

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah	4
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Penelitian	4
1.3.2 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Landasan teori <i>Psychological Well-Being</i>	6
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	6
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	6
1. Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>)	7
2. Hubungan positif dengan orang lain (<i>positive relationship with others</i>)	7
3. <i>Otonomi</i> (kemandirian)	7
4. Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>)	8
5. Keyakinan memiliki tujuan hidup (<i>purpose in life</i>)	8
6. Pertumbuhan pribadi (<i>personal growth</i>)	8
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.2 Pesepeda	9
2.2.1 Sejarah bersepeda	10
2.2.2 Jenis Bersepeda	10
2.2.3 Alasan bersepeda adalah olahraga terbaik	11
2.3 Kerangka berpikir	13
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	15
3.1 Rancangan Penelitian	15
3.2 Populasi & sampel penelitian	15
3.2.1 Populasi penelitian	15

3.2.2 Sampel Penelitian	15
3.2.3 Teknik Sampling	16
3.3 Definisi variabel	17
3.4 Instrumen Penelitian	17
3.4.1 Tipe dan Skala Alat Ukur	17
3.4.2 Teknik Skoring	17
3.4.3 Kisi-Kisi Alat Ukur	18
3.5 Uji Alat Ukur	19
3.5.1 Uji Validitas	19
3.5.2 Uji Reliabilitas	21
3.6 Teknik Analisis Data	22
3.6.1 Frekuensi	22
3.6.2 Katagorisasi	23
3.6.3 Dimensi Dominan	23
3.6.4 Crosstab	23
3.7 Waktu dan tempat penelitian	24
3.8 Prosedur pelaksanaan penelitian	24
 BAB IV HASIL	 26
4.1 Data hasil penelitian	26
4.1.1 Usia para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	26
4.1.2 Jenis kelamin para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	26
4.1.3 Pekerjaan para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	27
4.1.4 Penghasilan perbulan para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	27
4.1.5 Tahun mulai bersepeda para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	27
4.1.6 Bersepeda dilakukan para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	28
4.1.7 Alasan bersepeda para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	28
4.1.8 Ikut komunitas para pesepeda di wilayah DKI Jakarta	29
4.2 Katagorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	29
4.3 Untuk mengetahui dimensi yang paling dominan dari <i>Psychological Well-Being</i> para pesepeda di Wilayah DKI Jakarta	30
4.4 Gambaran <i>Psychological Well-Being</i> berdasarkan data penunjang	30
4.4.1 Gambaran tingkat <i>Psychological Well-Being</i> berdasarkan kelompok usia	30

4.4.2	Gambaran tingkat <i>Psychological Well-Being</i> para Pesepeda di wilayah DKI Jakarta berdasarkan jenis kelamin	32
4.4.3	Gambaran tingkat <i>Psychological Well-Being</i> para Pesepeda di wilayah DKI Jakarta berdasarkan pekerjaan	32
BAB V PEMBAHASAN		34
5.1	Gambaran Umum	34
5.2	Pembahasan	34
BAB VI PENUTUP		39
6.1	Kesimpulan	39
6.2	Saran	39
6.2.1	Saran Teoritis	39
6.2.2	Saran Praktis	39
DAFTAR PUSTAKA		41

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Skoring Skala <i>Psychological Well-Being</i>	18
Tabel 3.2	Kisi-kisi Skala <i>Psychological Well-Being</i> Sebelum Tryout	18
Tabel 3.3	Kisi-kisi Skala <i>Psychological Well-Being</i> Setelah Tryout	20
Tabel 4.1	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Kelompok Usia	26
Tabel 4.2	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	26
Tabel 4.3	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan	27
Tabel 4.4	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Penghasilan Perbulan	27
Tabel 4.5	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Kelompok Tahun Mulai Bersepeda	28
Tabel 4.6	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Bersepeda Dilakukan	28
Tabel 4.7	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Alasan Bersepeda	28
Tabel 4.8	Gambaran Frekuensi Berdasarkan Ikut Komunitas	29
Tabel 4.9	Data Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	29
Tabel 4.10	Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	29
Tabel 4.11	Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> Yang Dominan	30
Tabel 4.12	Crosstabs <i>Psychological Well-Being</i> Dengan Kelompok Usia	31
Tabel 4.13	Crosstabs <i>Psychological Well-Being</i> Dengan Jenis Kelamin	32
Tabel 4.14	Crosstabs <i>Psychological Well-Being</i> Dengan Pekerjaan	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Bagan Kerangka Berpikir

14



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala <i>Psychological Well-Being</i>	47
Lampiran B	Validitas Dan Reliabilitas	52
Lampiran C	Data Frekuensi Subjek	57
Lampiran D	Data Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	62
Lampiran E	Dimensi Dominan <i>Psychological Well-Being</i>	63
Lampiran F	Crosstabs <i>Psychological Well-Being</i>	64
Lampiran G	Perhitungan Zscore <i>Psychological Well-Being</i>	66