

## **Skala *Self-Acceptance* pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah UIN Raden Fatah Palembang**

Erly Sutianingsih<sup>1</sup>, Kiki Cahaya Setiawan<sup>2</sup>, Nurul Faradyah<sup>3</sup>, Putri Maharani<sup>4</sup>, Syakilla Zahra Basmalah<sup>5</sup>, Cahyani Wulandari<sup>6</sup>, Nitia Oktalia<sup>7</sup>, M. Kevin Rizky Anugrah<sup>8</sup>

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang<sup>1-8</sup>

Email: [erlysutianingsih9@gmail.com](mailto:erlysutianingsih9@gmail.com)

### **ARTICLE INFO**

#### **Article History**

Received: 26-11-2025

Revised: 29-12-2025

Accepted: 9-1-2026

#### **Keywords**

Self-acceptance

Validity

Reliabilitas

Student

#### **Kata Kunci**

Self-acceptance

Validitas

Reliabilitas

Mahasiswa

### **ABSTRACT**

This study aims to develop and evaluate the validity and reliability of a self-acceptance scale for students of the Faculty of Tarbiyah at UIN Raden Fatah Palembang. A total of 60 students responded to 20 items, and validity testing showed 13 items met the required criteria ( $r > 0.254$ ). The reliability analysis of the final 13-item scale produced a Cronbach's Alpha of 0.760, indicating good internal consistency. The Kolmogorov–Smirnov test yielded a significance value of 0.007, showing that the data were not normally distributed. Descriptive analysis revealed that students' self-acceptance levels were in the moderate category ( $M = 56.83$ ;  $SD = 5.02$ ). The developed scale is considered suitable for research use in the context of Islamic education.

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan mengembangkan dan menguji validitas serta reliabilitas skala *self-acceptance* pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah UIN Raden Fatah Palembang. Sebanyak 60 responden mengisi 20 item skala, dan hasil uji validitas menunjukkan 13 item valid dengan nilai  $r$ -hitung  $> 0,254$ . Reliabilitas skala setelah eliminasi item tidak valid mencapai Cronbach's Alpha 0,760, yang menandakan konsistensi internal baik. Uji normalitas Kolmogorov–Smirnov menghasilkan nilai signifikansi 0,007, sehingga data tidak berdistribusi normal. Analisis deskriptif menunjukkan tingkat *self-acceptance* berada pada kategori sedang ( $M = 56,83$ ;  $SD = 5,02$ ). Skala yang dihasilkan dinyatakan layak digunakan sebagai instrumen penelitian dalam konteks pendidikan Islam.

### **Pendahuluan**

*Self-acceptance* atau penerimaan diri merupakan salah satu aspek fundamental dalam pembentukan kesejahteraan psikologis individu. Istilah ini mengacu pada kemampuan seseorang menerima dirinya secara utuh meliputi kekuatan, kelemahan, pengalaman masa lalu, kondisi saat ini, serta potensi masa depan. Dalam psikologi modern, penerimaan diri dianggap sebagai komponen inti dari kesehatan mental karena memungkinkan individu untuk berfungsi secara optimal meskipun menghadapi tekanan internal maupun eksternal

(Ryff, 1989). Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung mampu memelihara stabilitas emosional dan memiliki perspektif realistis tentang kehidupannya, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kesejahteraan subjektif dan kemampuan adaptasi (Keyes, 2002).

Pandangan humanistik memberikan landasan filosofis yang kuat terhadap konsep penerimaan diri. Rogers menekankan bahwa individu hanya dapat berkembang secara sehat apabila ia memperoleh *unconditional positive regard*, yaitu penerimaan tanpa syarat terhadap dirinya sendiri maupun dari lingkungan sosialnya (Carl R. Rogers, 1961). Ketika individu gagal menerima dirinya secara utuh, proses aktualisasi diri akan terhambat sehingga memunculkan konflik internal, ketidakpuasan diri, dan kecenderungan untuk menilai diri secara negatif. Selaras dengan pandangan tersebut, teori *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menjelaskan bahwa ketidakmampuan menerima diri dapat memicu munculnya pikiran irasional yang berujung pada kecemasan, rasa malu, serta gangguan emosi lainnya (Keith S. Dobson, 2010). Dengan demikian, self-acceptance tidak hanya bernilai sebagai kemampuan personal, tetapi juga memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan mental jangka panjang.

Dalam kerangka psikologi positif, penerimaan diri dipandang sebagai salah satu komponen penting dalam kesejahteraan psikologis multidimensional. Model *Psychological Well-Being* menempatkan penerimaan diri sebagai dimensi utama yang berkaitan erat dengan aspek otonomi, tujuan hidup, relasi positif, dan penguasaan lingkungan (Ryff, 1989). Sementara itu, teori PERMA yang dikembangkan oleh Seligman menempatkan penerimaan diri dalam kaitannya dengan komponen makna hidup, emosi positif, dan pencapaian yang berkelanjutan (Seligman, 2011). Temuan-temuan terbaru dalam psikologi positif juga semakin menegaskan bahwa penerimaan diri memiliki hubungan signifikan dengan pertumbuhan pribadi, ketahanan psikologis, dan pemulihan dari stres (Smith, 2020). Dengan demikian, *self-acceptance* merupakan fondasi penting bagi terciptanya keseimbangan psikologis yang berkelanjutan.

Kelompok mahasiswa sebagai individu yang berada pada fase *emerging adulthood* menghadapi tantangan perkembangan yang lebih kompleks. Pada fase ini, individu mengalami transisi penting dari remaja menuju kedewasaan yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakpastian masa depan, serta tuntutan untuk membuat keputusan signifikan dalam hidup (Arnett, 2000). Mahasiswa yang tidak mampu menavigasi proses ini secara optimal kerap mengalami peningkatan kecemasan, stres, serta penurunan *self-esteem* (Arnett, 2014). Penelitian-penelitian terbaru turut menunjukkan bahwa individu pada fase ini sangat rentan mengalami gejala emosi dan perasaan tidak mampu dalam menghadapi tuntutan akademik maupun sosial (Ibda et al., 2023). Situasi tersebut memperjelas bahwa penerimaan diri merupakan faktor protektif yang penting bagi mahasiswa dalam menjaga keseimbangan psikologis.

Dalam konteks Indonesia, kondisi kesehatan mental mahasiswa menunjukkan tren yang semakin mengkhawatirkan. Penelitian menemukan bahwa mahasiswa sering

mengalami tingkat kecemasan dan stres akademik yang tinggi disertai penurunan motivasi dan kesejahteraan psikologis (Aloysius, 2021). Data nasional melalui survei I-NAMHS menunjukkan sekitar satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, sedangkan survei media menyebut bahwa 15,5 juta atau sekitar 34,9 % remaja mengalami masalah kesehatan mental (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Kajian terbaru juga mengungkap bahwa mahasiswa kerap menghadapi tekanan yang berasal dari tuntutan akademik, kekhawatiran terhadap masa depan, serta faktor sosial-ekonomi yang turut berkontribusi terhadap penurunan kondisi psikologis (Nur et al., 2023). Fakta ini menunjukkan bahwa kajian mengenai faktor protektif seperti *self-acceptance* sangat dibutuhkan untuk memperkuat ketahanan mental mahasiswa.

Tekanan akademik merupakan salah satu pemicu utama penurunan kesejahteraan mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa tuntutan dosen, tenggat waktu yang ketat, serta beban akademik yang tinggi dapat memengaruhi emosi mahasiswa dan menurunkan penerimaan diri (Nur et al., 2023). Di sisi lain, mahasiswa dengan kecemasan akademik yang tinggi cenderung lebih mudah meragukan kemampuan dirinya sendiri dan mengalami gangguan dalam menjalankan aktivitas akademik (Pebriani et al., 2024). Fenomena ini sejalan dengan temuan global yang menyebutkan bahwa mahasiswa pascapandemi cenderung mengalami peningkatan beban psikologis yang berdampak pada aspek kognitif, emosional, dan sosial. Seluruh temuan ini memperjelas hubungan erat antara dinamika akademik dan *self-acceptance*.

Religiusitas memainkan peran signifikan dalam membentuk penerimaan diri mahasiswa di lingkungan pendidikan Islam. Pada satu sisi, religiusitas dapat meningkatkan makna hidup, rasa syukur, dan keyakinan diri sehingga memperkuat kesejahteraan psikologis (AbdAleati et al., 2016). Namun pada sisi lain, religiusitas dapat menjadi sumber tekanan jika mahasiswa merasa tidak mampu memenuhi norma dan tuntutan moral tertentu (Inzlicht & Tullett, 2010). Fenomena ini semakin relevan pada mahasiswa Tarbiyah yang menempati posisi sebagai calon pendidik agama Islam, di mana mereka diharapkan tidak hanya unggul secara akademik tetapi juga menjadi teladan moral. Situasi seperti ini dapat memengaruhi perkembangan *self-acceptance* mahasiswa secara signifikan.

Di Indonesia, sebagian besar penelitian mengenai *self-acceptance* memang telah muncul, namun penelitian yang mengkaji penerimaan diri dalam konteks mahasiswa kampus Islam masih relatif sedikit. Sebagian besar kajian terkait kesehatan mental mahasiswa lebih banyak berfokus pada stres akademik, kecemasan, atau *well-being* secara umum (Munir et al., 2020). Salah satu studi lokal yang mengaitkan *self-acceptance* dengan kesejahteraan psikologis adalah penelitian pada mahasiswa baru di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga, yang menemukan korelasi positif antara *self-acceptance* dan subjektif *well-being*. Sementara itu, penelitian pada mahasiswa Universitas Islam Riau juga menunjukkan bahwa variabel *self-acceptance* menjadi penting dalam model prediktor kesehatan mental (Islam & Hidayat, 2023). Namun demikian, hingga saat ini belum banyak penelitian yang khusus mengkaji penerimaan diri dalam konteks mahasiswa Fakultas Tarbiyah dengan

tuntutan religius dan akademik ganda sehingga terdapat kebutuhan untuk mengembangkan instrumen yang relevan secara budaya dan kontekstual.

Instrumen yang digunakan di Indonesia sebagian besar merupakan adaptasi dari skala Barat yang belum tentu mencerminkan nilai budaya dan religiusitas masyarakat Indonesia. Proses adaptasi sering dihadapkan pada kendala relevansi bahasa dan konteks sosial (Azwar, 2014). Padahal, dalam teori pengembangan skala psikologis, butir instrumen harus disusun dengan mempertimbangkan aspek budaya agar mampu menggambarkan kondisi psikologis subjek secara akurat (Azwar, 2012). Oleh karena itu, pengembangan alat ukur self-acceptance berbasis konteks budaya dan religius mahasiswa Fakultas Tarbiyah sangat diperlukan.

Dengan demikian, problem utama (*problem statement*) penelitian ini adalah: belum adanya instrumen self-acceptance yang benar-benar disusun berdasarkan konteks akademik, religius, dan budaya mahasiswa Fakultas Tarbiyah UIN Raden Fatah Palembang.

Kekosongan penelitian ini menjadi *research gap* yang signifikan karena instrumen generik tidak mampu menggambarkan dinamika penerimaan diri mahasiswa secara komprehensif. Maka, penelitian ini berupaya mengembangkan dan menguji skala self-acceptance yang relevan dengan karakteristik mahasiswa Fakultas Tarbiyah melalui prosedur ilmiah yang mencakup penyusunan indikator, penyusunan item, validasi ahli, analisis faktor, dan uji reliabilitas (Azwar, 2014). Hasil penelitian ini diharapkan menghasilkan instrumen yang valid, reliabel, dan kontekstual.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan layanan konseling, program pembinaan karakter, dan intervensi psikologis di lingkungan Fakultas Tarbiyah. Dengan adanya skala yang sesuai konteks, fakultas dapat merancang program pendampingan mahasiswa secara lebih efektif (Nur et al., 2023). Secara teoretis, penelitian ini memperkaya literatur mengenai penerimaan diri pada mahasiswa Indonesia dan membuka peluang penelitian lanjutan mengenai hubungan *self-acceptance* dengan religiusitas, motivasi akademik, dan kesejahteraan psikologis di lingkungan pendidikan Islam.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis pengembangan instrumen psikologis (*psychometric scale development*). Proses pengembangan mengikuti langkah-langkah konstruksi skala yang meliputi:

1. Identifikasi konstruk teoritis
2. Penyusunan indikator
3. Penulisan item
4. Validasi isi oleh ahli
5. Uji coba skala
6. Analisis validitas empiris
7. Analisis reliabilitas internal

Model pengembangan skala mengacu pada prosedur Azwar (2012) dan standar internasional pengembangan alat ukur psikologi (Boateng et al., 2018).

### 1. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah *self-acceptance* (penerimaan diri), yaitu kemampuan individu untuk menerima keseluruhan aspek dirinya, baik positif maupun negatif, termasuk rekonsiliasi dengan pengalaman masa lalu, pandangan diri yang realistis, dan kemampuan menghargai diri apa adanya.

### 2. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Fakultas Tarbiyah UIN Raden Fatah Palembang. Sampel berjumlah 60 orang, diperoleh menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria:

- 1) Mahasiswa aktif
- 2) Berusia 17–25 tahun
- 3) Bersedia menjadi responden secara sukarela.

### 3. Pengembangan Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen awal terdiri atas 20 butir pernyataan dengan format jawaban Skala Likert 1–4 (1 = sangat tidak sesuai, 4 = sangat sesuai). Butir instrumen disusun berdasarkan indikator teoretis yang bersumber dari Ryff (1989), Rogers (1961), dan penelitian kontemporer mengenai kesejahteraan psikologis. Sebelum uji coba, instrumen dinilai oleh ahli untuk memastikan kesesuaian isi dan keterbacaan. Selanjutnya, instrumen disebarakan melalui kuesioner daring kepada responden.

### 4. Teknik Analisis Data

- 1) Validitas empiris dianalisis menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan nilai  $r$ -tabel sebesar 0,254 ( $n = 60$ ,  $\alpha = 0,05$ ). Berdasarkan hasil analisis, 13 butir dinyatakan valid, sedangkan 7 butir tidak valid dan dihapus. Dengan demikian, instrumen final terdiri dari 13 butir valid yang digunakan dalam penelitian.
- 2) Reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha. Reliabilitas awal (20 butir) sebesar  $\alpha = 0,619$ . Setelah butir tidak valid dibuang, reliabilitas meningkat menjadi  $\alpha = 0,760$ , menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik.
- 3) Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai  $p = 0,007$  ( $< 0,05$ ), sehingga data tidak berdistribusi normal. Namun demikian, uji validitas dan reliabilitas tidak mensyaratkan distribusi normal, sehingga analisis tetap dapat dilakukan secara tepat.
- 4) Instrumen penerimaan diri final yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 13 butir pernyataan yang valid dan reliabel.

## Hasil dan Pembahasan

### Uji Validitas Item

Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* terhadap 20 item skala self-acceptance. Dengan jumlah responden sebanyak 60 orang, nilai r-tabel pada taraf signifikansi 0,05 adalah sebesar 0,254. Item dinyatakan valid apabila memiliki nilai r-hitung lebih besar daripada r-tabel. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh 13 item yang memenuhi kriteria validitas dan 7 item yang tidak valid. Item yang tidak valid dihapus dari skala untuk meningkatkan ketepatan konstruk dan kualitas psikometrik instrumen (Azwar, 2012).

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Item Skala *Self-Acceptance*

Nomor	r hitung	r tabel ( N=60, $\alpha = 0,05$ )	Keterangan
r hitung 1	0,420	0,254	Valid
r hitung 2	0,223		Tidak Valid
r hitung 3	0,216		Tidak Valid
r hitung 4	0,150		Tidak Valid
r hitung 5	0,018		Tidak Valid
r hitung 6	0,328		Valid
r hitung 7	0,577		Valid
r hitung 8	0,506		Valid
r hitung 9	0,271		Valid
r hitung 10	0,175		Tidak Valid
r hitung 11	0,233		Tidak Valid
r hitung 12	0,291		Valid
r hitung 13	0,482		Valid
r hitung 14	0,216		Tidak Valid
r hitung 15	0,490		Valid
r hitung 16	0,535		Valid
r hitung 17	0,410		Valid
r hitung 18	0,563		Valid
r hitung 19	0,461		Valid
r hitung 20	0,481		Valid

### Hasil:

Item valid: 1, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20

Item tidak valid: 2, 3, 4, 5, 10, 11, 14

Ketidaksesuaian 7 item dengan konstruk memperlihatkan bahwa item tersebut tidak memberikan kontribusi signifikan terhadap pengukuran *self-acceptance* dalam konteks mahasiswa Tarbiyah UIN Raden Fatah.

### Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha. Reliabilitas awal 20 item menghasilkan  $\alpha = 0,619$ . Setelah 7 item tidak valid dibuang, reliabilitas meningkat menjadi  $\alpha = 0,760$ .

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Skala Self-Acceptance

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.760	13

### Statistik Deskriptif Self-Acceptance

Rata-rata skor self-acceptance sebesar 56,83 berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki penerimaan diri yang cukup, namun belum mencapai tingkat optimal.

Tabel 3. Statistik Deskriptif

Statistics		
Variabel		
N	Valid	60
	Missing	0
Mean		56.8333
Std. Deviation		5.02929
Minimum		40.00
Maximum		73.00

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala *Self-Acceptance* yang dikembangkan memiliki kualitas psikometrik yang baik setelah melalui rangkaian proses seleksi dan analisis empiris. Eliminasi tujuh item yang tidak valid mendukung pendapat Azwar (2012) bahwa proses seleksi item merupakan tahap krusial dalam pengembangan instrumen psikologis, karena item dengan korelasi rendah berpotensi mengaburkan struktur konstruk dan menurunkan ketepatan pengukuran. Dengan mempertahankan 13 item yang memiliki korelasi signifikan terhadap skor total, struktur konstruk *Self-Acceptance* menjadi lebih fokus dan representatif terhadap aspek-aspek kunci penerimaan diri.

Reliabilitas skala menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,760, yang mengindikasikan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi internal yang baik. Menurut Azwar (2012), nilai reliabilitas yang berada di atas 0,70 dapat dikategorikan memadai dan mencerminkan stabilitas pengukuran. Konsistensi internal ini menandakan bahwa item-item yang tersisa bekerja secara searah untuk mengukur konstruk penerimaan diri tanpa adanya butir yang memberikan kontribusi negatif. Hal tersebut memperkuat bahwa instrumen dapat digunakan tidak hanya dalam penelitian akademik, tetapi juga untuk asesmen psikologis pada mahasiswa dalam konteks pendidikan Islam.

Dari sisi psikologis, temuan bahwa tingkat *self-acceptance* mahasiswa berada pada kategori sedang memberikan gambaran yang konsisten dengan teori-teori perkembangan dewasa awal. Arnett (2000) menjelaskan bahwa fase *emerging adulthood* ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakpastian arah masa depan, dan tuntutan penyesuaian diri yang kompleks, sehingga penerimaan diri individu belum sepenuhnya stabil. Penerimaan diri pada kategori sedang mengindikasikan bahwa mahasiswa masih berada dalam proses membangun pemahaman diri yang realistis, menerima kekurangan diri, serta berdamai dengan

pengalaman masa lalu. Kondisi ini wajar mengingat mahasiswa Fakultas Tarbiyah berada dalam lingkungan akademik yang menuntut pencapaian baik secara intelektual maupun moral.

Penerimaan diri merupakan salah satu komponen fundamental dalam kesejahteraan psikologis sebagaimana dijelaskan dalam model *Psychological Well-Being* oleh Ryff (1989). Individu yang mampu menerima dirinya cenderung memiliki regulasi emosi yang lebih baik, sikap positif terhadap diri sendiri, serta kemampuan menghadapi tekanan. Temuan deskriptif dalam penelitian ini menegaskan bahwa meskipun mahasiswa memiliki tingkat penerimaan diri yang cukup baik, masih terdapat ruang peningkatan, terutama terkait kemampuan menerima kegagalan, menghargai diri sendiri, dan memaknai pengalaman hidup secara positif.

Selain itu, teori PERMA yang dikembangkan oleh Seligman, (2011) menempatkan penerimaan diri sebagai bagian dari komponen *Meaning* dan *Positive Emotion* yang berkontribusi terhadap kesejahteraan jangka panjang. Dalam konteks mahasiswa Tarbiyah, kemampuan menerima diri bukan hanya berfungsi sebagai aspek psikologis, tetapi juga berkaitan dengan perkembangan spiritual, moral, dan religius. Hal ini menjelaskan mengapa beberapa item yang lebih individualistik atau terlalu umum menjadi tidak valid, karena tidak sepenuhnya sesuai dengan konteks budaya mahasiswa di lingkungan pendidikan Islam.

Temuan penelitian ini juga memiliki implikasi praktis yang penting. Mengingat bahwa penerimaan diri berperan dalam menjaga kesehatan mental, hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar untuk menyusun program penguatan karakter dan layanan konseling kampus. Mahasiswa dengan tingkat *self-acceptance* yang rendah dapat diidentifikasi lebih awal dan diberikan intervensi yang relevan, seperti pelatihan *self-compassion*, regulasi emosi, dan refleksi diri berbasis nilai-nilai Islami. Pendekatan ini sejalan dengan Arnett (2014) yang menekankan pentingnya dukungan lingkungan dalam membantu individu melewati fase perkembangan dewasa awal secara adaptif.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini tidak hanya memperkuat dasar empiris dari skala *Self-Acceptance* yang dikembangkan, tetapi juga memberikan gambaran yang komprehensif mengenai kondisi psikologis mahasiswa Fakultas Tarbiyah. Dengan validitas dan reliabilitas yang baik, instrumen ini layak digunakan dalam penelitian lanjutan maupun asesmen psikologis. Selain itu, temuan deskriptif memberikan peluang untuk merancang program intervensi yang lebih terarah untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam konteks pendidikan tinggi Islam.

## Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji instrumen *self-acceptance* pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah. Berdasarkan hasil analisis validitas, sebanyak 13 dari 20 item dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk mengukur konstruk *self-acceptance* secara akurat. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala final memiliki nilai

Cronbach's Alpha sebesar 0,760, yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan layak digunakan dalam penelitian maupun asesmen psikologis. Sementara itu, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal; namun kondisi ini tidak mempengaruhi analisis karena uji validitas dan reliabilitas tidak mensyaratkan normalitas data pada skala Likert.

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *self-acceptance* mahasiswa berada pada kategori sedang dengan nilai mean 56,83, yang mencerminkan bahwa mahasiswa cukup mampu menerima dirinya namun masih menghadapi tantangan dalam mencapai penerimaan diri yang optimal. Kondisi ini selaras dengan karakteristik perkembangan *emerging adulthood*, tuntutan akademik, serta ekspektasi moral dalam lingkungan pendidikan keagamaan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa skala *self-acceptance* yang dikembangkan telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas yang memadai sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur yang tepat dalam konteks pendidikan Islam. Instrumen ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi penelitian lanjutan dan layanan konseling kampus dalam memetakan serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

## Deklarasi

### **Keterlibatan penulis**

Penulis berkontribusi penuh dalam seluruh proses penelitian, mulai dari penyusunan desain penelitian, pengembangan instrumen, pengumpulan data, analisis data, penulisan naskah, hingga revisi akhir artikel. Tidak ada pihak lain yang terlibat sebagai penulis maupun kontributor ilmiah di luar yang telah disebutkan.

### **Pernyataan Pendanaan**

Penelitian ini tidak menerima dukungan pendanaan dari lembaga mana pun, baik lembaga pemerintah, swasta, maupun organisasi non-profit. Seluruh proses penelitian dan penulisan artikel dilakukan secara mandiri oleh penulis.

### **Pernyataan Konflik Kepentingan**

Penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan dalam bentuk apa pun terkait pelaksanaan penelitian, penulisan, maupun publikasi artikel ini.

### **Informasi Tambahan**

Tidak terdapat informasi tambahan lain yang perlu disampaikan. Data penelitian yang tidak mengandung identitas pribadi responden tersedia berdasarkan permintaan wajar kepada penulis, dengan tetap menjunjung tinggi prinsip kerahasiaan dan etika penelitian.

## References

- AbdAleati, N. S., Mohd Zaharim, N., & Mydin, Y. O. (2016). Religiousness and Mental Health: Systematic Review Study. In *Journal of religion and health* (Vol. 55, Issue 6, pp. 1929–1937). <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9896-1>
- Aloysius. (2021). Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 2021(2), 83–97.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.).
- Azwar Saifuddiin. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar Saifuddiin. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best Practices for Developing and Validating Scales for Health, Social, and Behavioral Research: A Primer. In *Frontiers in Public Health* (Vol. 6). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149>
- Carl R. Rogers. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Ibda, H., Wulandari, T. S., Abdillah, A., Hastuti, A. P., & Mahsun, M. (2023). Student academic stress during the COVID-19 pandemic: a systematic literature review. *International Journal of Public Health Science*, 12(1), 286–295. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i1.21983>
- Inzlicht, M., & Tullett, A. M. (2010). Reflecting On God: Religious Primes Can Reduce Neurophysiological Response to Errors. *Psychological Science*, 21(8), 1184–1190. <https://doi.org/10.1177/0956797610375451>
- Islam, D. N., & Hidayat, A. (2023). Kesabaran terhadap Self Acceptance pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(3), 194. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i3.23822>
- Keith S. Dobson. (2010). *Handbook of Cognitive-behavioral Therapies*.
- Keyes, C. L. M. (2002). Selecting Outcomes for the Sociology of Mental Health: Issues of Measurement and Dimensionality. In *Source: Journal of Health and Social Behavior* (Vol. 43, Issue 2).
- Martin Seligman. (2011). *Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions*.
- Munir, S., Anita, R., & Dwi Okmala Sefnimal, T. (2020). Academic Stress Factors Among Indonesia Students: A Case of IAIN Batu Sangkar. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 10(3), 417–428. <https://doi.org/10.23960/jpp.v10.i3.202004>
- Nur, H. A., Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Fitriana, V., Pramudaningsih, I. N., Teknologi, I., Cendekia, K., & Kudus, U. (2023). kesehatan mental mahasiswa dalam proses pembelajaran daring selama pandemi covid-19.
- Pebriani, F., Ferry, D., & Qadariah, N. (2024). analisis tingkat kecemasan akademik mahasiswa dalam memilih tugas akhir artikel ilmiah. In *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran IPA Indonesia* (Vol. 14, Issue 3).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 57, Issue 6).