**Blue print *Psychological Well-Being***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Aspek** | **Indikator** | **Nomor Butir** | | **Jumlah** |
| **Positif** | **Negatif** |
| ***Psychological well-being*** | Penerimaan diri | Sikap terhadap diri sendiri | 1,2,3 | 4,5 | 5 |
| Hubungan positif dengan orang lain | Memiliki hubungan dekat dan hangat dengan orang lain | 6,7,8 | 9,10 | 5 |
| Otonomi | Mengatur tingkah laku | 11,12 | 13,14,15 | 5 |
| Penguasaan lingkungan & tujuan hidup | - Menggunakan kesempatan yang ada  - Memiliki tujuan dan arah hidup | 16,17  18 | 19,20 | 5 |
| Pertumbuhan pribadi | Mengembangkan potensi diri | 21,22 | 23,24,25 | 5 |

**Blue print** **Dukungan Sosial**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Aspek | Indikator | Nomor Item | | **Total Item** |
| ***Favorable*** | ***Unfavorable*** |
| 1 | Dukungan Emosional (*Emotional Support*) | Bentuk perhatian dari orang lain berupa ungkapan kepedulian dan empati | 1, 3, 5 | 2, 4, 6 | 6 |
| 2 | Dukungan Informasi (*Informational Support*) | Pemberikan bantuan berupa pemecahan masalah, penilaian, nasehat dan bimbingan | 7, 9, 11 | 8, 10, 12 | 6 |
| 3 | Dukungan Penghargaan (*Appraisal Support*) | Bentuk dorongan dari orang lain yang bersifat memberi kemajuan sebagai bentuk pengembangan harga diri, percaya diri dan merasa dihargai | 13, 15, 17 | 14, 16, 18 | 6 |
| 4 | Dukungan Instrumental (*Instrumental Support*) | Dukungan nyata yang berhungan dengan material dan tindakan | 19, 21, 23 | 20, 22, 24 | 6 |
| Total | | | 12 | 12 | 24 |

**Blue print** **Stress Akademik**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Aspek | Indikator | Item | |
| Positif | Negatif |
| 1. | Gejala emosional | 1. Mudah marah saat menghadapi tuntutan akademik. | 1, 2 |  |
| 2. Mudah kecewa saat harapan akademik tidak sesuai keinginan. | 3, 4 | 5, 6 |
| 3. Merasa gelisah, takut dan khawatir | 7, 8,9, 12, 13, 14, 17 | 10, 11, 15, 16 |
| 2. | Gejala kognitif | 1. Timbulnya penilaian subjektif terhadap situasi yang dialami | 18, 19 |  |
| 2. Mudah lupa dan sulit berkonsentrasi | 20, 22, 23, 24 | 21 |
| 3. | Gejala Perilaku | 1. Melakukan tindakan agresif | 25, 26, 27 |  |
| 2. Berbohong | 28 | 29 |
| 3. Malas | 30 | 31, 32 |
| 4. | Gejala Fisiologis | 1. Sering berkeringat, gemetar, sakit kepala, dan mengalami nyeri di beberapa bagian tubuh | 33, 34, 35 |  |