad Fazril Oktavian yang selalu menjadi tempat pertama bagi penulis untuk mencurahkan keluh kesah. Terima kasih juga penulis haturkan kepada Aulia Azmi, Aslama Tazkia, Raden Dian Prili, Rahmat Hidayat, Rhava Pandya, Rita Nuraviani, serta Tsani Ahaddiah yang telah berproses, bertumbuh, dan berkembang menjadi lebih baik selama masa studi.
11. Teman masa kecil penulis, Amalia Fazriah, Anita Putri, dan Devita Nindya, yang selalu ikut merayakan setiap pencapaian, turut berbahagia dalam

setiap langkah, serta senantiasa menghibur meskipun menempuh studi di kota yang berbeda.

12. Sahabat penulis, Heriffa Adibah, yang selalu ada dan hadir dalam setiap keadaan, baik dalam suka maupun duka, serta senantiasa memberikan dukungan meskipun jarak memisahkan. Kehadiran dan ketulusannya menjadi penyemangat yang berarti bagi penulis dalam menyelesaikan perjalanan studi ini.
13. Teman penulis, Fadliah Tri, Wafa Aini, dan Annisa Agustin, yang menemani serta senantiasa memberikan dukungan di penghujung masa studi penulis. Terima kasih atas kebersamaan yang berarti, dukungan yang tiada henti, dan kekuatan sebagai perempuan hebat yang menginspirasi.
14. Rekan-rekan seperjuangan yang tidak dapat disebutkan satu persatu telah menjadi bagian berharga dalam perjalanan perkuliahan dan proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas semangat, dorongan, kebersamaan, serta canda tawa yang telah mewarnai masa studi ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada teman-teman yang turut memberikan bantuan dan masukan selama penyusunan skripsi ini.
15. Terakhir, kepada seluruh mahasiswa sebagai responden baik secara daring maupun luring yang telah bersedia untuk menjadi bagian dari penelitian ini.

Bandung, Agustus 2025

Peneliti,

Krisbandaru Hayuningtyas
NIM. 2100228

ABSTRAK

Krisbandaru Hayuningtyas (2100228). *Pengembangan Alat Ukur Kesehatan Mental Mahasiswa*. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2025).

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan orang untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuan mereka, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitas mereka. Kesehatan mental adalah hak asasi bagi setiap manusia yang sangat penting bagi perkembangan individu tidak terkecuali untuk mahasiswa. Banyak penelitian yang dilakukan untuk mengukur kesehatan mental mahasiswa namun masih terbatas pada aspek tertentu saja. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan alat ukur Kesehatan Mental Mahasiswa berdasarkan kerangka teoritis Bhugra dkk., (2013) yang memfokuskan kepada 3 dimensi, yaitu kemampuan individu untuk berdamai dengan diri sendiri, kemampuan individu dalam menjalani interaksi sosial secara efektif, dan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan dasar dan fungsi yang lebih baik. Pengembangan alat ukur dilakukan melalui *mixed methods Model of Scale Development and Validation Analysis* (MSDVA) yang menggabungkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Wawancara dilakukan dengan 4 mahasiswa dengan berbagai tingkat well-being yang berbeda. Hasil wawancara digunakan sebagai dasar pengembangan item. Tahap uji coba 1 (N=219) dilakukan dengan 142 item, lalu dilakukan revisi item. Tahap uji coba 2 (N=1720) dilakukan dengan 145 item yang dilakukan uji unidimensionalitas dan multidimensionalitas. Tahap validasi instrumen (N=481) dilakukan dengan 38 item yang mengonfirmasi model faktor dan memenuhi kecocokan model dengan cukup baik. Hasil penelitian menunjukkan alat ukur kesehatan mental mahasiswa memiliki validitas dan reliabilitas yang baik, yang dibuktikan dengan korelasi terhadap skala *student well-being* (SKEMA PROSPER) sehingga menunjukkan alat ukur ini lebih komprehensif dan holistik. Alat ukur ini diharapkan dapat berkontribusi pada lingkup pendidikan di perguruan tinggi dalam menilai dan meningkatkan kesehatan mental mahasiswa.

Kata Kunci : analisis faktor, kesehatan mental, mahasiswa, pengembangan skala.

ABSTRACT

Krisbandaru Hayuningtyas (2100228). *Development of a Mental Health Measurement Instrument for University Students.* Thesis. Psychology Study Program, Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. (2025).

Mental health is a state of mental well-being that enables individuals to cope with life's stresses, realize their abilities, learn and work effectively, and contribute to their community. Mental health is a fundamental human right and is crucial for individual development, including for university students. Although many studies have been conducted to measure student mental health, these have often been limited to specific aspects only. This study aims to develop a Student Mental Health Scale based on the theoretical framework by Bhugra et al. (2013), which focuses on three dimensions: an individual's ability to make peace with themselves, their capacity to engage effectively in social interactions, and their ability to meet basic needs and higher functions. The scale development employed a mixed-methods Model of Scale Development and Validation Analysis (MSDVA) combining qualitative and quantitative approaches. Interviews were conducted with four students representing varying levels of well-being. The interview results were used as the basis for item development. The first trial phase (N=219) used 142 items, followed by item revision. The second trial phase (N=1720) involved 145 items and tested unidimensionality and multidimensionality. The instrument validation phase (N=481) was conducted with 38 items confirming the factor model and showing good model fit. The findings indicate that the developed mental health scale has good validity and reliability, demonstrated by its correlation with the student well-being scale (SKEMA PROSPER), suggesting that this scale offers a more comprehensive and holistic measurement. This instrument is expected to contribute to higher education by assessing and enhancing student mental health.

Keywords: factor analysis, mental health, students, scale development.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGUJIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAK.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4. Manfaat Penelitian	6
BAB II.....	8
KAJIAN TEORI	8
2.1. Kesehatan Mental.....	8
2.1.1. Definisi Kesehatan Mental.....	8
2.1.2. Dimensi Kesehatan Mental	9
2.1.3. Kategorisasi Tingkat Kesehatan Mental	18
2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	20
2.2. Penelitian/ Alat Ukur Kesehatan Mental Mahasiswa	26
2.3. Validitas	30
2.3.1. Definisi Validitas	30
2.3.2. Jenis-Jenis Validitas.....	31
2.4. Reliabilitas	36
2.4.1. Definisi Reliabilitas	36
2.4.2. Macam-macam Estimasi Reliabilitas.....	36

BAB III	38
METODE PENELITIAN.....	38
3.1. Desain Penelitian	38
3.1.1. Metode Eksplorasi Deskriptif.....	38
BAB IV	59
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	59
4.1 Hasil Pengembangan Konsep.....	59
4.1.1 Gambaran Demografis Partisipan.....	59
4.1.2. Hasil Analisis Kualitatif	60
4.2. Hasil Analisis Kuantitatif.....	68
4.2.1 Tahap Uji Coba Item	68
4.2.2 Tahap Uji Validasi Instrumen.....	84
4.2.3. Reliabilitas	89
4.3. Pembahasan	91
4.4. Keterbatasan	97
BAB V	98
KESIMPULAN DAN SARAN.....	98
5.1 Kesimpulan.....	98
5.2 Saran.....	98
DAFTAR PUSTAKA	100

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Spesifikasi Alat Ukur Kesehatan Mental	29
Tabel 3.1 Instrumen Wawancara	40
Tabel 3.2. Kisi-Kisi Item	46
Tabel 3.3 Nilai Koefisien Reliabilitas.....	57
Tabel 4.1 Gambaran Demografis Partisipan Kualitatif.....	59
Tabel 4.2 Hasil Analisis Wawancara	60
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Aiken's V	68
Tabel 4.3. Gambaran Demografis Responden Uji Coba 1.....	68
Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Uji Coba 1.....	69
Tabel 4.5 Daya Diskriminasi Item Uji Coba 1.....	70
Tabel 4.6 Gambaran Demografis Responden Uji Coba 2.....	72
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Uji Coba 2.....	73
Tabel 4.8 Daya Diskriminasi Item Uji Coba 2.....	73
Tabel 4.9 Uji <i>Differential Item Functioning</i> Uji Coba 2.....	76
Tabel 4.10 Uji Unidimensionalitas Faktor 1	78
Tabel 4.11 Uji Unidimensionalitas Faktor 2	79
Tabel 4.12 Uji Unidimensionalitas Faktor 3	80
Tabel 4.13 Final Item.....	81
Tabel 4.14 Uji Multidimensionalitas 3 Faktor	83
Tabel 4.15 Gambaran Demografis Responden Uji Validasi Instrumen	84
Tabel 4.16 Statistik Deskriptif Uji Validasi Instrumen.....	85
Tabel 4.17 Indeks Kecocokan <i>Confirmatory Factor Analysis</i> Tahap Uji Validasi Instrumen	87
Tabel 4.18 Korelasi Skala Kesehatan Mental dengan Alat Ukur Lain	88
Tabel 4.19 Reliabilitas Skala Kesehatan Mental Mahasiswa	90
Tabel 4.20 Reliabilitas Alat Ukur Lain yang Digunakan.....	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Model Faktor Tahap Uji Coba 1	82
Gambar 4.2 Model Faktor Tahap Uji Coba 2	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing	110
Lampiran 2. Kartu Bimbingan	112
Lampiran 3. Lembar Verifikasi Data	114
Lampiran 4. Instrumen Uji Coba 1 (142 item).....	115
Lampiran 5 : Instrumen Tahap Uji Coba 2 (145 item)	120
Lampiran 6: Instrumen Tahap Validasi (Final - 38 item)	125
Lampiran 7: Instrumen Student Well-being (SKEMA PROSPER)	127
Lampiran 8. Instrumen <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale</i> 21 (DASS-21) ..	128
Lampiran 9. Instrumen <i>Suicidal Ideation Scale</i> (SIS)	129
Lampiran 10: Instrumen <i>Well-being in General</i> (Tahap Kualitatif)	130
Lampiran 11. <i>Informed Consent</i> Partisipan Wawancara	131
Lampiran 13. Tabulasi Data Kuesioner Kualitatif (Sampel N= 30)	187
Lampiran 14. Lembar Kesiediaan <i>Expert Judgment</i>	188
Lampiran 15. Perhitungan Aiken V Hasil <i>Expert Judgment</i>	191
Lampiran 16. Demografis Partisipan Kuesioner Kuantitatif Tahap Uji Coba 1 .	195
Lampiran 17. Tabulasi Data Tahap Uji Coba 1	196
Lampiran 17. Demografis Partisipan Tahap Uji Coba 2.....	198
Lampiran 18. Tabulasi Data Tahap Uji Coba 2	199
Lampiran 19. Demografis Partisipan Kuesioner Tahap Validasi Instrumen	201
Lampiran 20. Tabulasi Data Tahap Validasi Instrumen	202
Lampiran 21. Hasil Analisis Data Asli	209
Lampiran 22. Daftar Masukan Penguji 1	216
Lampiran 23. Daftar Masukan Penguji 2	217

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A., Prabowo, H., Dewi, M. P., Qurrah‘Aini, Z., & Janah, U. N. (2025). Kearifan lokal Budaya Jawa berkaitan dengan kesehatan mental. *Prosiding Parade Ilmiah Psikologi Untag Samarinda (Pais Unda)*, 2(1), 181-192.
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend penelitian kesehatan mental remaja di indonesia dan faktor yang mempengaruhi: literature review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41-51.
- Akbar, S. (2018). Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja. Karyawan. *Jurnal JIAGANI S3*, (2), 1-17.
- Alex Bhugra, dkk. (2013). What is mental health? *International Journal of Social Psychiatric*, 59(1), 3-4.
- Allen, M. J., & Yen, W. M. (1979). Introduction to measurement theory. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing Company
- Andersen, R., Holm, A., & Côté, J. E. (2021). The student mental health crisis: Assessing psychiatric and developmental explanatory models. *Journal of adolescence*, 86, 101-114.
- Antaramian, S. (2015). Assessing psychological symptoms and well-being: Application of a dual-factor mental health model to understand college student performance. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 33(5), 419-429.
- Aziz, R. (2019). Analisis faktor konfirmatori terhadap alat ukur kesehatan mental berdasarkan teori dual model. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 16(2), 1-7.
- Aziz, R., Mangestuti, R., Sholichatun, Y., Rahayu, I. T., Purwaningtyas, E. K., & Wahyuni, E. N. (2021). Model pengukuran kesehatan mental pada mahasiswa di perguruan tinggi islam. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 1(2), 83-94.
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Belajar .
- Azwar, S. (2022). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2023). *Penyusunan skala psikologi* (3rd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berkman, L. F., & Glass, T. (2000). *Social integration, social networks, social support, and health*. In L. F. Berkman & I. Kawachi (Eds.), *Social Epidemiology* (pp. 137-173). New York: Oxford University Press.

- Biglan, A., Flay, B. R., Embry, D. D., & Sandler, I. N. (2012). The critical role of nurturing environments for promoting human well-being. *American Psychologist*, 67(4), 257.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Volume I. Attachment*. Basic Books.
- Brown, T. A. (2015). Confirmatory Factor Analysis for Applied Research. In *Basic Statistics and Epidemiology* (2nd ed.). The Guilford Press. <https://doi.org/10.1201/9781315383286-21>
- Bukhori, B. (2006). Kesehatan mental mahasiswa ditinjau dari religiusitas dan kebermaknaan hidup. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 11 (22), 93–106.
- Burns, R. A., Windsor, T., Butterworth, P., & Anstey, K. J. (2022). The protective effects of wellbeing and flourishing on long-term mental health risk. *SSM-Mental Health*, 2, 100052.
- Callender, J., Fagin, L., Jenkins, G., Lester, J., & Smith, E. (2016). Mental Health of Students in Higher Education Royal College of Psychiatrists.
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC Public Health*, 22(1), 1778.
- Chaeroni, A., Ma'mun, A., & Budiana, D. (2021). Aktivitas Fisik: Apakah Memberikan Dampak Bagi Kebugaran Jasmani Dan Kesehatan Mental?. *Jurnal Sporta Saintika*, 6(1), 54-62.
- Chotidjah, S., Ihsan, H., Zakariyya, F., Damaianti, L. F., & Mukminin, G. U. (2024). Penyusunan Instrumen Status Kesehatan Mental Pelajar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(03), 254-262.
- Coaley, K. (2010). An Introduction to Psychological Assessment and Psychometrics. In *An Introduction to Psychometrics and Psychological Assessment*. SAGE Publication. <https://doi.org/10.4324/9781003240181>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Constantin, N. A., Rawis, D., & Setijadi, N. N. (2023). komunikasi kesehatan mental pada mahasiswa dan peran masyarakat menanggapi isu kesehatan mental. *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)*, 3(2), 1894-1911.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (Fifth Edit). New York: SAGE Publication.
- Creswell, J.W., & Plano Clark, V.L. (2011). *Designing and conducting mixed. Methods research* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.

- Dawes, J. (2008). Do data characteristics change according to the number of scale points used? An experiment using 5-point, 7-point and 10-point scales. *International journal of market research*, 50(1), 61-104.
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). New York: Sage Publication.
- Dhanabhakya, M., & Sarath, M. (2023). Psychological wellbeing: A systematic literature review. *International Journal of Advanced Research in Science Communication and Technology*, 603-607.
- Duncan L, Ratanatharathorn A, Aiello A, et al. (2018). Largest GWAS of PTSD (N=20 070) yields genetic overlap with schizophrenia and sex differences in heritability. *Mol Psychiatry*, 23(3):666–673.
- Eisenberg, D., & Hunt, J. (2013). Mental health in american colleges and universities: A report and recommendations. The National Academies Press.
- Fadhallah, R. A. (2021). *Wawancara*. Jakarta Timur: UNJ Press.
- Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Invention: Journal Research and Education Studies*, 37-48.
- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan mental. *Pamekasan: duta media publishing*, 11-13.
- Fitriana, E., Purba, F. D., Salsabila, S. P., Danasasmita, F. S., Afriandi, I., Tarigan, R., ... & Pandia, V. (2022). Psychometric properties of the suicidal ideation scale in the Indonesian language. *Journal of Primary Care & Community Health*, 13, 21501319221143716.
- Fry, C. C., & Rostow, E. G. (1942). *Mental health in college*. Commonwealth Fund.
- Furr, R. M. (2011). *Scale construction psychology social and personality and psychometrics for*. In Sage Publications.
- Fusar-Poli, P., de Pablo, G. S., De Micheli, A., Nieman, D. H., Correll, C. U., Kessing, L. V., ... & van Amelsvoort, T. (2019). What is good mental health? A scoping. *European Neuropsychopharmacology*, 000-1.
- Goretzko, D., Siemund, K., & Sterner, P. (2024). Evaluating model fit of measurement models in confirmatory factor analysis. Educational and Psychological Measurement, <https://doi.org/10.1177/00131644231163813>
- Grøtan, K., Sund, E. R., & Bjerkeset, O. (2019). Mental health, academic self-efficacy and study progress among college students–The SHoT study, Norway. *Frontiers in psychology*, 10, 408316.
- Hair, J. F., L.D.S. Gabriel, M., da Silva, D., & Braga Junior, S. (2019). Development and validation of attitudes measurement scales: fundamental and practical aspects. *RAUSP Management Journal*, 54(4), 490–507. <https://doi.org/10.1108/RAUSP-05-2019-0098>

- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur depresi, kecemasan, dan stres pada kelompok dewasa awal di Indonesia: Uji validitas dan reliabilitas konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232-250.
- Handayani, E. S. (2022). Kesehatan mental (*Mental hygiene*). Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin.
- Hawton, K., Rodham, K., Evans, E., & Weatherall, R. (2002). Deliberate self harm in adolescents: self report survey in schools in England. *Bmj*, 325(7374), 1207-1211.
- Haynes, S., Richard, D., & Kubiancy, E. (1995). Content validity in psychosocial assessment: A functional approach to concept and method. *Psychological Assessment*, 7(3), 238–247. <https://doi.org/doi/10.1037/1040-3590.7.3.238>
- Helviza, I., & Mukmin, Z. (2016). Kendala-kendala Badan Narkotika Nasional (BNN) dalam penanggulangan penyalahgunaan narkotika di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan*, 1(1)
- Herawati, T., Krisnatuti, D., Pujihasvuty, R., & Latifah, E. W. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi pelaksanaan fungsi keluarga di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(3), 213-227.
- Hicks BM, DiRago AC, Iacono WG, McGue M. Gene–environment interplay in internalizing disorders: consistent findings across six environmental risk factors. (2009). *J Child Psychol Psychiatry*, 50(10):1309–1317.
- Huang, Y., Li, S., Lin, B., Ma, S., & Wang, C. (2022). Early detection of college students' psychological problems based on decision tree model. *Frontiers in Psychology*, 13, 946998.
- Hundleby, J. D., & Nunnally, J. (1968). Psychometric Theory. *American Educational Research Journal*, 5(3), 431. <https://doi.org/10.2307/1161962>
- Hyun, C. N. (2023). Lifestyle habits, Self-growth, and Happiness of Nursing University Students. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 9(6), 573-580.
- Ipsos. (2023, September). *Ipsos global health service monitor 2023*. <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2023-09/Ipsos-Global-Health-Service-Monitor-2023-WEB.pdf>
- Irsan. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Desa Lambunu Kecamatan Bolano Lambunu. *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(02), 72–81. <https://doi.org/10.24239/nosipakabelo.v4i02.2463>
- Joshi, A., Kale, S., Chandel, S., & Pal, D. K. (2015). Likert Scale: Explored and Explained. *British Journal of Applied Science & Technology*, 396-403.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil utama Riskesdas 2018. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf

- Kitzrow, M. A. (2003). The mental health needs of today's college students: Challenges and recommendations. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 41(1), 167-181.
- Kline, R. B. (2016). Principles and Practice of Structural Equation Modeling (4th ed.). Guilford Press.
- Krejcie, R. V, & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *International Journal of Employment Studies*, 30(3), 607–610. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/001316447003000308>
- Linneberg, M. S., & Korsgaard, S. (2019). Coding Qualitative Data: a Synthesis. Guiding the Novice. *Qualitative Research Journal*, 19(3), 259–270
- Linzer, M., Spitzer, R., Kroenke, K., Williams, J. B., Hahn, S., Brody, D., & DeGruy, F. (1996). Gender, quality of life, and mental disorders in primary care: results from the PRIME-MD 1000 study. *The American journal of medicine*, 101(5), 526-533.
- Lluch, M. T. (1999). Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. *Barcelona: Universidad de Barcelona*, 1-308.
- Lovibond, P. ., & Lovibond, S. . (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behavior Research and Therapy*, 33(3), 335–343. <https://doi.org/10.1007/BF02511245>
- Madani, A., Prasetyowati, I., & Kinanthi, C. A. (2022). Hubungan Karakteristik Mahasiswa Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Kuliah Online. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 72-81.
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Harrison Woods, P., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: The role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health*, 27(3), 230-239.
- McLaferty M, Armour C, Bunting B, Ennis E, Lapsley C, Murray E, et al. (2019). Coping, stress, and negative childhood experiences: the link to psychopathology, self-harm, and suicidal behavior. *Psychic J*, 8(3):293–306.
- Meliala, P. A. F. B. S. (2024). Kesehatan Mental Mahasiswa Menghadapi Tekanan Akademik Dan Sosial. *Circle Archive*, 1(4).
- MHF (Mental Health Foundation). (2008). *What works for you?* London: MHF.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications. <https://us.sagepub.com/enus/nam/qualitative-data-analysis/book246128>
- Mykletun, A., Knudsen, A. K., and Mathiesen, K. S. (2009). *Psykisk Helse i Norge: Et Folkehelseperspektiv*. Norway: Nasjonalt folkehelseinstitutt.

- Nainggolan, N. E. A. (2018). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan 2015 dan Usulan Topik Bimbingan Belajar).
- Natanael, Y. (2024). Investigasi Kualitas Properti Psikometri General Health Questionnaire-28 Menggunakan Rasch Model. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 15(1), 13-29.
- Ngurah, I. G. A., et al. (2024). Long-term effects of regular Melukat practice on mental resilience: An 18-month longitudinal study. *International Journal of Mental Health and Resilience*, 8(1), 45-62.
- Nievergelt CM, Maihofer AX, Mustapic M, et al. Genomic predictors of combat stress vulnerability and resilience in US Marines: a genome-wide association study across multiple ancestries implicates PRTFDC1 as a potential PTSD gene. (2015). *Psychoneuroendocrinology*, 51: 459–471.
- Noble, T., & McGrath, H. (2015). *The PROSPER school pathways for student wellbeing: Policy and practices*. Springer.
- Nogueira, M. J., Sequeira, C., & Sampaio, F. (2022). Gender differences in mental health, academic life satisfaction and psychological vulnerability in a sample of college freshmen: a cross-sectional study. *Journal of Gender Studies*, 31(8), 895-904.
- Norhidayah, M. R., Efendy, M., & Pratikto, H. (2025). Peran resiliensi dalam hubungan *self-compassion* dan *psychological well-being* pada mahasiswa dengan Tradisi Bapukung. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 16(1), 126-136.
- Nurwianti, F. (2024). Empati sebagai Mediator Hubungan Komunikasi Keluarga dan Distress Psikologis pada Mother-Daughter Relationship. *Psyche 165 Journal*, 27-32.
- O'Connor, M., Cloney, D., Kvalsvig, A., & Goldfeld, S. (2019). Positive Mental Health and Academic Achievement in Elementary School: New Evidence From a Matching Analysis. *Educational Researcher*, 48(4), 205–216. <https://doi.org/10.3102/0013189X19848724>
- Oktavina, S. F., Hapsary, Y., & Setiaji, B. (2024). *The influence of assignments on the mental health of student io the Department of Phisiscs Education, Yogyakarta State University*, 2023: Pengaruh tugas terhadap kesehatan mental mahasiswa Departemen Fisika, Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023. *Borneo Educational Journal (Borju)*, 6(1), 01-12.
- Onwuegbuzie, A. J., & Collins, K. M. (2007). A typology of mixed methods sampling designs in social science research. *Qualitative report*, 12(2), 281-316.
- Parker, G., & Roy, K. (2001). Adolescent depression: a review. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 35(5), 572-580.

- Parsons, D. J. (2012). *Connecting public school students with community-based mental health services: The role of relationships in overcoming the obstacles in the intake process*. Brandeis University, The Heller School for Social Policy and Management.
- Patton, M. Q. 2002. *Qualitative research & evaluation methods* (Third Edition). California: Sage Publications
- Paz, C., & Evans, C. (2023). A comparison of mental health of student and not student emerging adults living in Ecuador. *Scientific Reports*, 13(1), 1487.
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., & Wilens, T. (2015). College students: Mental health problems and treatment considerations. *Academic psychiatry*, 39, 503-511.
- Putri, D. A., & Suryani, M. (2020). The impact of Melukat rituals on stress and well-being: A longitudinal study. *Journal of Health Psychology*, 25(5), 675-687. <https://doi.org/10.1177/1359105320911056>
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). *Intimacy as an interpersonal process*. In S. W. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 367-389). New York: Wiley.
- Repetti, R. L., Taylor, S. E., & Seeman, T. E. (2002). Risky families: family social environments and the mental and physical health of offspring. *Psychological bulletin*, 128(2), 330.
- Replita, R. (2020). Pengaruh lingkungan sosial dan keadaan ekonomi keluarga terhadap kesehatan mental remaja di Kelurahan Aek Tampang. *Jurnal Kajian Gender dan Anak*, 2(2), 147-170.
- Risnawati, B. S., Nasichah, N., Prayogo, M. F., & Al Izzami, Z. (2024). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 2(1), 179-186.
- Rizqi, H. (2024). Hubungan *psychological well-being* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Lampung.
- Ro'isatusy Syakiira. (2024). *Pengembangan alat ukur student well-being mahasiswa*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Rosenfield, S., & Mouzon, D. (2012). *Gender and mental health*. In *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 277-296). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Sartorius N. (2002). *Fighting for mental health*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Scott, S. (1998). Fortnightly review: aggressive behaviour in childhood. *Bmj*, 316(7126), 202-206.

- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Sentani, S. R. E., Djunaidi, A., & Purwono, R. U. (2020). Pengaruh derajat stres sebagai mediator pada hubungan antara coping dan kesehatan mental. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(3), 172-181.
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan antara durasi tidur, tingkat stres dan asupan energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 218-224.
- Siswoyo. Dkk. (2007). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Stein MB, Chen C-Y, Ursano RJ, et al. (2016). Genome-wide association studies of post traumatic stress disorder in 2 cohorts of US Army soldiers. *JAMA Psychiatry*, 73(7):695–704.
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutejo. (2017). Konsep dan praktik asuhan keperawatan kesehatan jiwa: Gangguan jiwa dan psikososial. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Syahri, L. M., Netrawati, N., & Syahrial, S. (2022). Layanan konseling kelompok dengan pendekatan gestalt untuk mengatasi quarter life crisis pada mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(1), 13-20.
- Tabor, E., Patalay, P., & Bann, D. (2021). Mental health in higher education students and non-students: evidence from a nationally representative panel study. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 56(5), 879-882.
- Taylor, S. E. (2007). *Social support*. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford Handbook of Health Psychology* (pp. 145-171). New York: Oxford University Press.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103(2), 193.
- Tomas, M. A. (2022). Evaluation of the effectiveness of community involvement program of education and nursing students. *JPAIR Institutional Research*, 18(1), 63-83.
- Udam, Y. A., & Ranimpi, Y. Y. (2019). Hubungan Antara Keaktifan Berorganisasi, Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar dan Status Kesehatan Mental pada Mahasiswa FISIP di Universitas Cenderawasih Papua. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(3), 702-707.

- Umar, J., & Nisa, Y. F. (2020). Uji Validitas Konstruk dengan CFA dan Pelaporannya. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 9(2), 1–11.
- Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). *Mental Health Inventory (MHI)* [Database record]. APA PsycTests.
- Wahyuni, A. (2022). Detection of gender biased using dif (differential item functioning) analysis on item test of school examination yogyakarta. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 13(1), 46-49.
- White, B. P. (2014). The perceived stress scale for children: A pilot study in a sample of 153 children. *International Journal of Pediatrics and Child Health*, 2(2), 45-52.
- Whitley, J. O. (1979). Mental health of college students. *Journal of American College Health Association*, 28(2), 92-95.
- Widodo, P. B. (2006). Reliabilitas dan Validitas Konstruk Skala Konsep Diri untuk Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Undip*, 3 (1), 1–9.
- World Health Organization. (2022, Juni 17). *Mental health*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMI7eGx1JvuhAMVX6lmaH2GsQyVEAAYAiAAEgK64_D_BwE
- Wulandari, D. A., dkk. (2022). Meta-analysis of traditional healing integration. *International Journal of Mental Health Systems*, 16(1), 1-15
- Yoon, Y., Eisenstadt, M., Lereya, S. T., & Deighton, J. (2023). Gender difference in the change of adolescents' mental health and subjective wellbeing trajectories. *European child & adolescent psychiatry*, 32(9), 1569-1578.
- Yosep, I., & Sutini, T. (2014). *Buku ajar keperawatan jiwa*. Bandung : PT. Refika. Aditama.
- Yulianti, T. S., & Ariasti, D. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional Masyarakat Di Dukuh Gumuk Sari Dan Gerjen, Pucangan, Kartasura. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 53-62.
- Yulianti, T. S., & Ariasti, D. (2020). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental emosional masyarakat di Dukuh Gumuk Sari Dan Gerjen, Pucangan, Kartasura. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 53-62.
- Zaman, S., & Naqvi, I. (2018). Role of personal growth initiative as a moderator between stress and mental health among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 33(1).
- Zhou, Y. (2019). A Mixed Methods Model of Scale Development and Validation Analysis. *Measurement*, <https://doi.org/10.1080/15366367.2018.1479088>