



Pengaruh Adaptasi dan Uji Psikometri Alat Ukur Digital Well Being

Syarah Aisyah Azzahra¹, Ajeng Namyra Putri², Desi Maria³, Muhammad Fikran Satar⁴,
Ditta Kristina Putri⁵, Aisyah Ajeng⁶, Devi Wulandari⁷, Christiany Suwartono⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Magister Psikologi, Universitas Paramadina, Jakarta, Indonesia. Fakultas Psikologi,

⁸Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia.

Email: syarah.aisyah@students.paramadina.ac.id

p-ISSN: 2337-4845

e-ISSN: 2620-7486



Received	Revised	Accepted	Published
00 April 2025	00 April 2025	00 April 2025	00 April 2025

Abstract

Digital technology has become an integral part of everyday life, yet standardized instruments for assessing digital well-being within the Indonesian cultural context remain limited. This study aimed to adapt the Digital Well-Being Scale developed by Gomes et al (2023) into Indonesian and examine its psychometric properties in a sample of 300 digitally active individuals aged 18–40 years ($M = 28.60$, $SD = 5.345$), recruited through convenience sampling. The original scale consisted of 20 items measuring mental, emotional, and physical well-being. The adaptation process involved forward and backward translation, expert judgment by specialists in psychometrics and psychology, and readability testing prior to psychometric evaluation. Item analysis led to the elimination of four physical well-being items that did not meet the item–rest correlation criteria, resulting in a 16-item Indonesian version. Exploratory Factor Analysis revealed a two-factor structure with satisfactory factor loadings, while internal reliability was very high for the overall scale (Cronbach's $\alpha = 0.915$), as well as for the mental ($\alpha = 0.891$) and emotional ($\alpha = 0.805$) dimensions. Confirmatory Factor Analysis further supported acceptable model fit (CFI and TLI ≥ 0.90 ; RMSEA and SRMR ≤ 0.08). These findings suggest that digital well-being in the Indonesian context is conceptualized as a two-dimensional mental–emotional construct. In Indonesian cultural context, physical well-being is better understood as a consequence of digital technology use rather than as a distinct well-being domain. Overall, the Indonesian version of the Digital Well-Being Scale demonstrates strong validity and reliability for assessing individual's perceived well-being in the context of digital environments and provides a foundation for future research and culturally sensitive interventions.

Keywords: digital well-being, mental, emotional, physical well-being, scale adaptation, measurement

Abstrak

Teknologi digital telah menjadi bagian penting kehidupan sehari-hari, namun instrumen terstandar untuk mengukur kesejahteraan digital dalam konteks budaya Indonesia masih terbatas. Penelitian ini bertujuan mengadaptasi *Digital Well-Being Scale* dari Gomes et al. (2023) ke dalam bahasa Indonesia dan menguji sifat psikometriknya pada 300 individu aktif digital berusia 18–40 tahun (rata-rata usia 28,60 tahun, $SD = 5,345$), dengan teknik *convenience sampling*. Skala asli terdiri dari 20 item yang mencakup kesejahteraan mental, emosional, dan fisik. Proses adaptasi meliputi penerjemahan *forward & backward*, expert judgement dari ahli psikometri & psikologi, serta uji keterbacaan sebelum pengujian psikometrik dilakukan. Analisis item mengeliminasi 4 item aspek fisik karena tidak memenuhi kriteria korelasi aitem–total, sehingga diperoleh versi Indonesia dengan 16 item. *Exploratory Factor Analysis* (EFA) menunjukkan struktur dua faktor dengan muatan faktor memenuhi kriteria, sementara reliabilitas internal sangat tinggi (Cronbach's $\alpha = 0,915$), dengan reliabilitas internal pada dimensi mental ($\alpha = 0,891$) dan emosional ($\alpha = 0,805$). *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) mengonfirmasi kecocokan model yang memadai (CFI dan TLI $\geq 0,90$; RMSEA dan SRMR $\leq 0,08$). Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan digital dalam konteks Indonesia dipahami sebagai konstruk mental–emosional 2 dimensi. Dalam konteks budaya Indonesia, aspek fisik lebih tepat dipandang sebagai konsekuensi penggunaan teknologi digital, bukan sebagai domain kesejahteraan yang terpisah. Dengan demikian, versi Indonesia *Digital Well-Being Scale* valid dan reliabel untuk menilai persepsi individu terhadap kesehatannya dalam konteks lingkungan digital serta mendukung penelitian dan intervensi yang sensitif budaya.

Kata kunci: kesejahteraan digital, mental, emosional, kesejahteraan fisik, adaptasi skala, pengukuran