

MODIFIKASI ALAT UKUR KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA PELAKU *SELF-HARM*

Finda Desila Safitri^a, Aziza Fitriah^b dan Julaibib^c

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Barito Kuala – Indonesia

Korespondensi: findadsafitri@gmail.com

Diserahkan : 10 Juni 2024

Diterima : 17 Juni 2024

Abstrak. Masa remaja mengalami berbagai perubahan dan berpengaruh terhadap kehidupan mendatang remaja. Remaja yang positif akan mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik serta mencapai kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, remaja yang negatif akan merugikan dan menyakiti dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk memodifikasi alat ukur kesejahteraan psikologis ke remaja pelaku *self-harm* serta membuktikan validitas dan menguji reliabilitasnya. Penelitian ini dilakukan dua tahap; uji EFA dan uji CFA dengan masing-masing berjumlah 265 responden berusia 12-24 tahun. Tahap penelitian uji EFA didapatkan hasil nilai KMO sebesar 0,878 dan Bartlett's Test <0,001 diartikan dapat dilanjutkan dan menghasilkan 3 faktor dengan 18 aitem. Dimensi tersebut adalah pengelolaan emosi, penghargaan diri, dan optimis. Pada tahap penelitian uji CFA memiliki reliabilitas ($\omega = 0,962$) dan validitas berdasarkan struktur internal (RMSEA= 0,085; SRMR= 0,041; CFI= 0,923; TLI=0,911) sehingga alat ukur dapat digunakan.

Abstract. *Adolescence will experience many changes and affect the future lives of teenagers. Positive teenagers will be able to solve their problems well and achieve psychological well-being, but negative teenagers will do self-harm. This research aims to modify the measuring instrument of the psychological well-being to adolescent perpetrators of self-harm and prove the validity and test the reliability. This research was conducted in two analysis; EFA test and CFA test stages with each totaling 265 respondents aged 12-24 years. The EFA test result that KMO value of 0.878 and Bartlett's Test <0.001 which means it can be continued and produces 3 factors with 18 items. These dimensions are emotional management, self-esteem, and optimism. The CFA test had good reliability ($\omega = 0.962$) and validity based on internal structure (RMSEA= 0.085; SRMR= 0.041; CFI= 0.923; TLI= 0.911) so that measuring instruments can be used.*

Keywords: *Kesejahteraan Psikologis, Menyakiti Diri Sendiri, Modifikasi Alat Ukur, Remaja*

1. Pendahuluan

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa (Santrock, 2003). Masa remaja juga dikenal dengan masa yang penuh dengan konflik, apabila individu tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi maka individu tersebut akan kesulitan dalam menjalani kehidupannya. Remaja yang tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangan juga dapat menimbulkan emosi negatif dan bisa tidak terkendali sehingga dapat mendorong remaja untuk melakukan tindakan berbahaya (Lubis dkk., 2019).

Salah satu tindakan berbahaya yang dilakukan oleh remaja adalah menyakiti diri sendiri atau biasa dikenal dengan *self-harm*. *Self-harm* merupakan suatu bentuk

perilaku yang dilakukan sebagai upaya untuk mengatasi tekanan emosional maupun rasa sakit dengan cara menyakiti atau merugikan dirinya sendiri bahkan bermaksud untuk melakukan bunuh diri (Tarigan & Apsari, 2022).

Data menyebutkan bahwa sebanyak 20,21% remaja di Indonesia pernah melakukan *self-harm* dan 93% pelakunya adalah remaja perempuan (Faradiba dkk., 2022). Seseorang dikatakan sehat apabila kondisi fisik, mental, dan sosialnya berfungsi secara aktif karena aspek tersebut saling berkaitan satu sama lain. Adapun kesejahteraan mental (*mental health*) merupakan kondisi di mana individu sadar akan kemampuan yang dimilikinya sehingga mampu mengatasi tekanan (*stress*) dalam kehidupannya (Velasco dkk., 2020).

Kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh remaja akan membentuk remaja lebih mengutamakan emosi positif sehingga dapat menumbuhkan rasa puas akan kehidupan dan meraih kebahagiaan serta dapat mengurangi perilaku negatif atau perasaan depresi (Deviana dkk., 2023). Remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik maka merasa dirinya mampu mengatasi masalah kehidupan, merasakan dorongan atau motivasi, puas dengan kehidupan, dan merasakan perasaan bahagia serta menerima kekurangan maupun kelebihan yang dimilikinya. Kebahagiaan merupakan keinginan yang ingin dicapai oleh setiap manusia (Zainuddin & Kutty, 2022). Apabila individu memiliki kesejahteraan yang rendah maka akan sulit untuk menerima kekurangan pada dirinya, merasa tidak puas bahkan merasa kecewa atas kehidupan di masa lalu serta tidak menghargai apa yang dimiliki (Ryff & Keyes, 1995).

Alat ukur kesejahteraan psikologis telah tersedia dengan berpatok pada teori Ryff namun jika ditelaah dalam proses pengembangan alat ukurnya banyak mengacu pada sampel orang dewasa dengan rata-rata usia 25 tahun. Di Indonesia sendiri masih belum ada alat ukur psikologis yang valid dan reliabel mengenai kesejahteraan psikologis pada remaja pelaku *self-harm*. Alat ukur yang tersedia saat ini hanya melihat kesejahteraan psikologis seseorang, sedangkan penelitian ini berfokus pada remaja yang melakukan *self-harm*. Terlebih dari situasi saat ini banyak remaja yang menyakiti dirinya sendiri, pengembangan alat ukur psikologi juga memerlukan penelitian tersendiri untuk bisa digunakan. Maka dari itu, apabila alat ukur tes psikologi ini tersedia maka akan membantu dalam proses asesmen. Adapun alat ukur kesejahteraan psikologis juga mengalami perkembangan, salah satunya yang dikembangkan oleh Abidin dkk. (2020) berjudul "Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Remaja Usia 12-15 Tahun" yang dilakukan oleh instansi Universitas Padjadjaran di Indonesia. Alat ukur ini dikembangkan dengan menggunakan teori *psychological well-being* oleh Ryff memuat 6 dimensi dan *subjective well-being* oleh Diener memuat 3 dimensi, kemudian metode yang digunakan *mixed methods* (kualitatif dan kuantitatif) serta menghasilkan dimensi baru yakni harmonis sehingga alat ukur ini memuat 10 dimensi.

Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis akan menggambarkan kesehatan psikologis individu yang memenuhi kriteria keberfungsian

psikologi positif. Kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi yaitu (1) *self-acceptance* yang mengacu pada pandangan positif pada diri dan menghargai diri yang meliputi aspek positif dan aspek negatif. Dimensi ini juga mengacu pada penilaian yang jujur terhadap diri, sadar akan keterbatasan atau kekurangannya namun tetap menerima kekurangan yang ada pada dirinya; (2) *positive relations with others* yang mengacu pada rasa bahagia yang dirasakan bersama orang lain atau hubungan dekat dengan orang lain; (3) *autonomy* yang mengacu pada kemampuan individu dalam mengejar dan meyakini apa yang diyakini meski harus melawan aturan yang ada; (4) *environmental mastery* yang mengacu pada tantangan yang berasal dari lingkungan dan individu dapat menguasai kondisinya; (5) *purpose in life* yang mengacu pada kemampuan individu dalam menemukan arah dan makna dalam pengalamannya serta menentukan tujuan dalam menjalani hidupnya; dan (6) *personal growth* yang mengacu pada kemampuan individu dalam menyadari potensi dan bakatnya lalu mengembangkannya menjadi sumber daya baru.

Diener (1984) menyatakan bahwa *subjective well-being* merupakan komponen untuk menilai esensi dari kualitas hidup yang positif serta meliputi evaluasi subjektif seseorang terhadap hidupnya. Dimensi *subjective well-being* yaitu (1) *positive affect* yang mengacu pada afek positif; (2) *negative affect* yang mengacu pada afek negatif; dan (3) *life satisfaction* yang mengacu pada kepuasan hidup.

Abidin dkk. (2020) menyampaikan bahwa kesejahteraan psikologis pada remaja terjadi ketika remaja merasakan emosi positif dan negatif serta dapat berfungsi sesuai dengan tahapan perkembangannya. Alat ukur kesejahteraan psikologis yang dikembangkan ini menggabungkan teori *psychological well-being* oleh Ryff dan *subjective well-being* oleh Diener. Dimensi tersebut yaitu (1) afek positif yakni perasaan positif yang dirasakan remaja; (2) afek negatif yakni perasaan negatif yang dirasakan remaja; (3) kepercayaan diri yakni pandangan positif remaja terhadap dirinya; (4) hubungan positif yakni kualitas pertemanan remaja dengan guru dan teman; (5) orientasi masa depan yakni kemampuan merancang masa depan; (6) pengembangan diri yakni sadar akan potensi dan bakat serta mengembangkan diri; (7) pengelolaan emosi negatif yakni mampu mengontrol emosi dan bertindak sesuai norma; (8) tanggung jawab yakni melaksanakan kewajiban; (9) kemampuan menyelesaikan masalah yakni mampu menyelesaikan masalah dan meminta bantuan kepada orang yang tepat; (10) harmoni yakni mampu menyelaraskan antara akademik, pertemanan, dan keluarga.

Self-harm

Curtis dkk. (2018) mendefinisikan *self-harm* atau *self-injury* sebagai tindakan menyiksa diri dengan cara melukai diri dengan mengiris. Perilaku *self-harm* yang sering dilakukan adalah dengan mengiris atau menyayat kulit menggunakan benda tajam, seperti silet. Perilaku *self-harm* juga dilakukan dalam bentuk menjambak rambut, membakar tubuh, membenturkan kepala, memukul diri, mengorek bekas luka bahkan mengonsumsi zat beracun. Adapun bentuk lain dari perilaku *self-harm* berdasarkan kuesioner *Self-Harm Inventory* (SHI), yaitu overdosis, membentur kepala

dengan sengaja, kebanyakan mengonsumsi alkohol, mencakar anggota tubuh, membiarkan luka, tidak berusaha menyembuhkan diri dari penyakit, melakukan hubungan seks bebas, merasa bahwa dirinya ditolak, salah penggunaan obat, menghindari Tuhan, terlibat hubungan *toxic*, meninggalkan pekerjaan dengan sengaja, dan menyiksa diri dengan pikiran menyalahkan diri sendiri (Tarigan & Apsari, 2022).

Properti Psikometrik

Modifikasi alat ukur merupakan proses mengubah sebuah alat ukur dengan mengubah indikator berperilaku atau menambah aitem sesuai dengan tujuan penelitian namun tetap berpegang pada kerangka teoritis yang sudah ada (Azwar, 2018). Modifikasi dilakukan ketika peneliti menetapkan ukuran baru dari ukuran yang telah ada dengan menggunakan populasi yang berbeda dari kelompok sasaran awal (Stewart dkk., 2012).

Menurut American Educational Research Association dkk. (2014) dalam *Standards for Educational and Psychological Testing* menyampaikan bahwa validitas mengacu pada sejauh mana bukti dan teori mendukung interpretasi nilai tes yang diajukan dalam penggunaan tes tersebut. Validitas merupakan sebuah pertimbangan yang paling mendasar untuk mengembangkan dan mengevaluasi suatu tes.

Sumber bukti validitas terdiri dari lima sumber, yakni: (1) *evidence based on test content* atau bukti berdasarkan isi tes; (2) *evidence based on based on response processes* atau bukti berdasarkan proses respons; (3) *evidence based on internal structure* atau bukti berdasar struktur internal; (4) *evidence based on relations to other variables* atau bukti berdasarkan hubungan dengan variabel lain, (5) *evidence for validity and consequences of testing* atau bukti berdasarkan konsekuensi pengujian (American Educational Research Association dkk., 2014).

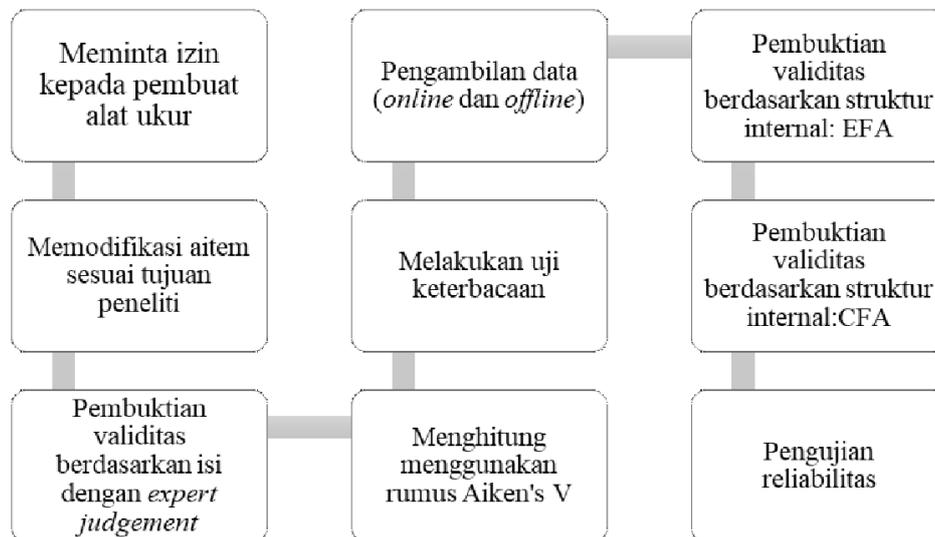
Reliabilitas didefinisikan sebagai sejauh mana suatu pengukuran terhadap suatu tes akan tetap konsisten setelah dilakukan berulang kali kepada subjek dalam kondisi yang sama. Kata kuncinya adalah konsistensi. Apabila suatu pengukuran menghasilkan data dengan tingkat reliabilitas tinggi maka dapat dikatakan bahwa pengukuran itu reliabel. Istilah reliabel juga dikenal dengan kata keterandalan, konsistensi, kestabilan, keajegan dan sebagainya. Konsep reliabilitas yang menjadi pokok adalah mengenai sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2018).

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka penelitian ini berusaha untuk memodifikasi instrumen kesejahteraan psikologis yang bisa digunakan pada remaja pelaku *self-harm*. Kemudian, dilakukan uji psikometrik yakni validitas dan reliabilitas, sehingga alat ukur kesejahteraan psikologis pada remaja pelaku *self-harm* dapat digunakan.

2. Metode

Penelitian ini merupakan modifikasi alat ukur. Berikut model penelitian yang dilakukan pada penelitian ini.

Gambar 1. Model penelitian



Partisipan

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik pengumpulan data *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu berusia 12-24 tahun yang berada di kawasan Indonesia.

Adapun simulasi yang dilakukan oleh Muthén dan Muthén (2002) dengan menggunakan Monte Carlo menyampaikan bahwa dalam pengambilan jumlah sampel dengan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan *Exploratory Factor analysis* (EFA) minimal berjumlah 265 responden karena dapat mendeteksi korelasi faktor kecil di dalamnya. Sehingga, total jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 530 responden.

Desain

Penelitian ini merupakan modifikasi alat ukur. Azwar (2018) menyampaikan bahwa terdapat langkah-langkah dalam melakukan modifikasi alat ukur, yakni: (1) menyesuaikan indikator berperilaku; (2) penyusunan aitem atau menambahkan aitem baru; (3) melakukan pengujian properti psikometrik yang meliputi pembuktian validitas dan pengujian reliabilitas.

Prosedur

Penelitian ini melalui beberapa tahap agar sesuai dengan prosedur, terlebih dahulu peneliti meminta izin kepada pengembang alat ukur kesejahteraan psikologis remaja usia 12-15 tahun untuk memodifikasi alat ukurnya ke remaja pelaku *self-harm* sesuai tujuan peneliti. Tahap kedua, peneliti akan melakukan modifikasi aitem yang

memuat 10 dimensi dan 38 aitem, kemudian ditambahkan atau dibuat aitem yang berjumlah 5 aitem per dimensi yang terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable* sehingga total aitem berjumlah 50 aitem. Tahap ketiga, peneliti akan melakukan *expert judgement* atau pendapat ahli untuk memberikan pendapat terhadap alat ukur tersebut. Tahap keempat, peneliti akan membuktikan validitas berdasarkan konten dengan menggunakan Aiken's V. Tahap kelima, peneliti melakukan uji keterbacaan aitem kepada beberapa subjek agar aitem yang dibuat dapat dimengerti dan dipahami dengan baik oleh responden. Tahap keenam, peneliti akan melakukan pengambilan data kepada responden remaja. Teknik pengambilan data dilakukan secara *online* dan *offline*. Tahap ketujuh, data yang terkumpul kemudian dibuktikan validitas berdasarkan struktur internal dengan menggunakan *Exploratory Factor Analysis* (EFA) untuk menentukan jumlah faktor kemudian dilakukan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) untuk melihat masing-masing nilai *factor loadings*. Pengujian reliabilitas menggunakan *mcdonald's omega* dengan melihat masing-masing nilai estimasi faktor.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Remaja Indonesia Usia 12-15 Tahun dari Abidin dkk. (2020) yang mengemukakan mengenai 10 dimensi kesejahteraan psikologis. Alat ukur kesejahteraan psikologis remaja Indonesia terdiri dari 38 aitem dengan reliabilitas α sebesar 0,873 dan validitas konstruk (RMSEA= 0,075; GFI = 0,91; CFI = 0,93; NNFI = 0,91; IFI = 0,93) yang baik.

Metode pengukuran respons dalam penelitian ini menggunakan skala Likert agar bisa mengukur sikap, pendapat maupun persepsi individu atau kelompok mengenai suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2016). Melalui skala Likert maka variabel akan terjabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut akan menjadi titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Adapun aitem tersebut akan disesuaikan dengan kebutuhan penelitian dan dikaitkan ke dalam perilaku *self-harm*. Jawaban setiap aitem skala Likert melalui keterangan yang berbobot, selalu (5), sering (4), kadang-kadang (3), jarang (2), dan tidak pernah (1).

Teknik Analisis

Pembuktian validitas berdasarkan isi akan diuji melalui pengujian kelayakan atau relevansi isi melalui analisis rasional oleh panel ahli atau *expert judgement*. Sedangkan, pembuktian validitas berdasarkan struktur internal dilakukan untuk mengetahui ketepatan aitem dalam mengukur variabel yang diteliti. Pembuktian validitas dilakukan dengan melakukan *Exploratory Factor Analysis* (EFA) dan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA).

Exploratory Factor Analysis (EFA) merupakan metode statistik yang digunakan sebagai alat mendasar dalam pengembangan alat ukur dan memvalidasi teori dalam pengukuran psikologi (Watkins, 2018). Pada analisis EFA pemutusan *number of factors* penelitian ini menggunakan *Parallel Analysis* (PA) berdasarkan *Parallel*

Component (PC) karena terbukti memiliki kinerja yang baik dalam menentukan jumlah faktor yang perlu dipertahankan dalam EFA. Analisis *rotation* dengan menggunakan *oblique* melalui *oblimin* karena sering kali merepresentasikan data yang realistis khususnya dalam ilmu sosial, menafsirkan kolerasi antar faktor, dan interpretasi yang didapatkan lebih baik dan mudah (Lim & Jahng, 2019). Adapun *Factoring Method* yang digunakan adalah *Maximum Likelihood* (ML) karena memaksimalkan fungsi kemungkinan kolerasi antar faktor dalam analisis EFA dan CFA (Zhang & Preacher, 2015).

Reliabilitas menggunakan *McDonald's Omega* karena lebih akurat dan tidak menimbulkan bias, serta dapat memberikan estimasi reliabilitas pada tiap faktor atau dimensi (Heo dkk., 2022). Analisis penelitian ini menggunakan perangkat lunak JASP 0.18.1.0.

3. Hasil

Validitas Berdasarkan Isi Tes

Hasil dari validitas isi akan dihitung menggunakan rumus Aiken's V. Penelitian ini menggunakan taraf nilai 5% dengan kriteria validitas minimal 0,80. Koefisien yang menunjukkan angka di bawah 0,80 maka dikatakan tidak lolos dalam pembuktian validitas isi. Adapun dari 50 aitem terdapat 6 aitem yang dinyatakan gugur dan tersisa 44 aitem.

Data Demografis

Penelitian ini memperoleh data demografis sebanyak 530 responden yang berusia dari 12-24 tahun dan berada di kawasan Indonesia. Untuk melihat data demografis bisa perhatikan tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik	Frekuensi	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	180	34%
Perempuan	350	66%
Usia		
12-15	180	34%
16-19	135	25,4%
20-24	215	40,7%

Analisis Eksploratori Faktor

Pada analisis ini menyertakan nilai Kaiser Meyer Olkin (KMO) *Measure of Sampling Adequacy* yang dilakukan untuk menguji kekuatan kolerasi yang saling berkaitan. Angka yang dihasilkan oleh KMO *Measure of Sampling Adequacy* harus >0,50 agar analisis faktor dapat dilanjutkan (Tabachnick & Fidell, 2001).

Tabel 2. Deskripsi Nilai KMO

Kaiser-Meyer-Olkin Test	
	MSA
Overall MSA	.878

Analisis berikutnya yakni Bartlett's Test untuk melihat variabel yang saling berkorelasi. Apabila nilai *sig* kurang dari 0,05 maka korelasi antar variabel tinggi dan analisis faktor dapat dilanjutkan (Tabachnick & Fidell, 2001).

Tabel 3. Deskripsi Nilai Bartlett's Test

Bartlett's Test		
X ²	df	p
2598.233	153.000	< .001

Adapun untuk menentukan aitem mana saja yang perlu dipertahankan maka perlu melihat *factor loadings* dengan estimasi kurang dari 0,34 (Tabachnick & Fidell, 2001).

Tabel 4. Deskripsi Nilai Factor Loadings EFA

Factor Loadings	Factor Loadings			Uniqueness
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	
KPRSH 27	0.965			0.082
KPRSH 28	0.896			0.180
KPRSH 37	0.820			0.262
KPRSH 30	0.619			0.607
KPRSH 29	0.594			0.657
KPRSH 13		0.865		0.294
KPRSH 12		0.775		0.431
KPRSH 25		0.740		0.372
KPRSH 4		0.628		0.316
KPRSH 3		0.476		0.623
KPRSH 26		0.443		0.595
KPRSH 23			0.777	0.386
KPRSH 22			0.715	0.451
KPRSH 20			0.639	0.586
KPRSH 35			0.511	0.747
KPRSH 10			0.503	0.786
KPRSH 36			0.491	0.617
KPRSH 9			0.439	0.663

Catatan. Metode rotasi yang diterapkan adalah oblimin & Kesejahteraan Psikologis Remaja Self-Harm (KPRSH)

Analisis Faktor Konfirmatori

Confirmatory Factor Analysis (CFA) digunakan untuk menguji seberapa baik variabel yang diukur itu bersesuaian dengan faktor atau mewakili faktor yang terbentuk sebelumnya (Hair dkk., 2014). Adapun nilai *factor loadings* dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Deskripsi Nilai Factor Loadings CFA

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval		Std. Est. (all)
						Lower	Upper	
Pengelolaan Emosi	KPRSH 27	1.236	0.074	16.766	< .001	1.091	1.380	0.846
	KPRSH 28	1.384	0.078	17.773	< .001	1.231	1.537	0.877
	KPRSH 29	1.153	0.081	14.227	< .001	0.994	1.312	0.760
	KPRSH 30	0.996	0.084	11.826	< .001	0.831	1.161	0.664
	KPRSH 37	1.263	0.073	17.238	< .001	1.119	1.407	0.861
Penghargaan Diri	KPRSH 3	0.874	0.068	12.851	< .001	0.740	1.007	0.708
	KPRSH 4	1.203	0.074	16.186	< .001	1.057	1.348	0.830
	KPRSH 12	0.824	0.069	11.978	< .001	0.689	0.959	0.671
	KPRSH 13	1.162	0.071	16.265	< .001	1.022	1.302	0.833
	KPRSH 25	1.175	0.077	15.251	< .001	1.024	1.326	0.798
Optimis	KPRSH 26	1.048	0.075	14.035	< .001	0.902	1.194	0.753
	KPRSH 9	1.056	0.069	15.248	< .001	0.920	1.191	0.799
	KPRSH 10	0.944	0.068	13.987	< .001	0.812	1.077	0.752
	KPRSH 20	1.006	0.075	13.497	< .001	0.860	1.152	0.732
	KPRSH 22	1.188	0.073	16.159	< .001	1.044	1.332	0.830
	KPRSH 23	1.121	0.072	15.479	< .001	0.979	1.263	0.807
	KPRSH 35	0.867	0.074	11.786	< .001	0.723	1.012	0.663
	KPRSH 36	1.043	0.071	14.761	< .001	0.905	1.182	0.781

Analisis ini mencantumkan nilai *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) untuk mengindikasikan indeks yang baik untuk kesesuaian sebuah model dengan estimasi 0,08 mengindikasikan model fit tinggi, 0,08 – 0,10 mengindikasikan model fit sedang, dan diatas 0,10 mengindikasikan model fit rendah (MacCallum dkk., 1996). *Standardized Root Mean Square Residual* (SRMR) digunakan untuk melihat nilai residu yang terdapat dalam model dengan nilai estimasi <0,08 (Hu & Bentler, 1999). *Comparative Fit Index* (CFI) digunakan untuk melihat nilai perbandingan dari model yang disusun dengan model yang ideal dengan nilai estimasi >0,09. *Tucker Lewis Index* (TLI) digunakan untuk mengatasi masalah yang timbul akibat kompleksitas model dengan nilai estimasi >0,09 (Hair Jr dkk., 2014).

Tabel 6. Deskripsi Hasil Kriteria CFA JASP

Kategori	Skala Kesejahteraan Psikologi pada Remaja Pelaku <i>Self-harm</i>	Hasil
RMSEA	0.085	Fit Sedang
SRMR	0.041	Diterima
CFI	0.923	Diterima
TLI	0.911	Diterima

Reliabilitas

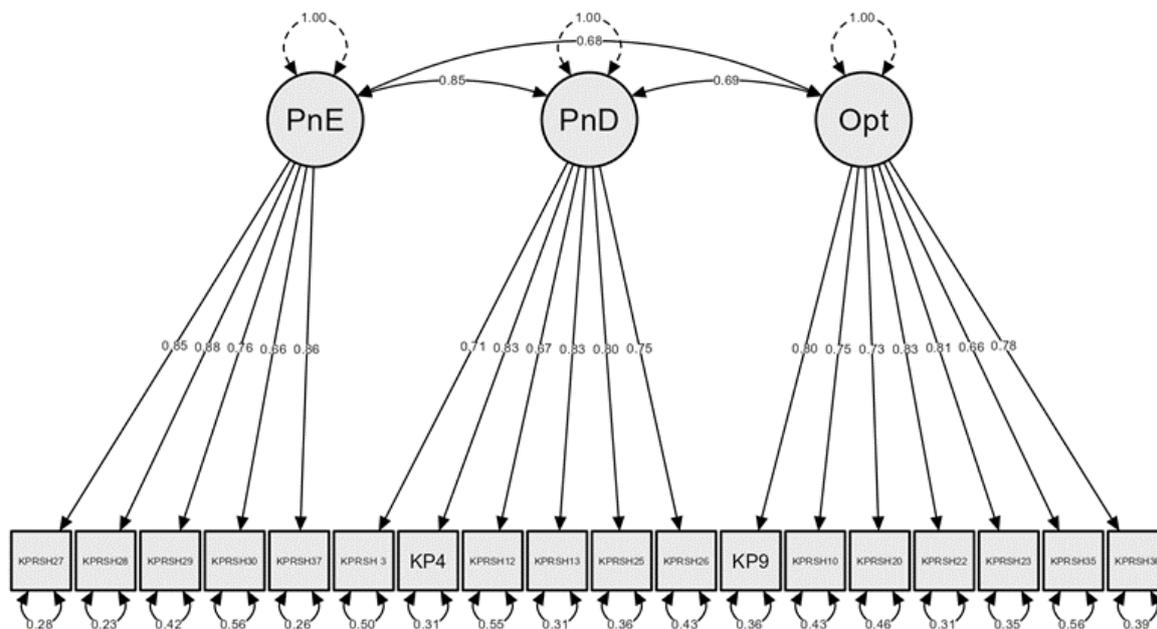
Nilai estimasi *McDonald's Omega* yaitu antara 0-1 untuk dikatakan reliabel (Hair Jr dkk., 2014).

Tabel 7. Hasil Reliabilitas

Rumus Coefficient ω	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	Total
	0.892	0.898	0.910	0.962

Berikutnya untuk melihat *factor covariences*, *factor loadings*, dan *estimate residual variences* dapat dilihat pada gambar 2.

Gambar 2 . Model Pengukuran Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Pelaku Self-harm



Catatan. PnE=Pengelolaan Emosi; PnD=Penghargaan Diri; Opt=Optimis.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil validitas isi dengan 5 *expert judgement* yang berlatar belakang psikolog klinis, ahli psikometri, dan ahli bahasa Indonesia. Didapatkan aitem yang lolos sebanyak 44 dari 50 aitem. Aitem yang tidak lolos dikarenakan berada di bawah kriteria 0,80 yang bersumber dari Aiken (1985). Artinya, aitem yang gugur adalah aitem yang tidak relevan dengan dimensi yang digunakan. Pada tahap uji keterbacaan diujicobakan kepada sekelompok remaja dari salah satu Sekolah Menengah Pertama di Kota Banjarmasin, dengan kriteria usia antara 12-15 tahun, dari hasil uji keterbacaan ada anak yang mengatakan bahwa butir pernyataan tampak menyinggung dalam arti merepresentasikan keadaannya.

Pengambilan data dilakukan secara *online* maupun *offline*. Adapun responden *offline* dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Pertama di Kota Banjarmasin yang menghasilkan responden sebanyak 130 orang. Kemudian, didapatkan responden secara *online* sebanyak 170 orang sehingga jumlah responden berjumlah 300 orang. Setelah itu dilakukan CFA dengan responden tersebut namun *output* dari *software*

JASP tidak muncul. Hal ini sering terjadi di kalangan penelitian modifikasi alat ukur karena CFA terkadang tidak cukup sesuai mendeteksi model pada suatu alat ukur. Berbeda dengan EFA yang akan membantu menjelaskan struktur suatu model alat ukur (Orcan, 2018).

Peneliti melakukan pengambilan data kembali hingga berjumlah 530 responden agar masing-masing analisis memuat 265 responden. Dari hasil EFA menunjukkan bahwa nilai KMO sebesar 0,878 yang artinya $>0,50$ atau diterima dan *Bartlett's Test* didapatkan sebesar $<0,001$ yang artinya nilai *sig* $< 0,05$ atau diterima. Adapun untuk menentukan aitem mana saja yang perlu dipertahankan maka perlu melihat nilai faktor dengan estimasi kurang $<0,34$ (Tabachnick & Fidell, LS, 2001). Aitem yang lolos dari estimasi *factor loadings* adalah 18 dari 44 aitem.

Ketika akan melakukan pembuktian validitas berdasarkan struktur internal menggunakan EFA didapatkan yang awalnya 10 menjadi 3 faktor atau dimensi. Hilangnya dimensi disebabkan oleh beberapa faktor yang pada dasarnya secara psikometrik bisa diantisipasi oleh peneliti dari awal penelitian. Adapun faktor yang menyebabkan hilangnya dimensi adalah adanya sifat *overlap* dari aitem yang telah dibuat karena tidak cukup kuat untuk mewakili dimensi atau adanya dimensi yang saling terhubung, kemudian apabila dalam suatu dimensi memiliki kurang dari tiga aitem dalam pengukurannya maka tidak dapat di *running* atau dijalankan (Salsabila dkk., 2019).

Faktor lain yang menyebabkan hilangnya dimensi pada pengembangan alat ukur adalah ketidak-*fit*-an model dalam dimensi karena variasi jawaban yang didapat dari aitem tersebut tidak cukup kuat untuk merepresentasikan hasil jawaban responden yang sesungguhnya (Augustiya dkk., 2019). Maka dari itu, untuk bisa melanjutkan penelitian maka peneliti perlu membuang aitem yang tidak mewakili dimensi tersebut.

Hasil dari EFA dilakukan justifikasi atau penamaan terhadap faktor atau dimensi. Justifikasi atau penamaan terhadap faktor atau dimensi dilakukan dengan proses analisis dan diskusi penelitian. Proses penamaan dilakukan dengan menganalisis tiap butir pernyataan aitem dan menentukan nama yang dilandasi oleh teori maupun penelitian terdahulu.

Putri dan Dewi (2023) menyampaikan bahwa selama masa pandemik remaja mengalami berbagai permasalahan psikologis yang membuat remaja memiliki keterbatasan dalam berinteraksi. Remaja yang kesulitan berinteraksi dengan teman atau keluarganya menyebabkan kesejahteraan psikologis remaja memburuk hingga menimbulkan perilaku *self-harm*. Remaja yang melakukan *self-harm* kesulitan dalam mengatur emosi, merasa tidak puas dengan diri, tidak puas dengan kinerja akademik, harga diri rendah, sering merokok atau minum. Salah satu perilaku *self-harm* yang dilakukan remaja, seperti memukul, menyayat, mencubit, menarik rambut maupun mencakar.

Hart dkk. (2017) menyampaikan bahwa perilaku *self-harm* menjadi salah satu pilihan seseorang ketika tidak dapat mengendalikan *stressor* secara efektif dan positif. Sedangkan, Sibarani dkk. (2021) menyampaikan bahwa perilaku *self-harm* timbul akibat dari seseorang yang percaya bahwa melalui menyakiti diri akan mengurangi

ketegangan, merasakan ketenangan karena menolak ketidaknyamanan yang dirasakan dirinya ataupun tekanan dari lingkungannya. Dari hasil analisis EFA banyak butir aitem yang merujuk pada perilaku *self-harm*, merasa tidak mampu, merasa tidak nyaman, takut memulai sesuatu hingga penilaian yang buruk terhadap diri sendiri.

Pada faktor 1 yang memuat 5 aitem terlihat bahwa pernyataan butir aitem mengarah pada dimensi sebelumnya yakni dimensi pengelolaan emosi negatif dan kemampuan menyelesaikan masalah meski yang dominan adalah dimensi pengelolaan emosi negatif. Plener dkk. (2015) menyampaikan bahwa salah satu prediktor dalam melakukan *self-harm* adalah *psychological impairment* atau penurunan psikologis misalnya *emotional problem* atau masalah emosi, *negative emotion* atau emosi negatif, serta pemikiran untuk menyakiti dirinya sendiri. Hawton dkk. (1999) menyampaikan bahwa depresi, perilaku implusif, kemampuan menyelesaikan masalah, perilaku marah, dan durasi penyelesaian masalah dapat meningkatkan terjadinya perilaku *self-harm*. Maka pada faktor 1 ini peneliti memberikan nama yakni pengelolaan emosi.

Faktor 1 diberi nama pengelolaan emosi karena banyak penelitian yang merujuk bahwa pengelolaan emosi menjadi salah satu prediktor seseorang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Adapun peneliti mendefinisikan bahwa pengelolaan emosi adalah kemampuan individu dalam mengatur atau memberikan respon terhadap emosi yang dirasakan.

Pada faktor 2 yang memuat 6 aitem terlihat bahwa butir pernyataan memuat dimensi terdahulu yakni pada dimensi kepercayaan diri, pengembangan diri, dan afek positif. Butir aitem banyak mengarah pada pandangan diri seseorang terhadap dirinya sendiri. Distina (2019) menyampaikan bahwa pada dimensi *personal growth* atau pertumbuhan diri menganggap bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis akan puas dan nyaman dengan kondisi dimilikinya, siap menghadapi tantangan, dan mampu mengembangkan dirinya.

Thanoesya dkk. (2016) mengatakan bahwa salah satu hal penting dalam pembentukan perilaku seseorang adalah kepercayaan diri dan pandangan terhadap dirinya sendiri. Apabila individu memiliki kepercayaan diri maka akan dapat menangkis perilaku maupun pikiran negatif yang muncul dari dalam dirinya. Johnson dkk. (1983) menyatakan *self-esteem* merujuk pada sejauh mana individu menghargai dirinya sendiri, baik itu mengekspresikan sikap maupun tingkat keyakinannya akan keberhasilan yang akan dicapai. Berdasarkan pertimbangan dari beberapa teori, nama yang cocok untuk faktor 2 adalah penghargaan diri. Adapun peneliti mendefinisikan penghargaan diri sebagai keyakinan atau pandangan individu terhadap dirinya sendiri, mampu mengekspresikan suatu sikap, merasa diri penting, berhasil, dan berharga.

Pada faktor 3 yang memuat 7 aitem terlihat bahwa pada butirnya memuat dimensi sebelumnya yakni pengembangan diri, orientasi masa depan, tanggung jawab kepercayaan diri, dan kemampuan menyelesaikan masalah. Dalam butir aitem banyak pernyataan yang mengarah pada harapan, tujuan, dan pikiran positif individu terhadap dirinya. Russell dkk. (2020) menyampaikan bahwa terdapat hubungan

antara kondisi kesejahteraan seseorang terhadap perilaku *self-harm*. Kesejahteraan mental juga dapat menjadi upaya untuk mengurangi perilaku menyakiti diri sendiri.

Gabungan dari pernyataan yang terdapat dalam faktor 3 adalah sikap optimis. Sikap optimis merupakan cara berpikir atau pandang seseorang terhadap sesuatu secara positif. Orang yang memiliki sikap optimis akan berusaha dalam melakukan aktivitas dan mengemban tanggung jawab dengan baik. Optimis juga akan mengurangi seseorang dalam berpikiran negatif terhadap dunianya (Biagi & Uyun, 2023). Sedangkan, peneliti mendefinisikan optimis sebagai kemampuan individu dalam memandang dan merancang sesuatu untuk dapat dicapainya di masa depan. Maka dari itu, peneliti memberi nama faktor 3 sebagai optimis.

Hasil CFA menunjukkan bahwa estimasi RMSEA senilai 0,085 yang artinya memiliki indeks fit sedang terhadap model yang diukur. Sedangkan, pada SRMR memiliki nilai estimasi sebesar 0,041 yang berada <0,05 yang artinya dapat diterima terhadap model yang diukur. Pada bagian CFI dengan nilai estimasi 0,923 dan TLI dengan nilai estimasi 0,911 atau >0,09 maka dikatakan dapat diterima. Sedangkan, hasil pengujian reliabilitas terbukti memenuhi nilai estimasi.

Hasil penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya, pada dimensi pengembangan alat ukur kesejahteraan psikologis pada remaja usia 12-15 tahun memiliki dimensi yang merupakan gabungan dari teori Ryff dan Diener, kemudian ditambahkan dimensi harmoni. Pada hasil penelitian ini memuat 3 dimensi pada kesejahteraan psikologis remaja pelaku *self-harm* yang diberi nama pengelolaan emosi, penghargaan diri, dan optimis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa banyak butir aitem yang lolos mengarah pada kemampuan individu dalam mengelola emosi yang dirasakan, pandangan terhadap dirinya sendiri, keyakinan akan dirinya, dan sikap individu dalam memandang atau menyusun perencanaan untuk masa depannya.

Butir aitem yang lolos ini memiliki perbedaan nilai dan budaya dengan butir aitem pada alat ukur lainnya. Butir aitem menggambarkan situasi individu yang melakukan *self-harm* sehingga terjadi perbedaan nilai dengan butir aitem lainnya yang hanya mengarah pada individu normal. Situasi yang dihasilkan penelitian ini lebih detail dengan adanya gambaran kondisi individu seperti tidak dapat menahan atau mengelola emosi yang dirasakan sehingga membuatnya menyakiti diri sendiri. Di sisi lain, sampel yang digunakan dalam penelitian ini lebih luas yang dapat memberikan variasi perbedaan nilai dan budaya yang mempengaruhi perbedaan dalam cara berfikir dan bertindak.

5. Kesimpulan

Penelitian ini mendapati bahwa alat ukur kesejahteraan psikologis terdiri dari 3 faktor, yaitu pada pengelolaan emosi 5 aitem, penghargaan diri 6 aitem, dan optimis 7 aitem dengan total 18 aitem merupakan alat ukur yang valid dan reliabel untuk

mengukur kesejahteraan psikologis pada remaja pelaku *self-harm*. Adapun peneliti mempertimbangkan teori yang berkaitan dengan fenomena *self-harm* baik itu kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, kemampuan mengelola emosi, harga diri hingga kemampuan menyelesaikan masalah.

Hasil CFA menunjukkan bahwa estimasi RMSEA sebesar 0,085 dengan fit sedang. Nilai SRMR sebesar 0,041 dinilai dapat diterima karena $<0,05$. Nilai CFI sebesar 0,923 dan nilai TLI sebesar 0,911 dimana kedua nilai tersebut $>0,90$ yang mengindikasikan alat ukur dapat diterima dan estimasi reliabilitas terpenuhi sehingga alat ukur dapat digunakan.

Peneliti mengharapkan kepada masyarakat agar lebih sadar akan pentingnya kesehatan mental karena akan berdampak pada tingkah laku seseorang. Penelitian ini masih belum sempurna. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk lebih maksimal dalam menurunkan aitem dari dimensi yang akan di modifikasi.

Referensi

- Abidin, F. A., Koesma, R. E., Joefiani, P., & Siregar, J. R. (2020). Pengembangan alat ukur kesejahteraan psikologis remaja usia 12-15 tahun. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(1), 1–1. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i1.24840>
- Aiken, L. R. (1985). *Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings*. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0013164485451012>
- American Educational Research Association, American Psychological Association, & National Council on Measurement in Education. (2014). *Standards for educational and psychological testing*. American Educational Research Association.
- Augustiya, T., Nurislamiaty, Q., Al-fatoni, M. D., & Rachma, L. N. (2019). Hubungan orientasi karier dengan optimisme pada Mahasiswa Jurusan Keagamaan UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 2(1), 31–42. <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i1.4014>
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Biagi, M., & Uyun, M. (2023). *Konsep diri, optimisme, dan kepercayaan diri pada siswa SMA Negeri 3 Palembang*. 6(1), 35–43. <https://doi.org/10.31293/mv.v6i1.6731>
- Curtis, S., Thorn, P., McRoberts, A., Hetrick, S., Rice, S., & Robinson, J. (2018). Caring for young people who self-harm: A review of perspectives from families and young people. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(5), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph15050950>
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 3463–3468. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11563>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Distina, P. P. (2019). Pengembangan dimensi psychological well-being untuk pengurangan risiko gangguan depresi. *MAWA'IZH: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), 39–59. <https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.768>
- Faradiba, A. T., Paramita, A. D., & Dewi, R. P. (2022). Emotion dysregulation and deliberate self-harm in adolescents. *Konselor*, 11(1), 20–24. <https://doi.org/10.24036/02021103113653-0-00>

- Hair, J. (2009). Multivariate data analysis. *Faculty and Research Publications*. <https://digitalcommons.kennesaw.edu/facpubs/2925>
- Hair Jr, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Harlow.
- Hart, S. R., Van Eck, K., Ballard, E. D., Musci, R. J., Newcomer, A., & Wilcox, H. C. (2017). Subtypes of suicide attempters based on longitudinal childhood profiles of co-occurring depressive, anxious and aggressive behavior symptoms. *Psychiatry Research*, 257, 150–155. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.032>
- Hawton, K., Kingsbury, S., Steinhardt, K., James, A., & Fagg, J. (1999). Repetition of deliberate self-harm by adolescents: The role of psychological factors. *Journal of Adolescence*, 22(3), 369–378. <https://doi.org/10.1006/jado.1999.0228>
- Heo, W., Rabbani, A., Grable, J. E., & Roszkowski, M. (2022). The alpha and omega of financial risk-tolerance assessment. *Financial Planning Review*, 5(1), e1138. <https://doi.org/10.1002/cfp2.1138>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Johnson, B. W., Redfield, D. L., Miller, R. L., & Simpson, R. E. (1983). The cooper-smith self-esteem inventory: A construct validation study. *Educational and Psychological Measurement*, 43(3), 907–913. <https://doi.org/10.1177/001316448304300332>
- Lubis, L. T., Sati, L., Adhinda, N. N., Yulianirta, H., & Hidayat, B. (2019). Peningkatan kesehatan mental anak dan remaja melalui ibadah keislaman. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 16(2), 120–129. [https://doi.org/10.25299/jaip.2019.vol16\(2\).3898](https://doi.org/10.25299/jaip.2019.vol16(2).3898)
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 1(2), 130–149. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.2.130>
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (2002). How to use a monte carlo study to decide on sample size and determine power. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 9(4), 599–620. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0904_8
- Orcan, F. (2018). Exploratory and confirmatory factor analysis: Which one to use first? *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 9(4), 414–421. <https://doi.org/10.21031/epod.394323>
- Plener, P. L., Schumacher, T. S., Munz, L. M., & Groschwitz, R. C. (2015). The longitudinal course of non-suicidal self-injury and deliberate self-harm: A systematic review of the literature. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 2(1), 2. <https://doi.org/10.1186/s40479-014-0024-3>
- Putri, T. H., & Dewi, V. (2023). Gambaran perilaku Non-Suicidal Self Injury (NSSI) pada remaja di masa pandemi: Literatur review. *FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang bekerja sama dengan PPNI Jawa Tengah*, 2(11), 415–428. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.415-428>
- Russell, K., Rasmussen, S., & Hunter, S. C. (2020). Does dental well-being protect against self-harm thoughts and behaviors during adolescence? A six-month prospective investigation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6771. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186771>

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Salsabila, D. F., Rofifah, R., Natanael, Y., & Ramdani, Z. (2019). Uji validitas konstruk Indonesian-Psychological Measurement of Islamic Religiousness (I-PMIR). *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i2.5494>
- Sibarani, D. M., Niman, S., & Widianoro, F. X. (2021). Self-Harm dan depresi pada dewasa muda. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(4), Article 4. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.4.2021.795-802>
- Stewart, A. L., Thrasher, A. D., Goldberg, J., & Judy, A. S. (2012). A frame for understanding modifications to measures for diverse populations. *Journal of Aging and Health*, 24(6), 992–1017. <https://doi.org/10.1177/0898264312440321>
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D*. IKAPI.
- Tabachnick, B. & Fidell, LS. (2001). Using multivariate statistics. *Allyn and Bacon*.
- Tarigan, T., & Apsari, N. C. (2022). Perilaku self-harm atau melukai diri sendiri yang dilakukan oleh remaja (self-harm or self-injuring behavior by adolescents). *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(2), 213–224. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>
- Thanoesya, R., Syahniar, S., & Ildil, I. (2016). Konsep diri dan optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi. *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET)*, 2(2), 58–61. <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2021i1.10754>
- Velasco, A. A., Cruz, I. S. S., Jo Billings, Jimenez, M., & Rowe, S. (2020). What are the barriers, facilitators and interventions targeting help-seeking behaviours for common mental health problems in adolescents? A systematic review. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–22. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02659-0>
- Watkins, M. W. (2018). Exploratory factor analysis: A guide to best practice. *Journal of Black Psychology*, 44(3), 219–246. <https://doi.org/10.1177/0095798418771807>
- Zainuddin, N. F. B., & Kutty, F. M. (2022). Hubungan motivasi diri dan sokongan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pelajar Universiti. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7, 1–14. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1308>