

LAMPIRAN



LAMPIRAN 1

SKALA PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Perkenalkan, saya Laurentia Indra Cahyani, mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Saat ini saya sedang melakukan pengambilan data untuk kepentingan skripsi dengan judul Efektivitas Program Seni Bersahabat Untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* (Kesejahteraan Psikologis) Pada Karyawan. *Psychological well-being* adalah kondisi pada seseorang, di mana seseorang tidak hanya merasa bahagia dan puas akan hidupnya, melainkan mampu membawa arah dan tujuan hidupnya, mengoptimalkan potensi dalam diri, memiliki pemaknaan akan hidupnya serta bisa menjalin relasi yang baik dengan orang lain sehingga bisa merealisasikan apa tujuan dalam hidupnya.

Untuk kepentingan tersebut, saya mohon bantuan kepada Bapak/Ibu berkenan mengisi beberapa pernyataan dibawah ini. Data yang diperoleh hanya akan sepenuhnya digunakan untuk keperluan penelitian.

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah setiap pernyataan skala ini dengan teliti.
2. Pada masing – masing pernyataan diberikan 6 pilihan seperti berikut:
STS : Sangat Tidak Sesuai AS : Agak Sesuai
TS : Tidak Sesuai S : Sesuai
ATS : Agak Tidak Sesuai SS : Sangat Sesuai
3. Jawablah setiap pernyataan yang ada sesuai dengan kondisi yang Anda rasakan. Jawaban tidak ada yang salah. Jawaban Anda terjamin kerahasiaannya.
4. Berikan jawaban Anda dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu pilihan. Apabila Anda ingin mengubah jawaban, berilah tanda sama dengan (=), lalu beri tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai.

STS	TS	ATS	AS	S	SS
X				X=	

IDENTITAS RESPONDEN

Inisial :

Departemen & Jabatan :

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan

Usia : th

Pendidikan Terakhir :

Masa Kerja : th

Tanggal Pengisian Skala :

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Keputusan saya biasanya tidak terpengaruh oleh apa yang dilakukan orang lain						
2	Saya yakin atas pendapat – pendapat saya bahkan jika hal – hal tersebut bertentangan dengan kesepakatan umum						
3	Saya menilai diri saya sendiri dengan apa yang saya anggap penting, bukan dengan nilai – nilai yang dianggap penting orang lain						
4	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat saya sendiri atas hal – hal yang kontroversial						
5	Saya sering mengubah keputusan bila teman tidak setuju						
6	Secara umum, saya merasa percaya diri atas diri saya sendiri						
7	Secara umum, kesalahan masa lampau sudah berangsur membaik hingga saat ini						
8	Saya bangga atas diri saya dan hidup yang saya jalani						
9	Seandainya banyak kesempatan, ada banyak hal yang akan saya ubah						
10	Saya iri terhadap hidup orang lain						
11	Saya memiliki arah dan tujuan hidup						
12	Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha merealisasikannya						
13	Saya adalah orang yang aktif dalam melaksanakan rencana yang telah saya tentukan						
14	Saya tidak memiliki gambaran pasti tentang apa yang akan saya capai dalam hidup						
15	Menentukan tujuan hidup adalah hal yang sia – sia bila dilakukakan saat ini						

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
16	Penting bagi saya untuk menjadi pendengar yang baik saat teman dekat berbicara pada saya tentang masalah						
17	Saya merasa memperoleh banyak hal dari persahabatan						
18	Mempertahankan relasi dekat terasa sulit bagi saya						
19	Saya tak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan saat saya butuh bicara						
20	Secara umum, saya dapat terus belajar tentang diri saya sendiri seiring berjalannya waktu						
21	Menurut saya adalah hal yang penting untuk memiliki pengalaman – pengalaman baru yang menantang cara saya berpikir tentang diri saya dan tentang dunia						
22	Menurut pendapat saya, orang di segala usia mampu terus tumbuh dan berkembang						
23	Saya tidak nyaman berada dalam situasi baru yang menuntut untuk mengubah cara kerja yang telah menjadi kebiasaan						
24	Sudah sejak lama saya tidak berusaha melakukan perubahan besar dalam hidup saya						
25	Saya mampu mengelola tanggung jawab sehari – hari						
26	Seandainya saya tak bahagia dengan keadaan hidup saya, saya akan mengambil langkah efektif untuk mengubahnya						
27	Saya dapat mengatur urusan pribadi dengan baik						
28	Saya terbebani atas tanggung jawab yang diberikan pada saya						
29	Saya sangat tertekan bila tidak mampu mengerjakan pekerjaan sehari						

LAMPIRAN 2
HASIL VALIDASI SKALA

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	.790
Bartlett's Test of Sphericity Approx. Chi-Square	1.259E3
Df	435
Sig.	.000

Rotated Component Matrix^a

	Component					
	1	2	3	4	5	6
VAR00020	.791	.208	.084	-.040	-.113	-.073
VAR00018	.771	-.019	-.035	.048	.066	-.168
VAR00023	.745	.187	.058	.191	.021	.038
VAR00025	.666	.010	.263	.061	-.009	-.025
VAR00013	.623	.354	.122	.235	-.011	.119
VAR00014	.607	.296	.385	.077	.003	.091
VAR00010	.555	.137	.477	.104	.055	.140
VAR00028	.493	.023	.202	.446	.255	.033
VAR00027	.152	.684	.093	-.097	.147	-.043
VAR00029	.034	.632	.152	.219	-.121	-.167
VAR00024	.100	.629	.300	.325	.154	-.012
VAR00012	.092	.627	.175	.193	.297	.024
VAR00009	.073	.619	.193	.131	-.014	.262
VAR00017	.352	.580	.141	.008	.077	-.066
VAR00003	.000	-.561	.366	.368	.150	-.053
VAR00019	.273	.550	.093	.260	-.239	.002
VAR00008	.303	.446	.284	.023	.239	-.345
VAR00011	.086	.350	.718	.172	-.119	-.033
VAR00030	.396	.180	.653	.049	-.286	-.038
VAR00026	.164	.435	.630	-.070	-.116	-.145

VAR00006	.072	.149	.610	.188	.042	.257
VAR00021	.471	.046	.526	-.095	-.027	-.039
VAR00005	.270	-.345	.404	-.262	.214	.022
VAR00015	.231	.151	-.015	.763	-.056	.015
VAR00022	.105	.389	.167	.561	.231	-.082
VAR00002	.107	.179	-.083	-.005	.683	.133
VAR00007	-.134	-.088	-.096	.138	.662	-.128
VAR00004	.142	.300	.070	-.117	.427	.395
VAR00001	.025	-.003	.166	-.071	-.112	.706
VAR00016	.164	.169	.187	-.110	-.296	-.608

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 11 iterations.

Hasil CFA

Faktor	Item	Jumlah
Faktor I	20, 18, 23, 25, 13, 14, 10, 18	8
Faktor II	27, 29, 24, 12, 9, 17, 19, 8	8
Faktor III	11, 30, 26, 6, 21, 25	6
Faktor IV	3, 15, 22	3
Faktor V	2, 7, 4	3
Faktor VI	1	1
GUGUR	16	1
Total		30

LAMPIRAN 3
HASIL VALIDASI MODUL



		Konsep Dasar		Penjelasan		Instruksi		Lembar Pengamatan			
		Memadai	Jelas	Lengkap	Jelas	Praktis	Jelas	Pengamatan Diri Partisipan	Pengamatan Terapis	Evaluasi Diri Partisipan	Pengamatan Observer
Psikolog 1	Bu Wida	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4
Psikolog 2	Bu Erna	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
Psikolog 3	Pak George	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5

s1	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3
s2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3
s3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4
Sum s	9	7	10	10	9	9	9	10	9	10
n	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
c	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
c-1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
n.c-1	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
v	0,75	0,583333	0,833333333	0,833333333	0,75	0,75	0,75	0,833333333	0,75	0,833333333
V rata-raa	0,66666667		0,833333333		0,75		0,791666667			

LAMPIRAN 4

HASIL PRE TEST DAN POST TEST

ITEM NUMBER	PRE TEST					
	EXPERIMENT GROUP			CONTROL GROUP		
	TJ	CD	RS	AZ	KI	NA
1	3	5	4	5	5	6
2	2	4	4	5	2	6
3	2	5	5	5	5	6
4	4	4	5	2	2	6
5	4	3	4	6	3	1
6	5	6	6	5	5	6
7	4	5	5	3	5	6
8	4	5	5	6	5	6
9	2	2	4	2	2	1
10	5	6	5	1	5	5
11	5	5	5	6	5	5
12	5	5	5	6	5	5
13	5	5	5	6	5	5
14	3	4	4	6	2	5
15	4	6	5	6	2	5
16	6	5	6	5	5	6
17	7	5	5	5	5	6
18	3	3	5	3	3	5
19	4	5	4	1	3	5
20	5	5	5	5	5	5
21	5	5	4	5	5	6
22	3	5	5	5	5	5
23	5	2	4	2	3	5
24	6	3	6	2	5	5
25	4	5	4	5	5	6
26	5	6	5	5	5	6
27	5	5	5	5	5	6
28	3	5	4	3	5	6
29	3	5	4	3	5	1
	121	134	137	124	122	147

ITEM NUMBER	POST TEST					
	EXPERIMENT GROUP			CONTROL GROUP		
	TJ	CD	RS	AZ	KI	NA
1	2	5	4	5	5	6
2	2	5	5	5	5	4
3	2	6	6	4	1	2
4	5	2	5	4	4	2
5	5	2	5	3	4	2
6	5	6	5	5	5	6
7	5	6	5	4	5	6
8	5	6	5	2	5	6
9	2	1	3	2	2	1
10	5	6	5	3	4	5
11	5	6	5	4	5	6
12	5	5	5	5	5	6
13	5	5	5	5	5	6
14	5	6	5	6	4	6
15	5	6	6	4	4	6
16	5	6	6	3	5	6
17	6	5	6	6	5	6
18	5	5	5	5	5	5
19	2	5	4	5	3	5
20	5	5	5	6	5	6
21	5	5	5	5	5	6
22	5	4	5	5	5	6
23	5	3	5	5	2	6
24	5	5	6	2	4	6
25	5	5	6	5	5	6
26	5	6	5	5	5	6
27	5	5	5	6	5	6
28	5	2	2	2	3	6
29	5	2	5	2	3	1
	131	136	144	123	123	147

LAMPIRAN 5

HASIL MANN WHITNEY U-TEST

Mann-Whitney

Grouping	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Gain_Score Control_Group	3	2.00	6.00
Gain_Score Experimen_Group	3	5.00	15.00
Total	6		

	Gain_Score
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	6.000
Z	-1.964
Asymp. Sig. (2-tailed)	.050
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.100 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Grouping

LAMPIRAN 6
SURAT IZIN PENELITIAN



020/Unika/FP/R-QSR/I/07

FAKULTAS PSIKOLOGI
 Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Duwur Semarang 50234
 Telp. (024) 8441555, 8505003 (hunting) Fax. (024) 8415429 - 8445265
 e-mail: unika@unika.ac.id http://www.unika.ac.id



Nomor : 0972/B.7.3/FP/XII/2018
 Lamp. : -
 Hal : Ijin Penelitian

Semarang, 03 Desember 2018

Kepada Yth.

Kepala HRD PT. Triangel Motorindo (Viar Motor)

Kawasan Industri Bukit Semarang Baru Blok A5 No. 9, Jatibarang, Mijen
Semarang

Dengan hormat,

Kami mohon bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i, untuk berkenan memberikan ijin kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang tersebut dibawah ini :

N a m a	: Laurentia Jindra Cahyani
NIM / NIRM	: 15.E1.0131
Tempat / Tgl/Lahir	: Semarang, 10 Agustus 1997
A l a m a t	: Puduk Payung Situk RT 06/RW 04 Puduk Payung, Banyumanik

untuk mengadakan penelitian di PT. Triangel Motorindo (Viar Motor) Semarang dalam rangka penyusunan tugas Skripsi dengan judul "Efektivitas Program Seni Bersahabat Untuk Meningkatkan Psychological Well-Being Pada Karyawan", dibawah bimbingan Dosen Pembimbing Lucia Trisni Widiyaningtanti, S.Psi., M.Si

Demikian atas bantuan serta kerja sama Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Ka. Progd. Sarjana Psikologi,



[Signature]
 Suparmi, M.Si
 NID. 058.1.1992.105

Tembusan :

- Yang bersangkutan

LAMPIRAN 7
SURAT BUKTI PENELITIAN





PT. TRIANGLE MOTORINDO

AUTOMOTIVE & SPAREPART PRODUCT

Taman Industri BSB Blok A5 NO.9 Semarang
Telp: (024) 7711316/ 7711317 . Fax: (024) 7711327

SURAT KETERANGAN

No. 01/HRGA/TMS/II/2019

Kami PT. Triangle Motorindo selaku industri perakitan sepeda motor merk VIAR yang beralamat di Taman Industri BSB Blok A5 No.9 Semarang. Bersama ini menyampaikan bahwa mahasiswi S1 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dibawah ini:

1. Laurentia Indra Cahyani NIM 15.E1.0131

telah melakukan Kerja Praktek dan Pengambilan Data guna keperluan skripsi dari tanggal 10 Desember 2018 - 28 Februari 2019. Demikian yang dapat kami sampaikan. Terima kasih.

Hormat kami,
Semarang, 28 Februari 2018

PT. TRIANGLE MOTORINDO
SEMARANG

Ratih Retnosari
HRGA & Legal Dept.

LAMPIRAN 8
JURNAL KEGIATAN



No	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Kendala	Solusi
1	08 Januari 2019 Pukul 12.00 – 12.45	<ul style="list-style-type: none"> • Building Raport • Penjelasan Program Seni Bersahabat • Pengisian <i>informed consent</i> 	-	-
2	15 Januari 2019 Pukul 12.25 – 13.30	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek diminta untuk menyadari akan stressor yang dialami • Menuangkan dalam gambar dengan media pensil warna 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 subjek tidak datang karena pekerjaan yang tidak bisa ditinggalkan • 1 subjek masih mengungkapkan secara dangkal (dilihat dari gambar) 	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian tetap dilaksanakan namun dengan tiga orang subjek (yang seharusnya 4) • Terapis membantu subjek untuk lebih bisa menyadari akan stressor yang dialami subjek
3	16 Januari 2019 Pukul 12.20 – 13.30	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek diminta untuk menyadari akan hal – hal afirmatif yang pernah dialami • Menuangkan dalam gambar dengan media krayon 	<ul style="list-style-type: none"> • Untuk selanjutnya subjek eksperimen hanya 3 orang • Sebelum pertemuan, ada 1 subjek yang baru saja ditegur oleh atasan karena pekerjaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Terapis memberikan perhatian yang cukup intens kepada subjek yang baru saja ditegur oleh atasan

4	29 Januari 2019 Pukul 12.20 – 13.45	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek diminta untuk menyadari akan pain killer bila ada masalah • Menuangkan dalam gambar dengan media cat air • Penugasan kepada subjek untuk bertanya kepada orang – orang terdekat tentang dirinya 	<ul style="list-style-type: none"> • Ada karyawan yang masuk ke ruangan dan mengalihkan perhatian seluruh subjek 	<ul style="list-style-type: none"> • Program Seni Bersahabat tetap berjalan dan subjek yang bersangkutan untuk bisa menyelesaikan permasalahan lebih dahulu
5	30 Januari 2019 Pukul 12.20 – 13.30	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek kembali melihat dari gambar – gambar yang sudah dihasilkan dan dari penugasan yang telah dilakukan untuk mendapatkan insight atas permasalahan yang dihadapi 	-	-
6	20 Februari 2019	<ul style="list-style-type: none"> • Adanya relaksasi pada subjek dengan mewarnai mandala dan pengisian post test pada subjek 	-	-

LAMPIRAN 9

DOKUMENTASI KEGIATAN





LAMPIRAN 10
HASIL PLAGSCAN UNICHECK



Doc vs Internet + Library

97.02% Originality	2.98% Similarity	94 Sources
--------------------	------------------	------------

Web sources: 33 sources found

1. http://www.sciepub.com/reference/53353	0.17%
2. http://www.sciepub.com/reference/53396	0.17%
3. https://jurnalilmiahmanajemen.files.wordpress.com/2011/03/pengaruh-motivasi-kepuasan-dan-disipli...	0.15%
4. http://lib.unnes.ac.id/20253/1/1401411293%2Ds.pdf	0.08%
5. https://blogpsikologi.blogspot.com/2015/10/metode-intervensi-sosial-dalam-konteks.html	0.08%
6. https://yendrapatrial.blogspot.com/2012/11/pengembangan-media-audio-visual-dalam.html	0.07%
7. https://sitinurjanah231094.blogspot.com/2014/03/pengertian-dan-prinsip-penelitian.html	0.07%
8. https://vivianamurni.blogspot.com/2016/10/strategi-strategi-pemecahan-masalah.html	0.07%
9. https://downloadptkptssdsmpsma.blogspot.com/2017/03/ccontoh-lengkap-ptk-ips-sosiologi-sma.html	0.07%
10. https://amirdapir.blogspot.com/2016/03/ccontoh-skripsi-peningkatan-aktivitas13.html	0.07%
11. https://downloadptkptssdsmpsma.blogspot.com/2017/03/download-ptk-sd-matematika-kelas-4.html	0.07%
12. http://lib.unnes.ac.id/7420/1/10504.pdf	0.07%
13. https://docplayer.info/30419870-Pengaruh-iran-dalam-konflik-yang-pasca-arab-springs.html	0.07%
14. https://kiseriotamatematika.blogspot.com/2016/02/proposal-efektivitas-pembelajaran.html	0.07%
15. https://ilmu-matematika.blogspot.com/2013/09/pengaruh-pendekatan-pembelajaran-dan.html	0.07%
16. https://anthoposthink02.blogspot.com/2014/01/makalah-keSELAMATAN-dan-kesehatan-kerja.html	0.07%
17. https://annisaguru.wordpress.com/2011/11/19/terapi-singkat-berfokus-solusi-solution-focused-brie...	0.07%
18. https://tbc-paru.blogspot.com/2016/05/tuberculosis-wikipedia-free-encyclopedia_31.html	0.07%
19. https://docplayer.info/55890741-Faktor-faktor-yang-berpengaruh-terhadap-keterlambatan-proyek-k...	0.07%
20. https://tbc-paru.blogspot.com/2016/05/symptoms-and-causes-tuberculosis-mayo.html	0.07%
21. https://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/37912/MTEzMQ3AAnalisis-Investasi-Bangunan-Gedu...	0.07%
22. https://contohaku1.blogspot.com/2014/03/skripsi-manajemen-pengaruh-iklim_20.html	0.07%
23. https://tbc-paru.blogspot.com/2016/06/tuberculosis-definition-of-tuberculosis.html	0.07%
24. https://mooza-alkaz.blogspot.com/2014/03/makalah-motivasi-belajar.html	0.07%
25. https://my4otaku.blogspot.com/2016/04/ccontoh-makalah-penelitian-sosiologi.html	0.07%
26. https://parakawak.blogspot.com/2018/07/hasil-penelitian-wanita-yang-berprofesi.html	0.07%
27. http://lib.unnes.ac.id/20158/1/2303410029.pdf	0.07%
28. https://firmarani.blogspot.com/2017/04/pengaruh-tingkat-pengungkapan-laporan.html	0.07%
29. https://mivans17.blogspot.com/2014/01/pengaruh-motivasi-kompetensi.html	0.07%
30. https://blogpunyasyarif.blogspot.com/2017/06/ccontoh-resume-skripsi-penelitian.html	0.07%
31. https://docplayer.info/33920686-Pengaruh-kepuasan-pengguna-sistem-informasi-terhadap-kinerja-...	0.07%
32. http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/22357/SKRIPSI.pdf?sequence=1	0.07%
33. http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/1602/SKRIPSI%20RISKA%20PRATIW...	0.07%

 Similarity
 Similarity from a chosen source
 Possible character replacement

 Citation
 References