

PROFIL CREATIVE-SELF OF WELLNESS MAHASISWA S1 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Evan Setiawan ¹

Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD. ²

Dr. Gantina Komalasari, M.Psi. ³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil creative-self pada mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jenis penelitian survei. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan angkatan 2011 s.d. 2014 sebanyak 3.291 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah proportional stratified random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 317 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen creative-self yang dibuat berdasarkan teori the indivisible self dari Myers dan Sweeney, yang berisi 48 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah. Koefisien reliabilitas instrumen 0,923 yang diinterpretasikan sangat tinggi artinya instrumen reliable untuk digunakan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan kategorisasi yang dibagi menjadi lima yaitu, sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pencapaian creative-self mahasiswa S1 FIP UNJ 17,61% pada kategori sangat tinggi, 64,47% pada kategori tinggi, 16,98% pada kategori sedang, dan 0,94% pada kategori rendah. Penemuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa S1 FIP UNJ memiliki creative-self yang baik yang berarti mahasiswa memiliki kemampuan yang baik dalam berpikir secara aktif, terbuka, dan dapat berkreasi dalam pemecahan masalah, mampu menyadari perasaan dan berekspresi secara wajar, percaya pada kemampuan dirinya dan dapat menguasai dirinya, merasa nyaman dengan jurusan yang dipelajarinya, mampu mengatasi beban tugas yang ada serta mahasiswa mampu dengan baik menggunakan humor yang positif. Pencapaian creative-self yang tinggi berpengaruh positif terhadap keberhasilan akademik. Fakultas Ilmu Pendidikan diharapkan dapat memberikan sarana untuk mengembangkan creative-self mahasiswa dengan mengadakan kompetisi, diskusi terbuka, penelitian bersama antar jurusan, atau melalui kegiatan organisasi yang dapat diikuti oleh seluruh mahasiswa FIP.

Kata Kunci: Creative-Self, Mahasiswa

1 Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, evan.setiawan8@gmail.com

2 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, wahyuni.eka@gmail.com

3 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, gantina_komalasari@yahoo.com

Pendahuluan

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan kesehatan adalah bukan hanya tidak adanya penyakit melainkan keadaan fisik yang lengkap, mental, dan kesejahteraan sosial. Kesehatan menjadi isu penting dalam kehidupan manusia. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas kehidupan yang dimiliki individu. Individu yang sehat dapat melakukan kegiatan sehari-hari secara optimal seperti, belajar, bekerja, berolahraga, dan kegiatan-kegiatan lainnya. Myers, Sweeney, dan Witmer mendefinisikan *wellness* sebagai cara hidup yang berorientasi kepada kesehatan dan kesejahteraan (*well-being*) yang optimal dimana tubuh, pikiran, dan semangat terintegrasi dalam individu untuk hidup lebih utuh dalam hubungan dengan manusia dan alam (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000). Memasuki perguruan tinggi membawa perubahan hidup yang cukup besar bagi individu. Pada masa ini individu berada pada masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa yang penuh dengan gejolak dan permasalahan. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan instrumen "Preceived of Wellness" pada 60 mahasiswa S1 Universitas Negeri Jakarta mengenai *wellness* secara keseluruhan hasilnya menunjukkan 23% mahasiswa dalam kategori rendah dan 12% mahasiswa dalam kategori sangat rendah. Sedangkan pada dimensi *creative-self* di Fakultas Ilmu Pendidikan hasilnya menunjukkan bahwa terdapat 30% mahasiswa dalam kategori rendah dan 15% mahasiswa dalam kategori sangat rendah. *Creative-self* yang belum optimal pada mahasiswa FIP UNJ menunjukkan rendahnya kemampuan mahasiswa dalam menghadapi masalah yang mereka alami sedangkan mahasiswa FIP diharapkan dapat menjadi pendidik yang memiliki kompetensi dan *wellness* yang baik termasuk dalam *creative-self*, selain itu *creative-self* yang rendah juga dapat berpengaruh pada keberhasilan akademik mereka. Dalam hal ini *creative-self* merupakan bagian dari dimensi *wellness* yang penting untuk diketahui dan dipelajari bagi mahasiswa, dosen, Jurusan, dan Fakultas agar dapat mengembangkan program yang tepat untuk meningkatkan *creative-self* mahasiswa. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *profil creative-self* pada mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

Kajian Teori

Myers, Sweeney, dan Witmer mendefinisikan *wellness* sebagai cara hidup yang berorientasi kepada kesehatan dan kesejahteraan yang optimal dimana tubuh, pikiran, dan semangat, terintegrasi dalam individu untuk hidup lebih utuh dalam hubungan dengan manusia dan alam (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000). Walaupun terminologi *wellness* dan kesejahteraan sering digunakan secara bergantian dalam literatur konseling, tetapi *wellness* dan kesejahteraan memiliki makna yang berbeda. Kesejahteraan digunakan untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental umum atau kepuasan hidup dan kebahagiaan (Gloria, Castellanos, & Orozco, 2005). Sedangkan *wellness* menekankan kepada usaha individu menuju keberfungsian optimal dalam tubuh, pikiran, dan spirit yang terintegrasi dalam individu untuk hidup lebih bermakna dalam hubungannya dengan manusia dan alam.

Dalam model IS-Wel total *wellness* perhitungan kesejahteraan secara umum yang terdiri dari lima faktor urutan kedua (*creative-self, coping-self, social-self, essential-self, dan physical-self*), yang diperoleh dari struktural ekuasional modeling (Hattie, Myers, & Sweeney, 2004). Juga, 17 faktor ketiga yang dikelompokkan dalam faktor urutan kedua sebagai berikut: *creative-self (thinking, emotions, control, work, positif humor), coping-self (leisure, stress management, self-worth, realistic beliefs), social-self (friendship, love), essential-self (spirituality, gender identity, cultural identity, self-care), dan physical-self (nutrition, exercise)*.

Creatif-self mengacu pada kombinasi kualitas yang membuat individu itu unik di antara orang lain. *Creative-self* terdiri dari lima faktor urutan ketiga yaitu *thinking, emotion, control, work, dan positive humor* (Myers & Sweeney, 2005). Kunci dari faktor ini adalah tingkah laku yang berkaitan dengan penyelesaian masalah, penggunaan kapasitas kreatif, kontrol melalui aksi, penggunaan humor yang positif, ekspresi emosional dan kepuasan terhadap pekerjaan (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000).

Thinking adalah kemampuan individu untuk berfikir secara aktif, terbuka, dan peka dalam memahami masalah dan berkreasi dalam menemukan strategi untuk memecahkan masalah pada konflik sosial, *emotions* adalah kemampuan individu dalam me-

mahami perasaannya dan kemampuan untuk berekspresi secara wajar baik pada perasaan yang positif maupun negatif, *control* adalah kemampuan individu dalam menguasai diri serta tingkat kepercayaan pada kompetensi diri dan keyakinan bahwa individu selalu mampu menjangkau tujuan yang telah ditetapkan, *work* adalah keadaan dimana individu merasa cukup dengan pekerjaannya, merasa bahwa kemampuannya dapat berguna, dapat mengatur beban kerja, merasa aman dalam pekerjaan, dan merasa bangga dengan apa yang dikerjakan, *positive humor* adalah kemampuan individu untuk dapat tertawa kesal/kekurangan diri sendiri, kemampuan dalam menggunakan humor bahkan pada tugas yang serius (Myers & Sweeney, 2006).

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei. Penelitian survei adalah penelitian yang berusaha mengamati atau menyelidiki secara kritis untuk mendapatkan keterangan yang terang dan baik terhadap suatu persoalan tertentu (Margono, 2007). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Profil *Creative-Self* Pada Mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.” Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Jakarta pada bulan Mei sampai dengan Desember tahun 2014. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta angkatan 2011, 2012, 2013, dan 2014 yang berjumlah 3.291 mahasiswa. Untuk menentukan sample pada penelitian ini digunakan *probability sampling* dengan teknik *proportional stratified random sampling*. Probability sampling artinya setiap anggota dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel. Penelitian ini akan mengambil taraf kesalahan 5%. Populasi yang ada berjumlah 3.291 maka berdasarkan tabel krejcie jumlah sampel yang harus diambil adalah 317 mahasiswa. Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data yang diperlukan adalah dengan menyebarkan instrumen penelitian tentang *creative-self* yang disusun berdasarkan teori *the indivisible-self* dari Myers dan Sweeney. Kuesioner dalam penelitian menggunakan skala pengukuran dengan lima pilihan jawaban yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah.

Dalam mengukur tingkat kebaikan instrumen, maka peneliti melakukan uji coba instrumen terlebih dahulu dengan melakukan penyebaran instrumen kepada 50 mahasiswa UNJ. Berdasarkan hasil uji validitas terdapat 48 item yang valid dan perhitungan reliabilitas instrumen *creative-self* diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,92 yang diinterpretasikan sangat tinggi artinya instrumen reliabel untuk digunakan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian pencapaian *creative-self* pada mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta menunjukkan 17,61% mahasiswa berada pada kategori sangat tinggi, 64,47% mahasiswa berada pada kategori tinggi, 16,98% mahasiswa berada pada kategori sedang, 0,94% mahasiswa berada pada kategori rendah, dan tidak ada yang berada pada kategori sangat rendah, pencapaian secara detail dapat dilihat pada tabel 1.1.

Tabel 1.1
Profil Creative-Self Mahasiswa S1 FIP UNJ

	SR	R	S	T	ST	TOTAL
Total	0%	0.94%	16.98%	64.47%	17.61%	100%
<i>Berdasarkan Jenis Kelamin</i>						
Laki-laki	0%	1.33%	20.00%	61.33%	17.33%	100%
Perempuan	0%	0.82%	16.05%	65.43%	17.70%	100%
<i>Berdasarkan Angkatan</i>						
2011	0%	0.00%	17.24%	68.97%	13.79%	100%
2012	0%	0.00%	20.43%	66.67%	12.90%	100%
2013	0%	2.56%	12.82%	65.38%	19.23%	100%
2014	0%	1.41%	19.72%	54.93%	23.94%	100%
<i>Berdasarkan Jurusan</i>						
PSI	0%	0.00%	11.11%	77.78%	11.11%	100%
BK	0%	0.00%	20.00%	56.67%	23.33%	100%
MP	0%	0.00%	13.79%	72.41%	13.79%	100%
TP	0%	3.45%	6.90%	75.86%	13.79%	100%
PGSD	0%	0.00%	20.25%	59.49%	20.25%	100%
PG PAUD	0%	2.70%	21.62%	56.76%	18.92%	100%
PLS	0%	3.23%	22.58%	54.84%	19.35%	100%
PLB	0%	0.00%	17.24%	62.07%	20.69%	100%

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan didapatkan data bahwa mahasiswa FIP UNJ memiliki *creative-self* yang tinggi yang berarti mahasiswa memiliki kemampuan yang baik dalam berpikir secara aktif, terbuka, dan dapat berkreasi dalam pemecahan masalah, mampu menyadari perasaan dan berekspresi secara wajar, percaya pada kemampuan dirinya dan dapat menguasai dirinya, mahasiswa merasa nyaman dengan jurusan yang dipelajarinya, mampu mengatasi beban tugas yang ada serta maha-

siswa mampu dengan baik menggunakan humor yang positif, hal tersebut ditunjukkan dengan pencapaian creative-self yang mayoritas berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi walau masih ada yang berada pada kategori sedang dan rendah namun jumlahnya sedikit. Pencapaian yang tinggi tersebut sesuai dengan pencapaian prestasi akademik mahasiswa FIP UNJ yang memiliki IPK rata-rata 3,28, temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Coopersmith yang menyatakan bahwa coping dan creative-self wellness memiliki pengaruh yang positif pada school-academic self-esteem, yang pada akhirnya mendukung pencapaian keberhasilan akademik (Copersmith, 2002).

Jika ditinjau dari aspek creative-self, yaitu; thinking, emotion, control, work, dan positive humor, aspek tersebut menunjukkan pencapaian yang hampir sama yaitu frekuensi yang paling banyak berada pada kategori tinggi, sangat tinggi, sedang, dan rendah. Namun pada aspek thinking ada sedikit perbedaan, dimana pada aspek thinking frekuensi paling banyak berada pada kategori tinggi, sedang, sangat tinggi, dan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kemampuan dari sedang sampai tinggi pada aspek thinking. Aspek thinking berkaitan dengan kemampuan berpikir aktif dan terbuka serta berkreasi dalam memecahkan masalah. Hal ini dapat disebabkan oleh kemampuan berpikir yang belum terasah dengan baik. Hetler menyatakan bahwa dalam dimensi kesejahteraan intelektual, kemampuan yang berkaitan dengan pemecahan masalah, kreatifitas, dan pembelajaran merupakan cara individu dalam mengembangkan keingintahuan intelektualnya, individu berusaha aktif untuk memperluas dan menantang pikiran dengan upaya-upaya kreatif (Garcia, 2011). Kemampuan berpikir kreatif dapat ditingkatkan melalui pembelajaran yang dilakukan didalam kelas dengan menggunakan metode pembelajaran yang tepat. Penelitian yang dilakukan oleh Agung Wahyudi menunjukkan bahwa metode pemecahan masalah dapat meningkatkan kemampuan berpikir kreatif (Agung, 2011). Sejalan dengan penelitian Agung, penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dkk menunjukkan terjadi peningkatan hasil belajar dan kemampuan berpikir kreatif siswa setelah penerapan pendekatan keterampilan proses (Rahayu, Susanto, & Yulianti, 2011).

Dilihat dari data berdasarkan jurusan, hasilnya menunjukkan pencapaian creative-self mahasiswa Psikologi adalah 11,11% sangat tinggi, 77,78% tinggi dan 11,11% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Psikologi memiliki creative-self yang baik, ini sesuai dengan penemuan Myers yang menyatakan bahwa mahasiswa jurusan konseling memiliki creative-self yang tinggi (Myers, Mobley, & Booth, 2003). Pencapaian yang baik tersebut dikarenakan mahasiswa psikologi dalam perkuliahannya banyak mempelajari hal-hal yang berhubungan dengan wellness. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang menonjol pada aspek work yaitu 44,44%. Aspek work berkaitan dengan perasaan cukup dan aman dengan apa yang dikerjakan, perasaan kemampuannya dapat berguna dalam pekerjaan dan kemampuan dalam mengatur beban kerja. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi merasa nyaman dan aman dengan jurusan mereka, merasa dapat mengembangkan dirinya. Pencapaian yang tinggi pada aspek work dapat dipengaruhi oleh bakat dan minat yang mereka miliki, individu yang mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan minat mereka akan menjalaninya dengan rasa aman dan nyaman.

Pencapaian creative-self mahasiswa Bimbingan Konseling adalah 23,33% sangat tinggi, 56,67% tinggi, dan 20% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling memiliki creative-self yang baik, sama halnya dengan jurusan Psikologi ini sesuai dengan penemuan Myers yang menyatakan bahwa mahasiswa jurusan konseling memiliki creative-self yang tinggi (Myers, Mobley, & Booth, 2003). Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang menonjol pada aspek work dan control. Aspek work berkaitan dengan perasaan cukup dan aman dengan apa yang dikerjakan, perasaan kemampuannya dapat berguna dalam pekerjaan dan kemampuan dalam mengatur beban kerja. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa BK merasa nyaman dan aman dengan jurusan mereka, merasa dapat mengembangkan dirinya. Pencapaian yang tinggi pada aspek work dapat dipengaruhi oleh bakat dan minat yang mereka miliki, individu yang mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan minat mereka akan menjalaninya dengan rasa aman dan nyaman.

Aspek control berkaitan dengan kemampuan individu menguasai dirinya dan percaya pada kompetensinya. Pencapaian yang sangat tinggi pada aspek control dapat dipengaruhi oleh apa yang mahasiswa BK pelajari dalam perkuliahan. Mahasiswa BK dipersiapkan untuk menjadi guru BK atau Konselor sehingga dalam perkuliahannya banyak mempelajari psikologi dan konseling.

Pencapaian creative-self mahasiswa Manajemen Pendidikan adalah 13,79% sangat tinggi, 72,41% tinggi dan 13,79% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Manajemen Pendidikan memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang menonjol pada aspek emotion yaitu 37,93% pada kategori sangat tinggi. Pencapaian ini sesuai dengan salah satu kompetensi lulusan Manajemen Pendidikan yaitu lulusan dapat menampilkan diri sebagai pribadi yang mantap, stabil, dewasa, arif, dan berwibawa.

Pencapaian creative-self mahasiswa Kurikulum dan Teknologi Pendidikan adalah 13,79% sangat tinggi, 72,41% tinggi, dan 13,79% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Kurikulum dan Teknologi Pendidikan memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya pencapaiannya hampir setara atau tidak ada yang menonjol. Penemuan ini sesuai dengan kompetensi lulusan yang menyatakan bahwa lulusan KTP merupakan pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, mandiri, demokratis, terbuka, kreatif dan professional dalam bidang Teknologi Pendidikan (sebagai soft-skills) untuk bisa mandiri, bersikap demokratis, terbuka, kreatif, dan professional.

Pencapaian creative-self mahasiswa PGSD adalah 20,25% sangat tinggi, 59,49% tinggi dan 20,25% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan PGSD memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang menonjol pada aspek work yaitu 40,51% pada kategori sangat tinggi. Penemuan ini sesuai dengan kompetensi lulusan yang menyatakan bahwa lulusan mampu menampilkan diri sebagai pribadi yang mantap, stabil, dewasa, arif, ramah, menyenangkan, dan berwibawa. Menunjukkan etos kerja, tanggung jawab yang

tinggi, rasa bangga sebagai guru, dan rasa percaya diri. Bersifat dan bersikap terbuka, tidak diskriminatif, dan cerdas.

Pencapaian creative-self mahasiswa PG PAUD adalah 18,92% sangat tinggi, 66,76% tinggi, dan 21,62% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan PG PAUD memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang cenderung sedang pada aspek thinking. Aspek thinking berkaitan dengan kemampuan berpikir aktif, terbuka, dan mampu mencari alternatif penyelesaian masalah. Pencapaian yang cenderung sedang dapat dipengaruhi oleh pembelajaran yang terjadi selama perkuliahan. Metode pembelajaran yang dilakukan dapat berpengaruh terhadap kemampuan berpikir kreatif (Agung, 2011).

Pencapaian creative-self mahasiswa Pendidikan Luar Biasa adalah 20,69% sangat tinggi, 62,07% tinggi, dan 17,24% sedang. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Pendidikan Luar Biasa memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terlihat bahwa pencapaiannya hampir setara pada tiap aspeknya.

Pencapaian creative-self mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah adalah 19,35% sangat tinggi, 54,84% tinggi, 22,58% sedang, dan 3,23% rendah. Pencapaian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Pendidikan Luar Sekolah memiliki creative-self yang baik. Jika dilihat dari pencapaian tiap aspeknya terdapat pencapaian yang cenderung sedang pada aspek thinking dan positive humor.

Dilihat dari angkatan yaitu angkatan 2011, 2012, 2013, dan 2014 mayoritas memiliki pencapaian yang tinggi, tidak terdapat pola yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang lebih lama atau senior memiliki pencapaian creative-self yang lebih tinggi daripada yang lebih muda, tidak juga sebaliknya. Penemuan ini berlawanan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Myers dan Sweeney yang menyatakan bahwa semakin lama individu mempelajari wellness maka akan semakin tinggi juga wellnessnya (Myers & Sweeney, 2011). Ini dapat terjadi karena wellness dipengaruhi oleh lima dimensi yaitu *essential-self*, *social-self*, *coping-self*, *creative-self*, dan *psychal-self*, pencapaian pada masing-masing dimensi mempengaruhi pencapaian wellness secara keseluruhan.

Sehingga mungkin terjadi perbedaan hasil pencapaian jika hanya dilihat pencapaian salah satu dimensi dengan pencapaian wellness secara keseluruhan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Sweeney menggunakan subjek mahasiswa psikologi maka tidak sesuai jika diterapkan pada seluruh mahasiswa FIP UNJ. Pada angkatan 2011 memiliki pencapaian yang cenderung tinggi pada aspek control, ini dapat disebabkan karena kematangan mahasiswa yang rata-rata memasuki usia 21-22 tahun atau masa dewasa awal. Pada masa ini individu mulai belajar mandiri (Santrock, 2002) dan dapat mengendalikan dirinya. Pada angkatan 2012 memiliki pencapaian yang cenderung tinggi pada aspek emotion. Aspek emotion berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyadari perasaannya dan berekspresi secara wajar dalam keadaan positif maupun negatif. Pada angkatan 2013 memiliki pencapaian yang cenderung merata pada setiap aspek yang mayoritas pada kategori tinggi. Pada angkatan 2014 memiliki pencapaian yang cenderung tinggi pada aspek work. Aspek work berkaitan dengan perasaan bangga dan aman dengan apa yang dikerjakan atau dijalannya dan kemampuan individu dalam mengatur beban kerja. Pencapaian yang menonjol ini dapat disebabkan semangat atau kebanggaan yang tinggi dari mahasiswa yang telah memasuki jurusannya. Pada tahun pertama biasanya mahasiswa belum mendapatkan beban tugas yang banyak sehingga cenderung dapat mengatur beban tugas yang mereka miliki. Pencapaian yang tidak menonjol pada aspek work untuk angkatan 2011, 2012, dan 2013 dapat disebabkan oleh motivasi mereka untuk masuk jurusan BK. Penelitian yang dilakukan oleh Daeri menunjukkan bahwa keputusan pemilihan karir mahasiswa BK dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan kejadian – kejadian sebanyak 70,97% (Daeri, Eka, & Herdi, 2014).

Simpulan dan Saran

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian tentang creative-self mahasiswa S1 FIP UNJ dapat ditarik kesimpulan bahwa secara keseluruhan mayoritas capaian creative-self mahasiswa berada pada kategori tinggi, dengan capaian pada setiap aspek berada pada kategori tinggi. Berdasarkan temuan tersebut FIP diharapkan dapat memberikan sarana untuk

mengembangkan creative-self mahasiswa dengan mengadakan kompetisi, diskusi terbuka, penelitian bersama antar jurusan, atau melalui kegiatan organisasi yang dapat diikuti oleh seluruh mahasiswa FIP. Bagi jurusan BK diharapkan bisa memberikan pengajaran yang mendalam mengenai creative-self melalui mata kuliah kesehatan mental dan pengembangan pribadi konselor atau dengan mengadakan seminar dan pelatihan. Selain itu jurusan BK maupun ULBK (Unit Layanan Bimbingan dan Konseling) juga diharapkan mampu membuat program yang dapat memaksimalkan creative-self untuk mahasiswa. Bagi mahasiswa FIP diharapkan dapat mengikuti kegiatan organisasi yang ada di FIP atau di UNJ dan aktif di dalamnya agar dapat mengembangkan creative-selfnya. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut tentang pencapaian creative-self pada siswa SMP, SMA, SMK, dan yang sederajat agar dapat menambah pengetahuan mengenai gambaran pencapaian creative-self pada siswa. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan sebuah program yang dikembangkan untuk memaksimalkan creative-self mahasiswa dan siswa.

Referensi

- Agung Wahyudi. 2011. Meningkatkan kemampuan berpikir kreatif siswa dalam belajar matematika dengan menggunakan pendekatan pemecahan masalah pada siswa kelas VII D SMP N 2 Depok. Thesis: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Coopersmith, S. 2002. Coopersmith Self-Esteem Inventories : Manual. Palo Alto, CA: Mindgarden.
- Daeri, R., Eka, W., Herdi. 2014. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Karir Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Journal Insight.
- E. Rahayu, H Susanto D, Yuliyanti. 2011. Pembelajaran Sains dengan pendekatan keterampilan proses untuk meningkatkan hasil belajar dan kemampuan berpikir kreatif siswa. Jurnal pendidikan Fisika Indonesia, Vol.7 h.106-110.
- Garcia, K. M. 2011. The Impact of College Students' Life Experiences on the Variou Dimensions of Wellness: A Qualitative Study. Texas: Dissertation, the Office of Graduate Studies of Texas A&M University.
- Gloria, A. M., Castellanos, J., & Orozco, V. 2005. Perceived Educational Barriers, Cultural Fit, Coping Responses, and Psychological Well-Being of Latina Un-

- dergraduates. Sage Publication: Hispanic Journal of Behavioral Sciences 27(2), h. 161-183.
- Hattie, J. A., Myers, J. E., & Sweeney, T. J. 2004. A Factor Structure of Wellness: Theory, Assessment, Analysis, and Practice. *Journal Of Counseling & Development*, Vol.82.
- Margono. 2007. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta. h. 29.
- Myers, J. E, Mobley, K., & Booth, C. S. 2003. Wellness of Counseling student : Practicing what we preach. *Counselor Education & Supervision*, Vol.42, h.264.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. 2000. The Wheel of Wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling & Development*. h. 252.
- Myers, J. E., & Sweeney T.J. 2005. *Counseling for Wellness*. Alexandria: American Counseling Association.
- Myers, J. E., & Sweeney T.J. 2006. *The Five Factor Wellness & Habit Change Workbook*. Palo Alto, CA: Mind Garden.
- Myers, J.E., & Sweeney, T. J.2011. *Wellnes Counseling : The Evidence For Practice*. *Journal of Counseling & Development*. Vol 86.h 488.
- Santrock, J.W.2002. *Life-Span Development Jilid 2*. Jakarta: Erlangga h.126