



Analisis *flourishing* pada mahasiswa Prodi X Universitas Y di era kampus merdeka

I Dewa Ayu Eka Purba Dharma Tari ^{a,1*}, Ni Luh Gede Widhi Adnyani ^{b,2}

^{a,b} Fakultas Ilmu Sosial, Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

¹purba@mahadewa.ac.id; ²luhde.widhia@gmail.com

* Penulis Korespondensi

Dikirim: 20-11-2023

Direvisi: 06-12-2023

Diterima: 31-12-2023

KATAKUNCI

flourishing;
kampus merdeka;
mahasiswa;
PERMA;
psikologi positif

KEYWORDS

flourishing;
independent campus;
PERMA;
positive psychology;
students

ABSTRAK

Flourishing mahasiswa pada era Kampus Merdeka merupakan topik yang menarik untuk dikaji sebab hal ini dipengaruhi oleh transisi dari pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat *flourishing* mahasiswa Prodi X Universitas Y pada era penerapan sistem Kampus Merdeka. Penelitian dilakukan secara *cross sectional study* dengan desain deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Prodi X Universitas Y semester 2, 4, 6, dan 8. Sampel penelitian ini terdiri atas 60 mahasiswa prodi X yang diambil melalui teknik *sampling* jenuh. Penilaian *flourishing* dilaksanakan sesuai teori PERMA profiler, menggunakan data primer yang berasal dari hasil pengisian kuesioner. Hasil penelitian menggambarkan bahwa tidak ditemukan mahasiswa Prodi X Universitas Y yang berada dalam kategori *flourish*. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa sebanyak 100% mahasiswa masih dikategorikan tidak *flourish*. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan mental mahasiswa masih belum terpenuhi, baik dari aspek emosi positif, ketertarikan, hubungan, kebermaknaan, dan pencapaian.

Analysis of flourishing on students of Study Program X, University Y in the independent campus era. *Flourishing students in the Independent Campus era is an interesting topic to study because this is influenced by the transition from the Covid-19 pandemic. This research aims to analyze the level of flourishing of students at Study Program X, University Y in the era of implementing the Independent Campus system. The research was conducted as a cross sectional study with a quantitative descriptive design. The population of this study were students of Study Program X, University Y semesters 2, 4, 6, and 8. The research sample consisted of 60 students of Study Program X. The flourishing assessment was carried out according to the PERMA profiler theory, using primary data originating from the results of filling out the questionnaire. The results of the research illustrate that there were no students from Study Program X, University Y who were in the flourishing category. The results of this study concluded that as many as 100% of students were still categorized as not thriving. The findings of this research show that the level of mental well-being of students is still not met, both from the aspects of positive emotions, interest, relationships, meaningfulness and achievement.*

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Pendahuluan

Perkembangan wawasan pengetahuan di era digital turut memberi dampak terhadap perkembangan bidang ilmu lain, salah satunya Ilmu Psikologi. Berbagai penelitian yang menganalisis cara meningkatkan, mengukur ataupun mendeteksi kesejahteraan psikologis atau *flourishing* pada manusia nampak mengalami peningkatan (Edwina *et al.*, 2022). Kajian psikologi telah menuju pada arah perkembangan yang luas yang ditandai dengan berkembangnya kajian psikologi positif (Masturah & Hudaniah, 2019). Psikologi positif mempunyai tujuan untuk kesejahteraan dengan membangun emosi positif dan fokus pada kekuatan individu. Pada konteks kajian psikologi positif, tujuan tertinggi yang hendak dicapai adalah *flourishing*. Hal ini senada dengan pernyataan yang mengungkapkan bahwa kesehatan mental menjadi perhatian utama di lingkungan masyarakat (Suryanto & Nada, 2021).

Kesehatan mental menjadi suatu fenomena yang sangat penting untuk dikaji. Hal ini disebabkan kesehatan mental menjadi salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap keberlangsungan hidup manusia. Sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa kesehatan mental sangat berpengaruh pada kesehatan fisik (Effendy *et al.*, 2008). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui dan menganalisis tingkat kesejahteraan seseorang agar dapat disusun langkah dalam rangka meningkatkan kesejahteraan tertinggi yang diharapkan.

Seligman (2011) memperkenalkan pendekatan psikologi positif dengan tujuan mempelajari aspek-aspek positif yang terdapat pada individu maupun organisasi. Salah satu prinsip dalam psikologi positif untuk membangun kesiapan individu dalam beradaptasi terhadap suatu perubahan serta memiliki komitmen terhadap perubahan lingkungan, disebut sebagai *flourishing* (Shaleh *et al.*, 2020). Chemi *et al.* (2022) menyebutkan *flourishing* adalah sinonim dari level kesejahteraan mental yang tinggi dan melambangkan kesehatan mental. Artinya, *flourishing* merupakan level kesejahteraan tertinggi yang diharapkan oleh manusia.

Seligman (2011) menjelaskan bahwa *flourishing* adalah representasi dari kehidupan seimbang yang dilihat dari lima komponen yakni PERMA (*positive emotion, engagement, relationship, meaningfulness, accomplishment*). Komponen pertama yaitu emosi positif (*positive emotion*) mengacu pada segala perasaan yang meliputi kesenangan, kegembiraan, kehangatan, kenyamanan, dan emosi lain yang mengarah pada kehidupan yang menyenangkan. Keterikatan (*engagement*) didefinisikan sebagai sesuatu yang menumbuhkan hubungan psikologis secara mendalam, ketertarikan, fokus, dan keterlibatan untuk sesuatu yang dimotivasi dari dalam. Hubungan positif (*relationship*) yaitu sebuah dimensi penting dalam kehidupan sebagai seperangkat tindakan dukungan yang dapat diakses oleh individu melalui hubungan sosial mereka dengan individu lain, kelompok, dan komunitas yang lebih besar. Makna dalam hidup (*meaningfulness*) yaitu memiliki tujuan dan arah dalam hidup dan merasa terhubung dengan sesuatu yang lebih besar di dalam diri. Kemudian, pencapaian (*accomplishment*) adalah capaian yang diperoleh melalui ambisi personal (Fajriati & Mangundjaya, 2023; Sekarini *et al.*, 2020).

Flourishing telah menjadi komponen penting dalam mencapai kebahagiaan yang bermakna. Hal tersebut dikuatkan oleh pendapat dari beberapa penelitian bahwa konsep *flourishing* sebagai penilaian komprehensif tentang kesejahteraan (Xiao & Brown, 2023). Seseorang dapat diklasifikasikan *flourish* jika hidup individu tersebut berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang diharapkan (Chaniago & Nurmina, 2023; Ellyatt, 2022). *Flourishing* merupakan kombinasi dari perasaan baik (*good feeling*) dan berfungsi secara efektif (Effendy, 2019; Rosa *et al.*, 2023; Wan Sulaiman *et al.*, 2023). Oleh karena itu, apabila tingkat *flourishing* individu baik, artinya individu tersebut memiliki kesehatan mental yang tinggi dan mampu beradaptasi dengan baik terhadap suatu perubahan. Schotanus-Dijkstra *et al.* (2016) mengungkapkan bahwa *flourishing* dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti *personal trait* (kepribadian), *social demographic* (misalnya usia, gender, pendidikan), dan *situational factor*.

Beberapa penelitian dalam bidang pendidikan, khususnya di perguruan tinggi menunjukkan bahwa tingkat *flourishing* pada mahasiswa tidak dapat tercapai dengan

maksimal pada masa pandemi Covid-19 (Cao *et al.*, 2020; Kusnayat *et al.*, 2020; Livana *et al.*, 2020; Nyunt *et al.*, 2021; Zulfa & Prastuti, 2020). Hal tersebut dikarenakan perubahan pembelajaran tatap muka yang tergantikan secara masif menjadi pembelajaran *online*. Hasil temuan tersebut mengarahkan bahwa kesehatan mental mahasiswa perlu diperhatikan terkait dengan proses pembelajaran secara *online*. Setiap individu memiliki proses adaptasi yang berbeda-beda terhadap suatu perubahan, tergantung dinamika psikologi yang dimiliki. Kesehatan mental dalam hal ini sangat berperan penting sebagai dasar membangun energi positif untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan situasi dan kondisi.

Berdasarkan hasil observasi pada mahasiswa Program Studi X Universitas Y, ditemukan bahwa terjadi perubahan psikologis setelah diberlakukannya kurikulum Kampus Merdeka. Menurut beberapa mahasiswa, pelaksanaan Kampus Merdeka turut membantu ketertinggalan mereka selama masa pandemi Covid-19. Ditinjau dari latar belakangnya, mahasiswa Prodi X Universitas Y terdiri atas individu yang kompleks. Mayoritas mahasiswa Prodi X Universitas Y telah bekerja sehingga mereka cenderung mempunyai beban dan tekanan mental lebih tinggi, baik dari tanggung jawabnya sebagai mahasiswa maupun pekerja. Sementara secara ideal, mahasiswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan lingkungan termasuk perubahan sistem kurikulum yang berlaku, sehingga hal tersebut memungkinkan terjadinya peningkatan capaian *flourishing* pada mahasiswa setelah diberlakukannya kurikulum Kampus Merdeka. Dengan demikian, untuk memastikan ada tidaknya peningkatan kesehatan mental (*flourishing*) setelah diberlakukannya sistem Kampus Merdeka, maka diperlukan penelitian yang menganalisis tingkat *flourishing* mahasiswa Prodi X di Universitas Y dalam rangka menindaklanjuti regulasi yang diberlakukan.

Penelitian ini sangat penting untuk dikaji dalam rangka memastikan kesejahteraan mahasiswa sekaligus mengukur keberhasilan dari program Kurikulum Kampus Merdeka. Kesejahteraan dalam iklim dunia pendidikan dapat diukur dengan menggunakan konsep psikologi positif (Pignault *et al.*, 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa proses belajar mengajar yang sehat dapat diukur selama berlangsungnya proses PBM yang harmoni. Proses belajar mengajar yang baik tentu tidak terlepas dari bagaimana individu sebagai subjek dan objek pendidikan memiliki kesadaran atas komitmen diri terhadap tujuan berpendidikan.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini untuk melihat tingkat *flourishing* mahasiswa prodi X di Universitas Y di Era Kampus Merdeka. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya bahwa analisis kesejahteraan mental pada penelitian ini menggunakan skala *flourishing* (PERMA) yang secara langsung disusun oleh Seligman (2011) dari Butler dan Kern (2016), yang terdiri atas penilaian *emosi positif, ketertarikan, hubungan, kebermaknaan, pencapaian* sehingga hasil yang diperoleh lebih kompleks dan beragam. Oleh karena itu, melalui teknik penilaian ini, tingkat kesehatan mental terendah dan tertinggi mahasiswa prodi X diharapkan dapat diketahui. Dengan demikian dapat ditentukan langkah yang tepat untuk menanggulangi/antisipasi ke depan supaya peningkatan hasil pembelajaran pada mahasiswa dapat terus terjaga.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi baik secara teoritis dan praktis. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap perkembangan literatur tentang *flourishing* dalam bidang pendidikan. Dengan demikian, hasil ini dapat digunakan sebagai referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya. Secara praktis, hasil penelitian ini berkontribusi dalam memberikan gambaran kesejahteraan mental mahasiswa selama implementasi sistem kampus Merdeka. Penelitian ini merupakan studi penelitian awal yang diharapkan mampu menjadi rekomendasi dan diimplementasikan dalam dunia pendidikan dengan berbagai langkah program untuk menyesuaikan kebutuhan lapangan berdasar hasil penelitian. Artinya, temuan penelitian diharapkan mampu menjadi acuan bagi pihak perguruan tinggi untuk berupaya mendukung kesehatan mental mahasiswa sehingga tercapai *flourishing* dan secara tidak langsung membantu peningkatan hasil belajar mahasiswa.

Metode

Pendekatan pada penelitian bersifat deskriptif kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Penelitian dengan metode *cross sectional* merupakan suatu penelitian yang mana pengumpulan datanya hanya dilakukan satu kali pengamatan atau pengukuran (Suprajitno, 2013). Metode *cross sectional* digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengukur tingkat kesejahteraan mental tertinggi mahasiswa (*flourishing*) dalam satu kali pengamatan. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa prodi X Universitas Y semester 2, 4, 6 dan 8. Sampel penelitian ini melibatkan 60 mahasiswa program studi X universitas Y yang diambil melalui teknik *sampling* jenuh. Sampel penelitian hanya melibatkan 60 mahasiswa karena jumlah populasi yang terbatas. Penelitian ini menggambarkan *flourishing* mahasiswa yang diukur dengan *PERMA profiler* (Butler & Kern, 2016). Masing-masing dimensi *PERMA* terdiri atas tiga aitem pertanyaan. Hasil koefisien reliabilitas instrumen sebesar 0,941. Hasil perolehan data dianalisa dengan bantuan program *Microsoft Excel*.

Hasil

Pada penelitian ini, data perolehan hasil penelitian untuk masing-masing dimensi *PERMA* dibagi menjadi tiga, yaitu kategori rendah, sedang dan kategori tinggi sesuai dengan rumus kategorisasi data kontinum dari Azwar (Azwar, 2016; Isnaini & Urbayaton, 2020). Berdasarkan hasil analisa masing-masing dimensi *PERMA*, diperoleh *Mean ideal* (Mi) sebesar 7,5 dan Standar deviasi ideal (Sdi) sebesar 1,5. Berdasarkan *Mean ideal* dan Standar deviasi ideal tersebut, maka dapat menentukan klasifikasi *PERMA* mahasiswa secara parsial. Tabel klasifikasi skor parsial *PERMA* mahasiswa disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Klasifikasi Skor Parsial *PERMA* Mahasiswa

Rumus	Rentangan skor	Klasifikasi
$X \leq (Mi - 1,5.Sdi)$ $= X \leq (7,5 - 1,5.1,5)$	$X \leq 5,25$	Rendah
$(Mi - 1,5.Sdi) < X \leq (Mi + 1,5.Sdi)$ $= (7,5 - 1,5.1,5) < X \leq (7,5 + 1,5.1,5)$	$5,25 < X \leq 9,75$	Sedang
$X > (Mi + 1,5.Sdi)$ $= X > (7,5 + 1,5.1,5)$	$X > 9,75$	Tinggi

Sumber: (Azwar, 2016)

Berdasarkan Tabel 1, maka hasil analisis komponen *PERMA* pada setiap mahasiswa Prodi X Universitas Y dapat disajikan pada Tabel 2 yang menunjukkan bahwa keseluruhan subjek dapat dikategorikan tidak *flourish*. Hal ini dikarenakan masing-masing subjek masih memperoleh jumlah skor dengan kategori sedang atau kategori rendah pada salah satu dimensi *PERMA*. Mengacu pada teori *PERMA*, seseorang dapat dikategorikan *flourish* apabila seluruh jumlah skor pada lima dimensi *PERMA* berada pada kategori tinggi. Sebaliknya, apabila seseorang memperoleh jumlah skor dengan kategori sedang/rendah pada salah satu dimensi *PERMA*, maka dapat dikategorikan tidak *flourish*. Dengan demikian, karena setiap subjek tidak mampu mencapai kategori tinggi pada seluruh dimensi *PERMA*, maka dapat dikategorikan bahwa seluruh subjek pada penelitian ini berada pada kategori tidak *flourish*.

Mengacu pada Tabel 2, secara sederhana frekuensi masing-masing kelompok dimensi *PERMA* baik pada kategori rendah, sedang dan tinggi dengan subjek (N=60) disajikan pada Tabel 3 yang menjelaskan masing-masing dimensi *PERMA*. Pada kelompok dimensi P (*Positive emotion*) terdiri atas 27% subjek pada kategori rendah, 65% pada kategori sedang dan 8% pada kategori tinggi. Dilihat dari dimensi E (*Engagement*) terdapat 37% subjek pada kategori rendah, 52% pada kategori sedang, dan 11% pada kategori tinggi. Pada dimensi R (*Relationship*) menunjukkan 23% subjek pada kategori rendah, 52% pada kategori sedang, dan 25% pada kategori tinggi. Kemudian dimensi M (*Meaningfulness*) memperoleh 23% pada

kategori rendah, 47% pada kategori sedang, dan 30% pada kategori tinggi. Selanjutnya pada kelompok dimensi A (*Accomplishment*) terdapat 25% berada pada kategori rendah, 48% kategori sedang, dan 27% kategori tinggi. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa mahasiswa Prodi X di Universitas Y belum mencapai *flourishing* selama era kurikulum Merdeka.

Tabel 2. Hasil Kumulatif *PERMA Profile* Mahasiswa Prodi X Universitas Y

R	P	Kategori	E	Kategori	R	Kategori	M	Kategori	A	Kategori	Keterangan
R1	9	Sedang	8	Sedang	6	Sedang	6	Sedang	5	Rendah	Tidak Flourish
R2	7	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	5	Rendah	7	Sedang	Tidak Flourish
R3	6	Sedang	6	Sedang	5	Rendah	7	Sedang	6	Sedang	Tidak Flourish
R4	4	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	3	Rendah	3	Rendah	Tidak Flourish
R5	6	Sedang	6	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R6	9	Sedang	9	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	11	Tinggi	Tidak Flourish
R7	12	Tinggi	12	Tinggi	12	Tinggi	12	Tinggi	5	Rendah	Tidak Flourish
R8	7	Sedang	7	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R9	9	Sedang	7	Sedang	5	Rendah	9	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R10	7	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	8	Sedang	Tidak Flourish
R11	4	Rendah	4	Rendah	3	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	Tidak Flourish
R12	9	Sedang	8	Sedang	10	Tinggi	10	Tinggi	11	Tinggi	Tidak Flourish
R13	8	Sedang	7	Sedang	11	Tinggi	9	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R14	9	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	5	Rendah	9	Sedang	Tidak Flourish
R15	7	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R16	4	Rendah	3	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	Tidak Flourish
R17	7	Sedang	6	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	10	Tinggi	Tidak Flourish
R18	6	Sedang	6	Sedang	5	Rendah	7	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R19	4	Rendah	4	Rendah	6	Sedang	11	Tinggi	9	Sedang	Tidak Flourish
R20	8	Sedang	7	Sedang	6	Sedang	7	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R21	3	Rendah	3	Rendah	3	Rendah	10	Tinggi	12	Tinggi	Tidak Flourish
R22	9	Sedang	9	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R23	7	Sedang	5	Rendah	8	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	Tidak Flourish
R24	8	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R25	6	Sedang	5	Rendah	5	Rendah	8	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R26	4	Rendah	Tidak Flourish								
R27	8	Sedang	9	Sedang	6	Sedang	9	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R28	6	Sedang	4	Rendah	10	Tinggi	7	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R29	5	Rendah	3	Rendah	7	Sedang	7	Sedang	5	Rendah	Tidak Flourish
R30	4	Rendah	5	Rendah	8	Sedang	5	Rendah	8	Sedang	Tidak Flourish
R31	7	Sedang	7	Sedang	9	Sedang	9	Sedang	5	Rendah	Tidak Flourish
R32	3	Rendah	3	Rendah	7	Sedang	5	Rendah	9	Sedang	Tidak Flourish
R33	4	Rendah	4	Rendah	3	Rendah	4	Rendah	3	Rendah	Tidak Flourish
R34	8	Sedang	7	Sedang	11	Tinggi	9	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R35	6	Sedang	6	Sedang	7	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R36	8	Sedang	7	Sedang	11	Tinggi	10	Tinggi	10	Tinggi	Tidak Flourish
R37	10	Tinggi	7	Sedang	10	Tinggi	8	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R38	4	Rendah	Tidak Flourish								
R39	8	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	10	Tinggi	5	Rendah	Tidak Flourish
R40	6	Sedang	5	Rendah	8	Sedang	8	Sedang	12	Tinggi	Tidak Flourish
R41	8	Sedang	5	Rendah	6	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	Tidak Flourish
R42	8	Sedang	8	Sedang	10	Tinggi	10	Tinggi	10	Tinggi	Tidak Flourish
R43	5	Rendah	4	Rendah	8	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R44	4	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	3	Rendah	Tidak Flourish
R45	8	Sedang	7	Sedang	9	Sedang	11	Tinggi	5	Rendah	Tidak Flourish
R46	6	Sedang	6	Sedang	7	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R47	10	Tinggi	10	Tinggi	9	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R48	8	Sedang	7	Sedang	11	Tinggi	11	Tinggi	11	Tinggi	Tidak Flourish
R49	8	Sedang	10	Tinggi	9	Sedang	10	Tinggi	12	Tinggi	Tidak Flourish
R50	11	Tinggi	10	Tinggi	12	Tinggi	10	Tinggi	8	Sedang	Tidak Flourish
R51	8	Sedang	7	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	Tidak Flourish
R52	6	Sedang	5	Rendah	8	Sedang	7	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R53	11	Tinggi	11	Tinggi	11	Tinggi	9	Sedang	10	Tinggi	Tidak Flourish
R54	5	Rendah	4	Rendah	7	Sedang	5	Rendah	6	Sedang	Tidak Flourish
R55	3	Rendah	3	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	4	Rendah	Tidak Flourish
R56	9	Sedang	10	Tinggi	10	Tinggi	11	Tinggi	10	Tinggi	Tidak Flourish
R57	6	Sedang	7	Sedang	8	Sedang	8	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R58	6	Sedang	6	Sedang	8	Sedang	9	Sedang	8	Sedang	Tidak Flourish
R59	4	Rendah	Tidak Flourish								
R60	7	Sedang	9	Sedang	10	Tinggi	10	Tinggi	9	Sedang	Tidak Flourish

Keterangan: R=Responden; P=Jumlah Skor *Positive emotion*; E=Jumlah Skor *Engagement*; R=Jumlah Skor *Relationship*; M=Jumlah Skor *Meaningfulness*; A=Jumlah Skor *Accomplishment*.

Tabel 3. Frekuensi Subjek pada Kelompok *PERMA*

Dimensi	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>P (Positive Emotion)</i>	Rendah	16	27
	Sedang	39	65
	Tinggi	5	8
<i>E (Engagement)</i>	Rendah	22	37
	Sedang	31	52
	Tinggi	7	11
<i>R (Relationship)</i>	Rendah	14	23
	Sedang	31	52
	Tinggi	15	25
<i>M (Meaningfulness)</i>	Rendah	14	23
	Sedang	28	47
	Tinggi	18	30
<i>A (Accomplishment)</i>	Rendah	15	25
	Sedang	29	48
	Tinggi	16	27

Pembahasan

Hasil analisis dari dimensi *PERMA* menunjukkan bahwa mahasiswa Prodi X di Universitas Y belum dapat dikategorikan sebagai mahasiswa yang *flourish*. Hal ini dikarenakan 100% dari 60 responden masih berada pada kategori tidak *flourish*. Hasil ini bermakna bahwa tingkat kesejahteraan mental pada seluruh mahasiswa Prodi X Universitas Y ini belum terpenuhi. Pada penelitian ini ditemukan beberapa mahasiswa yang memperoleh hasil pada kategori tinggi pada dimensi *PERMA*, namun hasil tersebut belum mengindikasikan mahasiswa telah mencapai kesejahteraan dan kesehatan mental yang diharapkan. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya beberapa mahasiswa yang memperoleh kategori sedang dan rendah pada dimensi emosi positif, pencapaian, hubungan, kebermaknaan, dan pencapaian (*PERMA*) yang dimaksudkan. Artinya, masih ada beberapa mahasiswa Prodi X Universitas Y yang belum merasakan kesejahteraan dalam implementasi kampus merdeka ini.

Secara teoritik, seseorang dengan *flourishing* tinggi adalah mereka yang mampu berfungsi secara optimal, menyadari potensi yang dimiliki, berusaha untuk memberikan kontribusi yang signifikan bagi kehidupan sosial, serta memiliki keseimbangan dalam aspek positif dan negatif (Siagian *et al.*, 2022; Zulfa & Prastuti, 2020). Bakar dan Osman (2022) mendeskripsikan bahwa *flourishing* pada manusia dapat meningkat ketika seluruh kebutuhan manusia dapat tercapai dengan mudah. Jika dikaitkan dengan temuan penelitian ini, seluruh mahasiswa dikategorikan tidak *flourish*, dan dapat dimaknai bahwa kebutuhan mahasiswa belum seluruhnya dapat terakomodasi dalam kurikulum Kampus Merdeka. Keterbatasan informasi kebijakan Kampus Merdeka menjadi salah satu faktor kurang tercapainya kebutuhan mahasiswa secara maksimal (Mulyana *et al.*, 2022).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat *flourishing* pada individu, pertama, yaitu faktor usia. Faktor usia dan kematangan turut mempengaruhi pencapaian *flourishing* individu. Dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa. Mahasiswa termasuk dalam transisi dari remaja ke dewasa. Mahasiswa program studi prodi X termasuk ke dalam masa transisi. Mahasiswa yang berada pada masa transisi mempunyai tugas-tugas perkembangan remaja yang sangat kompleks dan relatif berat bagi remaja. Oleh karena itu, untuk dapat melaksanakan tugas-tugas tersebut dengan baik, remaja masih sangat membutuhkan bimbingan dan pengarahan supaya dapat mengambil langkah yang tepat sesuai dengan kondisinya. Pada masa ini juga adalah masa proses pencarian identitas diri sesuai kebutuhan pada fase-fase perkembangannya, Hal tersebut menjelaskan bahwa individu belum

sepenuhnya memiliki keberfungsian semua aspek secara optimal. Faktor kedua adalah pendidikan. Hal ini sejalan dengan pendapat Schinkel *et al.* (2023), Blaine dan Akhurst (2022) bahwa pendidikan dapat berkontribusi secara langsung terhadap proses *flourishing* pada mahasiswa/peserta didik. Blaine dan Akhurst (2022) menunjukkan dalam penelitiannya bahwa pendidikan di luar ruangan dapat berdampak besar terhadap kemajuan tingkat *flourishing*.

Beberapa faktor lain berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang diasumsikan dapat membantu memaksimalkan tingkat *flourishing* pada individu, diantaranya dukungan keluarga dan kemandirian belajar. Menurut hasil penelitian Ridha (2022), dan Tessa *et al.* (2022), dukungan keluarga dan kemandirian belajar memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan *flourishing* pada mahasiswa. Pada konteks penelitian ini, sistem kampus Merdeka menjadi wadah pembelajaran yang dapat memberikan fleksibilitas terhadap mahasiswa untuk mengasah Kemampuan sesuai bakat dan minatnya. Dengan adanya fleksibilitas tersebut, mahasiswa dapat membangun kemandirian belajar dengan cara mengatur metode dan teknik belajar secara individual, sehingga minat dan bakatnya dapat berkembang. Akan tetapi, kemandirian belajar dalam era kampus Merdeka tentu berkesinambungan dengan dukungan orang tua. Dukungan orang tua yang dimaksud dapat berbentuk dukungan sarana dan prasarana memadai untuk kepentingan mahasiswa. Seseorang tidak dapat mewujudkan kemandirian belajar tanpa didukung oleh fasilitas di lingkungan rumah baik dari segi moril dan materiil, begitupun sebaliknya. Oleh karena itu, secara sederhana dapat dimaknai bahwa kemandirian belajar di era kampus merdeka dengan dukungan orang tua menjadi faktor kontributor dalam mewujudkan kesejahteraan mahasiswa dalam penyelenggaraan kampus Merdeka. Tingkat *flourishing* yang tinggi pada beberapa dimensi yang dimiliki mahasiswa prodi X secara tidak langsung diatribusikan oleh kondisi lingkungan pada pelaksanaan pembelajaran Kampus Merdeka dibandingkan dengan pembelajaran di masa pandemi Covid-19. Pada pembelajaran Kampus Merdeka, mahasiswa diberikan kebebasan untuk berinteraksi dengan mahasiswa lainnya. Hal ini menjelaskan bahwa *positive relationship* adalah aspek yang paling berpengaruh terhadap tinggi rendahnya tingkat *flourishing* mahasiswa (Dwijayanti & Wilani, 2020; Laakso *et al.*, 2021).

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa tingkat *flourishing* mahasiswa prodi X tidak ada yang mencapai *flourishing* dan 100% dikategorikan tidak *flourish*. Temuan ini tidak sejalan dengan penelitian Rahmanita dan Hamdan (2022) yang menunjukkan bahwa penyandang disabilitas tunarungu di perusahaan prakerja memiliki tingkat *flourishing* yang tinggi dengan persentase 58,3%. Selain itu diketahui bahwa aspek tertinggi yaitu *positive emotion* dengan persentase 75% dengan jumlah sembilan orang, namun secara umum hasil tersebut belum mendefinisikan bahwa mahasiswa mencapai *flourishing*. Temuan penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Effendy (2019) tentang tingkat *flourishing* individu pada organisasi. Temuan pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa sekitar 55% karyawan yang dikatakan belum *flourishing*. Hal tersebut menjelaskan bahwa pada usia individu yang telah bekerja semua skor *PERMA* belum seluruhnya tinggi.

Keterbatasan penelitian ini bahwa hasil penelitian hanya dapat digeneralisasikan pada sampel tertentu, yaitu pada Prodi X di Universitas Y. Hal tersebut dikarenakan karena lingkup sampel yang begitu terbatas dan jumlah sampel yang terlalu kecil pada penelitian.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Prodi X Universitas Y sepenuhnya dapat dikategorikan tidak *flourish*, khususnya di era penerapan Kurikulum Kampus Merdeka, meskipun beberapa mahasiswa mempunyai skor dengan kategori tinggi pada beberapa dimensi *PERMA*. Hasil kategorisasi *flourishing* mahasiswa prodi X Universitas Y menyimpulkan bahwa seluruh mahasiswa prodi X Universitas Y dinyatakan tidak *flourish* karena setiap mahasiswa tidak mampu mencapai dimensi *PERMA* dengan kategori tinggi

Penelitian ini memberikan implikasi terhadap penyelenggaraan sistem Kampus Merdeka yang mana temuan ini dapat dijadikan acuan sebagai perbaikan penerapan sistem Kampus Merdeka pada Universitas Y. Berdasarkan temuan penelitian ini, maka dapat disarankan beberapa hal untuk pihak Universitas dan peneliti selanjutnya. Bagi Universitas, disarankan untuk memperbaiki penyelenggaraan sistem Kampus Merdeka baik dari segi perencanaan dan penerapan sehingga seluruh kebutuhan mahasiswa dapat terpenuhi yang diharapkan dapat berdampak pada peningkatan *flourishing* mahasiswa. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan agar dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dan pertimbangan dalam mengkaji topik yang serupa terkait analisis tingkat *flourishing* pada subjek penelitian lainnya.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2016). Kelompok subjek ini memiliki harga diri yang rendah"; kok, tahu...?. *Buletin Psikologi*, 1(2), 13–17. <https://doi.org/10.22146/bpsi.13160>
- Bakar, A. A., & Osman, M. M. (2022). Human needs fulfillment: the contributing factors of human flourishing. *Planning Malaysia*, 20(3), 270–281. <https://doi.org/10.21837/PM.V20I22.1144>
- Blaine, J., & Akhurst, J. (2022). A journey to adolescent flourishing: Exploring psychosocial outcomes of outdoor adventure education. *South African Journal of Education*, 42(3), 1–12. <https://doi.org/10.15700/saje.v42n3a2061>
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the Covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287–291. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Chaniago, R. P., & Nurmina. (2023). Perbedaan flourishing pada wanita dewasa awal ditinjau dari status pernikahan di Sumatera Barat. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research Volume*, 3(4), 3647–3657. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i4.3954>
- Chemi, T., Brattico, E., Fjorback, L. O., & Harmat, L. (2022). Arts and mindfulness education for human flourishing. *Arts and Mindfulness Education for Human Flourishing*. <https://doi.org/10.4324/9781003158790>
- Dwijayanti, N. K. K., & Wilani, N. M. A. (2020). Bucin itu bukan cinta: Mindful dating for flourishing relationship. *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities*, 1(1), 1–14.
- Edwina, O. I. P., Maria, C., & Sembiring, T. (2022). Peran self-esteem terhadap relationship flourishing melalui aim dan positivity pada individu yang menikah. *Humanitas*, 6(3), 329–344. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i3.5549>
- Effendy, N., Prawitasari, J. E., Hastjarjo, D. T., & Nasrunudin. (2008). Pengaruh psikoterapi transpersonal terhadap pasien HIV dan AIDS. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 14(1), 1–16
- Effendy. (2019). Mengembangkan flourishing dengan human strengths. *Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity*, 1(2), 326–333.
- Ellyatt, W. (2022). Education for human flourishing—a new conceptual framework for promoting ecosystemic wellbeing in schools. *Challenges*, 13(2), 58. <https://doi.org/10.3390/challe13020058>
- Fajriati, F., & Mangundjaya, W. L. (2023). Efikasi diri sebagai prediktor munculnya flourishing pada mahasiswa. *Ezra Science Bulletin*, 1(2), 166–182.
- Isnaini, E., & Urbayatun, S. (2020). The flourishing of female-student flood survivors: An overview of women's positive growth. *Asian Social Work Journal*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.47405/aswj.v5i1.113>

- Kusnayat, A. et al., 2020. Pengaruh teknologi pembelajaran kuliah online di era covid-19 dan dampaknya terhadap mental mahasiswa. *Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran*, 1(2), 153-165. <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1987>
- Laakso, M., Fagerlund, Å., Pesonen, A. K., Lahti-Nuuttila, P., Figueiredo, R. A. O., Karlsson, C., & Eriksson, J. G. (2021). Flourishing students: The efficacy of an extensive positive education program on adolescents' positive and negative affect. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6(3), 253–276. <https://doi.org/10.1007/s41042-020-00048-2>
- Livana, M. M. Basthomi, F. Y., 2020. Penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/590/329/1980>
- Masturah, A. N., & Hudaniah. (2019). Efikasi diri dan dukungan sosial sebagai prediktor flourishing pada dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 10(2), 71–76. <https://unimuda.e-journal.id/jurnalpsikologiunimuda/article/view/2389>
- Mulyana, M., Wahyudin, Y., Lesmana, D., Muarif, M., Mumpuni, F. S., & Farastuti, E. R. (2022). Evaluasi dampak program merdeka belajar kampus merdeka (MBKM) pada Bidang Studi Akuakultur. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1551–1564. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.2182>
- Nyunt, G., McMillen, J., Oplt, K., & Beckham, V. (2021). Flourishing (or lack thereof) during covid-19: A comparison of students' social-psychological well-being by demographics, course modality, and housing arrangement (*Unpublished manuscript*). Northern Illinois University.
- Pignault, A., Rastoder, M., & Houssemand, C. (2023). The relationship between self-esteem, self-efficacy, and career decision-making difficulties: Psychological flourishing as a mediator. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(9), 1553–1568. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13090113>
- Rahmanita, A., & Hamdan, S. R. (2022). Studi deskriptif mengenai flourishing pada penyandang disabilitas tunarungu di perusahaan parakerja. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(1), 14–20. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i1.220>
- Ridha, A. A. (2022). Peran dukungan sosial keluarga dan kemandirian belajar terhadap flourishing pada mahasiswa yang terancam drop out. *Jurnal Psikologi Integratif*, 10(2), 224. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v10i2.2615>
- Rosa, E. M., Fauzan, A., & Iswanto. (2023). A bibliometric analysis: Improving nurse performance with flourishing (literature review). *ICOLAE*, 1(1), 673–680. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-086-2_58
- Schinkel, A., Wolbert, L., & Pedersen, J. B. W. (2023). Human flourishing, wonder, and education. *Studies in Philosophy and Education*, 42, 143–162. <https://doi.org/10.1007/s11217-022-09851-7>
- Schotanus-Dijkstra, M., Pieterse, M. E., Drossaert, C. H. C., Westerhof, G. J., de Graaf, R., ten Have, M., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2016). What factors are associated with flourishing? Results from a large representative national sample. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1351–1370. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9647-3>
- Sekarini, A., Hidayah, N., & Hayati, E. N. (2020). Konsep dasar flourishing dalam psikologi positif. *Psycho Idea*, 18(2), 124. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i2.6502>
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. North Sydney: Random House Australia Pty Ltd.
- Shaleh, A. R., Sholichatun, Y., Casmini, Andayani, T. R., Izzati, R. E., Yuliandari, ..., & Umaya, F. (2020). *Bahagia dan bermakna*. Banten: CV.AA.RIZKY.
- Siagian, T. V., Septianeke, O. A., & Hartanti, H. (2022). Pelatihan flourishing untuk meningkatkan self-compassion anggota Ormawa Universitas X Surabaya. *Psychocentrum Review*, 4(1), 85–98. <https://doi.org/10.26539/pcr.41888>
- Surajitno, E. (2013). *Buku ajar metodologi riset keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.

- Suryanto, A., & Nada, S. (2021). Analisis kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi pada awal terjangkitnya covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83–97. <http://doi.org/10.37640/jcv.v1i2.962>
- Tessy, N. R. B., Setiasih, & Nanik. (2022). Forgiveness, gratitude, and the flourishing of emerging adults with divorced parents. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 77–90. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10606>
- Wan Sulaiman, W. S., Shariff, M. I. A., & Khairudin, R. (2023). The role of psychological capital in flourishing among job seekers: Grit as a mediator. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 119–136. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.14939>
- Xiao, Y., & Brown, T. T. (2023). Moving suicide prevention upstream by understanding the effect of flourishing on suicidal ideation in midlife: An instrumental variable approach. *Scientific Reports*, 13(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-28568-2>
- Zulfa, N. A., & Prastuti, E. (2020). 'Welas asih diri' dan 'bertumbuh': Hubungan self-compassion dan flourishing pada mahasiswa. *Mediapsi*, 6(1), 71–78. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.01.8>