

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I mencakup uraian mengenai latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan skripsi.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai “suatu kondisi kesejahteraan di mana setiap individu menyadari potensinya sendiri, mampu mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi bagi masyarakat (Cendejas, 2022). Kesehatan mental adalah elemen penting yang mendukung kesejahteraan individu, terutama bagi mahasiswa yang menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial selama masa studi mereka.

Flourishing adalah sebuah konsep kesejahteraan dalam psikologi positif yang saat ini sedang berkembang tetapi belum banyak diteliti (Willen, 2022). *Flourishing* menggambarkan tingkat kesejahteraan tertinggi pada individu yang berdasar pada perspektif hedonik dan eudaimonik (Huppert dan So, 2013; Keyes, 2002). Konsep *flourishing* menjelaskan bahwa kesejahteraan individu tidak hanya didasarkan pada perasaan bahagia secara subjektif, tetapi juga harus disertai dengan pencapaian yang dicapai oleh individu (Nur'aini dan Mulyana, 2024). Penggunaan istilah ‘*flourishing*’ dalam bahasa sehari-hari berorientasi pada gagasan untuk mewujudkan potensi seseorang (secara spiritual, perkembangan, ekonomi, dan lain-lain), berhasil dalam mencapai sesuatu atau memberikan kontribusi yang signifikan kepada masyarakat (Gokcen dkk., 2012).

Pendekatan untuk memahami kesejahteraan individu adalah dengan berfokus pada *flourishing* individu (Keyes, 2002; Seligman, 2011). *Flourishing* pada individu didefinisikan sebagai suatu rangkaian kesejahteraan subjektif yang 1) ditandai dengan tingginya tingkat kesejahteraan emosional (*emotional wellbeing*), yakni kehadiran emosi positif dan perasaan puas dengan hidup, 2) kesejahteraan psikologis (*psychological wellbeing*), yakni evaluasi positif terhadap diri sendiri yang mencakup rasa puas dengan pencapaian, memiliki tujuan hidup, dan 3)

berkembang sebagai individu, serta kesejahteraan sosial (*social wellbeing*), yakni kualitas hubungan dengan orang lain, termasuk penilaian positif terhadap orang lain dan keyakinan bahwa seseorang berkontribusi bagi sistem yang lebih besar (Keyes, 2005). Individu dengan *flourishing* yang tinggi memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi, hubungan yang lebih sehat, kepuasan kerja yang lebih besar, dan umur yang panjang dalam kesehatan (Keyes, 2011; Seligman, 2011).

Hasil positif dari *flourishing* yang tinggi ini sangat terlihat dalam lingkungan pendidikan dan pengalaman pribadi, yang tercermin dalam kinerja yang baik (Seligman, 2011). Mahasiswa yang memiliki tingkat *flourishing* yang tinggi cenderung tidak menunda-nunda pekerjaan, memiliki tingkat kontrol diri yang lebih besar, dan tingkat kinerja akademik yang lebih tinggi (Howell, 2009). *Flourishing* di kalangan mahasiswa dapat meningkatkan emosi positif, keterlibatan, makna, hubungan positif, dan pencapaian, di mana semuanya memiliki kontribusi pada kesejahteraan dan kepuasan hidup secara keseluruhan. Mahasiswa dengan tingkat *flourishing* yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat ketahanan, optimisme, harga diri, vitalitas, dan kemandirian yang lebih tinggi, yang sangat esensial untuk keberhasilan akademik dan pertumbuhan pribadi (Seligman, 2012).

Nelson dan Padila-Walker (2013) melakukan penelitian pada mahasiswa yang memasuki masa dewasa awal, di mana subjek dari penelitian ini adalah 487 mahasiswa sarjana dari lima lokasi perguruan tinggi di seluruh Amerika sekitar dengan sampel sebagai besar terdiri dari orang Amerika Eropa (75%), dengan persentase yang lebih kecil dari orang Afrika Amerika (3%), Asia Amerika (12%), dan mereka yang mengidentifikasi diri sebagai campuran atau ras campuran atau etnisitas lain (11%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar wanita mengalami kemajuan dan *flourishing* selama masa transisi menuju kedewasaan, dengan 80% dari kelompok yang terkelola dengan baik yang terdiri dari wanita. Sebaliknya, persentase pria yang mengalami kesulitan yang jauh lebih besar, dengan 70% dari sampel pria mengalami kesulitan dibandingkan dengan perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa pria muda lebih mungkin terlibat dalam perilaku yang berisiko, seperti penggunaan zat dan memiliki tingkat harga diri yang lebih rendah dibandingkan dengan wanita muda.

Penelitian menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh de la Fuente dkk. (2020) dengan menggunakan *Flourishing Scale* menunjukkan adanya perbedaan dalam pola *flourishing* antara laki-laki dan perempuan yang memasuki masa dewasa awal. Sampel penelitian ini adalah 1502 perguruan tinggi negeri dengan 747 perempuan dan 755 laki-laki yang berusia antara 18 hingga 29 tahun di Universitas Seville dan Universitas Negeri Basque. Penelitian tersebut menemukan bahwa pola *flourishing* secara signifikan pada perempuan dibandingkan laki-laki selama masa dewasa awal. Penelitian ini menyoroti bahwa variabel sosiodemografis memiliki dampak yang lebih kecil terhadap *flourishing* dibandingkan dengan variabel substantif untuk kedua jenis kelamin. Temuan ini sejalan dengan studi sebelumnya tentang kesejahteraan dan *flourishing*. Faktor-faktor spesifik seperti pendapatan keluarga dan memiliki pekerjaan signifikan untuk *flourishing* pada perempuan, tetapi dengan efek yang sangat kecil. Sebaliknya, berada dalam hubungan romantis signifikan untuk *flourishing* pada laki-laki.

Homburg dan Homburg (2021) menyatakan bahwa dalam keadaan masyarakat yang semakin mengglobal, semakin banyak mahasiswa yang belajar di luar daerah atau negeri untuk mengembangkan pemahaman lintas budaya dan kompetensi antar budaya. Berbagai program yang hadir, menawarkan kesempatan bagi mahasiswa untuk hidup dan belajar di negeri dalam jangka waktu tertentu. Program-program seperti Erasmus Plus di Eropa, program pertukaran pelajar di Singapura, dan Dewan Beasiswa di Tiongkok yang mendanai pelajar untuk belajar di luar negeri adalah beberapa contoh yang menunjukkan bagaimana pengalaman internasional ini dapat memperkaya perspektif akademik dan budaya mahasiswa (Akhtar dkk., 2015; Soong, 2020).

Program pertukaran mahasiswa (student exchange) telah menjadi salah satu strategi penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan tinggi di era global. Melalui program ini, mahasiswa mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan kompetensi lintas budaya, memperluas jaringan akademik, serta memperkaya pengalaman hidup yang tidak selalu dapat diperoleh di negara asal (Schartner & Young, 2020). Selain itu, program exchange juga berperan strategis dalam mendukung internasionalisasi perguruan tinggi, yang pada akhirnya meningkatkan daya saing institusi dalam kancah global (Marginson, 2021). Namun demikian,

apabila kesempatan pertukaran pelajar tidak dimanfaatkan, mahasiswa dapat mengalami kerugian tertentu. Mereka berpotensi kehilangan peluang mengasah keterampilan global seperti komunikasi antarbudaya, manajemen diri dalam konteks internasional, serta resiliensi akademik yang berkembang melalui pengalaman mobilitas (Wang et al., 2023). Di sisi institusi, absennya program ini akan mengurangi kesempatan perguruan tinggi dalam mencetak lulusan yang berdaya saing global, yang merupakan tuntutan penting di era persaingan kerja internasional (Gomes, 2024).

Pada sisi lain, mengikuti program *student exchange* juga bukan tanpa tantangan. Mahasiswa sering menghadapi tekanan finansial akibat biaya hidup yang lebih tinggi, perbedaan mata uang, maupun keterbatasan beasiswa (Tran, 2020). Selain itu, mahasiswa berisiko mengalami *homesickness*, isolasi sosial, tekanan akademik karena sistem pembelajaran yang berbeda, dan stres akulturasi terkait adaptasi budaya dan bahasa (Matschke, 2022; Ansari Lari et al., 2025). Tantangan-tantangan ini dapat menurunkan kesejahteraan psikologis bila tidak ditangani dengan baik, bahkan berpotensi menghambat pencapaian akademik dan sosial mahasiswa.

Kondisi aktual menunjukkan bahwa banyak mahasiswa *exchange* merasakan dinamika kesejahteraan psikologis yang fluktuatif. Sebagian berhasil beradaptasi dan menemukan makna positif dari pengalaman lintas budaya, namun sebagian lain mengalami kesulitan yang berujung pada stres, kesepian, hingga penurunan motivasi akademik (Newton, Tomy, & LaMontagne, 2021). Temuan awal penelitian ini juga memperlihatkan bahwa meskipun mahasiswa merasa senang dan memperoleh manfaat dari pengalaman *exchange*, tantangan yang mereka alami tidak dapat diabaikan. Secara ideal, mahasiswa yang mengikuti program *exchange* dapat mencapai kondisi *flourishing*, yakni kesejahteraan optimal yang mencakup emosi positif, keterlibatan aktif, relasi yang sehat, pengalaman bermakna, serta pencapaian pribadi (Seligman, 2011; Butler & Kern, 2016). Mahasiswa yang *flourishing* tidak hanya mampu menghadapi tekanan akademik dan budaya dengan lebih adaptif, tetapi juga menjadikan pengalaman *exchange* sebagai sarana pertumbuhan pribadi dan profesional. Dalam konteks inilah, penelitian mengenai profil *flourishing* mahasiswa *exchange* menjadi penting, karena dapat memberikan gambaran aktual mengenai kesejahteraan psikologis mereka, sekaligus menjadi

dasar pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang responsif dan memberdayakan.

Selama beberapa tahun terakhir, UKM telah menjadi tujuan populer bagi mahasiswa internasional, termasuk dari Indonesia. Program student exchange seperti IISMA (*Indonesia International Student Mobility Awards*) memungkinkan mahasiswa Indonesia untuk belajar di UKM dan institusi internasional lainnya. Data ini menunjukkan peningkatan minat mahasiswa Indonesia dalam mengikuti program pertukaran pelajar, yang semakin menekankan pentingnya penelitian ini. Pemahaman yang mendalam tentang bagaimana pengalaman ini memengaruhi flourishing mahasiswa dapat memberikan kontribusi penting dalam merancang kebijakan pendidikan yang lebih inklusif dan mendukung keberhasilan akademik serta kesejahteraan mereka.

UKM memiliki reputasi sebagai universitas yang mendukung keberagaman dan interaksi lintas budaya. Mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* tidak hanya belajar dalam konteks akademik yang berbeda, tetapi juga pengaruh interaksi sosial yang melibatkan berbagai latar belakang budaya. Pengalaman ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan lintas budaya dan menambah pengetahuan mereka. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana pengalaman lintas budaya di UKM memengaruhi pola *flourishing* mereka, di mana interaksi mahasiswa dari berbagai negara meningkatkan *flourishing* mereka atau menjadi tantangan yang perlu diatasi.

Perbedaan kesehatan mental antara mahasiswa perempuan dan laki-laki dalam program *student exchange* menunjukkan kesenjangan yang signifikan dalam berbagai elemen kesejahteraan. Mahasiswa laki-laki umumnya memiliki kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa perempuan, terutama dalam hal integrasi kepribadian dan otonomi (Panda dan Azeem, 2022). Mahasiswa perempuan lebih cenderung mengalami masalah kesehatan mental, dengan jumlah 68,3% perempuan dibandingkan 52,5% laki-laki yang menunjukkan diagnosis atau persepsi diri tentang penyakit mental (Ritter dkk., 2022). Beberapa studi menunjukkan bahwa adanya hubungan yang kuat antar jenis kelamin dengan kesehatan mental (Sud dkk., 2024; Nogueira dkk., 2021).

Mahasiswa laki-laki cenderung merasa lebih positif tentang kesehatan mental mereka dibandingkan mahasiswa perempuan, yang menunjukkan adanya perbedaan pengalaman kesehatan mental berdasarkan jenis kelamin dalam lingkungan baru selama program *student exchange* berlangsung (Danehorn dkk., 2023). Perubahan lingkungan sosial yang tidak dikenal dapat memicu perilaku yang berisiko, terutama di kalangan mahasiswa laki-laki yang kemudian dapat memperburuk kondisi kesehatan mental mereka (Danehorn dkk., 2023).

Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti peran jenis kelamin, harapan sosial, dan strategi koping yang berbeda antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan perspektif jenis kelamin dalam studi tentang *flourishing*, terutama dalam konteks mahasiswa yang mengikuti program *student exchange*, di mana mereka mungkin menghadapi tantangan yang berbeda berdasarkan gender mereka. Penelitian ini akan mengeksplorasi bagaimana jenis kelamin memengaruhi pengalaman dan pola *flourishing* mahasiswa, dengan harapan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang bagaimana program *student exchange* dapat dioptimalkan untuk mendukung kesejahteraan semua mahasiswa.

Penelitian ini berfokus pada profil pola *flourishing* mahasiswa *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Meskipun konsep *flourishing* dapat diterapkan secara luas pada berbagai kelompok populasi, penelitian ini membatasi cakupannya hanya pada mahasiswa yang terlibat pada program *student exchange* di UKM. Dengan mempersempit fokus pada kelompok ini, penelitian dapat secara mendalam mengeksplorasi bagaimana pengalaman lintas budaya dan adaptasi akademik dalam konteks internasional memengaruhi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial mahasiswa. Hal ini juga memungkinkan untuk melakukan identifikasi pada faktor-faktor spesifik yang berkontribusi terhadap pola *flourishing* mahasiswa dalam latar belakang pendidikan multikultural sehingga memberikan wawasan yang lebih tajam dan relevan dalam konteks program *student exchange* di Malaysia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, diketahui bahwa mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) mengalami berbagai pengalaman yang unik dan bermakna.

Beberapa dari mereka mengungkapkan bahwa mereka menghadapi tantangan di awal masa adaptasi, seperti perasaan homesickness dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus yang luas. Kehadiran hewan liar seperti monyet, ular, dan biawak yang berkeliaran di sekitar kampus membuat mereka harus lebih berhati-hati dalam beraktivitas. Selain itu, sebagian mahasiswa juga mengalami ketidaknyamanan karena harus berbagi kamar dengan orang lain, yang mana situasi tersebut cukup berbeda dengan kondisi tempat tinggal mereka sebelumnya. Namun demikian, sebagian besar mahasiswa juga menyatakan bahwa mereka merasa senang mengikuti program ini karena dapat menjalin pertemanan dengan mahasiswa dari berbagai negara, berpartisipasi dalam kegiatan lintas budaya, serta mendapatkan pengalaman belajar di lingkungan akademik yang multikultural. Mereka merasa bahwa meskipun terdapat tantangan, pengalaman ini memberikan banyak pelajaran, mendorong mereka keluar dari zona nyaman, dan memperluas cara pandang terhadap dunia. Hal ini menunjukkan bahwa kehidupan sebagai mahasiswa pertukaran di UKM membawa kombinasi antara tekanan adaptif dan peluang pengembangan diri, yang menjadi relevan untuk ditelaah dalam kerangka kesejahteraan psikologis atau flourishing.

UKM memiliki berbagai fasilitas yang dapat diakses secara gratis dan mudah bagi mahasiswa sehingga mereka merasa sangat terbantu dengan fasilitas yang disediakan. Fasilitas yang diberikan seperti bus keliling gratis, sarana olahraga seperti gym, lapangan bola, stadion, dan kolam renang. UKM juga memberikan layanan konseling dan kesehatan gratis untuk menunjang kesehatan fisik dan psikologis mahasiswa.

Meskipun program *student exchange* telah banyak diimplementasikan di berbagai negara, tetapi penelitian tentang *flourishing* pada mahasiswa dalam konteks ini masih terbatas. Sebagian studi yang ada lebih berfokus pada elemen kesejahteraan, akademik, budaya, dan adaptasi sosial dari pengalaman pertukaran pelajar. Studi yang dilakukan oleh Nguyen dkk. (2023) cenderung mengeksplorasi kesejahteraan mahasiswa yang melakukan program pertukaran di Universitas Selandia Baru. Penelitian yang dilakukan oleh Marciniak dan Winnicki (2019) menjelajahi manfaat program pertukaran belajar pada elemen akademik dan sosial, di mana mahasiswa dapat mengetahui mengenai budaya baru, sistem belajar, dan

bahasa lain yang mendorong pertumbuhan pribadi dan memperluas pandangan dunia mereka. Hanya sedikit yang secara komprehensif meneliti bagaimana program *student exchange* dapat memengaruhi tingkat *flourishing* mahasiswa.

UKM terus menarik sejumlah besar mahasiswa internasional, hal ini diperkuat dengan peningkatan peringkat dan reputasinya di dunia pendidikan tinggi. Mengetahui bagaimana mahasiswa dapat mengoptimalkan dirinya lewat program *student exchange* dapat membantu UKM dalam mengembangkan program yang lebih efektif dan suportif. Memahami faktor-faktor yang terlibat pada kesejahteraan mahasiswa dapat memberikan wawasan yang berharga untuk meningkatkan pengalaman belajar mereka. *Flourishing* sering kali dikaitkan dengan kondisi akademik yang lebih baik dan keterlibatan yang lebih tinggi dalam aktivitas kampus (Seligman, 2011).

Penelitian tentang *flourishing* dalam konteks program *student exchange* penting untuk memahami bagaimana pengalaman internasional dapat mendukung *flourishing* mahasiswa dan memberikan ilmu baru untuk meningkatkan program-program tersebut. Penelitian yang dilakukan di UKM ini akan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman tentang *flourishing* mahasiswa, pengembangan program *student exchange* yang lebih efektif, dan bagaimana perguruan tinggi di Indonesia dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling multibudaya untuk mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* di Indonesia.

1.2 Identifikasi Masalah dan Rumusan Penelitian

Mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* memiliki berbagai tujuan yang ingin mereka capai, termasuk meningkatkan keterampilan komunikasi, kerja sama tim, kemampuan beradaptasi, mengembangkan perspektif internasional, keterampilan antarbudaya, kewarganegaraan global, mendapatkan manfaat dari praktik kerja sosial dalam konteks yang berbeda, kesadaran antarbudaya, dan kemampuan bekerja internasional (Hossain dkk., 2022; Miles dan Howard, 2016). Program-program pertukaran pelajar tidak hanya menawarkan pengetahuan akademis, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman dalam pertumbuhan pribadi, pengembangan profesional, dan mempersiapkan

mereka untuk sukses di dunia yang global. Dengan demikian, tujuan dari program *student exchange* adalah untuk mengembangkan diri secara menyeluruh, baik dalam bidang akademik, professional, maupun personal, yang semuanya berkontribusi pada pola *flourishing* mahasiswa selama dan sesudah masa program *student exchange*.

Sebagian besar penelitian yang ada, terfokus pada manfaat akademik dan budaya dari program pertukaran pelajar, seperti peningkatan kemampuan, pemahaman budaya, dan keterampilan akademik (Nguyen dkk., 2023; Homburg dan Homburg, 2021; Marciniak dan Winnicki, 2019). Sementara itu, elemen-elemen yang ada dalam *flourishing* jarang dibahas. Hal ini menciptakan kesenjangan wawasan yang penting untuk diisi, mengingat bahwa pengalaman internasional dapat memberikan manfaat yang signifikan terhadap berbagai elemen kesejahteraan mahasiswa. Selain itu, penelitian yang sudah dilakukan membahas tantangan dan hambatan yang dihadapi oleh mahasiswa *student exchange*, seperti adaptasi budaya, perasaan kesepian, dan stres akademik (Diem dkk., 2023; Thampi, 2021; Rawjee dkk., 2012). Fokus ini sering kali mengabaikan potensi positif dari pengalaman ini dalam mempromosikan *flourishing*.

Selain itu, belum ada penelitian yang secara komprehensif menganalisis bagaimana jenis kelamin memengaruhi pola *flourishing* mahasiswa dalam program *student exchange*. Hal ini dikarenakan faktor jenis kelamin dapat memainkan peran yang penting dalam bagaimana mahasiswa mengalami dan menangani tantangan serta peluang selama masa pertukaran.

Penelitian yang mendalam pada mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* dan pengaruh jenis kelamin terhadap pola *flourishing* diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat *flourishing* selama masa studi di luar negeri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi literatur *flourishing* mahasiswa dan membantu institusi pendidikan dalam menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung bagi semua mahasiswa yang berpartisipasi dalam program *student exchange*.

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dijelaskan, maka pertanyaan penelitian ini adalah

1. Bagaimana gambaran elemen-elemen *flourishing* mahasiswa *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia?
2. Bagaimana perbandingan jenis kelamin profil *flourishing* mahasiswa *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia?
3. Apa layanan yang dapat diberikan untuk meningkatkan *flourishing* pada mahasiswa *student exchange* di Universitas Pendidikan Indonesia dan perguruan tinggi lainnya?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pola *flourishing* mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia. Tujuan khusus dari penelitian ini untuk

1. Mendeskripsikan elemen-elemen *flourishing* mahasiswa program *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia.
2. Mendeskripsikan profil *flourishing* mahasiswa program *student exchange* di Universiti Kebangsaan Malaysia jika dilihat dari jenis kelamin.
3. Mengembangkan layanan yang dapat diberikan untuk meningkatkan *flourishing* pada mahasiswa *student exchange* di Universitas Pendidikan Indonesia dan perguruan tinggi lainnya.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman konseptual tentang *flourishing* dalam konteks perguruan tinggi, khususnya dalam program pertukaran pelajar. Dengan mengeksplorasi bagaimana kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial mahasiswa dipengaruhi oleh pengalaman internasional, penelitian ini dapat menyumbang literatur akademik di bidang psikologi positif dan pendidikan multikultur.

2. Praktis

a. Praktisi Perguruan Tinggi

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang konsep *flourishing* dan faktor-faktor yang memengaruhinya, pihak

perguruan tinggi dapat membuat kebijakan dan merancang intervensi yang lebih tepat sasaran untuk membantu mahasiswa mencapai *flourishing*.

b. Penelitian Selanjutnya

Temuan-temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada berbagai elemen dalam *flourishing*, seperti pengaruh intervensi tertentu terhadap kesejahteraan mahasiswa yang mengikuti program pertukaran pelajar. Penelitian ini dapat mendorong studi komparatif antara mahasiswa yang mengikuti program *student exchange* dan mahasiswa yang tidak mengikuti program pertukaran pelajar, untuk melihat dampak spesifik dari pengalaman internasional terhadap pola *flourishing*. Penelitian ini membuka jalan bagi studi-studi lebih lanjut yang dapat memberikan pemahaman baru tentang *flourishing* dan memberikan kontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan secara global.

1.5 Struktur Penulisan Skripsi

Struktur penulisan skripsi menyajikan deskripsi mengenai permasalahan yang akan dibahas, yang terdiri dari lima bab.

Bab I Pendahuluan: menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah yang menjadi fokus dari penelitian ini, pertanyaan penelitian, serta manfaat teoritis dan praktis dari penelitian.

Bab II Kajian Teori: menguraikan sejarah mengenai *flourishing*, konsep dasar *flourishing*, elemen *flourishing*, dan konsep dasar program *student exchange*.

Bab III Metode Penelitian: menjelaskan desain penelitian, partisipan penelitian, instrumen yang digunakan, prosedur penelitian, pengumpulan data, dan langkah-langkah analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan: menguraikan hasil penelitian yang meliputi deskripsi analisis dan interpretasi data mengenai gambaran penelitian, dan mendeskripsikan pembahasan hasil penelitian.

Bab V Kesimpulan dan Saran: memaparkan kesimpulan dan mengutarakan saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada pengukuran dan analisis tingkat *flourishing* mahasiswa program *student exchange* yang mengikuti mobilitas akademik ke Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Ruang lingkup penelitian mencakup aspek kesejahteraan psikologis berdasarkan model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, dan Achievement*). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei, serta melibatkan mahasiswa Indonesia yang sedang atau telah mengikuti program pertukaran akademik dalam kurun waktu tertentu. Fokus penelitian terletak pada pengalaman subjektif mahasiswa selama menjalani mobilitas internasional, dengan mempertimbangkan faktor-faktor internal maupun eksternal yang memengaruhi tingkat *flourishing*. Selain itu, analisis juga dilakukan berdasarkan jenis kelamin untuk melihat adanya kemungkinan perbedaan pola *flourishing* yang signifikan. Penelitian ini tidak membahas aspek akademik secara spesifik seperti capaian nilai atau kurikulum, melainkan lebih menitikberatkan pada dimensi psikologis dan sosial selama masa pertukaran.