

Identitas

Nama (inisial) : _____

Usia : _____

Pendidikan : _____

Status Perkawinan : _____

Jumlah Anak : _____

Tempat Bekerja : _____

Petunjuk Pengisian

- Berilah tanda centang (✓) pada pernyataan yang sesuai dengan diri anda dengan pilihan jawaban:
 - SS : Sangat Setuju
 - S : Setuju
 - R : Ragu-ragu
 - TS : Tidak Setuju
 - STS : Sangat Tidak Setuju
- Tidak ada jawaban benar atau salah, jawaban yang tepat adalah yang sesuai dengan diri anda.
- Berdoalah menurut agama dan keyakinan anda masing-masing.

Skala PWB

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya bahagia dengan kehidupan saya sekarang ini					
2	Tragedi kecelakaan membuat saya trauma					
3	Bagi saya pengalaman buruk yang saya dapat adalah guru yang terbaik					
4	Kelebihan yang saya miliki tidak berarti apa-apa					
5	Saya termasuk orang yang mudah percaya kepada orang yang baru saya kenal					
6	Saya memilih tidak membantu bila tetangga saya yang mengalami kesusahan					
7	Saya memiliki empati terhadap orang-orang di sekitar saya					
8	Saya kurang percaya terhadap orang-orang di lingkungan sekitar saya					
9	Saya mudah stress bila menghadapi masalah-masalah disekitar saya					
10	Saya biasa melakukan pekerjaan dengan usaha saya sendiri					
11	Saya kurang mampu mengambil keputusan, tanpa ada saran dari orang-orang di sekitar saya					
12	Saya mampu mengembangkan potensi yang ada di tempat tinggal saya					
13	Saya hanya mengandalkan dana ganti rugi untuk hidup sehari-hari					
14	Saya mampu mengembangkan bakat yang dimiliki anak saya					

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
15	Saya yakin bahwa saya akan mencapai cita-cita saya					
16	Bagi saya, hidup saya kurang bermakna					
17	Walau hidup saya sekarang kacau, tapi saya merasa hidup saya memiliki arti					
18	Masa lalu saya membawa pengaruh buruk bagi saya					
19	Saya tahu kemampuan yang saya miliki					
20	Saya tidak bisa merasakan peningkatan kemampuan diri saya					
21	Saya harus bisa berkembang dari hari ke hari					
22	Saya memiliki kemampuan kerja lebih dari satu bidang					

Skala SM

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya menyendiri sejenak agar pikiran kembali tenang					
2	Pekerjaan yang menumpuk membuat saya mudah marah					
3	Saya dapat mengendalikan diri saya dengan baik					
4	Saya mudah tersinggung bila ada masalah keluarga					
5	Saya menerima saran dan kritik dengan lapang dada					
6	Saya meninggalkan pekerjaan bila sedang tidak diawasi					
7	Jika saya berbuat salah kepada siapapun, maka saya akan meminta maaf					
8	Prinsip saya kebaikan dibalas dengan kebaikan dan keburukan dibalas dengan keburukan					
9	Saya menyelesaikan pekerjaan rumah dengan rapi					
10	Saya menunda-nunda pekerjaan dengan berbagai alasan					
11	Saya bertanggung jawab penuh pada setiap pengambilan keputusan yang saya lakukan					
12	Saya merasa gagal menjadi ibu rumah tangga					
13	Saya mampu menyeimbangkan tugas rumah tangga dan pekerjaan					
14	Hal-hal baru di tempat kerja membuat saya menjadi pusing					
15	Saya selalu diterima oleh teman-teman di lingkungan tempat saya berada					
16	Saya merasa tidak berdaya dan kehilangan harapan jika ditimpa masalah					
17	Saya merasa tidak berdaya dan kehilangan harapan jika ditimpa masalah					
18	Saya tidak tertarik untuk bekerja melebihi target					
19	Saya mengevaluasi pekerjaan saya agar lebih berhasil di kemudian hari					
20	Kalau saya ingin istirahat maka saya istirahat meskipun belum jam istirahat					

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
21	Saya memilih diam sambil menunggu pekerjaan yang akan datang					
22	Saya memilih diam ketika teman-teman memikirkan cara menyelesaikan masalah					
23	Media cetak maupun elektronik tidak bermanfaat bagi saya					
24	Saya lebih suka mengikuti ide orang lain daripada memunculkan ide sendiri					

Skala DS

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Teman saya tahu saya sedang ada masalah, tetapi tidak ada yang membantu					
2	Saya dapat berbagi cerita dengan teman					
3	Saat saya kesusahan, teman saya acuh tak acuh					
4	Suami mendengarkan keluh kesah saya dengan sabar					
5	Saya merasa diabaikan oleh teman-teman kerja					
6	Suami saya menganggap biasa saja meskipun saya berprestasi					
7	Suami saya menghargai setiap hasil pekerjaan saya					
8	Keluarga saya merasa tidak senang saat saya memperoleh nilai yang baik					
9	Saya memiliki teman yang senantiasa memberikan semangat pada saya					
10	Apa yang saya lakukan rasanya tidak ada artinya bagi keluarga					
11	Ketika saya membutuhkan peralatan tidak ada teman yang mau meminjamkan					
12	Saya mendapatkan pinjaman peralatan kerja dari teman					
13	Kalau saya membutuhkan peralatan milik teman saya kesulitan meminjamnya					
14	Kami saling membantu apabila membutuhkan sesuatu di tempat kerja					
15	Saudara saya tidak mau meminjamkan uang kepada saya dengan berbagai alasan					
16	Ketika saya punya masalah, tidak ada yang memberi saran kepada saya					
17	Suami memberikan ide kepada saya dalam mengambil keputusan tentang pekerjaan saya					
18	Keluarga tidak pernah membantu memberikan pemecahan masalah saya					
19	Keluarga membantu memberikan saran tentang permasalahan yang saya dihadapi					
20	Saya kesulitan menemukan teman yang mau memberikan saran terkait masalah saya					

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Self Management Putaran Ke-1

Reliability Scale: Self Management

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,771	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	86,5429	72,197	,042	,780
Item02	87,8286	68,852	,173	,775
Item03	86,9429	66,761	,486	,754
Item04	87,8571	61,597	,594	,742
Item05	86,7143	73,739	-,034	,777
Item06	86,6857	65,575	,479	,753
Item07	86,4571	74,726	-,120	,784
Item08	87,0857	65,316	,355	,761
Item09	86,4000	68,071	,603	,755
Item10	86,9143	66,316	,436	,756
Item11	86,4571	68,608	,564	,757
Item12	86,7429	67,255	,418	,758
Item13	86,6286	65,005	,666	,745
Item14	87,2286	63,593	,586	,745
Item15	86,8571	72,303	,052	,777
Item16	87,2000	62,518	,661	,740
Item17	88,2857	87,328	-,775	,827
Item18	87,4286	67,546	,273	,767
Item19	86,4000	69,718	,371	,762
Item20	87,1429	66,420	,384	,759
Item21	86,9714	68,382	,332	,762
Item22	87,1429	64,714	,556	,748
Item23	86,4000	67,659	,436	,757
Item24	86,7714	67,005	,449	,756

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Self Management Putaran Ke-2

Reliability

Scale: Self Management

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,865	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item03	65,1714	71,911	,419	,860
Item04	66,0857	65,669	,597	,852
Item06	64,9143	69,257	,517	,856
Item08	65,3143	68,987	,385	,864
Item09	64,6286	72,476	,592	,857
Item10	65,1429	70,773	,424	,860
Item11	64,6857	72,692	,593	,857
Item12	64,9714	71,440	,427	,860
Item13	64,8571	69,655	,630	,853
Item14	65,4571	67,079	,632	,851
Item16	65,4286	66,311	,685	,848
Item18	65,6571	71,114	,315	,867
Item19	64,6286	74,182	,361	,862
Item20	65,3714	70,593	,390	,862
Item21	65,2000	72,518	,347	,863
Item22	65,3714	69,240	,534	,855
Item23	64,6286	70,770	,532	,856
Item24	65,0000	70,941	,476	,858

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Dukungan Sosial Putaran Ke-1

Reliability

Scale: Dukungan Sosial

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,778	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	75,5143	50,551	,251	,774
Item02	75,2000	51,400	,226	,776
Item03	75,5714	45,487	,573	,753
Item04	75,1429	47,655	,333	,769
Item05	75,1714	48,676	,417	,766
Item06	75,8286	43,264	,431	,764
Item07	75,0000	50,294	,184	,778
Item08	75,1714	48,558	,431	,765
Item09	75,0000	48,529	,398	,766
Item10	75,0571	49,055	,301	,771
Item11	75,1714	46,911	,506	,759
Item12	75,9714	50,323	,069	,793
Item13	75,4571	46,667	,438	,762
Item14	75,0286	48,264	,375	,767
Item15	75,6000	44,129	,476	,758
Item16	75,1714	52,911	-,079	,792
Item17	75,0000	48,294	,393	,766
Item18	75,3714	43,711	,542	,752
Item19	75,2571	46,785	,368	,767
Item20	75,2000	49,224	,332	,770

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Dukungan Sosial Putaran Ke-2

Reliability

Scale: Dukungan Sosial

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,806	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	59,8286	44,617	,257	,804
Item03	59,8857	39,516	,611	,782
Item04	59,4571	42,197	,308	,803
Item05	59,4857	42,904	,415	,797
Item06	60,1429	38,361	,391	,804
Item08	59,4857	42,669	,445	,795
Item09	59,3143	43,104	,356	,800
Item10	59,3714	43,005	,327	,801
Item11	59,4857	40,963	,536	,788
Item13	59,7714	40,240	,510	,789
Item14	59,3429	42,997	,321	,801
Item15	59,9143	38,551	,479	,791
Item17	59,3143	43,104	,327	,801
Item18	59,6857	37,869	,571	,783
Item19	59,5714	40,546	,414	,796
Item20	59,5143	43,198	,357	,800

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Psychological Well Being Putaran Ke-1

Reliability

Scale: Psychological Well Being

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,712	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	78,0857	55,081	,555	,689
Item02	79,8857	56,163	,154	,715
Item03	78,4571	53,373	,286	,702
Item04	78,6857	56,045	,180	,711
Item05	79,8857	61,810	-,168	,742
Item06	78,0286	56,264	,285	,702
Item07	78,3429	56,526	,222	,706
Item08	79,1429	55,714	,294	,701
Item09	79,2571	50,020	,605	,669
Item10	78,7714	52,770	,418	,688
Item11	79,4000	55,659	,169	,714
Item12	78,8857	58,281	,065	,719
Item13	78,0286	57,029	,189	,708
Item14	78,4000	56,424	,230	,705
Item15	78,2571	53,961	,535	,685
Item16	78,1429	54,420	,381	,693
Item17	78,3143	58,751	,046	,719
Item18	78,5143	53,434	,387	,691
Item19	78,2000	54,753	,502	,689
Item20	78,8286	56,793	,123	,717
Item21	77,9143	54,904	,590	,688
Item22	78,3714	53,534	,478	,686

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Psychological Well Being Putaran Ke-2

Reliability

Scale: Psychological Well Being

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,780	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	43,0286	27,676	,652	,751
Item03	43,4000	26,482	,304	,786
Item06	42,9714	28,087	,402	,766
Item08	44,0857	29,669	,169	,789
Item09	44,2000	25,576	,494	,756
Item10	43,7143	26,092	,451	,761
Item15	43,2000	26,871	,610	,748
Item16	43,0857	28,316	,304	,776
Item18	43,4571	26,432	,435	,763
Item19	43,1429	28,420	,434	,765
Item21	42,8571	28,303	,555	,758
Item22	43,3143	26,457	,551	,751

Hasil Uji Diskriminasi Item Skala Psychological Well Being Putaran Ke-3

Reliability

Scale: Psychological Well Being

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,789	11

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	39,8000	25,694	,628	,762
Item03	40,1714	24,264	,314	,798
Item06	39,7429	25,785	,425	,775
Item09	40,9714	24,205	,422	,777
Item10	40,4857	23,787	,477	,769
Item15	39,9714	24,676	,627	,756
Item16	39,8571	26,303	,289	,789
Item18	40,2286	24,299	,441	,773
Item19	39,9143	26,139	,455	,773
Item21	39,6286	26,182	,553	,768
Item22	40,0857	24,081	,592	,756

Hasil Uji Normalitas Sebaran

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self Management	35	68,97	8,843	46	87
Dukungan Sosial	35	63,57	6,827	46	74
Psychological Well Being	35	44,09	5,447	33	53

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self Management	Dukungan Sosial	Psychological Well Being
N		35	35	35
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	68,97	63,57	44,09
	Std. Deviation	8,843	6,827	5,447
	Absolute	,098	,096	,135
Most Extreme Differences	Positive	,071	,075	,086
	Negative	-,098	-,096	-,135
Kolmogorov-Smirnov Z		,577	,571	,800
Asymp. Sig. (2-tailed)		,893	,901	,544

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil Uji Regresi Ganda

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Psychological Well Being	44,09	5,447	35
Self Management	68,97	8,843	35
Dukungan Sosial	63,57	6,827	35

Correlations

		Psychological Well Being	Self Management	Dukungan Sosial
Pearson Correlation	Psychological Well Being	1,000	,398	,370
	Self Management	,398	1,000	,484
	Dukungan Sosial	,370	,484	1,000
Sig. (1-tailed)	Psychological Well Being	.	,009	,014
	Self Management	,009	.	,002
	Dukungan Sosial	,014	,002	.
N	Psychological Well Being	35	35	35
	Self Management	35	35	35
	Dukungan Sosial	35	35	35

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan Sosial, Self Management ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics		
					R Square Change	F Change	df1
1	,447 ^a	,200	,150	5,022	,200	3,996	2

Model Summary

Model	Change Statistics	
	df2	Sig. F Change
1	32 ^a	,028

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self Management

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	201,568	2	100,784	3,996	,028 ^b
	Residual	807,175	32	25,224		
	Total	1008,743	34			

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Self Management

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	20,165	8,693		2,320	,027
	Self Management	,176	,111	,286	1,583	,123
	Dukungan Sosial	,185	,144	,232	1,285	,208

Coefficients^a

Model		Correlations			Collinearity Statistics	
		Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)					
	Self Management	,398	,269	,250	,766	1,305
	Dukungan Sosial	,370	,222	,203	,766	1,305

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Self Management	Dukungan Sosial
1	1	2,986	1,000	,00	,00	,00
	2	,008	19,101	,33	,95	,07
	3	,005	23,390	,67	,05	,92

a. Dependent Variable: Psychological Well Being

Hasil Uji Regresi Parsial: Self Management dengan Psychological Well Being

Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	Psychological Well Being
Equation	1	Linear
Independent Variable		Self Management
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	35
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Psychological Well Being	Self Management
Number of Positive Values	35	35
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
	User-Missing	0
	System-Missing	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Psychological Well Being

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	,159	6,217	1	33	,018	27,171	,245

The independent variable is Self Management.



Hasil Uji Regresi Parsial: Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being

Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_2
Dependent Variable	1	Psychological Well Being
Equation	1	Linear
Independent Variable		Dukungan Sosial
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	35
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Psychological Well Being	Dukungan Sosial
Number of Positive Values	35	35
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
	User-Missing	0
	System-Missing	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Psychological Well Being

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	,137	5,247	1	33	,029	25,299	,296

The independent variable is Dukungan Sosial.

