

HUBUNGAN SIKAP MENGASIHI DIRI DAN STRES AKADEMIK DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI PERGURUAN TINGGI WILAYAH SOLO RAYA

Shafiyatul Baridah; Wiwien Dinar Pratisti

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Mahasiswa memiliki kewajiban akademik yang harus dipenuhi yaitu berkaitan dengan penyelesaian skripsi. Keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dapat berkaitan dengan bagaimana ia mampu menikmati, merasa puas, serta bahagia dalam setiap proses yang dijalani sehingga dianggap sejahtera secara psikologis. Tujuan penelitian ini adalah menguji hubungan sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, dengan subjek mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya. Pengambilan sampel menggunakan teknik *insidental sampling*, dengan jumlah 261 mahasiswa. Skala yang digunakan adalah Skala Sikap Mengasihi Diri, Skala Stres Akademik, dan Skala Kesejahteraan Psikologis. Analisis data penelitian menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan sangat signifikan antara sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis, dengan nilai $R = 0,786$ nilai $F = 207,517$ dan $sig = 0,00$ ($p < 0,01$). Sumbangan efektif penelitian sebesar 61,8 %, dengan rincian variabel sikap mengasihi diri sebesar 52,8 % dan variabel stres akademik sebesar 9,04 %. Implikasi penelitian yaitu mahasiswa perlu memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologis nya dengan membangun sikap mengasihi diri sebagai salah satu strategi dalam menghadapi situasi akademik yang menekan sehingga diri dapat merespon dengan cara yang lebih baik.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologi, Sikap Mengasihi Diri, Stres Akademik

Abstract

Students have academic obligations that must be met, namely related to the completion of thesis. The success of students in completing their thesis can be related to how they are able to enjoy, feel satisfied, and happy in every process that is undertaken so that they are considered psychologically prosperous. The purpose of this study was to examine the relationship between self-compassion and academic stress with the psychological well-being of students working on their thesis. This study used a correlational quantitative approach, with the subject being students working on their thesis at a university in the Solo Raya area. Sampling using incidental sampling technique, with a total of 261 students. The scale used is the Self Compassion Scale, the Academic Stress Scale, and the Psychological Wellbeing Scale. Analysis of research data using multiple linear regression. The results showed that there was a very significant relationship between self-compassion and academic stress and psychological well-being, with an R value = 0.786, $F = 207.517$ and $sig = 0.00$ ($p < 0.01$). The effective contribution of the research was 61.8%, with details of the self-compassion variable of 52.8% and the academic stress variable of 9.04%. The implication of the research is that students need to pay attention

to their psychological well-being by building self compassion as a strategy in dealing with stressful academic situations so that they can respond in a better way.

Keywords: Academic Stres, Psychological Well Being, Self Compassion

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai seorang peserta didik pada jenjang perguruan tinggi dituntut untuk mampu menyelesaikan masa studinya sesuai dengan kualitas serta kompetensi yang diharapkan dengan kurun waktu yang telah ditentukan. Untuk dapat menyelesaikan masa studinya, mahasiswa pada tingkat akhir memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akhir yang bisa berupa skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan. Penyusunan tugas akhir skripsi menjadi salah satu indikator dalam pencapaian pemahaman disiplin ilmu mahasiswa yang didapatkan selama perkuliahan. Hal tersebut telah ditetapkan dan diatur dalam Peraturan Pemerintah No. 30/1990 pasal 16 ayat (1) yaitu ujian skripsi diadakan dalam rangka penilaian hasil belajar pada akhir masa studi untuk memperoleh gelar sarjana.

Mahasiswa yang mengerjakan skripsi termasuk dalam kategori masa dewasa awal. Santrock (2010) menyatakan bahwa masa dewasa awal merupakan masa peralihan antara remaja akhir menuju dewasa yang berkisar antara umur 18 – 22 tahun (dalam Putri, 2019). Mahasiswa pada masa dewasa awal ini akan dihadapkan pada perubahan peran dan tanggung jawab yang semakin besar. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk mengusahakan menjadi pribadi yang bertanggung jawab dan lebih mandiri, tidak bergantung kepada orang lain. Dalam menjalani peran dan tanggung jawabnya yang semakin besar, sebagai individu dewasa harus mampu menghadapi hal tersebut dengan baik agar tidak mengalami permasalahan yang menghambat pencapaian kebahagiaannya (Putri, 2019). Kebahagiaan merupakan hal yang sangat penting dalam hidup dan berkaitan erat dengan kondisi kesejahteraan psikologis, tidak terkecuali pada mahasiswa akhir. Mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu membantu menjalani kehidupannya secara sejahtera, menciptakan rasa puas dan bahagia dalam dirinya, serta mendorong kemampuan akademiknya secara optimal.

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Wilayah Jawa Tengah menyebutkan jumlah mahasiswa pada tahun 2019/2020 tercatat sebanyak 155,339 mahasiswa untuk wilayah Solo Raya (Boyolali, Klaten, Surakarta, Sukoharjo, Wonogiri, Karanganyar, Sragen), baik dari universitas negeri maupun swasta. Berdasarkan data tersebut dapat dikatakan bahwa banyak mahasiswa yang berkuliah di perguruan tinggi wilayah Solo Raya dan saat ini sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa memiliki kewajiban akademik yang harus dipenuhi yaitu

berkaitan dengan tugas akhir skripsi. Keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dapat berkaitan dengan bagaimana ia mampu menikmati dan merasa puas serta bahagia dalam setiap proses yang dijalani. Mahasiswa yang mampu menikmati serta merasa bahagia dalam setiap proses pengerjaan skripsinya dapat dianggap sejahtera secara psikologisnya. Namun pada kenyataannya menyelesaikan tugas akhir skripsi bukanlah hal yang mudah bagi sebagian mahasiswa akhir, karena tidak terlepas dari hambatan dan kondisi yang sedang dihadapi oleh mahasiswa tersebut. Pada proses pengerjaan skripsi, tidak jarang ditemui mahasiswa yang merasa terbebani dan menemui berbagai hambatan. Semakin besar hambatan yang ditemui oleh mahasiswa, maka dapat memunculkan perasaan tertekan apabila ia tidak mampu menghadapi hal tersebut. Perasaan tertekan tersebut dapat menyebabkan stres sehingga berpengaruh pada kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Penelitian oleh Isdiyah & Ernawati (2021) menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa akhir dari IAIN Surakarta yang mempunyai kesejahteraan psikologis rendah disebabkan karena merasa kesulitan dalam mengerjakan skripsi sehingga sering mengeluh ketika dihadapkan pada kesulitan dan mudah menyalahkan diri karena merasa gagal dalam mencapai hal yang diinginkan. Penelitian oleh Aulia & Panjaitan (2019) menunjukkan beberapa hambatan yang mahasiswa temui dalam penyelesaian skripsi seperti kesulitan dalam mencari sumber referensi, proses revisi yang lama dan berulang, dosen pembimbing sulit untuk ditemui, serta merasa takut untuk berkonsultasi terkait perkembangan tugas akhir skripsi kepada pembimbing sehingga menyebabkan penundaan. Hasil penelitian oleh Nuraini & Nawangsih (2022) menunjukkan sebanyak 47.7 % mahasiswa akhir dari Universitas Islam Bandung mempunyai kesejahteraan psikologis rendah yang disebabkan karena merasa khawatir ketika pengerjaan skripsi serta merasa kesulitan dalam menghadapi situasi akademik yang menekan.

Berdasarkan survei awal penelitian yang telah dilakukan pada 23 Februari 2023 lalu terhadap 11 mahasiswa yang mengerjakan skripsi yang tersebar di Universitas Muhammadiyah Surakarta, menunjukkan bahwa terdapat hambatan yang mahasiswa hadapi ketika proses penyusunan skripsi, yaitu seperti stuck dalam mengerjakan, minimnya sumber referensi, merasa takut dan tidak mampu dalam mengerjakan, dosen pembimbing yang sulit dihubungi, malas, *overthinking*, serta merasa tertinggal dari teman lainnya. Kemudian hasil survei awal juga menunjukkan bagaimana mahasiswa merespon hambatan tersebut yaitu terdapat mahasiswa yang merespon hambatan dalam proses penyusunan skripsi secara lebih bermanfaat, dimana ia berusaha untuk menghilangkan pikiran negatif dengan melakukan kegiatan yang disukai dan berusaha untuk tetap semangat serta menikmati setiap prosesnya

dengan *enjoy*. Namun juga terdapat mahasiswa yang merespon hambatan dan tekanan tersebut secara negatif, dimana hal tersebut menyebabkan mahasiswa merasa berat dalam mengerjakan, stres, takut, cemas, *overthinking* terhadap masa depan, jenuh, emosi tidak stabil, dan ketika mengerjakan skripsi merasa frustrasi hingga hanya bisa menangis. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak mampu mengatasi tekanan dan hambatan dalam proses penyusunan skripsinya, rawan akan munculnya pikiran-pikiran negatif yang berkembang dalam dirinya, sehingga dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya.

Hasil survei awal ini dapat menjadi informasi penting dalam penelitian, karena Universitas Muhammadiyah Surakarta merupakan salah satu perguruan tinggi di wilayah Solo Raya. Mahasiswa perlu memberikan ruang bagi dirinya untuk dapat menerima keadaan diri dan mengendalikan pikiran negatif yang muncul pada situasi yang menekan dengan respon yang lebih baik, sehingga kesejahteraan psikologis dapat terpenuhi dengan baik. Namun hasil survei menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang menemui berbagai kesulitan ketika pengerjaan skripsi yang memunculkan rasa cemas, berat dalam mengerjakan skripsi, bahkan merasa stres dan frustrasi hingga hanya bisa menangis, sehingga menyebabkan kesejahteraan psikologisnya belum dapat tercapai dengan baik. Oleh karena itu, peneliti ingin menelaah terkait kesejahteraan psikologis dengan menggunakan subjek mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya, sehingga nantinya diperoleh informasi terkait kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan cakupan wilayah penelitian yang lebih luas.

Kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi salah satu elemen yang penting untuk ditelaah, sehingga perlu untuk diperhatikan pada diri mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir skripsi. Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mampu menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri, mampu membangun relasi sosial dengan individu lain, mampu membuat keputusan maupun memecahkan masalah yang sedang dihadapi, serta mampu beradaptasi dengan segala kondisi (Ryff & Keyes, 1995). Aspek kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, kendali penuh akan lingkungan, tujuan hidup, serta pengembangan pribadi (Ryff, 2013). Mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu memunculkan fungsi psikologis yang positif dalam diri, sehingga dapat mendorong kemampuan yang optimal dalam hal pemenuhan tugas akademik. Hal ini selaras dengan pernyataan Evans & Greenway (2010) bahwa kesejahteraan psikologis merupakan bagian penting dalam meningkatkan tanggung jawab dan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki oleh individu. Kemudian Kurniasari, dkk (2019) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu

membantu individu dalam menjalani kehidupannya secara sejahtera, dimana individu merasa sehat secara fisik maupun mental sehingga menciptakan rasa puas dan bahagia dalam dirinya. Sedangkan individu dengan kondisi kesejahteraan psikologis kurang baik cenderung merasa stres dan tertekan, mudah terpuruk, malas, pasrah dengan keadaan, serta tidak mampu untuk mengembangkan dirinya (Isdiyah & Ernawati, 2021). Kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya berupa sikap mengasihi diri dan pengalaman stres akademik yang dialaminya ketika pengerjaan skripsi.

Sikap mengasihi diri dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hal ini sesuai dengan pendapat Neff & Vonk (2009) yang menyatakan bahwa sikap mengasihi diri dapat berkontribusi pada kesejahteraan (well being) dan kesehatan, yang mana mampu memicu munculnya rasa inisiatif pada diri individu untuk memperbaiki kesalahan dan melakukan perubahan yang lebih baik di masa depan. Sikap mengasihi diri bertindak dengan merangkul perasaan negatif yang muncul ketika dihadapkan pada situasi yang menekan, sehingga mendorong individu untuk dapat memunculkan perasaan simpati kepada dirinya (Neff & Costigan, 2014). Perasaan simpati tersebut dibangun dengan menunjukkan rasa kasih sayang terhadap diri sendiri sehingga merasa berharga (Wardi & Ningsih, 2021). Aspek sikap mengasihi diri yaitu kebaikan diri, humanis, serta keasadaran penuh akan apa yang terjadi (Neff & Germer, 2017). Membangun sikap mengasihi diri dapat menjadi langkah bagi mahasiswa dalam menjaga kondisi kesejahteraan psikologisnya ketika dihadapkan pada situasi yang menekan, yaitu dengan menumbuhkan rasa kasih sayang dan menerima segala kelemahan maupun kelebihan dalam diri, sehingga mahasiswa mampu mengendalikan pikiran negatif yang muncul dengan respon yang lebih baik. Hal tersebut juga dapat membantu mahasiswa dalam memahami dan menerima diri beserta pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya. Hal ini selaras dengan pendapat Ryff (1995) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis matang dapat dicapai dengan menerima segala pengalaman masa lalu, baik yang berkaitan dengan kebahagiaan maupun kesedihan, sebagai suatu hal yang berharga dan memiliki makna. Individu yang mampu menyayangi diri serta bersikap peduli terhadap dirinya ketika dihadapkan pada kegagalan dan kondisi sulit, maka hal tersebut dapat memicu peningkatan kesejahteraan psikologisnya (Costigan, 2014). Hal ini juga didukung dengan temuan penelitian oleh Rizky, dkk (2017) yang menunjukkan bahwa sikap mengasihi diri dapat memberikan kontribusi efektif dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Proses penyelesaian skripsi bagi mahasiswa akhir dapat menjadi salah satu momen tantangan dalam kehidupan perkuliahan mahasiswa, karena mahasiswa akan dihadapkan pada berbagai macam kondisi yang dapat menyebabkan stres. Mahasiswa yang merasa cemas, kesulitan, serta menemui hambatan ketika mengerjakan skripsi, dapat memunculkan perasaan tertekan apabila ia tidak mampu untuk mengatasi hal tersebut. Perasaan tertekan dan tidak mampu yang dirasakan oleh mahasiswa ketika mengerjakan skripsi inilah yang dapat menyebabkan stres. Pengalaman stres akademik yang dialami mahasiswa tersebut dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis nya. Hal ini sesuai dengan pendapat Ryff (1995) yang menyebutkan bahwa dengan mengatasi stres dan terhindar dari permasalahan yang berhubungan dengan mental akan membantu individu dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang baik. Sarafino & Smith (2014) mendefinisikan stres sebagai suatu kondisi yang muncul disebabkan karena terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan dengan sumber daya yang individu miliki. Aspek stres akademik yaitu aspek biologis, psikologis, dan perilaku sosial. Pratama & Burhano (2018) menyebutkan bahwa penyusunan tugas akhir oleh mahasiswa pada kenyataannya banyak menyebabkan munculnya rasa stres. Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa mengalami kesulitan dalam merumuskan variabel yang akan diteliti, sumber referensi yang minim terkait tema penelitian, merasa cemas dan takut akan proses penyusunan tugas akhir, lambatnya respon oleh dosen pembimbing, serta sulitnya mencari waktu yang pas untuk melakukan bimbingan dikarenakan keterbatasan waktu yang dimiliki dosen pembimbing (dalam Tasalim & Cahyani, 2021). Tekanan dan hambatan dalam proses pengerjaan skripsi yang tidak mampu dihadapi oleh mahasiswa dapat memunculkan rasa tidak puas dan bahagia dalam hidup, sehingga mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Hal ini didukung dengan temuan penelitian oleh Clemente et al. (2016) yang menunjukkan bahwa stress berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis. Apabila stres yang dirasakan individu rendah maka kesejahteraan psikologis nya akan semakin tinggi. Kemudian penelitian oleh Aulia & Panjaitan (2019) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir, dimana hambatan dan tekanan yang dialami mahasiswa akhir ketika mengerjakan skripsi dapat memicu munculnya stres akademik. Semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis nya.

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu hasil penelitian diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang bermanfaat dalam perkembangan bidang ilmu psikologi yaitu mengenai hubungan antara sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan

kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Kemudian manfaat praktis penelitian yang diharapkan bagi mahasiswa, bahwa sikap mengasihi diri dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Mahasiswa perlu membangun sikap mengasihi diri agar kondisi kesejahteraan psikologis nya dapat terjaga, yaitu dengan memperhatikan diri dengan penuh kepedulian dan rasa sayang dalam setiap kondisi yang dihadapi ketika pengerjaan skripsi serta berusaha untuk menerima kekurangan dan keterbatasan yang ada dalam diri.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah terdapat hubungan antara sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya?”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya. Rumusan hipotesis dalam penelitian ini terdiri dari hipotesis mayor dan minor. Hipotesis mayor penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara sikap mengasihi diri, stres akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya. Sedangkan untuk hipotesis minor pertama penelitian adalah terdapat hubungan positif antara sikap mengasihi diri dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya. Kemudian hipotesis minor kedua penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara stres akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel penelitian. Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel sikap mengasihi diri dan stres akademik sebagai variabel bebas serta variabel kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantung dalam penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa/I yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya (Boyolali, Klaten, Surakarta, Sukoharjo, Wonogiri, Karanganyar, Sragen). Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *insidental sampling*. Karena cakupan populasi dalam penelitian tidak diketahui secara pasti jumlahnya maka penentuan sampel dapat menggunakan rumus *cochran* (Sugiyono, 2019). Jumlah sampel yang dibutuhkan minimal berjumlah 166 subjek. Sampel penelitian yang diperoleh berjumlah 261 mahasiswa. Proses

pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan cara menyebarkan kuisioner dalam bentuk *google form* melalui aplikasi *whatsapp*, *twitter*, dan *instagram*.

Sikap mengasihi diri adalah kemampuan yang individu miliki untuk dapat menerima kekurangan dan kelebihan serta bersikap baik dan menyayangi diri ketika sedang dihadapkan pada kesulitan dan permasalahan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur sikap mengasihi diri dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Self Compassion Scale* yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Rani (2021) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir UIN Maulana Ibrahim Malang, Skala sikap mengasihi diri dalam penelitian ini didasarkan pada dimensi sikap mengasihi diri Neff (2017) yaitu kebaikan diri (*self kindness*), sifat humanis (*common humanity*) mempunyai kesadaran penuh akan apa yang terjadi (*mindfulness*) dan terdiri dari 16 aitem setelah melalui tahap uji coba. Pada tabel 1 dapat dilihat *blue print* skala mengasihi diri :

Tabel 1. *Blue Print* Skala Mengasihi Diri

Aspek	F	U
<i>Self kindness</i>	3, 5, 6, 8, 9	1, 2, 4, 7
<i>Common humanity</i>	-	10, 11
<i>Mindfulness</i>	13, 14	12, 15, 16
Jumlah	16	

Stres akademik adalah suatu kondisi dimana individu merasa tertekan akan berbagai tuntutan akademik yang harus dicapainya. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres akademik dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala stres akademik yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Rohmah (2017) dengan subjek mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang. Skala stres akademik dalam penelitian ini didasarkan pada dimensi stres akademik Sarafino (2011) yaitu aspek biologis, psikologis, serta aspek perilaku sosial dan terdiri 15 aitem, setelah melalui tahap uji coba.. Pada tabel 2 dapat dilihat *blue print* stres akademik :

Tabel 2. *Blue Print* Skala Stres Akademik

Aspek	Favourable	Unfavourable
Biologis	1, 6, 11, 14	4, 9, 12, 13
Psikologis	2,7,8	3,5,10
Perilaku sosial	-	15
Jumlah	15	

Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi dimana individu merasa sejahtera dan mampu memiliki serta menjaga kualitas yang positif terkait dirinya maupun kehidupannya. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis dalam penelitian adalah dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang diadaptasi dari penelitian

sebelumnya oleh Safitri (2021) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir angkatan 2017 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Ibrahim Malang. Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini didasarkan pada aspek kesejahteraan psikologis Ryff (2013) berupa penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, mempunyai kendali penuh akan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup, serta pengembangan pribadi (*personal growth*) dan terdiri dari 27 aitem, setelah melalui tahap uji coba. Pada tabel 3 dapat dilihat *blue print* kesejahteraan psikologis :

Tabel 3. *Blue Print* Skala Kesejahteraan Psikologis

Aspek	F	U
Penerimaan diri	1, 2, 3, 4	5, 6, 7
Hubungan positif dengan orang lain	-	10, 11, 12
Kemandirian	8, 9	18
Penguasaan lingkungan	13, 14, 15, 16	17, 19, 20
Tujuan hidup	21, 22	26, 27
Pertumbuhan pribadi	24, 25	23
Jumlah	27	

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode uji coba terpakai, dengan melihat nilai *corrected item total correlation* nya, apabila nilai r hitung pada *corrected item total correlation* $> 0,3$ maka item tersebut dianggap valid (Azwar, 2015). Uji validitas menunjukkan validitas penelitian bergerak antara 0,335 sampai 0,670. Pada variabel kesejahteraan psikologis didapatkan aitem valid sebanyak 27 aitem, pada variabel sikap mengasihi diri didapatkan 16 aitem valid, kemudian pada variabel stres akademik didapatkan aitem valid sebanyak 15 aitem.

Pengujian reliabilitas instrumen dalam penelitian menggunakan rumus *Cronbach Alpha*, apabila nilai koefisien *Alpha Cronbach* $< 0,7$ maka item tersebut dianggap tidak reliabel (Ghozali, 2021). Uji reliabilitas dalam penelitian ini menunjukkan variabel kesejahteraan psikologis didapatkan nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,903, pada variabel sikap mengasihi diri didapatkan nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,843, kemudian pada variabel stres akademik didapatkan nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,831, yang artinya instrumen penelitian dapat dinyatakan reliabel.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data penelitian, dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, hasil dapat dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki nilai *asympt sig. (2-tailed)* ($p > 0,01$). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 4 :

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

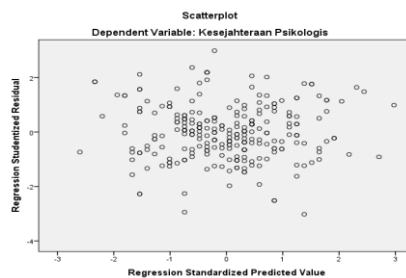
Variabel	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	<i>Asymp Sig. (2-tailed)</i>	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis	1,276	0,077	Normal
Sikap Mengasihi Diri	0,766	0,601	Normal
Stres Akademik	0,912	0,377	Normal

Uji selanjutnya adalah uji linearitas yang digunakan untuk melihat apakah bentuk hubungan antara variabel independen yaitu sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan variabel dependen yaitu kesejahteraan psikologis. Pengujian linearitas dilakukan dengan uji *Anova*, hasil dapat dikatakan linier apabila nilai signifikansi *deviation from linearity* ($p > 0,01$). Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel 5 :

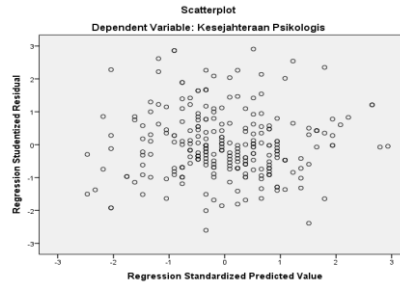
Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Ket
	F	Sig.	F	Sig	
Kesejahteraan Psikologis * Sikap Mengasihi diri	385,245	0,00	1,403	0,072	Linier
Kesejahteraan Psikologis * Stres akademik	72,972	0,00	1,254	0,170	Linier

Uji yang selanjutnya adalah uji heteroskedestisitas dengan melihat grafik *scatterplot*, apabila tidak terbentuk suatu pola yang jelas dan titik-titik tersebar diatas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y, maka dianggap tidak terjadi heteroskedastisitas. Model regresi dapat dikatakan baik apabila tidak terjadi heterkoedastisotas (Ghozali, 2021). Hasil uji heteroskedestisitas dapat dilihat pada grafik 1 dan 2 :



Gambar 1. Grafik Uji Heteroskidestisitas pada Variabel Sikap Mengasihi Diri dengan Kesejahteraan Psikologis



Gambar 2. Grafik Uji Heteroskedastisitas pada Variabel Stres Akademik dengan Kesejahteraan Psikologis

Uji yang selanjutnya adalah uji multikolinieritas yang digunakan untuk menguji ada tidaknya korelasi antar variabel independen yaitu sikap mengasihi diri dan stres akademik. Pengujian uji multikolinieritas dengan melihat nilai VIF dan *Tolerance*, apabila nilai VIF < 10,00 dan nilai *Tolerance* > 0,10 maka tidak terjadi multikolinieritas antar variabel independen dalam penelitian. Hasil uji multikolinieritas dapat dilihat pada tabel 6 :

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinieritas

Model	<i>Tolerance</i>		VIF		Keterangan
Mengasihi Diri	0,848	> 0,10	1,180	< 10,00	Tidak Terjadi multikolinieritas
Stres Akademik	0,848		1,180		

Kemudian pengujian hipotesis mayor dalam penelitian dengan menggunakan metode analisis regresi berganda. Hipotesis mayor penelitian dapat dinyatakan diterima apabila *sig* ($p < 0,01$). Kemudian untuk pengujian hipotesis minor penelitian, dilakukan dengan menggunakan uji koefisien korelasi pearson. Hipotesis minor penelitian dinyatakan diterima apabila nilai *sig* ($p < 0,01$). Hasil uji hipotesis penelitian dapat dilihat pada tabel 7 :

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Variabel Sikap Mengasihi Diri, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Psikologis

		R/r	F	Sig.	Ket
Hipotesis Mayor	Sikap Mengasihi Diri, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Psikologis	0,786	207,517	0,00	Terdapat hubungan sangat signifikan
Hipotesis Minor Pertama	Sikap Mengasihi Diri dan Kesejahteraan Psikologis	0,766		0,00	Terdapat hubungan positif sangat signifikan
Hipotesis Minor Kedua	Stres Akademik dan Kesejahteraan Psikologis	-0,390		0,00	Terdapat hubungan negatif sangat signifikan

Hasil uji hipotesis mayor penelitian dengan menggunakan analisis regresi linier berganda menunjukkan nilai $R = 0,876$ dan nilai $F = 207,517$ dengan nilai $sig = 0,00$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan sangat signifikan antara sikap mengasahi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis, sehingga hipotesis mayor penelitian diterima. Hasil uji hipotesis minor pertama penelitian pada variabel sikap mengasahi diri dan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai $r = 0,766$ dengan nilai $sig = 0,00$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara sikap mengasahi diri dan stres akademik, sehingga hipotesis minor pertama diterima. Kemudian uji hipotesis kedua pada variabel stres akademik dan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai $r = -0,390$ dengan nilai $sig = 0,00$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara sikap mengasahi diri dan stres akademik, sehingga hipotesis minor kedua penelitian diterima.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa sikap mengasahi diri berkontribusi terhadap kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian oleh Rizky, dkk (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap mengasahi diri dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Sikap mengasahi diri dapat memberikan kontribusi efektif dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian oleh Aditya, dkk (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara sikap mengasahi diri dan kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi, artinya semakin tinggi sikap mengasahi diri yang dimiliki oleh mahasiswa akhir maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang terpenuhi.

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa stres akademik berkontribusi terhadap kondisi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian oleh Aulia & Panjaitan (2019) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir, dimana hambatan dan tekanan yang dialami mahasiswa akhir ketika mengerjakan skripsi dapat memicu munculnya stres akademik. Semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis nya. Kemudian dijelaskan pula bahwa mahasiswa akhir yang mengalami stres akademik dengan tingkat sedang ataupun berat dapat menyebabkan munculnya masalah kesehatan pada fisik, psikis, serta penurunan kemampuan dalam mencapai prestasi akademik. Penelitian oleh Kirana (2022) menunjukkan bahwa stres akademik memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami stres akademik tinggi dapat memicu munculnya permasalahan kesehatan mental seperti cemas dan depresi.

Mahasiswa perlu memahami bahwa memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting yaitu dengan menerima kekurangan serta kenyataan yang dihadapinya dan juga senantiasa ingat untuk menyayangi diri ketika diterpa permasalahan, sehingga diri dapat merespon pemikiran negatif yang muncul ketika dihadapkan pada situasi akademik yang menekan dengan cara yang lebih baik. Mahasiswa yang mempunyai kesejahteraan psikologis baik dan memumpuni akan mampu beradaptasi dengan berbagai situasi yang muncul, salah satunya dalam menghadapi tekanan dan hambatan akademik ketika proses penyusunan tugas akhir skripsi.

Tabel 8. Hasil Sumbangan Efektif Variabel Sikap Mengasihi Diri, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Psikologis

	Sumbangan Efektif (SE)	Beta	r	%
Sikap Mengasihi Diri dan Kesejahteraan Psikologis		0,689	0,766	52,8 %
Stres Akademik dan Kesejahteraan Psikologis		-0,195	-0,464	9,04 %
Sikap Mengasihi Diri, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Psikologis	61,8 %			61,8 %

Hasil sumbangan efektif menunjukkan bahwa variabel independen penelitian yaitu sikap mengasihi diri dan stres akademik berkontribusi terhadap variabel dependen penelitian yaitu kesejahteraan psikologis yaitu sebesar 61,8 %. Pada variabel sikap mengasihi diri diperoleh nilai sumbangan efektif sebesar 52,8 % dan variabel stres akademik memperoleh nilai sumbangan efektif yang lebih kecil yaitu sebesar 9,04 %. Hasil ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa yang mengerjakan skripsi didukung dengan adanya sikap mengasihi diri. Apabila mahasiswa mampu untuk mengasihi diri maka akan berpengaruh pada kondisi kesejahteraannya, dibandingkan dengan adanya pengalaman stres akademik yang dialami ketika pengerjaan skripsi.

Untuk melihat gambaran tingkat mengasihi diri, tingkat stres akademik, dan tingkat kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi wilayah Solo Raya dilakukan dengan cara melakukan kategorisasi dengan rentang skor dari rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2015).

Tabel 9. Kategorisasi

Kategori	Sikap Mengasihi Diri	Stres Akademik	Kesejahteraan Psikologis
Rendah	3,4 % (9)	3,8 % (10)	2,3 % (6)
Sedang	69,7 % (182)	53,3 % (139)	67,4 % (176)

Tinggi	26,8 % (70)	42,9 (112)	30,3 % (79)
Jumlah	100 % (261)		

Hasil analisis kategorisasi penelitian menunjukkan bahwa pada variabel sikap mengasihi diri sebesar 69,7 % (182) mahasiswa memiliki sikap mengasihi diri yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi di wilayah Solo Raya dapat dikatakan sudah cukup peduli dan sayang akan dirinya, cukup menyadari bahwa mengalami kesulitan dan tantangan hidup adalah hal yang normal, serta cukup mampu bersikap *mindfulness* akan situasi yang dihadapi. Kemudian pada variabel stres akademik sebesar 53,3 % (139) mahasiswa memiliki stres akademik yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi di wilayah Solo Raya dapat dikatakan sudah cukup mampu menghadapi situasi akademik yang menekan, baik melalui reaksi fisiologis, psikologis, maupun perilaku sosial nya. Selanjutnya pada variabel kesejahteraan psikologis sebesar 67,4 % (176) mahasiswa memiliki kesejahteraan psikologis yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi di wilayah Solo Raya dapat dikatakan sudah cukup mampu dalam menerima diri nya, membangun hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri, memiliki penguasaan akan lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta cukup mampu untuk berkembang ke arah yang lebih baik. Pada penelitian terdapat keterbatasan dan kelemahan yang dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, yaitu pada pengambilan data. Pelaksanaan pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara *online* dengan menyebar kuisioner dalam bentuk *google form*, dimana peneliti tidak bisa mengamati subjek penelitian sehingga generalisasi hasil penelitian harus dilakukan secara hati-hati. Kemudian pada sampel yang penelitian yang didapat, masih terdapat mahasiswa di perguruan tinggi wilayah Solo Raya yang tidak mengisi kuisioner penelitian dikarenakan keterbatasan jangkauan media yang digunakan untuk penyebaran kuisioner penelitian, hanya terbatas pada aplikasi *whatsapp*, *twitter*, dan *instagram*, sehingga lingkup sampel penelitian yang didapat kurang luas.

4. PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima, yaitu terdapat hubungan yang sangat signifikan antara sikap mengasihi diri dan stres akademik dengan kesejahteraan psikologis. Kemudian hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hipotesis minor penelitian diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara sikap mengasihi diri dengan kesejahteraan psikologis. Kemudian terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara stres akademik dengan kesejahteraan psikologis.

Implikasi penelitian ini yaitu mahasiswa yang mengerjakan skripsi sebaiknya perlu memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologisnya dengan cara membangun sikap mengasihi diri sebagai salah satu strategi dalam menghadapi situasi akademik yang menekan sehingga diri dapat merespon dengan cara yang lebih baik.

Adapun saran dari peneliti untuk mahasiswa dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah dengan memberikan ruang kepada diri untuk bersyukur sehingga dapat menerima kelemahan maupun keterbatasan yang dimiliki, melatih diri untuk dapat mengelola emosi ketika dihadapkan pada situasi yang menekan, meluangkan waktu untuk bersantai ketika dirasa mengalami stres, memberikan penghargaan terhadap setiap usaha yang sudah dilakukan, serta melatih diri untuk fokus akan tujuan yaitu dengan manajemen waktu seperti membuat jadwal bimbingan dengan dosen, membuat jadwal dalam mengerjakan skripsi, serta membuat target kelulusan. Saran untuk institusi pendidikan adalah dengan menyediakan akses yang memadai bagi mahasiswa dalam mencari referensi skripsi serta memberikan bantuan kepada mahasiswa dengan menyediakan fasilitas konseling yang memadai. Saran untuk peneliti selanjutnya adalah dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat berkontribusi pada variabel kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., Sahidin, L., & Marhan, C. (2022). Self-Compassion dan Psychological Well-Being Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 3(1), 1–11.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas. Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. (2023). Provinsi Jawa Tengah Dalam Angka 2023. *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah*, 1–1006. <https://jateng.bps.go.id/publication/2023/02/28/754e4785496c09ab1f787570/provinsi-jawa-tengah-dalam-angka-2023.html>
- Clemente, M., & Hezomi, H. (2016). Stres and Psychological Well-being: An Explanatory Study of the Iranian Female Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 04(01), 1–5. <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000282>
- Ghazali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS. Edisi 10*. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.
- Isdiyah & Ernawati. (2021). Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir Iain Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19. *Academic Journal Of Psychology And Counseling Vol. 2, No. 1*, 45-68, Doi: <https://doi.org/10.22515/Ajpc.V2i1.3478>.
- Kirana. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Online Di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi Universitas Dr. Soebandi*.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative*

- Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58.
http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Lembang, G. B., Huwae, A., & Siregar, R. M. (2022). Program Coping Mechanism untuk Mengelola Stres Akademik Siswa di Masa Pandemi COVID-19 (Coping Mechanism Program for Managing Student Academic Stres During The COVID-19 Pandemic). *Devotion: Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1(1), 1–10.
<https://journal.univpancasila.ac.id/index.php/Devotion/article/view/3315>
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23–50.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x>
- Neff, K. D., & Costigan, A. P. (2014). Self-Compassion, Wellbeing, And Happiness. *Psychologie In Osterreich*, 2(3), 114–119.
- Neff, K. & C. G. (2017). Self-Compassion and Psychological Well-being. *Oxford Handbook of Compassion Science*, Chap. 27, 186–218.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199777600.003.0008>
- Nuraini, A., & Nawangsih, E. (2022). Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung. *Conference Series: Psychology Science*, 2(2), 311–318.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal Of School Counseling*, 3(2), 35.
<https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rani, D. K. (2021). Pengaruh Self-Compassion Dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Uin Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*, 1-107.
- Rizky, C. A. R., Wiyono, S., Widiastuti, T. R., & Witriani. (2017). Hubungan antara Self-Compassion dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Cindy A. R. Rizky, Sudarmo Wiyono, Tiara R. Widiastuti, dan Witriani Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. *Journal of Cross- Cultural Psychological*, 35, 2–16.
- Rohmah, Q. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Malang. *Skripsi*, 1-21.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- 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>
- Safitri, S. N. (2021). Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2017 Fakultas Sains Dan Teknologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*, 1-53.
- Saffira, P., Dahliana, & Nurdin, S. (2017). Upaya Manajemen Waktu Dalam Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 27–31.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. . (2014). Part II Stres, Illness, And Coping. Chap 3 Stres Its Meaning, Impact, And Source Ninth Edition. In E. P. Sarafino, *Health Psychology Biopsychosocial Interactions: Stres, Biopsychosocial Factors, And Illness* (pp. 57-81). John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, Edward P. & Timothy W. Smith. (2011). Part II Stres, Illness, And Coping. In E. P. Smith, *Health Psychology Biopsychosocial Interactions Seventh Edition* (Pp. 55-110). United States Of America: John Wiley & Sons, Inc.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Tsalim, R & Cahyani. (2021). Stres Akademik. In R. &. Tsalim, *Stres Akademik dan Penanganannya* (pp. 12-13). Indonesia: Guepedia.
- Wardi, R. A., & Ningsih, Y. T. (2021(1)). Kontribusi Self Compassion terhadap Pembentukan Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologis): Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Riset Psikologi*, Vol.2021. (No.1). <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2021i1.10754>
- Zulaehah, I., & Kushartati, S. (2017). Pelatihan Syukur Untuk Meningkatkan Self Compassion Pada Caregiver Anak Dengan Down Syndrome. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(2), 206–218. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss2.art5>

