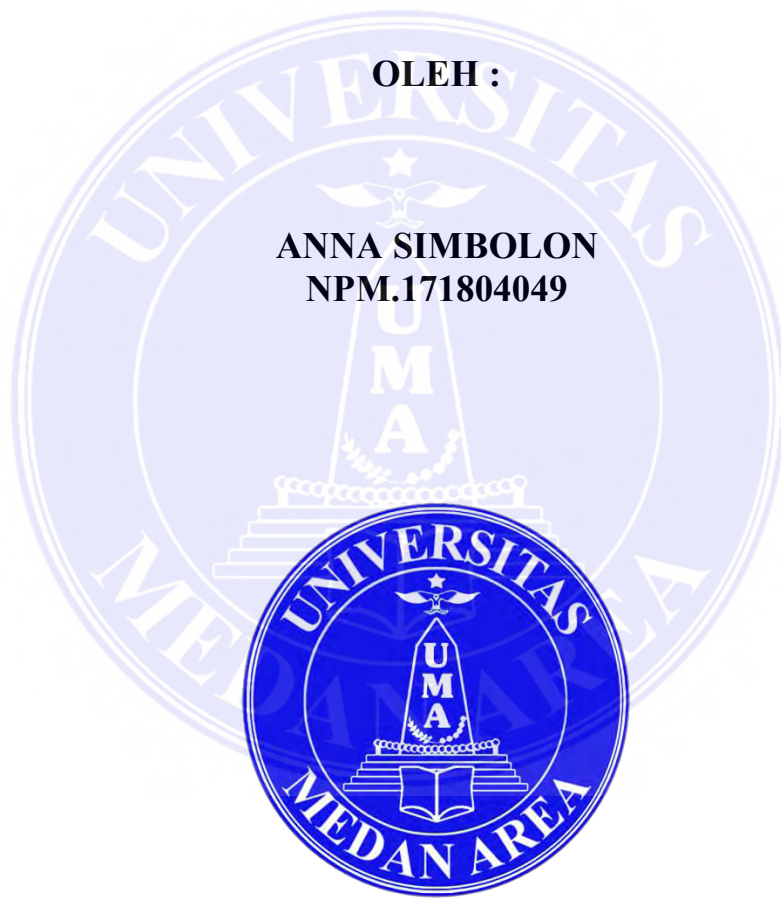


**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DAN
DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMA NEGERI
12 MEDAN**

TESIS

OLEH :

**ANNA SIMBOLON
NPM.171804049**



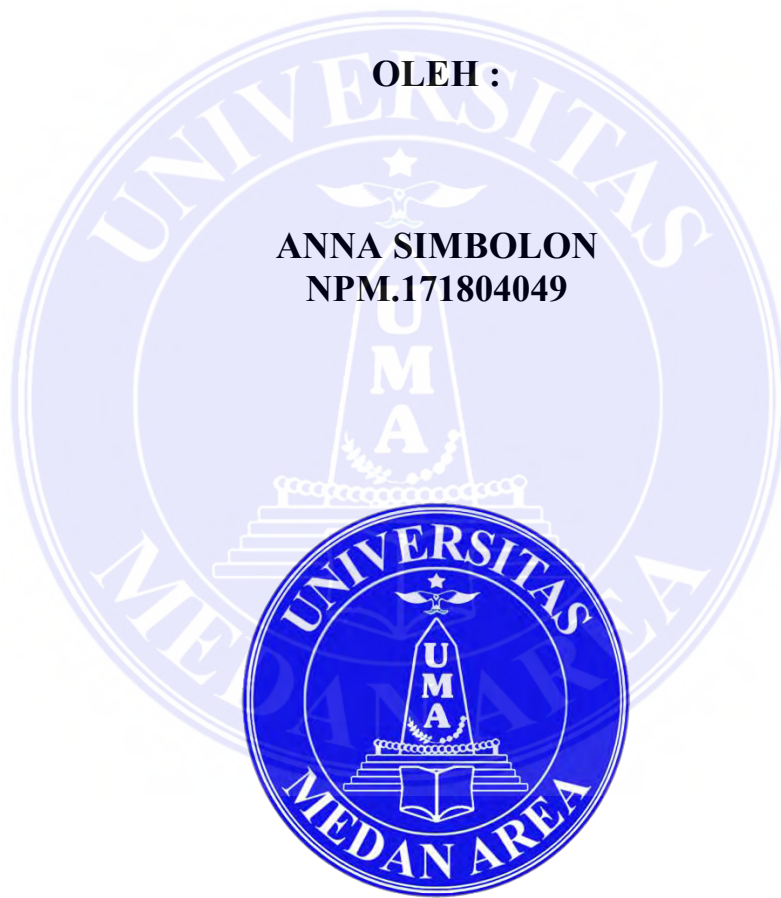
**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
MAGISTERPSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN2019**

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DAN
DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMA NEGERI
12 MEDAN**

TESIS

OLEH :

**ANNA SIMBOLON
NPM.171804049**

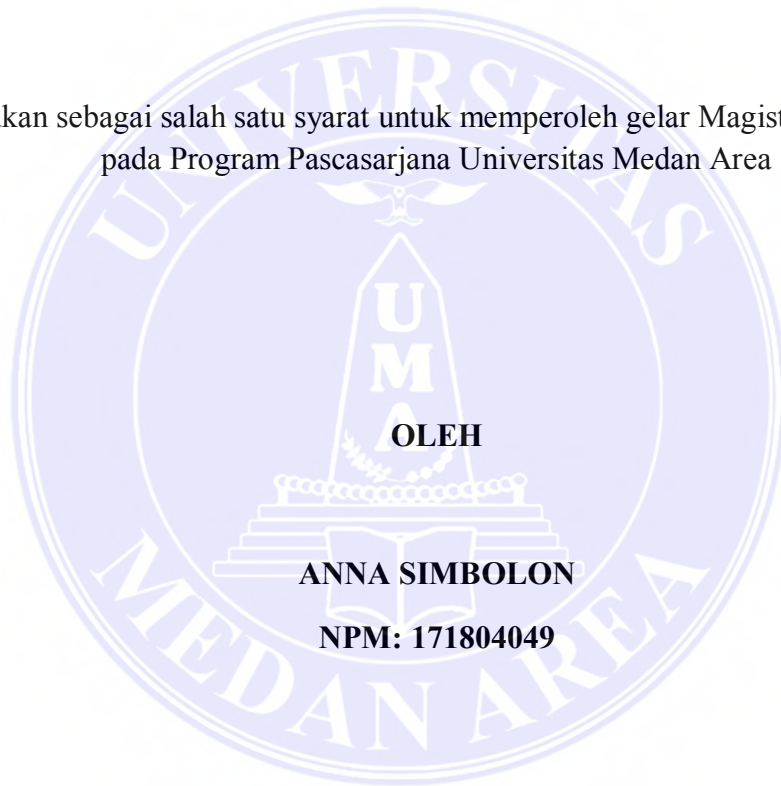


**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
MAGISTER PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN 2019**

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DAN
DUKUNGAN SOSIAL TEMAN
SEBAYADENGANKESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI
SMA NEGERI 12 MEDAN**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi
pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area



OLEH

ANNA SIMBOLON

NPM: 171804049

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2019

UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan

N a m a : ANNA SIMBOLON

N P M : 171804049

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Dr. M. Nefi Darmayanti, M.Si.

Ketua Program Studi

Magister Psikologi

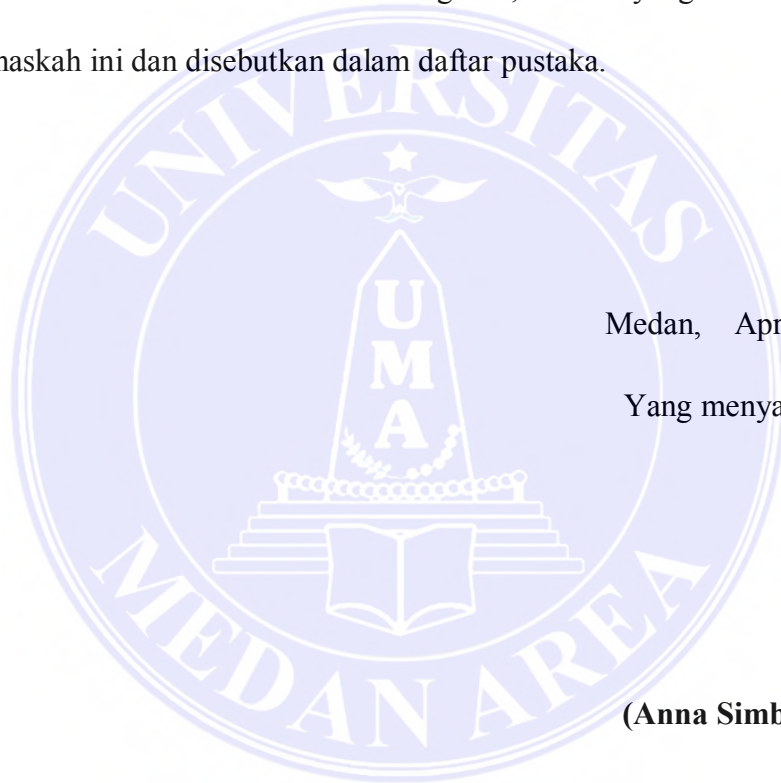
Direktur

Prof. Dr. Sri Milfayetty., MS.Kons.

Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K., MS

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Medan, April 2019

Yang menyatakan

(Anna Simbolon)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan, Allah Yang Maha Agung, yang telah melimpahkan berkat serta pertolonganNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul **“HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMA NEGERI 12 MEDAN.**

Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Penulis menyadari bahwa Tesis ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis berharap akan masukan dan membuka diri untuk menerima saran maupun kritik yang membangun dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari Tesis ini.

Semoga Tesis ini dapat bermanfaat, baik bagi dunia perkembangan ilmu psikologi secara umum, maupun bagi sekolah dan siswa secara khusus.

Medan, Mei 2019

Penulis,

Anna Simbolon

UCAPAN TERIMA KASIH

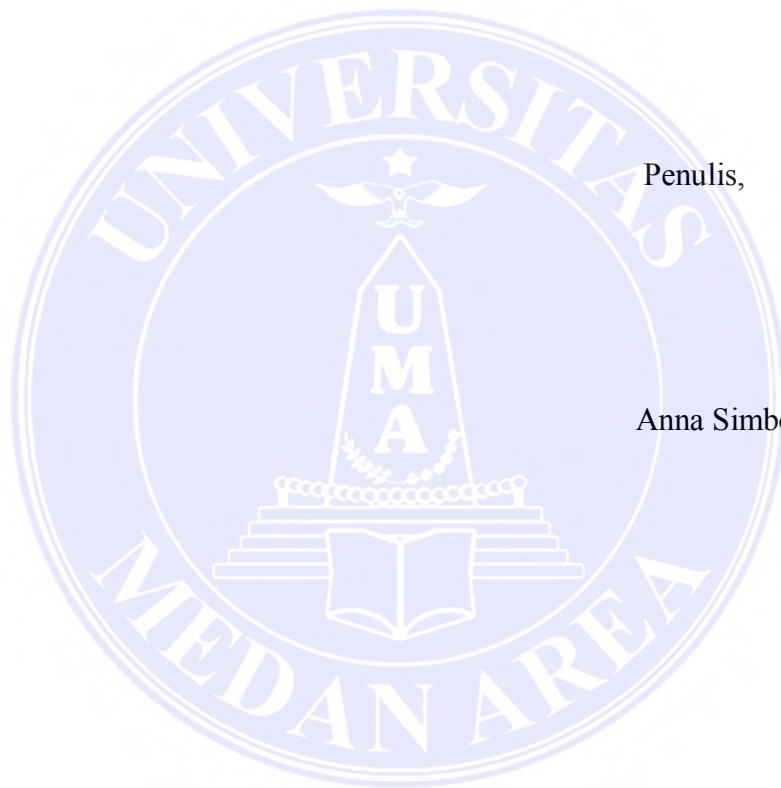
Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Tuhan Yang Maha Agung atas segala limpahan rahmat, nikmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis sebagai syarat mendapatkan gelar Pascasarjana Psikologi Program Pendidikan Strata II Psikologi yang berjudul **：“Hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikoogis Siswa di SMA Negeri 12 Medan”**.Penulis menyadari bahwa terselesaikannya tesis ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dorongan terutama doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Medan Area, Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan., M.Eng.,M.Sc.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area, Ibu Prof. Dr. Ir. Hj. Retna Astuti Kuswardani. MS.
3. Ibu Prof. Dr. Sri Milfayetty., MS., Kons., S. Psi, sebagai Ketua Prodi Magister Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Prof.Dr.Abdul Munir,M.Pd Selaku pembimbing I
5. IbuDr.Nefi Darmayanti,M.Si, Selaku pembimbing II
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area
7. Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Medan, yang telah memberi ijin penelitian.
8. Suamiku tercinta Aflintua H. Sormin,S.H.,M.A., yang sangat memberi dukungan moril dan materil selama studi hingga selesai, *thank you dear for your prayers and support.*
9. Anak – anakku yang amat kukasihi, bang Andre, kak Fani dan si bontot Icha dan Ramos yang sangat memberi perhatian dikala mamanya banyak tugas perkuliahan. Dan kesayanganku penambah semangat, cucuku yang cantik Mellyn, terimakasih untuk doa dan dukungannya.
10. Teman – teman seperjuangan payung penelitian Tesis Heldin Sitio,S.Psi Arifin Ambarita,S.Si, Haposan Lumbantoruan S.T, yang sangat solid dan

saling support saat suka maupun duka, serta rekan – rekan mahasiswa seangkatan mahasiswa Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area kelas B malam angkatan 2017.

11. Dan tak lupa pula ucapan terima kasih kepada seluruh staff/pegawai Pascasarjana Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area yang selalu memberikan informasi dan mendukung administrasi perkuliahan ini.

Akhirnya peneliti berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat.



Penulis,

Anna Simbolon

ABSTRAK

Anna Simbolon. Hubungan *Self Regulated Learning* Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di Sma Negeri 12 Medan. Magister Psikologi. Program Pascasarjana. Universitas Medan Area. 2019

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) hubungan *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologis, (2) hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis, (3) hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan tahun ajaran 2018-2019. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Negeri 12 Medan yang terdiri dari 664 orang siswa. Penelitian ini menggunakan studi populasi dengan jumlah sampel 24% dari populasi atau sebanyak 160 siswa. Penelitian ini menggunakan tiga skala psikologis yakni skala Kesejahteraan Psikologis, yang diadopsi dari skala psikologi milik Carol D Ryff, skala *Self Regulated Learning* dari Zimmerman dan skala Dukungan Sosial Teman Sebaya dari Robert Weiss. Ada hubungan positif yang signifikan antara *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis, dimana koefisien $R = 0,511$ dengan $p = 0,000$ dan $R^2 = 0,261$. Ini menunjukkan bahwa Kesejahteraan Psikologis dibentuk oleh *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan kontribusi sebesar 26,1%. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 73,9 % pengaruh dari faktor lain terhadap Kesejahteraan Psikologis. Hal ini bermakna bahwa *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya yang tinggi akan diikuti dengan Kesejahteraan Psikologis yang tinggi.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, *Self Regulated Learning*, Dukungan Sosial Teman Sebaya

ABSTRACT

Anna Simbolon. The Relationship Of The Self Regulated Learning And Peer Social Support With The Psychological Well-Being Of Students In SMA Negeri 12 Medan. Master Of Psychology. Graduate Program. University Medan Area. 2019

The purpose of this research is to know the: (1) the relationship of the Self Regulated Learning with Psychological Well-being, (2) Social Support relationships with Peers of the psychological Well-being, (3) the relationship of the Self Regulated Learning and Social Support of Friends Peers with the Psychological Well-being of students in SMA Negeri 12 Medan 2018-2019 school year. The population in this study are grade the X and XI SMA Negeri 12 Medan. Terrain consisting of 664 students. This research using population studies with a total of 24% of the sample population or as many as 160 students. The study used three scales of psychological Well-being scale i.e. psychological, adopted from psychology scale property of Carol d. Ryff, the scale of the Self Regulated Learning from Zimmerman and Peer social support scale from Robert Weiss. There was a significant positive relationship between Self Regulated Learning and Peer social support with Psychological Well-being, where the coefficient of $R = 0.511$ with $p = 0.000$ and $R^2 = 0.261$. This shows that the Psychological Well-being is formed by the Self Regulated Learning and Peer social support with contributions amounting to 26.1%. From these results it is known that there is still a 73.9% of the influence of other factors against the welfare of the psychological. This means that the Self Regulated Learning and Peer social support high will be followed by a high Psychological Well-being.

Key words: Psychological Well-being, Self Regulated Learning, Peer social support.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	
HALAMAN SAMPUL DALAM	
HALAMAN SETELAH SAMPUL DALAM.....	i
PERSEMBAHAN.....	ii
MOTTO.....	iii
RIWAYAT HIDUP.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	12
1.3 Batasan Masalah.....	12
1.4 Rumusan Masalah.....	13
1.5 Tujuan Penelitian.....	13
1.6 Manfaat Penelitian.....	14
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	16
2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	16

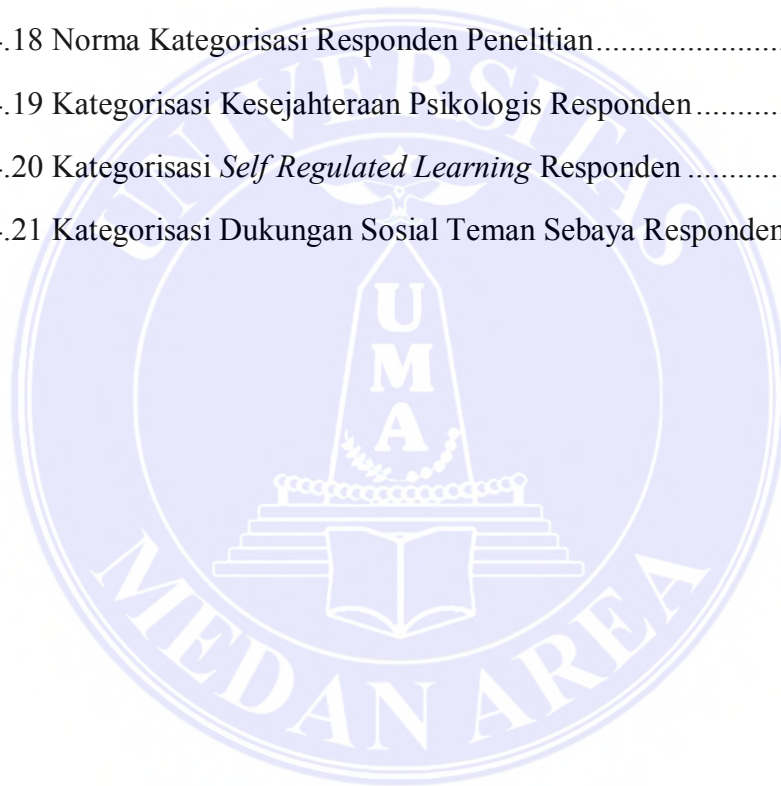
2.1.1	Pengertian Kesejahteraan Psikologis	16
2.1.2	Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	19
2.1.3	Faktor yang mempengaruhi.....	23
2.2	<i>Self Regulated Learning</i>	28
2.2.1	Pengertian <i>Self Regulated Learning</i>	28
2.2.2	Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	32
2.2.3	Aspek – aspek <i>Self Regulated Learning</i>	35
2.2.4	Faktor yang mempengaruhi.....	38
2.3	Dukungan Sosial Teman sebaya	41
2.3.1	Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	41
2.3.2	Komponen Dukungan Sosial Teman Sebaya	44
2.3.3	Bentuk-bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya	46
2.3.4	Faktor-faktor terbentuknya.....	47
2.4	Kerangka Konsep	48
2.5	Hipotesis.....	54
BAB III	METODE PENELITIAN	56
3.1	Desain Penelitian	56
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	57
3.3	Identifikasi Variabel.....	58
3.4	Defenisi Operasional.....	59
3.5	Populasi dan Sampel	62
3.6	Teknik Pengambilan Sampel	65
3.7	Metode Pengumpulan Data	66
3.8	Validitas.....	72
3.9	Reliabilitas.....	74
3.10	Prosedur Penelitian.....	75
3.11	Teknik Analisis Data	77

BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	79
4.1 Orientasi Kancah Penelitian	79
4.1.1 Visi SMAN 12 Medan	80
4.1.2 Misi SMAN 12 Medan	80
4.2 Persiapan Penelitian	81
4.2.1. Persiapan Administrasi.....	81
4.2.2. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	81
4.2.3 Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	86
4.2.4 Pelaksanaan Penelitian	91
4.3. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	92
4.3.1. Uji Asumsi.....	92
4.3.2 Uji Hipotesis	94
4.3.3 Uji Deskriptif.....	100
4.4 Pembahasan	103
4.4.1 Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> dengan kesejahteraan psikologis	103
4.4.2 Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis.....	106
4.4.3 Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis	108
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	114
5.1 Kesimpulan.....	114
5.2 Saran.....	115
DAFTAR PUSTAKA.....	117
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Data Populasi	63
Tabel 3.2 Data Sampel.....	65
Tabel 3.3 Penilaian Aitem Variabel	67
Tabel 3.4 Blueprint Kesejahteraan Psikologis	70
Tabel 3.5 Blueprint <i>Self Regulated Learning</i>	71
Tabel 3.6 Blueprint Dukungan Sosial Teman Sebaya	72
Tabel 4.1 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala <i>Self Regulated Learning</i> Sebelum Uji Coba	82
Tabel 4.2 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba	83
Table 4.3 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kesejahteraan Psikologis sebelum Ujicoba	84
Tabel 4.4 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala <i>Self Regulated Learning</i> setelah Ujicoba.....	87
Tabel 4.5 Realibilitas Skala <i>Self Regulated Learning</i>	88
Tabel 4.6 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya setelah Ujicoba	88
Tabel 4.7 Realibilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	89
Tabel 4.8 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Kesejahteraan Psikologis setelah Ujicoba.....	90
Tabel 4.9 Realibilitas Skala Kesejahteraan Psikologis	91
Tabel 4.10 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	93
Tabel 4.11 Uji Linieritas Hubungan	94
Table 4.12 Interpretasi Koefisien Korelasi	94
Tabel 4.13 Hasil Analisa Regresi Linier <i>Self Regulated Learning</i> dengan Kesejahteraan Psikologis.....	95

Tabel 4.14 Hasil Analisa Regresi Linier Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis.....	97
Tabel 4.15 Hasil Analisa Regresi Berganda <i>Self Regulated Learning</i> dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis.....	98
Tabel 4.16 Hasil Uji Koefisien.....	99
Tabel 4.17 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik.....	102
Tabel 4.18 Norma Kategorisasi Responden Penelitian.....	103
Tabel 4.19 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis Responden.....	103
Tabel 4.20 Kategorisasi <i>Self Regulated Learning</i> Responden.....	104
Tabel 4.21 Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Responden.....	104



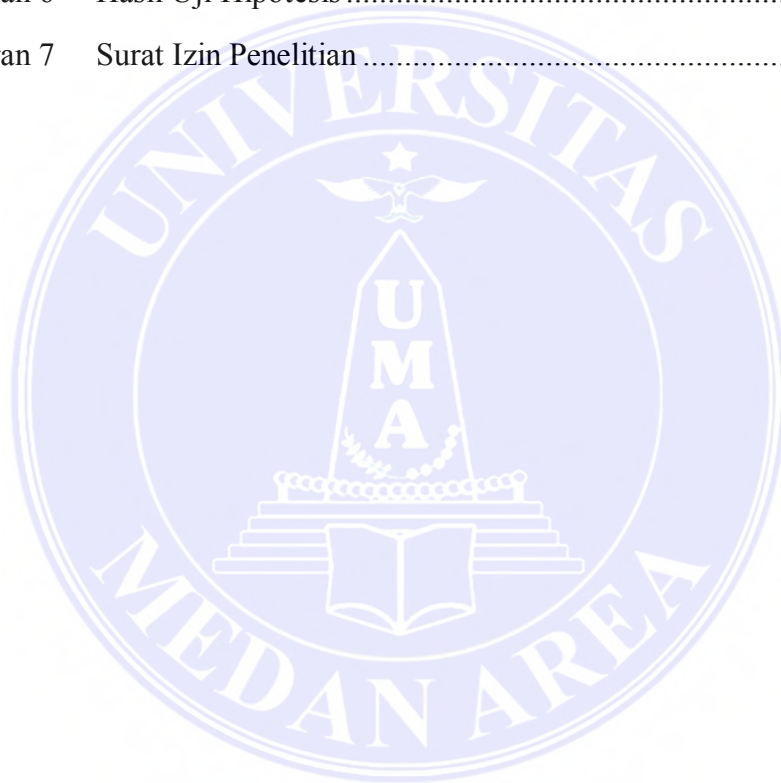
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian	49
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Alat Ukur.....	121
Lampiran 2	Data Try Out Skala Penelitian	138
Lampiran 3	Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur	142
Lampiran 4	Tabulasi Data Penelitian.....	146
Lampiran 5	Uji Asumsi Prasyarat.....	159
Lampiran 6	Hasil Uji Hipotesis	174
Lampiran 7	Surat Izin Penelitian	178



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesejahteraan Psikologis atau *Psychological well being (PWB)* merupakan suatu kondisi yang menjadikan individu dapat mengenali, menggali dan memiliki potensi yang khas pada dirinya. Sikap inilah yang kemudian dapat mengarahkan seseorang untuk mencapai kepuasan dalam hidupnya. Karena ketika individu dapat merasakan kepuasan hidup maka kesejahteraan psikologisnya sudah terpenuhi dan otomatis keadaan mentalnyapun bisa dikatakan dalam keadaan sehat.

Kebutuhan psikologi dipenuhi dalam rangka mencapai kesejahteraan hidup seseorang. Apabila seseorang telah mencukupi kebutuhan positif psikologis seperti yang diungkapkan Ryff , maka seseorang tersebut dapat dikatakan sejahtera secara psikologis. Kesejahteraan Psikologis diperlukan agar manusia didalam hidupnya bahagia, tenang dan dapat melakukan sesuatu hal yang bermanfaat baik bagi dirinya maupun orang lain. Tetapi apabila manusia tidak dapat mencukupi kebutuhan psikologisnya maka akan terjadi masalah di dalam dirinya, Ryff (dalam Lesmana & Budiani, 2013)

Ryff menjelaskan bahwa Kesejahteraan Psikologis adalah kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri dalam tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal. Menurut Park (2004) Kesejahteraan Psikologis atau disebut juga dengan kebahagiaan sudah lama dianggap sebagai komponen inti dari hidup yang baik.

Individu dengan level kesejahteraan psikologis yang tinggi pada umumnya memiliki kualitas hidup yang baik. Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan mampu menghadapi berbagai peristiwa dalam hidupnya dengan lebih baik.

Muhana (2009) juga menjelaskan bahwa seseorang dikatakan memiliki Kesejahteraan Psikologis yang tinggi apabila ia mengalami kepuasan hidup dan mengalami kegembiraan lebih sering dibandingkan merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya, individu dengan Kesejahteraan Psikologis yang rendah, akan memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan, hal tersebut menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan.

Kesejahteraan Psikologis merupakan salah satu indikator kesejahteraan individu yang banyak digunakan untuk melihat pemenuhan individu terhadap kriteria fungsi psikologis positif. Dalam kehidupan sehari-hari, orang biasanya menyebut Kesejahteraan Psikologis dengan istilah kebahagiaan. Kebahagiaan dapat diraih melalui usaha-usaha manusia karena setiap manusia memiliki tujuan hidup yang sama yaitu meraih kebahagiaan. Ryff dalam (Hadjam & Nasirudin, 2010) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan tahapan tertinggi yang bisa dicapai dalam hidup manusia, ketika manusia telah bahagia maka telah lengkaplah kebutuhan hidupnya.

Siswa, merupakan generasi yang sangat penting dalam kehidupan, mereka dituntut harus bisa mengelola diri dengan benar dan bersikap positif terhadap

lingkungan sehingga diharapkan siswa akan berada dalam kondisi yang kesejahteraan psikologisnya terpenuhi, dengan demikian berhasil juga dalam melalui masa-masa sulit dan menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Sekalipun siswa dalam usianya sebagai remaja merupakan tenaga muda yang sangat aktif, namun mereka juga adalah manusia biasa yang dipenuhi oleh berbagai aktivitas dalam kehidupannya sebagai remaja dan juga sebagai siswa. Mereka harus menyelesaikan tugas – tugas sekolah juga menghadapi lingkungan hidupnya serta menghadapi tugas – tugas perkembangannya.

Untuk melakukan dan melalui semua itu diperlukan Kesejahteraan Psikologis. Jika Kesejahteraan Psikologis siswa terganggu, bukan tidak mungkin timbul permasalahan, seperti kebosanan, stress, juga *trust* yang semakin menipis terhadap orang – orang di sekitarnya, termasuk lingkungan sekolah, lingkungan keluarga dan lingkungan sekitar yang mengakibatkan gairah belajar, gairah untuk persaingan sehat dan gairah hidup semakin menurun.

Siswa adalah seseorang yang sedang dalam proses belajar di sekolah, dimana dalam proses pembelajaran membutuhkan kemampuan untuk terus menerus berjuang menyelesaikan tugas – tugas sekolah dan tugas – tugas perkembangannya, beradaptasi dengan perubahan – perubahan dan tuntutan – tuntutan yang sering terjadi seiring dengan kemajuan zaman dan teknologi. Mereka harus benar – benar bisa mengatur (meregulasi) diri dengan baik, baik waktu, pola hidup dan pola belajar serta mengumpulkan banyak informasi sehubungan dengan penyelesaian studi dan rencana memasuki lanjutan studi. Jika siswa tidak mempunyai kondisi psikologi yang sejahtera, kemungkinan mereka

tidak bisa melakukan tugas – tugas dengan baik dan alhasil mereka tidak menghasilkan yang terbaik.

Namun pada kenyataannya, masih banyak remaja yang mempunyai *psychological well-being* rendah, hal itu tergambar pada fenomena bunuh diri yang dialami oleh remaja. Seperti dilaporkan oleh Komnas Nasional Perlindungan Anak bahwa dalam 6 bulan pertama di tahun 2012 telah tercatat 20 kasus bunuh diri. Berdasarkan tinjauan psikologi, penyebab individu yang melakukan bunuh diri karena mengalami gangguan mental seperti depresi dengan angka sebesar 90%. Para ahli psikologi pun memiliki kesepakatan bahwa indikasi terjadinya bunuh diri disebabkan oleh depresi (Risamana, 2015).

Selain itu menurut data dari *Health and Social Care Information Centre (HSCIC)*, panggilan psikiater darurat berjumlah 17.000-an pada 2014. Angka tersebut naik dua kali lipat dari 2010. Dilaporkan, hampir 16.000 remaja perempuan (15-19 tahun) melukai dirinya sendiri akibat depresi. Angka ini melonjak drastis dari tahun 2004 yang hanya berjumlah 9.000-an. Berdasarkan data terbaru *Office for National Statistics (ONS)* menyatakan bahwa satu dari lima remaja (16-24 tahun) memiliki kecenderungan depresi, cemas dan stres. Mempertegas angka kenaikan depresi pada remaja yang signifikan, rumah sakit Priory menemukan remaja berusia 12 hingga 17 tahun semakin banyak yang mengalami depresi berat. Tahun 2014, hampir 300 anak di London pada rentang usia tersebut divonis depresi berat (Risamana, 2015)

Tingkat kesejahteraan psikologis siswa dapat ditunjukkan melalui sejauh mana prestasi akademik yang didapatkan, fungsi sosial, emosional serta perilaku siswa

ketika berada dikelas, semangat untuk belajar, memiliki hubungan pertemanan yang baik dengan siswa lainnya serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki ketika berada di sekolah (Diyah, 2014). Ketika individu mampu mengimbangi kebutuhannya dengan tuntutan lingkungannya, individu tidak akan mengalami tekanan emosional yang bisa mengakibatkan individu mengalami stress.

Ryff & Keyes menyatakan Kesejahteraan Psikologis seseorang bisa dilihat dari sejauh mana individu memiliki tujuan hidupnya, ditandai dengan menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungan yang baik dengan orang lain, serta sejauh mana mereka bertanggung jawab dengan kehidupannya sendiri. Sebaliknya, apabila individu tersebut memiliki penguasaan lingkungan yang rendah maka akan mengalami kesulitan untuk mengatur lingkungannya, serta mengalami kekhawatiran dalam kehidupannya, tidak peka dalam setiap kesempatan dan kurang mengalami kontrol lingkungan diluar dirinya (Ryff & Keyes, dalam Setyawati 2015).

Rencana penelitian ini akan diadakan di SMA Negeri 12 Medan, khusus kelas X dan XI, kelas XII tidak diikuti seratakan dalam penelitian karena pada saat penelitian ini diadakan mereka sedang masa – masa menghadapi ujian akhir SMA. Menurut hasil data yang dihimpun, baik dari data tertulis di sekolah tersebut, maupun dari hasil wawancara penulis dengan guru BK dan beberapa guru, maka penulis mendapat kesimpulan bahwa di sekolah ini secara umum tidak terlalu banyak ditemui siswa yang mempunyai Kesejahteraan Psikologis yang rendah. Hal ini diketahui dari data kehadiran dari 664 orang jumlah siswa kelas X dan XI,

rata-rata kehadiran mereka diatas 95 % perbulan. Sementara keterlambatan datang ke sekolah sekitar 5-7 % perhari. Tugas – tugas sekolah yang dikerjakan di rumah adakalanya beberapa siswa tidak mengerjakan. Namun demikian, hasil penelitian ini diharapkan memberi jawaban tentang tingkat kesejahteraan siswa di SMA Negeri 12 Medan.

Hubungan sosial yang positif dengan orang lain juga memiliki peran yang penting dalam membentuk individu. Ketika individu tersebut memiliki hubungan sosial yang positif terhadap lingkungannya, baik lingkungan keluarga, pergaulan maupun pendidikan maka akan tercipta Kesejahteraan Psikologis yang baik, sehingga stress terhadap tuntutan yang terdapat di lingkungannya dapat berkurang. Ryff mengatakan bahwa Kesejahteraan Psikologis dapat ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala depresi (*stress*). Dampak negatif bila Kesejahteraan Psikologis rendah adalah secara konsep merujuk kepada kombinasi dari gejala emosional negatif seperti gelisah, ketidakberdayaan, penurunan makna hidup, kurangnya ketertarikan, tidak bisa merasakan kesenangan, serta tidak ingin melakukan apa-apa, dan sulit bersantai, mudah marah, tidak sabar, reaksi berlebihan.

Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 12, terdapat beberapa pertemanan yang kurang ‘sehat’ seperti berkelahi, klik antar beberapa kelompok, tetapi tidak berlangsung terlalu lama karena guru BK dengan melibatkan wali kelas dan terkadang melibatkan orangtua, masalah tersebut segera diselesaikan.

Ryff (1995) merumuskan enam dimensi *psychological well-being* dalam jurnal ilmiah berjudul “*Happiness is Everything Exploration on the meaning of*

Psychological Well-Being (1989) yaitu : a). Penerimaan diri(*self acceptance*), b). Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relationship with others*), c). Otonomi (*Authonomy*), termasuk didalamnya regulasi diri (*self regulation*), d). Penguasaan lingkungan (*Enviromental mastery*), e). Tujuan hidup (Purpose in life), f). Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Self Regulated Learning menunjuk kepada belajar yang sebagian besar terjadi dari pikiran, perasaan, strategi, dan perilaku yang dihasilkan siswa sendiri yang ditujukan kepada pencapaian tujuan. Untuk membantu siswa agar belajar mereka menjadi efektif, pendidik hendaknya membantu siswa menjadi percaya atas cara-cara alternatif terhadap pendekatan situasi belajar.

Regulasi diri belajar (*Self Regulated Learning*) adalah kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri. Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, Schunk & Zimmerman (dalam Siti Nurjanah,2017)

Regulasi diri belajar ini merupakan faktor internal dalam individu. Regulasi diri belajar adalah cara individu mengontrol dan mengarahkan tindakan sendiri (Taylor, 2009:133). Individu memiliki banyak informasi tentang dirinya sendiri, termasuk karakteristik dan keinginan serta konsep masa depan individu sendiri. Individu merumuskan tujuan dan mengejanya, menggunakan keahlian sosial dan regulasi diri.

Zimmerman dan Schunk (Schunk, 2012) mengatakan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan proses dimana individu secara sistematis mengarahkan

pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, dan tindakan-tindakan kepada pencapaian tujuan belajar. Kemudian Schunk juga mengatakan bahwa peneliti-peneliti dari tradisi teroris yang berbeda mengasumsikan bahwa regulasi diri belajar atau *Self Regulated Learning* bermakna memiliki maksud dan tujuan, melakukan tindakan-tindakan yang diarahkan pada tujuan belajar. Selain itu, Alwisol (2009) menyatakan *Self Regulated Learning* adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan untuk berpikir dan dengan kemampuan itu individu dapat memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut.

Menurut Bandura (dalam Alwisol,2009), akan terjadi strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Strategi reaktif dipakai untuk mencapai tujuan, namun ketika tujuan tersebut hampir tercapai, strategi proaktif menentukan tujuan baru yang lebih tinggi. Seseorang akan memotivasi dan membimbing tingkah lakunya sendiri melalui strategi proaktif, menciptakan ketidakseimbangan agar dapat memobilisasi kemampuan dan usahanya berdasarkan antisipasi apa saja yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan.

Berdasarkan paparan di atas, idealnya setiap siswa mempunyai regulasi diri belajar (*Self Regulated Learning*) yang baik yakni meregulasikan diri dalam bidang belajar dan menjalani tugas-tugas perkembangan sebagai seorang siswa dan sebagai seorang remaja sehingga berpengaruh terhadap masa depan yang akan dicapai oleh setiap siswa tersebut.

Selain itu peneliti juga akan menghubungkan Kesejahteraan Psikologis siswa dengan Dukungan Sosial Teman Sebaya.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor untuk tercapainya kesejahteraan psikologis pada seseorang. Sesuatu dikatakan sebagai dukungan sosial ketika seseorang memiliki persepsi yang positif atas dukungan itu dan merasa nyaman atas segala bentuk perhatian, penghargaan dan bantuan yang diterimanya (Safarino, dalam Agustin, tahun 2011). Dukungan sosial dapat diterima dari orang tua, anak, anggota keluarga lain, teman dan masyarakat yang tinggal disekitarnya.

Namun, terdapat studi yang menunjukkan bahwa teman cenderung lebih mempengaruhi perasaan bahagia dan pembawaan positif seseorang dibandingkan yang dapat dilakukan oleh anggota keluarga (Cable et al, dalam Blieszner, 2014). Pendapat serupa dikemukakan oleh Blieszner (2014) yang menyatakan bahwa orang dewasa akan cenderung untuk bergantung pada teman dibandingkan keluarga untuk mempercayakan perasaan-perasaannya atau mencari pelipur lara, hal ini mungkin dikarenakan tidak adanya ikatan kewajiban yang kuat seperti yang ditemui dalam ikatan keluarga. Dengan terlibat dalam kehidupan seseorang dan menunjukkan bahwa mereka peduli dengan cara selalu ada untuknya, teman dapat meredakan kesepian dan depresi khususnya dalam menghadapi situasi sulit dalam kehidupan (Green et al, dalam Blieszner, 2014).

Kelompok teman sebaya merupakan dunia nyata siswa remaja yang menyiapkan tempat menguji dirinya sendiri dan orang lain. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan siswa remaja merupakan keharusan, untuk itu seorang siswa remaja harus mendapatkan penerimaan yang baik untuk memperoleh dukungan dari kelompok teman sebayanya. Melalui berkumpul dengan teman sebaya yang memiliki kesamaan dalam berbagai hal tertentu, siswa dapat

mengubah kebiasaan-kebiasan hidupnya dan dapat mencoba berbagai hal yang baru serta saling mendukung satu sama lain. Teman sebaya selain merupakan sumber referensi bagi remaja mengenai berbagai macam hal, juga dapat memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengambil peran dan tanggung jawab yang baru melalui pemberian dorongan (dukungan sosial).

Dukungan sosial yang dapat diberikan teman sebaya pada siswa sangat beragam dan tergantung pada keadaan individu yang bersangkutan. Dukungan emosional diberikan pada orang yang sedang mengalami kesulitan menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki hubungan yang baik dengan orang lain yang merupakan salah satu aspek tercapainya Kesejahteraan Psikologi. Dukungan penghargaan dapat dijadikan semangat untuk tetap maju dan mengembangkan diri, serta memiliki penerimaan diri agar tidak menyesali keadaannya. Dukungan informasi menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dan perkembangan pribadi untuk melakukan perbaikan dalam hidup setiap waktu (Smet, dalam Widyastutik, dkk tahun 2011). Hal tersebut merupakan tanda bahwa siswa remaja memerlukan Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam menuju kondisi Kesejahteraan Psikologis yang baik.

Penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* oleh Ekasofia (2009) menyimpulkan adanya korelasi positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well being*, hal ini berarti bila seseorang mendapatkan dukungan sosial yang cukup, maka akan meningkatkan *psychological well-being* orang tersebut. Namun perlu penelitian lebih lanjut apakah penelitian ini berlaku disemua tempat dan kondisi.

Sebagai makhluk sosial, seseorang dalam mencapai kebahagiaannya membutuhkan orang lain dalam berinteraksi, berkaitan dengan Kesejahteraan Psikologis persepsi terhadap dukungan sosial juga mempengaruhi keadaan seseorang. Kekuatan dukungan sosial yang berasal dari hubungan yang paling dekat seperti keluarga dan teman sebaya merupakan salah satu proses psikologis yang dapat menjaga perilaku sehat seseorang. Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek seperti, informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungannya, tindakan yang berkaitan dengan memperhitungkan kesesuaian antara cara dan tujuan. Hal tersebut dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya seperti, mengurangi stress, kecemasan atau berbagai tekanan yang lainnya (Fani & latifah, 2012).

Dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, teman, atau anggota masyarakat (Meta, 2011). Dukungan sosial merupakan faktor dominan yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada seseorang. Adanya dukungan sosial seseorang akan merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai sehingga akan mendukung kesejahteraan psikologis seseorang

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis ingin melakukan penelitian dengan judul : Hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah diatas, terkait dengan penelitian yang akan dilakukan, maka siswa di SMA 12 diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kesejahteraan Psikologis mutlak diperlukan oleh setiap siswa untuk mendukung tugas-tugas perkembangannya.
2. *Self Regulated learning* yang baik akan semakin meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada setiap siswa
3. Dukungan Sosial Teman Sebaya yang positif akan semakin meningkatkan Kesejahteraan Psikologis siswa.
4. *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya sangat diperlukan terlebih oleh siswa dan remaja untuk mendukung Kesejahteraan Psikologisnya

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Kesejahteraan Psikologis yang dimaksud adalah bagaimana siswa dapat menjalankan dan melalui tugas – tugas perkembangannya dengan Kesejahteraan Psikologis yang baik.

2. *Self Regulated Learning* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah, bagaimana tingkat regulasi belajar siswa dihubungkan dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan.
3. Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam rencana penelitian ini adalah siswa dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang relatif sama, dalam hal ini adalah siswa kelas X dan kelas XI di SMA Negeri 12 Medan sejauh mana Dukungan Sosial Teman Sebaya dapat mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis siswa, bagaimana kedekatan, perhatian, serta kepercayaan, persamaan, kepatuhan serta kerelaan diantara mereka.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah ada hubungan *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan?
2. Apakah ada hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan?
3. Apakah ada hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ingin dijawab, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologi pada siswa SMA Negeri 12 Medan

2. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis pada siswa SMA Negeri 12 Medan.
3. Hubungan antara *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa SMA di SMA Negeri 12 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Memberikan sumbangan ilmiah dalam ilmu psikologi, khususnya psikologi positif.
 - b. Memberikan sumbangan ilmiah bagi sekolah – sekolah, khususnya di Sekolah Menengah Atas.
 - c. Dapat menjadi acuan untuk mengembangkan konsep –konsep ilmu tentang *Self Regulated Learning* siswa serta Dukungan Sosial Teman Sebaya yang semakin positif.
2. Secara praktis
 - a. Bagi siswa

Diharapkan mampu mendorong siswa semakin mempunyai *Self Regulated Learning* yang semakin baik, dan memanfaatkan pertemanan yang positif sehingga tercapai Kesejahteraan Psikologis yang semakin baik.

- b. Bagi guru dan pendidik lainnya, termasuk orangtua

Dapat menjadi sumber informasi untuk menolong siswa dan anak – anak mereka meregulasi diri dalam belajar dan memanfaatkan dukungan teman sebaya untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang baik.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kesejahteraan Psikologis

2.1.1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Sebelum memahami tentang Kesejahteraan Psikologis, terlebih dahulu perlu diketahui tentang pengertian kata "sejahtera" dan "kesejahteraan" itu sendiri. Kata "sejahtera" dalam kamus besar bahasa Indonesia berarti aman sentosa dan makmur, selamat (lepas dari segala macam gangguan, kesukaran, dan sebagainya). Sementara "kesejahteraan" berarti sejahtera, aman, selamat, tentram, kesenangan hidup, makmur, dan sebagainya. (KBBI, edisi kelima, 2016).

Penelitian mengenai *psychological well being* dipelopori oleh Ryff, penelitian mengenai *psychological well being* mulai berkembang sejak para ahli menyadari bahwa selama ini ilmu psikologi lebih banyak memberikan perhatian kepada penderitaan atau ketidakbahagiaan seseorang daripada bagaimana seseorang dapat berfungsi secara positif. *Psychological well being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (Ryff, dalam Astuti 2011).

Teori *psychological well-being* dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. *Psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Segala aktifitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada

kondisi mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup dinamakan *psychological well-being*.

Psychological Well-Being menurut Carol D. Ryff, adalah sebuah konsep dinamis yang mencakup dimensi subjektif, sosial dan psikologis serta perilaku yang berhubungan dengan kesejahteraan. *Psychological Well Being* adalah konsep kesejahteraan psikologis individu yang mampu menerima diri apa adanya, tidak terdapat gejala-gejala depresi, dan selalu memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan penguasaan lingkungan eksternal. Konsep yang dipaparkan oleh Ryff ini pada dasarnya merujuk pada pandangan tokoh-tokoh psikologi beserta teorinya. (Alwisol, 2009;199).

Psychological well-being merupakan tingkat kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis apabila dirinya memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri, mampu bertindak secara otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan dan makna hidup, serta mengalami perkembangan kepribadian (A. Daniella 2012).

Menurut Doyle dkk (dalam Lakoy,2009), Kesejahteraan Psikologis (*psychological well-being*) adalah refleksi dari *happines*, *emotional well-being* dan *positive mental health*.

Berger (2010), menjelaskan Kesejahteraan Psikologis adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki motivasi, terlibat dalam kegiatan, memiliki energi positif, menikmati kegiatannya serta mampu bertahan dalam kegiatan tersebut.

Menurut Ryff, manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik adalah bukan sekedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Tetapi hal yang lebih penting untuk di perhatikan adalah kepemilikan akan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kemampuan untuk memiliki rasa akan pertumbuhan dan pengembangan pribadi secara berkelanjutan. Ryff juga menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis menggambarkan sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensi mereka sendiri.

Secara umum *psychological well-being* dapat diartikan sebagai sebuah rasa kesejahteraan yang mana hal itu dikaitkan dengan rasa bahagia, mental yang sehat dan kesehatan fisik yang bisa dilihat dari pemenuhan kebutuhan dasar manusia itu sendiri seperti sandang, pangan, papan, pendidikan, pekerjaan dan sebagainya.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa Kesejahteraan Psikologis itu merupakan sebuah kondisi atau sebuah tingkatan kemampuan individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain disekitarnya, dapat membuat keputusan sendiri untuk tujuan hidupnya, dan mengatur tingkah lakunya sendiri sehingga dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, sehingga membuat hidupnya lebih bermakna serta mampu mengeksplorasi dan mengembangkan diri.

Berdasarkan uraian diatas, maka kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, memiliki kepuasan hidup dan tidak ada tanda-tanda depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya fungsi psikologis positif dari diri individu yaitu : penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, mengembangkan potensi dan mampu mengontrol lingkungan eksternal.

2.1.2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Carol D Ryff dan beberapa koleganya (Keyes & Ryff, dalam Papalia, dkk, 2008) menggunakan berbagai teori dari mulai Erikson sampai Maslow untuk mengembangkan model multidimensi yang mencakup enam dimensi kenyamanan. Keenam dimensi tersebut, adalah:

a. Penerimaan diri (*Self-acceptance*)

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan merupakan karakteristik utama dalam aktualisasi diri, berfungsi optimal dan kematangan. penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya, kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalaninya. Menurut Ryff, hal tersebut menandakan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik dan memunculkan perasaan tidak

puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan memiliki pengharapan untuk menjadi pribadi yang bukan dirinya, dengan kata lain tidak menjadi dirinya saat ini.

b. Hubungan Positif dengan orang lain (*Positive relation with others*)

Pada dimensi ini sering disebut dimensi yang paling penting dari konsep Kesejahteraan Psikologis. Ryff menekankan pentingnya menjalin hubungan hangat dan saling percaya dengan orang lain. Dimensi ini juga menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen kesehatan mental yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain, individu yang dikatakan tinggi atau baik dalam dimensi ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, dan ia juga memiliki rasa afeksi dan empati yang kuat terhadap orang lain. Sementara itu, individu yang dikatakan rendah atau kurang baik dalam dimensi ini ditandai dengan memiliki sedikit hubungan dengan orang lain, sulit bersikap hangat dan enggan memiliki ikatan dengan orang lain.

c. Memiliki Kemandirian (*Autonomy*)

Pada dimensi ini menjelaskan tentang kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Individu yang mampu menolak tekanan sosial untuk berfikir dan bertingkah laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, hal ini menandakan bahwa ia baik dalam dimensi ini. Sementara individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, mereka akan membuat keputusan

berdasarkan penilaian orang lain dan cenderung bersikap konformis. Dengan kata lain individu yang tidak terpengaruh dengan persepsi orang lain dan tidak bergantung dengan orang lain adalah individu yang memiliki otonomi yang baik, sedangkan individu yang mudah terpengaruh serta bergantung pada orang lain adalah individu yang memiliki otonomi yang rendah.

d. Mampu mengontrol lingkungan eksternal (*Environmental Mastery*)

Hal yang dimaksud dalam dimensi ini adalah seseorang yang mampu memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktifitas fisik maupun mental. Individu dengan Kesejahteraan Psikologis yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, ia memiliki kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian diluar dirinya (lingkungan eksternal). Sementara itu, Individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menunjukkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupannya sehari-hari, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar disekitarnya.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Pada dimensi ini menjelaskan kemampuan individu untuk mencapai tujuan atau arti hidup. Individu yang memiliki makna dan keterarahan dalam hidup, maka akan memiliki perasaan bahwa kehidupan baik saat ini maupun masa lalu mempunyai makna, memiliki kepercayaan untuk mencapai tujuan hidup, dan memiliki target terhadap apa yang ingin dicapai dalam hidup, maka dapat

dikatakan bahwa ia memiliki tujuan hidup yang baik. Sementara, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini, ditandai dengan memiliki perasaan tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup tidak melihat adanya manfaat terhadap kehidupan masa lalunya, dan tidak mempunyai kepercayaan untuk membuat hidup berarti. Dimensi ini juga menggambarkan kesehatan mental (*psikologis*) seseorang, karena kita tidak dapat melepaskan diri dari keyakinan yang dimiliki seorang individu mengenai tujuan dan makna kehidupannya ketika mendefinisikan kesehatan mental.

f. Pengembangan Potensi dalam diri (*Personal Growth*)

Dimensi ini menjelaskan tentang kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia. *Personal growth* ini penting untuk dimiliki setiap individu dalam berfungsi secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasi diri, misalnya keterbukaan terhadap pengalaman. Seseorang yang memiliki *personal growth* yang baik memiliki perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi dalam diri, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sementara itu, Individu yang kurang baik dalam *personal growth* ini akan menunjukkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru memiliki perasaan bahwa ia adalah seorang pribadi yang monoton dan stagnan, serta tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalaninya.

Dari beberapa pernyataan di atas maka diambil kesimpulan, pada umumnya seseorang yang memiliki *psychological well being* yang baik adalah adanya penerimaan diri, adanya hubungan positif dengan orang lain, mampu mandiri, memiliki penguasaan lingkungan yang baik, memiliki tujuan hidup, dan dapat berkembang. Semua dimensi atau aspek di atas tentunya tidak langsung diperoleh dalam diri individu, melainkan diperoleh secara bertahap. Dimensi penerimaan diri diperoleh terlebih dahulu, melalui adaptasi terhadap diri sendiri sampai individu mampu menerima dengan baik setiap kondisi yang dialaminya. Hubungan positif dengan orang lain diperoleh melalui interaksi dengan individu lain maupun dengan kelompok agar menjadi bagian dalam suatu kelompok. Otonomi merupakan hak yang dimiliki seseorang untuk mengatur dirinya sendiri tanpa adanya paksaan dari luar. Mampu mengatur dan mengelola lingkungan sesuai dengan keinginan individu tersebut juga merupakan bagian dari pencapaian peningkatan *psychological well being*. Untuk memperoleh suatu kepuasan hidup tentunya individu harus mampu menentukan tujuan hidupnya, agar lebih memiliki arti dan mencapai kebahagiaan yang diinginkan. Pertumbuhan pribadi menjadi salah satu hal penting dalam pencapaian *psychological well being*, dimana individu mampu untuk terus menerus tumbuh dan berkembang atas potensi yang dimilikinya.

2.1.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (dalam Malika, R. 2008) faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well being* seseorang antara lain:

- a. Faktor Demografis

Melalui berbagai penelitian yang dilakukan, Ryff (dalam Malika, R. 2008) menemukan bahwa faktor-faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya mempengaruhi perkembangan *psychological well-being* seseorang.

b. Usia

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ryff (dalam Malika, R. 2008), ditemukan adanya perbedaan tingkat *psychological well-being* pada orang dari berbagai kelompok usia. Dalam dimensi penguasaan lingkungan terlihat profil meningkat seiring dengan pertambahan usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin mengetahui kondisi yang terbaik bagi dirinya. Oleh karenanya, individu tersebut semakin dapat pula mengatur lingkungannya menjadi yang terbaik sesuai dengan keadaan dirinya. Individu yang berada dalam usia dewasa akhir memiliki skor *psychological well-being* yang lebih rendah dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi; individu yang berada dalam usia dewasa madya memiliki skor *psychological well-being* yang lebih tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan; individu yang berada dalam usia dewasa awal memiliki skor yang lebih rendah dalam dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan dan memiliki skor *psychological well-being* yang lebih tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi. Dimensi penerimaan diri dan dimensi hubungan positif dengan orang lain tidak memperlihatkan adanya perbedaan seiring dengan pertambahan usia (Ryff dalam Malika, R. 2008).

c. Jenis kelamin

Menurut Ryff (dalam Malika, R. 2008), satu-satunya dimensi yang menunjukkan perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan adalah dimensi hubungan positif dengan orang lain. Sejak kecil, stereotipe jender telah tertanam dalam diri anak laki-laki digambarkan sebagai sosok yang agresif dan mandiri, sementara itu perempuan digambarkan sebagai sosok yang pasif dan tergantung, serta sensitif terhadap perasaan orang lain (Papalia dkk., 2009). Tidaklah mengherankan bahwa sifat-sifat stereotipe ini akhirnya terbawa oleh individu sampai individu tersebut dewasa. Sebagai sosok yang digambarkan tergantung dan sensitif terhadap perasaan sesamanya, sepanjang hidupnya wanita terbiasa untuk membina keadaan harmoni dengan orang-orang di sekitarnya. Inilah yang menyebabkan mengapa wanita memiliki skor yang lebih tinggi dalam dimensi hubungan positif dan dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain.

d. Status sosial ekonomi

Ryff dkk (dalam Malika, R. 2008) mengemukakan bahwa status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi. Individu yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki status sosial ekonomi yang lebih baik dari dirinya.

e. Budaya

Ryff (dalam Malika, R. 2008) mengatakan bahwa sistem nilai individualisme-kolektivisme memberi dampak terhadap *psychological well-being* yang dimiliki suatu masyarakat. Budaya barat memiliki skor yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi, sedangkan budaya timur yang menjunjung tinggi nilai kolektivisme, memiliki skor yang tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

f. Dukungan Sosial

Menurut Devis (dalam Malika, R. 2008), individu-individu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat *psychological well being* yang tinggi. Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat dari orang lain atau kelompok. Dukungan ini dapat berasal dari berbagai sumber, diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, maupun organisasi sosial.

Dari penelitian-penelitian yang dilakukan oleh Devis, terdapat empat jenis dukungan sosial (dalam Malika, R. 2008), yaitu :

(1) Dukungan Emosional (*emotional support*)

Dukungan emosional melibatkan empati, kepedulian dan perhatian terhadap seseorang. Dukungan ini memberikan rasa nyaman, aman, dimiliki dan dicintai pada individu penerima, terutama pada saat-saat stress.

(2) Dukungan Penghargaan (*esteem support*)

Dukungan penghargaan muncul melalui pengungkapan penghargaan yang positif, dorongan atau persetujuan terhadap pemikiran atau perasaan dan juga perbandingan yang positif antara individu dengan orang lain. Dukungan ini membangun harga diri, kompetensi, dan perasaan dihargai.

(3) Dukungan Instrumental (*tangible or instrumental support*)

Dukungan instrumental melibatkan tindakan konkrit atau memberikan pertolongan secara langsung.

(4) Dukungan Informasional (*informational support*)

Dukungan informasional meliputi pemberian nasehat, petunjuk, saran atau umpan balik terhadap tingkah laku seseorang.

g. Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup

Ryff (dalam Malika, R. 2008) mengemukakan bahwa pengalaman hidup tertentu dapat mempengaruhi kondisi *psychological well being* seorang individu. Pengalaman-pengalaman tersebut mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap *psychological well being*. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ryff dan Essex (dalam Malika, R. 2008) mengenai pengaruh interpretasi dan evaluasi individu pada pengalaman hidupnya terhadap kesehatan mental. Interpretasi dan evaluasi pengalaman hidup diukur dengan mekanisme evaluasi diri oleh Rosenberg (dalam Malika, R. 2008) dan dimensi-dimensi *psychological well being* digunakan sebagai indikator kesehatan mental individu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme evaluasi diri ini

berpengaruh pada *psychological well being* individu, terutama dalam dimensi penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan hubungan yang positif dengan orang lain.

Ketika siswa memiliki *psychological well-being* yang baik dengan menguasai dimensi-dimensi diatas maka dapat di pastikan bahwa siswa tersebut memiliki penyesuaian yang baik pula terhadap lingkungan sekitarnya, sehingga depresi dan stress dapat di hindari.

Dari keterangan diatas, dapat disimpulkan bahwa Kesejahteraan psikologis (*psycologicalwell being*) merupakan kondisi individu yang di tandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut di pengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin.

2.2 Self regulated Learning

2.2.1. Pengertian Self Regulated learning

Pengelolaan diri bila dalam bahasa Inggris adalah *self regulation*. *Self* artinya diri dan *regulation* adalah terkelola. Pengelolaan diri merupakan salah satu komponen penting dalam teori kognitif sosial (*social cognitive theory*). Menurut Gufron (2011) Albert Bandura adalah orang yang pertama kali mempublikasikan teori belajar sosial pada awal 1960-an. Konsep tentang pengelolaan diri ini menyatakan bahwa individu tidak dapat secara efektif beradaptasi terhadap

lingkungannya selama mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya. Bandura mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai suatu keadaan dimana individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar.

Self-regulated learning terbentuk dari dua kata yaitu *self-regulated* dan *learning*. *Self-regulated* berarti pengelolaan diri, sedangkan *learning* berarti belajar. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* secara umum berarti pengaturan diri dalam belajar, kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara sehingga dapat mencapai hasil belajar yang optimal.

Self Regulated Learning adalah proses aktif dan konstruktif dimana individu menetapkan tujuan untuk proses pembelajaran mereka dan berusaha untuk memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku mereka yang diarahkan dan dibatasi oleh tujuan mereka dan fitur kontekstual yang ada di lingkungan. Definisi tersebut sesuai dengan pendapat Zimmerman bahwa siswa yang memiliki *Self Regulated Learning* adalah individu yang secara *metakognitif, motivasional* dan *behavioral* merupakan peserta aktif dalam proses belajar mereka. *Self Regulated Learning* adalah kemampuan untuk menjadi partisipan yang aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku (*behavior*) di dalam proses belajar. Secara metakognisi, *Self Regulated Learning* merencanakan, mengorganisasi, mengarahkan diri, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada

tingkatan-tingkatan yang berbeda dari apa yang mereka pelajari. Secara motivasi, mereka merasa diri mereka sendiri kompeten, *self-efficacious*, dan mandiri (*autonomous*). Secara perilaku (*behaviorly*), mereka memilih, menyusun, dan membuat lingkungan mereka untuk belajar yang optimal. Disamping itu, *self-regulated learning* juga merupakan motivasi secara intrinsik dan strategi. Zimmerman (Ghufron 2011).

Menurut Santrock (2008) *Self-Regulated Learning* atau pembelajaran regulasi diri adalah memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya).

Ormrod (2009) menambahkan *Self Regulated Learning* adalah pengaturan terhadap proses-proses kognitif sendiri agar belajar sukses. Jadi dapat dikatakan bahwa *Self Regulated Learning* adalah proses yang membantu siswa dalam mengelola pikiran mereka, perilaku, dan emosi untuk sukses mencapai tujuan belajar mereka

Menurut Pintrich (dalam Yukselturk & Bulut, 2009) *Self Regulated Learning* merupakan usaha dalam mengontrol perilaku, motivasi, afeksi dan kognisi; usaha dalam mencapai tujuan tertentu; dan usaha individu dalam mengendalikan tindakannya. *Self Regulated Learning* dapat didefinisikan sebagai upaya meningkatkan pencapaian hasil belajar, mengatur diri dalam belajar dan kesanggupan untuk mengelola lingkungan yang kondusif untuk belajar dengan

mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi intrinsik dan perilaku belajar aktif.

Menurut Schunk dan Ertmer 1999 (dalam Ghufron, 2011) pengelolaan diri atau *self regulation* merupakan proses yang berputar. Gambaran proses berputar ini dilukiskan oleh Zimmerman dengan tiga tahap model pengelolaan. Pertama, *forethought phase* (fase pemikiran sebelumnya), yaitu performansi aktual yang mendahului dan berkenaan dengan proses pengumpulan langkah untuk suatu tindakan. Kedua, *performance (volitional) control phase*, yaitu fase yang mencakup proses yang terjadi sebelum belajar yang memengaruhi perhatian dan perilaku. Ketiga, *self-reflection phase*, yaitu fase yang terjadi setelah performansi individu merespons pada usahanya.

Zimmerman (1989 dalam Ghufron, 2011) berpendapat bahwa pengelolaan diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dengan kata lain, pengelolaan diri berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, *Self Regulated Learning* merupakan proses dimana individu yang belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar, dengan menggunakan berbagai strategi baik kognitif, motivasional maupun behavioral.

2.2.2. Strategi *Self Regulated Learning*

Strategi *Self Regulated Learning* adalah kompilasi dari perencanaan yang digunakan oleh seorang peserta didik dalam mencapai tujuan belajar . Zimmerman (dalam Chan, 2015) mengemukakan bahwa strategi belajar dapat menggambarkan bagaimana *Self Regulated Learning* yang dimiliki oleh seorang pelajar. Strategi belajar dapat menggambarkan bagaimana kemauan, motivasi dan metakognisi seorang pelajar yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku-perilaku yang nyata. Zimmerman mengemukakan mengenai 10 strategi *Self Regulated Learning* yaitu :

Evaluasi terhadap kemajuan tugas (*self evaluating*)

- a. Merupakan inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas tugas dan kemajuan pekerjaannya. Peserta didik memutuskan apakah hal-hal yang telah dipelajari mencapai tujuan yang ditentukan sebelumnya. Peserta didik dalam hal ini melakukan *self monitoring* terhadap proses belajarnya dengan menggunakan beberapa standar atau tujuan yang dimiliki.
- b. Mengatur materi pelajaran (*organizing and transforming*)

Strategi organizing menandakan perilaku *overt* dan *covert* dari peserta didik untuk mengatur materi yang dipelajari dengan tujuan meningkatkan efektivitas proses belajar. Strategi *transforming* dilakukan dengan mengubah materi pelajaran menjadi lebih sederhana dan mudah dipelajari

- c. Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting and planning*)

Strategi ini merupakan pengaturan peserta didik terhadap tujuan umum dan tujuan khusus dari belajar dan perencanaan dalam urutan pengerjaan tugas,

bagaimana memanfaatkan waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan tersebut. Perencanaan akan membantu peserta didik untuk menemukan dan mengenali konflik dan krisis yang potensial serta meminimalisir tugas-tugas yang mendesak. Perencanaan juga memungkinkan peserta didik untuk fokus pada hal-hal yang penting dalam perolehan kesuksesan jangka panjang. Untuk mendapatkan manfaat sebesar mungkin dari perencanaan, maka perencanaan perlu ditinjau kembali secara rutin.

d. Mencari informasi (*seeking information*)

Peserta didik berinisiatif mencari banyak informasi saat mengerjakan tugas ataupun mempelajari suatu materi pelajaran. Peserta didik misalnya berinisiatif meminjam buku di perpustakaan, mencari literatur di internet, dan sebagainya.

e. Mencatat hal penting

Strategi ini dilakukan dengan mencatat hal-hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari, kemudian menyimpan hasil tes, tugas, maupun catatan yang telah dikerjakan

f. Mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*)

Peserta didik berusaha memilih atau mengatur aspek lingkungan fisik dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar lebih baik.

g. Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*)

Strategi ini dilakukan dengan mengatur atau membayangkan *reward* atau *punishment* yang didapatkan bila berhasil atau gagal dalam mengerjakan tugas

h. Mengulang dan mengingat (*rehearsing and memorizing*)

Peserta didik berusaha mempelajari ulang materi pelajaran dan mengingat bahan bacaan dengan perilaku yang *overt* dan *covert*

i. Mencari bantuan sosial (*seek social assistance*)

Bila menghadapi masalah dengan tugas yang sedang dikerjakan, peserta didik dapat meminta bantuan teman sebaya (*seek peer assistance*), meminta bantuan guru (*seek teacher assistance*) dengan bertanya kepada guru di dalam maupun di luar jam belajar untuk dapat membantu menyelesaikan tugas dengan baik. Peserta didik juga meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*) yang berada di dalam dan di luar lingkungan belajar bila ada topik yang tak dimengerti. Orang dewasa yang dimaksud dalam hal ini adalah orang yang lebih berpengalaman.

j. Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*)

Peserta didik dalam strategi ini meninjau kembali catatan pelajaran sehingga tahu topik apa saja yang akan diuji. Selanjutnya peserta didik meninjau kembali tugas atau tes sebelumnya (*review test/work*) yang meliputi soal-soal ujian terdahulu tentang topik-topik tertentu, juga tugas-tugas yang telah dikerjakan sebagai sumber informasi untuk belajar. Peserta didik juga membaca ulang buku pelajaran (*review text book*) yang merupakan sumber informasi yang dijadikan penunjang catatan sebagai sarana belajar. Berdasarkan uraian diatas, dapat dinyatakan bahwa strategi *Self Regulated Learning* terdiri atas 10 strategi, yaitu evaluasi terhadap kemajuan tugas, mengatur materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan belajar, mencari

informasi, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, mencari bantuan sosial, dan meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran.

2.2.3. Aspek-aspek *Self-Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (dalam Ghufroon, 2011) *Self Regulated Learning* terdiri atas tiga aspek pengaturan diri dalam kegiatan akademis, yaitu metakognisi, motivasi dan perilaku, berikut indikator masing – masing.

a. Metakognisi

Metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif – atau pikiran yang merupakan proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan. Metakognisi mengacu pada pengetahuan seseorang terhadap kognisi yang dimilikinya dan pengaturan dalam kognisi tersebut. Zimmerman (dalam Maftuhah, 2012) menambahkan bahwa poin metakognitif dalam *Self Regulated Learning* yaitu proses memahami pendekatan pembelajaran dalam proses berfikir dengan merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor, mengorganisasikan dan mengevaluasi kegiatan belajar. Metakognisi meliputi bermacam-macam aktivitas kognitif yang mengharuskan individu untuk mengubah atau mengadaptasi kognisi mereka. Strategi yang termasuk dalam aspek ini meliputi:

- 1) *Rehearsal strategies* adalah strategi atau usaha untuk menghafal materi dengan cara mengulangi materi lagi sehingga lebih mudah dipahami.
- 2) *Elaboration strategies* adalah strategi untuk meringkas dan menggunakan kata-kata sendiri dalam memahami suatu materi.
- 3) *Organization strategies* adalah strategi untuk mengorganisasi kembali suatu materi pelajaran sehingga mudah untuk dipahami.
- 4) *Metacognitive self-regulation* adalah berbagai usaha pengaturan kognisi seperti perencanaan, pemantauan, penggunaan strategi pengaturan belajar, evaluasi dan revisi dari kegiatan belajar.

b. Motivasi.

Motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan pula oleh Zimmerman (dalam Maftuhah, 2012) bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki ketertarikan terhadap tugas yang diberikan dan berusaha dengan tekun dalam belajar dengan memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan yang disukai untuk belajar. Motivasi melibatkan aktivitas individu yang penuh tujuan dan mendorong individu secara sengaja memulai, mengatur, mempertahankan kesediaan diri, mempersiapkan tugas selanjutnya atau menyelesaikan suatu kegiatan sesuai dengan tujuannya. Strategi regulasi motivasi meliputi:

- 1) *Mastery self-talk* adalah aktivitas atau tindakan mengatakan kata-kata motivasi pada diri sendiri untuk meningkatkan kinerja diri dalam proses belajar.

- 2) *Relevance enhancement* adalah usaha individu untuk menghubungkan suatu materi dengan segala hal yang berkaitan dengan dirinya.
- 3) *Situasional interest enhancement* adalah usaha individu untuk merubah situasi belajar agar menjadi suatu hal yang menyenangkan.
- 4) *Performance/relative ability self-talk* adalah aktivitas berbicara pada diri sendiri untuk meningkatkan motivasi belajarnya dengan cara membandingkan apa yang telah dilakukan diri sendiri dengan apa yang telah dilakukan siswa lain.
- 5) *Performance/extrinsic self-talk* adalah aktivitas berbicara pada diri sendiri agar mendapatkan umpan balik yang positif guna meningkatkan performansi belajar.
- 6) *Self-consequating* adalah individu memikirkan imbalan-imbalan atau hukuman-hukuman yang akan ia dapat atas kesuksesan atau kegagalan yang dicapai.
- 7) *Environmental structuring* adalah aktivitas memilih atau mengatur lingkungan fisik agar lebih mudah untuk belajar.

c. Perilaku

Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman mengatakan bahwa individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

Regulasi perilaku melibatkan usaha individu untuk mengatur, mengontrol perilaku, menyeleksi dan mengatur lingkungan serta memanfaatkan kondisi lingkungan. Strategi dalam regulasi perilaku meliputi:

- 1) *Effort regulation* adalah usaha individu untuk mempertahankan semangat belajar yang dimiliki.
- 2) *Regulating time and study environment* adalah usaha untuk mengatur waktu dan lingkungan belajar.
- 3) *General intention to seek needed help* adalah kebutuhan untuk mencari bantuan.
- 4) *General intention to avoid needed help* adalah keinginan untuk menyelesaikan sesuatu dengan kerja keras sendiri terlebih dahulu dibandingkan mencari bantuan orang lain.
- 5) *Instrumental (autonomous) help-seeking goal* adalah aktivitas meminta bantuan orang lain sebagai cara untuk memahami materi sehingga mahasiswa mampu menyelesaikan tugas dengan usahanya sendiri.
- 6) *Seeking help from formal source (teachers)* adalah usaha mencari bantuan dari sumber-sumber formal, misalnya guru.
- 7) *Seeking help from informal source (other students)* adalah usaha mencari bantuan dari sumber-sumber informal seperti siswa lain.

2.2.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Regulated Learning*

Berdasarkan perspektif sosial kognitif yang dikemukakan Bandura (Zimmerman, 1998) bahwa *Self Regulated Learning* ditentukan oleh 3 faktor yakni faktor personal, perilaku, dan lingkungan :

a. Faktor personal

Self Regulated Learning terjadi dimana siswa dapat menggunakan proses personal (kognitif) untuk mengatur perilaku dan lingkungan belajar di sekitarnya secara strategis. Faktor personal melibatkan *self efficacy* yang mengacu kepada penilaian individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan dalam belajar. Pengetahuan *Self Regulated Learning* harus memiliki kualitas pengetahuan prosedural dan pengetahuan bersyarat. Pengetahuan prosedural mengacu kepada pengetahuan bagaimana menggunakan strategi, sedangkan pengetahuan bersyarat mengarah kepada pengetahuan kapan dan mengapa strategi tersebut berjalan efektif. Pengetahuan *Self Regulated Learning* tidak hanya bergantung kepada pengetahuan siswa tetapi juga proses metakognitif pada pengambilan keputusan dan performa yang dihasilkan dengan melibatkan perencanaan atau analisis tugas yang berfungsi mengarahkan usaha dalam mengontrol belajar.

Pengambilan keputusan metakognitif tergantung juga kepada tujuan jangka panjang siswa dalam belajar. Tujuan merupakan kriteria yang digunakan siswa untuk memonitor mereka dalam belajar. Tujuan dan pemakaian proses metakognitif dipengaruhi oleh persepsi terhadap *self efficacy* dan afeksi. Afeksi mengacu kepada kemampuan mengatasi emosi yang timbul dalam diri meliputi kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola pikir dalam mencapai tujuan.

Faktor personal melibatkan penggunaan strategi mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*), membuat rencana dan tujuan yang ingin dicapai

(*goal setting and planning*), mencatat hal-hal penting (*keeping record and monitoring*), serta mengulang dan mengingat materi pelajaran (*rehearsing and memorizing*).

b. Faktor perilaku

Mengacu kepada kemampuan siswa dalam menggunakan strategi *self evaluation* sehingga mendapatkan informasi tentang keakuratan dan mengecek kelanjutan dari hasil umpan balik. Perilaku siswa dalam berperilaku yang berhubungan dengan *Self Regulated Learning* yaitu observasi diri (*self observation*), penilaian diri (*self-judgment*), dan reaksi diri (*self-reaction*). Komponen tersebut terdiri dari perilaku yang dapat diamati, dilatih dan saling mempengaruhi. Oleh karena itu, ketiga komponen tersebut dikategorikan sebagai faktor perilaku yang mempengaruhi *Self Regulated Learning*. Faktor perilaku ini melibatkan penggunaan strategi evaluasi terhadap diri (*self evaluation*) dan konsekuensi terhadap diri (*self-consequences*)

c. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan berinteraksi secara timbal balik dengan faktor personal dan perilaku. Mengacu kepada sikap proaktif siswa untuk menggunakan strategi mengubah lingkungan belajar seperti penataan lingkungan belajar, mengurangi kebisingan, dan pencarian sumber belajar yang relevan. Matsumoto (2008), menambahkan bahwa faktor budaya turut mempengaruhi penerapan *Self Regulated Learning*. Nilai-nilai budaya yang dianut siswa akan berperan dalam menerapkan *Self Regulated Learning* agar tercapainya tujuan belajar. Individu yang menerapkan *Self Regulated Learning* biasanya menggunakan strategi

mencari informasi (*seeking information*), mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), mencari bantuan sosial (*seeking social assistance*), serta meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*).

2.3.Dukungan Sosial Teman Sebaya

2.3.1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain di samping sebagai pribadi atau individu. Hal tersebut yang membuat individu hidup berkelompok. Berada diantara manusia lain membuat individu membutuhkan dukungan sosial dari lingkungannya. Dukungan sosial berarti bantuan atau dukungan individu yang diberikan terhadap individu lain sehingga penerima merasa nyaman, dihargai, diperdulikan dan disayangi.

Teman sebaya dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, diartikan sebagai kawan, sahabat atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat (KBBI, edisi kelima 2016). Ada beberapa definisi dukungan sosial yang dikemukakan oleh beberapa ahli. Masing-masing ahli memberikan definisi yang berbeda namun pada intinya memiliki kesamaan pengertian.

Weiss (dalam Bulmer, 2015), menjelaskan dukungan sosial sebagai dukungan yang diberikan oleh individu (dapat individu yang profesional maupun tidak) yang dapat memahami semua keluhan permasalahan. Dukungan tersebut dapat berupa komunikasi, terkadang komunikasi nonverbal, individu tersebut menggunakan pengalamannya dan pemahamannya untuk membantu

permasalahan dari individu sebagai langkah terakhir untuk mendapatkan kembali keseimbangan psikologis individu tersebut.

Faulkner dan Basset (dalam Faulkner dkk, 2013), berpendapat bahwa Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah suatu kelompok yang dimana anggotanya saling memberi dukungan untuk dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah bentuk perhatian,kenyamanan, penghargaan dan bantuan yang diberikan oleh teman sebaya untuk dapat membantu keluar dari permasalahannya dan mencapai tujuan pribadi serta mengalami perubahan pribadi yang diinginkan oleh lingkungannya.

Taylor, Peplau, & O.Sears, (2009) mengatakan, dukungan sosial merupakan interaksi interpersonal seperti pemberian perhatian emosi, pemberian bantuan instrumental, penyediaan informasi, ataupun pertolongan dalam bentuk lainnya. Hal seperti ini diyakini dapat memberikan kekuatan bagi individu dalam menghadapi efek stres serta memungkinkan untuk meningkatkan kesehatan fisik juga (Taylor, Peplau, & O.Sears, 2009). Dengan dukungan sosial, individu merasa memperoleh kenyamanan fisik maupun psikologis yang didapat lewat pengetahuan bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai oleh orang lain dan ia juga merupakan anggota dalam suatu kelompok yang berdasarkan kepentingan bersama. Taylor mendefinisikan dukungan sosial adalah informasi yang diberikan orang yang dicintai dalam bentuk perhatian.

House (dalam Weiss2009) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber daya yang dirasa sangat penting bagi individu dan hal tersebut dapat diperoleh

dari orang lain baik berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi maupun dukungan penghargaan dari orang lain.

Definisi teman sebaya menurut Santrock (dalam Desmita, 2010) adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama, istilah teman sebaya diartikan sebagai anak-anak yang berada pada usia dan tingkat kedewasaan yang kurang lebih sama dengan temannya.

Menurut Hetherington & Parke (dalam Desmita (2010) Teman sebaya (*peer*) sebagai sebuah kelompok sosial sering didefinisikan sebagai semua orang yang memiliki kesamaan sosial atau yang memiliki kesamaan ciri-ciri, seperti kesamaan tingkat usia. Remaja dengan dukungan sosial merasa diperhatikan, bernilai, dicintai, dan mendapat dorongan ketika memiliki masalah.

Menurut Coplan & Arbeau (dalam Santrock) menyatakan bahwa frekuensi interaksi teman sebaya yang dilakukan selama bertahun-tahun baik positif maupun negatif terjadi cukup signifikan. Anak-anak banyak menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan teman sebaya yaitu dengan bercakap-cakap atau bermain seperti negosiasi peran dan aturan permainan, berdebat dan menyetujui.

Menurut Sarafino (2008) dukungan sosial merupakan suatu kesenangan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan individu dari individu lain. Cohen dan Wills (dalam Maslihah, 2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan yang didapatkan seseorang dari interaksi dengan orang lain. Dukungan sosial timbul karena persepsi bahwa beberapa orang membantu ketika timbul masalah, sehingga menaikkan perasaan positif dan harga diri. Pemberian dan penerimaan dukungan sosial terkait dengan persepsi tentang ketersediaan

(*availability*) dan ketepatan (*adequacy*) dukungan sosial bagi seseorang. Dengan demikian, dukungan sosial tidak hanya diartikan sebagai pemberian bantuan akan tetapi juga melibatkan persepsi dalam menerima bantuan.

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan atau bantuan berupa materi atau non materi yang diberikan oleh teman sebaya kepada individu lain, Dukungan sosial teman sebaya adalah ketersediaan sumber daya yang memberikan kenyamanan secara instrumental dan emosional yang didapat melalui interaksi individu dengan teman sebaya sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok sosial. Selain itu, dukungan sosial teman sebaya adalah suatu sistem tentang memberi dan menerima yang merupakan kunci dari prinsip saling menghargai, berbagi tanggung jawab, dan kesepakatan bersama saling membantu satu sama lain, semuanya tentang saling mengerti dan berempati mengenai situasi individu lain untuk bisa melewati dan berbagi pengalaman emosional serta masalah psikologis yang dialami.

2.3.2. Komponen-komponen Dukungan Sosial Teman Sebaya.

Weiss (dalam Rustiani dkk, 2014) mengemukakan adanya enam komponen dukungan sosial yang disebut sebagai "*The Social Provision Scale*" dimana masing-masing komponen dapat berdiri sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun komponen tersebut adalah :

a) Instrumental Support

- 1) *Reliable Alliance* (Ketergantungan yang dapat diandalkan)

Dalam dukungan sosial ini, individu mendapat jaminan bahwa ada individu lain yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan, bantuan tersebut sifatnya nyata dan langsung. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada individu lain yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila individu mengalami masalah dan kesulitan.

2) *Guidance* (Bimbingan)

Aspek dukungan sosial jenis ini adalah berupa adanya hubungan kerja atau pun hubungan sosial yang memungkinkan individu mendapatkan informasi, saran, atau nasehat yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Jenis dukungan sosial jenis ini bersumber dari guru, alim ulama, pamong dalam masyarakat, figur yang dituakan dan juga orang tua.

b) *Emotioal Support*

1) *Reassurance of Worth* (Pengakuan positif)

Dukungan sosial ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai.

2) *Emotional Attachment* (Kedekatan emosional)

Aspek dukungan sosial semacam ini memungkinkan seseorang memperoleh kerekatan (kedekatan) emosional sehingga menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Orang yang menerima dukungan sosial semacam ini merasa tenteram, aman dan damai yang

ditunjukkan dengan sikap tenang dan bahagia. Sumber dukungan sosial semacam ini yang paling sering dan umum adalah diperoleh dari pasangan hidup, atau anggota keluarga/teman dekat atau sanak keluarga yang akrab dan memiliki hubungan yang harmonis.

3) *Social Integration* (Integrasi sosial)

Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan secara bersama-sama. Dukungan semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta merasa memiliki dan dimiliki dalam kelompok yang memiliki persamaan minat.

4) *Opportunity to Provide Nurturance* (Kesempatan untuk mengasuh)

Suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal adalah perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan. (Cutrona, 1994).

2.3.3. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya

House, dkk,2009 mengemukakan beberapa bentuk dukungan sosial, antara lain:

a. Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

Dinyatakan dalam bentuk bantuan yang memberikan dorongan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengungkapan simpati.

b. Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*)

Dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.

c. Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*)

Mencakup bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan melakukan suatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas-tugas individu

d. Dukungan Informasi (*Informational Support*)

Memberikan informasi, nasehat, sugesti ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

e. Dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*)

Jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*Companionship Support*) yang merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain, yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.

2.3.4. Faktor-faktor Terbentuknya Dukungan Sosial

Myers mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

- a. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Robert Weiss, (dalam Rustika dkk, 2014) , yaitu tentang ketergantungan yang dapat diandalkan (*reliable alliance*), bimbingan (*guidance*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), kedekatan emosional (*emotional attachment*), integrasi sosial (*social integration*), kesempatan untuk mengasuh (*opportunity to provide nurturance*).

2.4 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Gunanya untuk menghubungkan atau menjelaskan tentang suatu topik yang akan dibahas. Dalam rencana penelitian ini terdapat tiga variabel :

1. Variabel Y yakni Kesejahteraan Psikologis
2. Variabel X1 yakni *Self Regulated Learning*

3. Variabel X2 yakni Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dari tiga variabel ini akan terlihat Kesejahteraan Psikologis dengan komponen-komponen : penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, mengembangkan potensi dan mampu mengontrol lingkungan eksternal. *Self Regulated Learning* siswa ditinjau dari aspek metakognisi, motivasi dan perilaku aktif siswa, juga Dukungan Sosial Teman Sebaya ditinjau dari komponennya, yaitu ketergantungan, bimbingan, pengalaman positif, kedekatan emosional, integrasi sosial, dan kesempatan mengasuh, hubungannya dengan kesejahteraan psikologis siswa tersebut.

Hubungan Self-Regulated Learning dengan Kesejahteraan Psikologis

Ditengah dunia yang sedang memasuki sistem global dan modernisasi dengan berbagai macam persoalan hidup ini banyak fenomena dimana orang semakin jauh meninggalkan nilai-nilai tradisioanal yang berbentuk adat istiadat, kepercayaan, serta nilai-nilai religius yang baik dan beralih pada nilai-nilai materialism, dan modernism yang pada akhirnya seringkali membawa dampak negatif (dalam Bastman 1996). Dampak ini dapat dilihat secara nyata dalam kehidupan sehari-hari seperti perasaan tidak aman, bingung, dan jiwa yang tidak sejahtera, sehingga mengakibatkan tidak terpenuhinya Kesejahteraan Psikologis siswa. Dalam proses pembelajaran tentunya siswa sebaiknya menggunakan strategi yang tepat dalam belajar agar proses belajar dapat berlangsung dengan maskimal dan akan berdampak pada kesejahteraan psikologisnya. Penggunaan strategi yang tepat dalam belajar dapat tercapai apabila siswa memiliki *Self Regulated Learning* yang optimal dan mampu menerapkannya dalam proses

belajar (Markus & Wurf dalam Deasyanti & Anna, 2007). Siswa yang memiliki *Self Regulated Learning* yang tinggi cenderung mampu untuk mengatur dirinya sendiri, terkait dengan pengaturan jam belajar, pemilihan strategi belajar, perencanaan dan penetapan tujuan belajar (Zimmerman dalam Chan 2002).

Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Pujiati (2010) dan Widiyastuti (2012) yang menghasilkan temuan bahwa sebagian siswa belum memiliki *Self Regulated Learning* yang optimal dengan menunjukkan perilaku terlambat datang ke sekolah, tidak menyelesaikan tugas-tugas sekolah, menyontek pada saat ulangan, kurang memanfaatkan fasilitas perpustakaan, rendahnya keinginan untuk meminta perbaikan nilai, tidak memiliki jadwal belajar rutin, dan belajar saat akan ujian saja. Setiap siswa memiliki tingkat *Self Regulated Learning* yang berbeda satu sama lain (Zimmerman 1989). Dengan demikian, siswa yang terlibat dalam proses pembelajaran di kelas untuk mendapatkan hasil belajar yang baik, mereka akan memiliki *Self Regulated Learning* yang tinggi, artinya bahwa ketika siswa mampu mengatur diri mereka untuk bisa berhasil, maka hal tersebut akan berdampak pada *psychological well-beingnya* (Susanto, 2006). Artinya bahwa ketika siswa tidak mampu mengatur diri mereka dalam belajar untuk bisa berhasil, maka akan berdampak juga pada kesejahteraan psikologisnya. Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa seorang siswa yang mampu meregulasikan dirinya dalam belajar maka kesejahteraan psikologisnya akan meningkat. Sebaliknya jika seorang siswa yang tidak mampu meregulasikan dirinya dalam belajar, maka akan berdampak buruk pada kesejahteraan psikologisnya.

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis

Masa remaja pada siswa merupakan masa yang penuh dengan kebingungan serta ketidakstabilan di dalam dirinya. Pada masa ini siswa remaja mengalami perubahan drastis, baik dalam fisik, psikis maupun sosial. Dimasa ini siswa akan menghadapi berbagai macam persoalan, baik persoalan yang menyangkut tugas – tugas belajar maupun tugas – tugas perkembangannya yang tidak dapat mereka selesaikan sendiri tanpa adanya bimbingan dan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Oleh karena itu, siswa berusaha menggabungkan diri dengan teman-teman sebayanya. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan pengakuan dan dukungan dari kelompok teman sebayanyasehingga akan tercipta rasa aman, terutama ketika siswa dihadapkan padasuatu masalah. Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama dimana siswa belajar untuk hidup bersama dengan orang lain yangbukan anggota keluarganya.

Kesejahteraan Psikologis merupakan bagian yang penting pada perkembangan masa remaja. Jadi Dukungan Sosial Teman Sebaya merupakan faktor yang mempengaruhi dalam pembentukan Kesejahteraan Psikologis siswa. Jika semua peserta didik mendapatkan dukungan sosial yang baik, maka pembentukan Kesejahteraan Psikologisnya juga akan menjadi maksimal. Selain itu, adanya penerimaan remaja dengan teman sebayanyadengan baik menjadikan peserta didik/siswa dapat membina hubungan yang baik dengan lingkungannya, baik ketika ada di lingkungan yang baru dikenalnya maupun dengan lingkungan yang telah lama dikenalnya.

Hubungan *Self-Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis

Siswa dalam masa remaja dituntut untuk boleh melalui dan melakukan dengan baik semua tugas – tugas perkembangannya dan juga tugas –tugas belajarnya. Ketika siswa mampu memfokuskan diri dalam belajar, mengerjakan tugas dan tanggung jawab sebagai pelajar, menikmati proses pembelajaran sebagai sesuatu yang menyenangkan dan memiliki motivasi intrinsik yang kuat, hal ini akan membuat siswa tidak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan, sehingga kesejahteraan psikologisnyapun akan terpenuhi.

Kondisi Kesejahteraan Psikologis yang baik juga akan dialami oleh siswa apabila siswa tersebut juga merasa mendapatkan dukungan yang baik dari lingkungannya termasuk Dukungan Sosial Teman Sebayanya. Dengan kata lain semakin siswa merasa diterima dan mendapat dukungan yang baik dari teman sebaya, maka siswa tersebut akan semakin baik kesejahteraan psikologisnya.

Dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, teman, atau anggota masyarakat (Meta, 2011). Dukungan sosial merupakan faktor dominan yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada seseorang. Adanya dukungan sosial akan membuat seseorang merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai sehingga akan mendukung kesejahteraan psikologis seseorang .

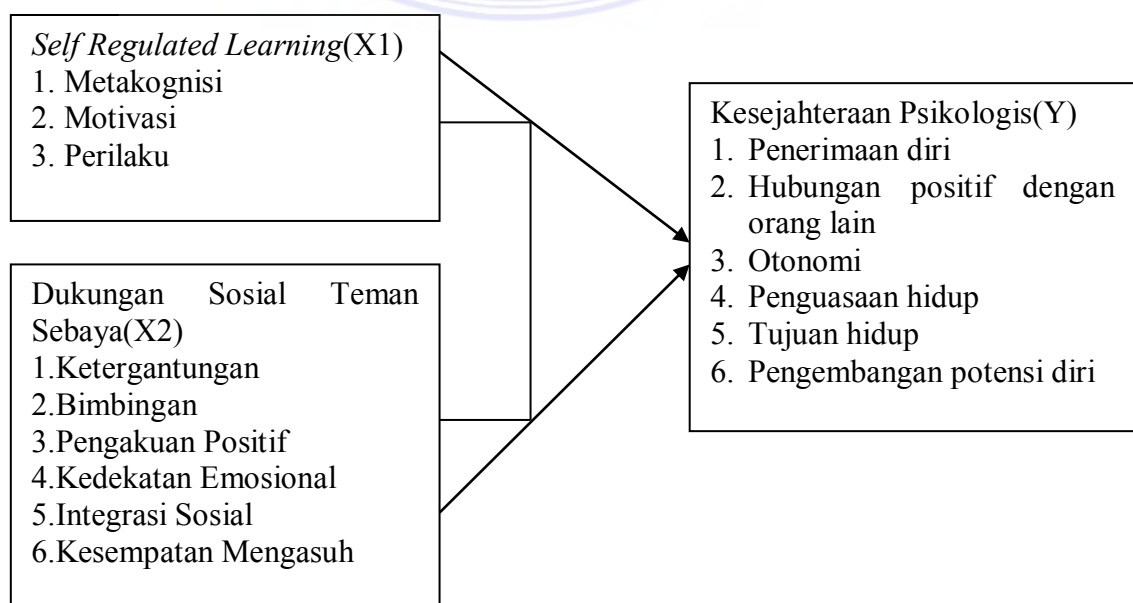
Ryff & Keyes dalam Setyawati (2015) menyatakan kesejahteraan psikologis seseorang bisa dilihat dari sejauh mana individu memiliki tujuan hidupnya, ditandai dengan menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungan yang baik dengan orang lain, serta sejauh mana mereka bertanggung jawab dengan kehidupannya sendiri. Sebaliknya, apabila individu tersebut memiliki penguasaan lingkungan yang rendah maka akan mengalami kesulitan untuk mengatur lingkungannya, serta mengalami kekhawatiran dalam kehidupannya, tidak peka dalam setiap kesempatan dan kurang mengalami kontrol lingkungan diluar dirinya.

Dapat disimpulkan bahwa siswa yang mempunyai *Self Regulated Learning* yang baik dan mendapat Dukungan Sosial Teman Sebaya dari teman sebayanya akan memperoleh Kesejahteraan Psikologis yang lebih baik.

Dengan demikian maka yang menjadi kerangka konsepnya digambarkan dalam tabel berikut:

Gambar 2.1

Kerangka konsep



Keterangan gambar:

Dari gambar di atas terlihat hubungan *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologis, kemudian hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis, dan selanjutnya hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis.

2.5 Hipotesis Penelitian

Arikunto mengatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara dari permasalahan penelitian sampai bisa dibuktikan melalui data – data penelitian yang terkumpul. Dari beberapa uraian landasan teoritis dan landasan konseptual, maka dapat disimpulkan hipotesis yang diajukan dalam rencana penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan positif *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan. Semakin tinggi tingkat *Self Regulated Learning*, maka akan semakin tinggi pula tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa. Semakin rendah tingkat *Self Ragulated Learning* siswa, maka akan semakin rendah tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa
2. Ada hubungan positif Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan. Semakin tinggi tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya, maka akan semakin tinggi tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa. Semakin rendah tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya , maka akan semakin rendah tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa.

3. Ada hubungan positif *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan. Semakin tinggi tingkat *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya, maka akan semakin tinggi pula tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa. Semakin rendah *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya, maka akan makin rendah tingkat Kesejahteraan Psikologis siswa.



BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah cara atau jalan yang ditempuh sehubungan dengan penelitian yang dilakukan, yang memiliki langkah-langkah yang sistematis. Sugiyono (2014,) menyatakan bahwa : “Metode penelitiandapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah”.

Metode penelitian mencakup prosedur dan teknik penelitian. Metode penelitian merupakan langkah penting untuk memecahkan masalah-masalah penelitian. Dengan menguasai metode penelitian, bukan hanya dapat memecahkan berbagai masalah penelitian, namun juga dapat mengembangkan bidang keilmuan yang digeluti. Selain itu, memperbanyak penemuan-penemuan baru yang bermanfaat bagi masyarakat luas dan dunia pendidikan.

Dalam bab 3 ini akan diuraikan beberapa hal meliputi : Desain Penelitian, tempat dan waktu penelitian, identifikasi variabel, defenisi operasonal, populasi dan sampel, teknik pengambilan sampel, metode pengumpulan data, prosedur penelitin, dan teknik analisa data.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2014) pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang menggunakan data yang berbentuk angka pada analisis statistik.

Rumusan masalah dinyatakan dalam kalimat pertanyaan, selanjutnya peneliti menggunakan teori untuk menjawabnya. Sugiyono(2014) menyatakan bahwa “Desain penelitian harus spesifik, jelas dan rinci, ditentukan secara mantap sejak awal, dan menjadi pegangan langkah demi langkah”. Desain penelitian menghubungkan antara variabel X dan variabel Y.

Berdasarkan tingkat penjelasan dari kedudukan variabelnya maka penelitian ini bersifat asosiatif kausal, yaitu penelitian yang mencari hubungan atau pengaruh sebab akibat antara variabel independen 1 dan 2 (X1 dan X2) dengan variabel dependen (Y). Dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui atau mengukur hubungan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis siswa di SMA Negeri 12 Medan. Variabel penelitian yang akan dikaji dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga variabel, yaitu variabel bebas (X) yang terdiri dua variabel, yaitu *Self Regulated Learning* (X1) dan Dukungan Sosial Teman Sebaya (X2). Sedangkan variabel terikat (Y) terdiri dari satu variabel, yaitu Kesejahteraan Psikologis

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

3.2.1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 12 Medan, yang beralamat di Jalan Cempaka Nomor 75 kecamatan Medan Helvetia kota Medan. Adapun alasan peneliti memilih SMA Negeri 12 Medan sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan sebagai berikut:

- a. Lokasi penelitian dengan tempat tinggal peneliti relatif mempunyai jarak yang cukup dekat, sehingga mudah terjangkau.

- b. Pihak sekolah memberikan akses sehingga memudahkan peneliti dalam mendapatkan data yang diperlukan yang berkaitan dengan penelitian.
- c. Di SMA Negeri 12 Medan belum pernah dilakukan penelitian dengan masalah yang sama.

2.3.5. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan serangkaian kegiatan dan alokasi waktu yang diperlukan peneliti dalam menyelesaikan penelitian. Penelitian dilakukan selama empat bulan yaitu dari bulan Pebruari 2019 sampai Mei 2019 yang meliputi kegiatan persiapan sampai dengan penyusunan laporan. Kegiatan tersebut meliputi pengajuan dosen pembimbing, penyusunan proposal, pengurusan perizinan, pengkajian landasan teori, penyusunan instrumen penelitian, pengambilan data, analisis data dan penyusunan laporan.

3.3 Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel perlu dilakukan peneliti karena satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja, tetapi saling memengaruhi dengan variabel lainnya . Menurut Azwar, dalam penelitian sosial dan psikologis, umumnya fenomena termaksud merupakan konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif atau secara kualitatif (Azwar, 2013).

Variabel merupakan objek yang akan diteliti atau sesuatu yang memberikan informasi yang berhubungan dengan apa yang diteliti oleh peneliti. Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang

mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain.(Sugiyono 2016).

Penelitian ini menggunakan tiga variabel, (variabel bebas 1 dan variabel bebas 2-X1 dan X2) yaitu suatu variabel yang variasinya memengaruhi variabel lain, dan variabel terikat yaitu variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2013). Variabel yang dimaksud dalam penelitian ini ,yaitu:

1. Variabel terikat (Y)

Variabel dependen (variabel terikat) adalah variabel yang diduga sebagai akibat atau yang dipengaruhi. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah Kesejahteraan Psikologis.

2. Variabel bebas (X1 dan X2).

Variabel independen (variabel bebas) adalah variabel yang diduga sebagai penyebab dari variabel yang lain.Variabel independen dalam penelitian ini adalah *Self Regulated Learning* sebagai variabel bebas 1(X1), dan Dukungan Sosial Teman Sebaya sebagai variabel bebas 2 (X2)

3.4 Defenisi Operasional

Azwar mengartikan definisi operasional sebagai suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2013). Definisi operasional harus memiliki keunikan, peneliti yang memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan bagi variabel yang diteliti Berikut adalah definisi operasional dari variabel penelitian:

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis (*psychological well being*) merupakan kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin. Peneliti menggunakan teori Ryff sebagai landasan pengukuran dengan dimensi sebagai berikut:

- a. Penerimaan diri (*self acceptance*)
- b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*)
- c. Otonomi (*authonomy*)
- d. Penguasaan lingkungan (*environmetal mastery*)
- e. Tujuan hidup (*purpose in life*)
- f. Pengembangan potensi diri (*personal growth*)

Skor Kesejahteraan Psikologis diperoleh dari total skor seluruh dimensi dari skala Kesejahteraan Psikologis. Apabila semakin tinggi skor total yang diperoleh, maka semakin baik kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya apabila semakin rendah total skor yang diperoleh, maka semakin buruk kesejahteraan psikologisnya.

2. Variabel Terikat

Self Regulated Learning

Merupakan proses dimana individu yang belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar dengan menggunakan berbagai strategi baik kognitif, motivasional maupun behavioral. Peneliti menggunakan teori Zimmerman sebagai landasan pengukuran dengan aspek sebagai berikut:

- a. Metakognisi (kemampuan mengatur kognisi)
- b. Motivasi (Kemampuan mengatur motivasi dan emosi)
- c. Perilaku (Kemampuan mengatur perilaku)

Skor *Self Regulated Learning* diperoleh dari total skor seluruh aspek dari skala *Self Regulated Learning*. Apabila semakin tinggi skor total yang diperoleh, maka semakin baik *Self Regulated Learning*nya. Sebaliknya apabila semakin rendah total skor yang diperoleh, maka semakin buruk *Self Regulated Learning*nya

Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah dukungan atau bantuan berupa materi atau non materi yang diberikan oleh teman sebaya kepada individu lain, Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah ketersediaan sumber daya yang memberikan kenyamanan secara instrumental dan emosional yang didapat melalui interaksi individu dengan teman sebaya sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok sosial. Selain itu, Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah suatu sistem tentang memberi dan menerima yang merupakan kunci dari prinsip saling menghargai, berbagi tanggung jawab, dan kesepakatan bersama saling membantu satu sama lain,

semuanya tentang saling mengerti dan berempati mengenai situasi individu lain untuk bisa melewati dan berbagi pengalaman emosional serta masalah psikologis yang dialami. Peneliti menggunakan teori Robert Weiss sebagai landasan pengukuran dengan komponen sebagai berikut:

- a. ketergantungan yang dapat diandalkan (*reliable alliance*),
- b. bimbingan (*guidance*),
- c. pengakuan positif (*reassurance of worth*),
- d. kedekatan emosional (*emotional attachment*)
- e. integrasi sosial (*social integration*),
- f. kesempatan untuk mengasuh (*opportunity to provide nurturance*)

Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya diperoleh dari total skor seluruh komponen dari skala Dukungan Sosial Teman Sebaya. Apabila semakin tinggi skor total yang diperoleh, maka semakin baik Dukungan Sosial Teman Sebaya. Sebaliknya apabila semakin rendah total skor yang diperoleh, maka semakin buruk Dukungan Sosial Teman Sebaya.

3.5 Populasi dan Sampel

3.5.1. Populasi

Azwar mendefinisikan populasi sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi tidak hanya orang, tetapi juga objek dan benda alam yang lain. Populasi juga tidak hanya jumlah dari objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi karakteristik/sifat yang dimiliki oleh objek atau subjek tersebut (Azwar, 2013). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.(Sugiono,2012).

Dalam penelitian ini populasinya adalah semua siswa kelas X dan kelas XI SMA Negeri 12 Medan Tahun Pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 664 siswa , siswa kelas X berjumlah 321 orang, dan siswa kelas XI berjumlah 343 orang.

Tabel 3.1
Data Siswa Kelas X dan XI Tahun Ajaran 2018/2019 (Populasi)

NO	KELAS	JURUSAN	JUMLAH POPULASI
1	X	IPA 1	35
2	X	IPA 2	34
3	X	IPA 3	36
4	X	IPA 4	35
5	X	IPA 5	33
6	X	IPA 6	44
7	X	IPS 1	35
8	X	IPS 2	34
9	X	IPS 3	35
10	X1	IPA 1	36
11	X1	IPA 2	36
12	X1	IPA 3	36
13	X1	IPA 4	36
14	X1	IPA 5	36
15	X1	IPA 6	35
16	X1	IPS 1	30
17	X1	IPS 2	32
18	X1	IPS 3	33
19	X1	IPS 4	33
JUMLAH			664

3.5.2. Sampel

Sampel penelitian digunakan untuk mendapatkan gambaran dari populasi.Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh

populasi. Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misal karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti akan mengambil sampel dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul *representative* (Sugiono,2012).

Penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik acak sederhana (*simple random sampling*). Teknik acak sederhana adalah teknik yang memberikan kesempatan yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel. Dengan kesempatan yang sama ini, hasil dari suatu penelitian dapat digunakan untuk memprediksi populasi.

Apabila subyek kurang dari 100 maka lebih baik di ambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Namun, apabila jumlah populasi lebih dari 100 maka di ambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.(Sugiyono, 2012).

Berdasarkan uraian diatas, karena jumlah populasi diatas 100 orang, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil antara 20 - 25 % dari populasi siswa kelas X dan XI SMA Negeri 12 Medan, dengan sampel sebanyak 160 orang atau 24 % dari jumlah 664 jumlah populasi. Jumlah sampel dalam rencana penelitian ini adalah sebagai tabel berikut :

Tabel 3.2
Jumlah sampel

NO	KELAS	JURUSAN	JUMLAH POPULASI	JUMLAH SAMPEL
1	X	IPA 1	35	8
2	X	IPA 2	34	8
3	X	IPA 3	36	9
4	X	IPA 4	35	8
5	X	IPA 5	33	8
6	X	IPA 6	44	9
7	X	IPS 1	35	8
8	X	IPS 2	34	8
9	X	IPS 3	35	9
10	X1	IPA 1	36	9
11	X1	IPA 2	36	9
12	X1	IPA 3	36	9
13	X1	IPA 4	36	9
14	X1	IPA 5	36	9
15	X1	IPA 6	35	8
16	X1	IPS 1	30	8
17	X1	IPS 2	32	8
18	X1	IPS 3	33	8
19	X1	IPS 4	33	8
JUMLAH			664	160

Dari tabel diatas maka sampel dalam rencana penelitian ini adalah 24% dari seluruh populasi, yaitu: 160 orang siswa.

3.6 Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini untuk memperoleh sampel, maka peneliti harus menggunakan teknik sampling. Teknik sampling atau teknik pengambilan data adalah merupakan cara untuk mengambil sampel. Pengambilan sampel harus dilakukan dengan sedemikian rupa, sehingga sampel yang diperoleh dapat benar-benar berfungsi sebagai contoh atau data menggunakan populasi yang sebenarnya.

Dalam penelitian ini pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* adalah cara pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam populasi tersebut. Hal ini dilakukan apabila anggota populasi dianggap sejenis, atau disebut dengan homogen. Pengambilan sampel dilakukan secara acak terhadap individu yang akan dijadikan objek yang diteliti. Dengan demikian maka dalam teknik pengambilan sampel ini terbuka untuk semua siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 12 Medan.

3.7 Metode Pengumpulan Data

Data diperoleh dengan menggunakan instrumen yang merupakan angket atau kuisisioner. Sugiyono(2014, hlm. 92) menyatakan bahwa“Instrumen penelitian adalah suatu alatpengumpul datayang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”.

Metode skala merupakan suatu daftar dari sejumlah pernyataan yang ditujukan kepada subjek penelitian dan digunakan untuk mengungkap suatu kondisi subjek yang hendak diteliti. Kondisi tersebut bersifat pribadi individual, unik dan subjektif yang dapat berupa harapan maupun tekanan. Skala digunakan dengan anggapan bahwa (Azwar, 2012):

1. Subyek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri
2. Apa yang dikatakan subyek adalah benar dan dapat dipercaya
3. Interpretasi subyek tentang pernyataan yang diajukan kepada subyek adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.
4. Subyek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri

5. Apa yang dikatakan subyek adalah benar dan dapat dipercaya
6. Interpretasi subyek tentang pernyataan yang diajukan kepada subyek adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

Instrumen atau alat ukur dalam penelitian ini berupa angket yang berisi butir-butir pernyataan untuk diberi tanggapan oleh para subyek penelitian. Penyusunan angket tersebut didasarkan pada konstruksi teoritik yang telah disusun sebelumnya. Kemudian atas dasar teoritik tersebut dikembangkan dalam indikator-indikator dan selanjutnya dikembangkan dalam butir-butir pertanyaan. Instrumen ini disusun dengan menggunakan *skala Likert*.

Pengumpulan data melalui angket dengan berpedoman pada empat alternative jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun pernyataan tersebut memiliki sifat positif (mendukung pernyataan) dan sifat negatif (tidak mendukung pernyataan). Untuk jawaban pernyataan yang bersifat positif diberi rentangan nilai 4 – 1 dan jawaban pernyataan yang bersifat negatif diberi rentangan nilai 1 – 4. Uraian diatas secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.3
Penilaian Item untuk Variabel

PERNYATAAN	FAVORABLE	UNFAVORABLE
SANGAT SESUAI (SS)	4	1
SESUAI (S)	3	2
TIDAK SESUAI (TS)	2	3
SANGAT TIDAK SESUAI (STS)	1	4

Dengan menggunakan skala Likert, dalam penelitian ini variabel yang akan diukur dijabarkan melalui aspek atau komponen yang telah ditetapkan menjadi

indikator - indikator, lalu indikator akan dijabarkan menjadi deskriptor kemudian deskriptor dijabarkan kembali menjadi pernyataan – pernyataan atau aitem-aitem yang nantinya dapat diukur. Model skala Likert yang menggunakan rating dan penskalaan sebagai dasar penentuan skala. Subjek diminta untuk merespons pernyataan dengan memilih salah satu dari alternatif angka 1-4 yang tersedia. Skoring dilakukan dengan menjumlahkan setiap jawaban subjek sesuai dengan nilai yang telah ditentukan sebelumnya. Nilai yang tertinggi dari item adalah 4 dan nilai yang terendah adalah nilai 1.

Penelitian ini menggunakan tiga macam skala sebagai alat pengumpulan data yaitu :

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala Kesejahteraan Psikologis diadopsi langsung dari skala yang dibuat oleh ahlinya yaitu Carol D Ryff dengan menggunakan enam dimensi, yaitu, Penerimaan diri, Hubungan positif dengan orang lain, Otonomi, Penguasaan Hidup, Tujuan Hidup, dan Pengembangan potensi diri. Dalam skala ini butir-butir pernyataan dibagi menjadi dua, yaitu butir yang bersifat *favourable* (mendukung obyek psikologis) dan *unfavourable* (tidak mendukung obyek psikologis). Kedua jenis butir mempunyai nilai bobot yang berlawanan. Sebaran jawaban *favourable* berkisar dari 1 sampai 4, dengan rincian 1 adalah sangat tidak setuju (STS), 2 adalah tidak setuju (TS), 3 adalah setuju (S), 4 adalah sangat setuju (SS), untuk butir *unfavourable* maka skor 1 untuk sangat setuju (SS), skor 2 untuk jawaban setuju (S), skor 3 untuk jawaban tidak setuju (TS), dan skor 4 untuk jawaban sangat tidak setuju (STS).

2. Skala *Self Regulated Learning*

Skala *Self Regulated Learning* menggunakan teori Zimmerman sebagai landasan pengukuran dengan menggunakan 3 aspek sebagai berikut: Metakognisi, Motivasi dan Perilaku. Dalam skala ini butir-butir pernyataan dibagi menjadi dua, yaitu butir yang bersifat *favourable* (mendukung obyek psikologis) dan *unfavourable* (tidak mendukung obyek psikologis). Kedua jenis butir mempunyai nilai bobot yang berlawanan. Sebaran jawaban *favourable* berkisar dari 1 sampai 4, dengan rincian 1 adalah sangat tidak setuju (STS), 2 adalah tidak setuju (TS), 3 adalah setuju (S), 4 adalah sangat setuju (SS), untuk butir *unfavourable* maka skor 1 untuk sangat setuju (SS), skor 2 untuk jawaban setuju (S), skor 3 untuk jawaban tidak setuju (TS), dan skor 4 untuk jawaban sangat tidak setuju (STS).

3. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.

Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya menggunakan teori Robert Weiss sebagai landasan pengukuran dengan komponen sebagai berikut, ketergantungan yang dapat diandalkan (*reliable alliance*), bimbingan (*guidance*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), kedekatan emosional (*emotional attachment*), integrasi sosial (*social integration*), kesempatan untuk mengasuh (*opportunity to provide nurturance*).

Dalam skala ini butir-butir pernyataan dibagi menjadi dua, yaitu butir pernyataan yang bersifat *favourable* (mendukung), dan *unfavourable* (tidak mendukung). Kedua jenis butir mempunyai nilai bobot yang berlawanan. Sebaran jawaban *favourable* adalah dari 1 sampai 4, dengan rincian 1 adalah sangat tidak

setuju (STS), 2 adalah tidak setuju (TS), 3 adalah setuju (S), 4 adalah sangat setuju (SS). Sedangkan untuk butir pernyataan *unfavourable*, maka skor 1 untuk sangat setuju (SS), skor 2 untuk setuju (S), skor 3 untuk jawaban tidak setuju (TS) dan skor 4 untuk jawaban sangat tidak setuju (STS)

Terdapat tiga blue print atau kisi-kisi dari variabel yang akan diteliti yaitu blue print angket Kesejahteraan Psikologis (variabel Y) dan angket *Self Regulated Learning*, serta angket Dukungan Sosial Teman Sebaya (variabel X), Tabel blue print dari variabel tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4
Blueprint Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	1. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	2	1	9
		2. Mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif diri	2	1	
		3. Memiliki perasaan positif tentang kehidupan masa lalu	2		
2	Hubungan positif dengan orang lain (<i>Positive Relation with Others</i>)	1. Bersikap hangat dan percaya berhubungan dengan orang lain	1	2	9
		2. Memiliki empati, afeksi dan keintiman yang kuat dengan orang lain	1	2	
		3. Memahami pemberian dan penerimaan dalam satu hubungan	2	1	
3	Otonomi (<i>Autonomy</i>)	1. Kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri	1	1	9
		2. Memiliki ketahanan dalam menghadapi tekanan	2	1	
		3. Kemampuan dalam mengatur tingkah laku dari dalam diri	1	1	
		4. Kemampuan mengevaluasi diri	1	1	
4	Penguasaan Lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	1. Kemampuan mengatur lingkungan	1	1	9
		2. Menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas internal	1	1	
		3. Menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan	1	1	

		4.Kemampuan dalam memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan	2	1	
5	Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	1.Memiliki target dan cita-cita	1	3	9
		2. merasa kehidupan dimasa lalu dan sekarang memiliki makna tertentu	1	1	
		3.Memegang teguh kepercayaan yang memberikan perasaan bahwa hidup memiliki makna dan tujuan	1	2	
6	1.Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal Growth</i>)	1.Mampu mengembangkan diri	1	1	9
		2.Terbuka terhadap pengalaman dan pengetahuan baru	1	2	
		3.Memandang diri sendiri memiliki potensi sebagai invidu yang selalu tumbuh dan berkembang	1	1	
		4.Dapat berubah dan merasakan peningkatan menjadi pribadi yang lebih efektif		2	
T o t a l					54

Tabel 3.5
Blue Print Skala *Self-regulated Learning*

No	Aspek	Strategi Belajar	Nomor Butir		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	Metakognitif	a) <i>Rehearsal</i>	2	2	16
		b) <i>Elaboration</i>	2	2	
		c) <i>Organizing</i>	2	2	
		d) <i>Metacognitive Regulation</i>	2	2	
2.	Motivasi	a) <i>Mastery self-talk</i>	2	2	28
		b) <i>Extrinsic self-talk</i>	2	2	
		c) <i>Relative ability self-talk</i>	2	2	
		d) <i>Relevance enhancement</i>	2	2	
		e) <i>Situational interest enhancement</i>	2	2	
		f) <i>Self-consequating</i>	2	2	
		g) <i>Environment structuring</i>	2	2	
3.	Perilaku	a) <i>Effort regulation</i>	2	2	

		<i>b) Time/study environment</i>	2	2	12
		<i>c) Help-seeking</i>	2	2	
T o t a l			28	28	56

Tabel 3.6
Blueprint Dukungan Sosial Teman Sebaya

No	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1	Ketergantungan yang dapat diandalkan	1.Kepekaan terhadap kebutuhan teman	3	2	8
		2.Memberi bantuan yang kasat mata	2	1	
2	Bimbingan	1.Memberi dorongan	3	3	9
		2.Memberi waktu	1	2	
3	Pengakuan Positif	1.Memberi pujian yang tulus	2	3	10
		2. Memberi perhatian	3	2	
4	Kedekatan Emosional	1.Memahami keadaan teman	3	2	8
		2.Bersedia mendengar keluhan teman		3	
5	Sosial Integrasi	1.Saling bekerja sama	2	1	7
		2.Mengajarkan sesuatu	2	2	
6	Kesempatan untuk mengasuh	1.Memberi tenaga dan materi	1	2	8
		2.Memberi informasi dan nasehat	2	3	
T o t a l					50

3.8. Validitas

Validitas merupakan persyaratan yang harus dipenuhi oleh sebuah alat ukur. Validitas ini menyatakan ketepatan, keakuratan maupun kecermatan alat ukur dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Suatu alat ukur dianggap valid apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil pengukuran yang sesuai dengan maksud dan tujuan dari pengukuran (Azwar, 2013).

Dalam mengkaji validitas alat ukur dalam penelitian ini, peneliti melihat alat ukur berdasarkan validitas konstruk yaitu analisis factor. Menurut Hadi (2000), penelitian dengan validitas konstruk melihat apakah aitem yang dimaksudkan untuk mengukur faktor-faktor tertentu telah benar-benar dapat memenuhi fungsinya dalam mengukur faktor-faktor yang dimaksudkan. Uji validitas ini akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS version 21.0 for Windows*.

Azwar (2009), mengatakan bahwa apabila aitem memiliki indeks daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar daripada 0.30 jumlahnya melebihi jumlah aitem yang direncanakan untuk dijadikan skala, maka dapat memilih aitem-aitem yang memiliki indeks daya diskriminasi aitem tertinggi. Penghitungan daya diskriminasi aitem sama dengan atau lebih besar daripada aitem 0.30 dan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS version 21.0 for Windows*. Teknik statistik yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dengan menggunakan rumus angka kasar yang dikemukakan Pearson (dalam Azwar, 2013), yakni sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\Sigma XY - \frac{(\Sigma X)(\Sigma Y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left(\Sigma X^2 \right) - \frac{(\Sigma X)^2}{N} \right\} \left\{ \left(\Sigma Y^2 \right) - \frac{(\Sigma Y)^2}{N} \right\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total skor subjek dari keseluruhan butir).
- ΣXY = Jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y
- ΣX = Jumlah skor keseluruhan subjek setiap butir
- ΣY = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek

ΣX^2 = Jumlah kuadrat skor X

ΣY^2 = Jumlah kuadrat skor Y

N = Jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien *r Product Moment Pearson*) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien *r* menjadi lebih besar (Hadi, 2000). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai teknik *whole* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{\{(SD_x)^2 + (SD_y)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)\}}}$$

Keterangan :

r_{bt} = Koefisien korelasi setelah dikoreksi dengan *part whole*

r_{xy} = Koefisien korelasi sebelum dikoreksi

SD_y = Standar deviasi total

SD_x = Standar deviasi butir

3.9. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keterasahan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama dalam diri

subjek yang diukur memang belum berubah (Azwar, 2013). Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak.

Uji reliabilitas alat ukur ini menggunakan pendekatan konsistensi internal (*Cronbach's alpha coefficient*), yaitu suatu bentuk test yang hanya memerlukan satu kali pengenaan tes tunggal pada sekelompok individu sebagai subjek dengan tujuan untuk melihat konsistensi antar aitem atau antar bagian dalam skala. Teknik ini dipandang ekonomis dan praktis (Azwar, 2013). Penghitungan koefisien reliabilitas dalam uji coba dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS version 21.0 for Windows*. Untuk mengetahui realibilitas alat ukur maka digunakan rumus koefisien Alpha sebagai berikut:

$$\alpha = 2 \left[\frac{1 - S1^2 - S2^2}{Sx^2} \right]$$

Keterangan:

$S1^2$ dan $S2^2$ = Varians skor belahan 1 dan Varians skor belahan 2

Sx^2 = Varians skor skala

3.10. Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian, dan tahap penyajian data dalam laporan. Berikut uraiannya:

Tahap Prosedur Penelitian

- a. Persiapan Penelitian

- 1) Pada tahap ini peneliti terlebih dahulu mengurus administrasi terkait penelitian yang akan dilakukan, yaitu mengurus surat izin dari Pascasarjana Psikologi Universitas Medan Area kepada Dinas Pendidikan Propinsi Sumatera Utara, dan Dinas Pendidikan Sumatera Utara akan mengeluarkan surat ijin penelitian yang ditujukan kepada SMA Negeri 12 Medan
 - 2) Prapenelitian, sebelum menyebar angket penelitian , terlebih dahulu peneliti melakukan pengumpulan data dalam bentuk observasi dan wawancara kepada beberapa guru terutama guru BK yang ada di SMA Negeri 12 Medan yang bertujuan untuk melakukan identifikasi masalah yang muncul diantara siswa di sekolah tersebut.
 - 3) Setelah masalah penelitian didapat, maka peneliti mencari referensi teori sebanyak-banyaknya guna mendukung penelitian dan melakukan pengkajian yang mendalam tentang Kesejahteraan Psikologis di SMA Negeri 12 Medan.
- b. Persiapan Alat Ukur
- 1) Menentukan definisi operasional variabel yang diteliti.
 - 2) Menyiapkan skala pengukuran variabel.
 - 3) Mencetak atau memperbanyak alat ukur.
 - 4) Melakukan uji coba
- c. Tahap Pelaksanaan
- 1) Penyebaran skala kepada para subyek penelitian.
 - 2) Mengumpulkan data, melakukan *scoring* dan tabulasi.

- 3) Mengelola data dengan melakukan analisis statistik.
- 4) Mengambil kesimpulan

Tahap Penyajian Data dalam Laporan

Pada tahap ini, penelitian melakukan penyajian data dengan cara menganalisis data yang menggunakan program *SPSS version 21.0 For Windows*. Setelah itu penelitian melaporkan hasil penelitiannya dalam bentuk tesis dengan kerangka penulisan yang ditetapkan.

3.11. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari subjek melalui skala ukur ditransformasikan ke dalam angka-angka menjadi data kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Analisis data kuantitatif pada penelitian ini dan uji hipotesis penelitian dengan menggunakan Analisis Regresi Berganda, dimana yang menjadi prediktor pertama (variabel bebas 1 = X1) adalah *Self Regulated Learning* dan prediktor kedua (variabel bebas 2 = X2) adalah Dukungan Sosial Teman Sebaya, sedangkan yang menjadi kriterium (variabel terikat) adalah Kesejahteraan Psikologis. Kedua variabel bebas ini akan diuji secara bersamaan, sehingga dapat dilihat pengaruhnya terhadap variabel terikat. Selanjutnya untuk mengetahui signifikansi harga $R_{xy(1,2)}$, maka harus dilakukan analisis regresi (anareg) dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$F_{\text{reg}} = \frac{R^2(N - m - 1)}{m(1 - R)^2}$$

Keterangan :

F_{reg} = Harga F garis regresi yang dicari

N = Banyaknya subjek yang terlibat

m = Banyaknya prediktor

R = Koefisien korelasi antara kriterium dengan prediktor-prediktor

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis Regresi 2 Prediktor, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi:

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif yang signifikan antara *Self Regulated Learning* dengan Kesejahteraan Psikologis, dimana koefisien $R = 0,483$ dengan $p = 0,000$ dan $R^2 = 0,234$. Ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dibentuk oleh *self regulated learning* dengan kontribusi sebesar 23,4%. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 76,6 % pengaruh dari faktor lain terhadap Kesejahteraan Psikologis.
2. Ada hubungan positif yang signifikan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis, dimana nilai koefisien $R = 0,372$ dengan $p = 0,000$ dan $R^2 = 0,138$. Ini menunjukkan bahwa Kesejahteraan Psikologis dibentuk oleh Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan kontribusi sebesar 13,8 %. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 86,2 % pengaruh dari faktor lain terhadap Kesejahteraan Psikologis.
3. Ada hubungan positif yang signifikan antara *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis, dimana nilai koefisien $R = 0,511$ dengan $p = 0,000$ dan $R^2 = 0,261$. Ini menunjukkan bahwa Kesejahteraan Psikologis dibentuk oleh *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan kontribusi sebesar 26,1%. Dari hasil

ini diketahui bahwa masih terdapat 73.9 % pengaruh dari faktor lain terhadap Kesejahteraan Psikologis.

5.2 Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Kepada Kepala Sekolah

Melihat kondisi *Self Regulated Learning* yang baik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya serta Kesejahteraan Psikologis yang dimiliki oleh satuan siswa SMA Negeri 12 Medan tergolong tinggi, maka disarankan kepada Kepala Sekolah agar terus memantau dan meningkatkan *Self Regulated Learning* siswa dan terus mengasosiasikan pentingnya Dukungan Sosial Teman Sebaya kepada seluruh siswa SMA Negeri 12 Medan agar kesejahteraan psikologis siswa SMA Negeri 12 Medan tetap tinggi dan meningkat.

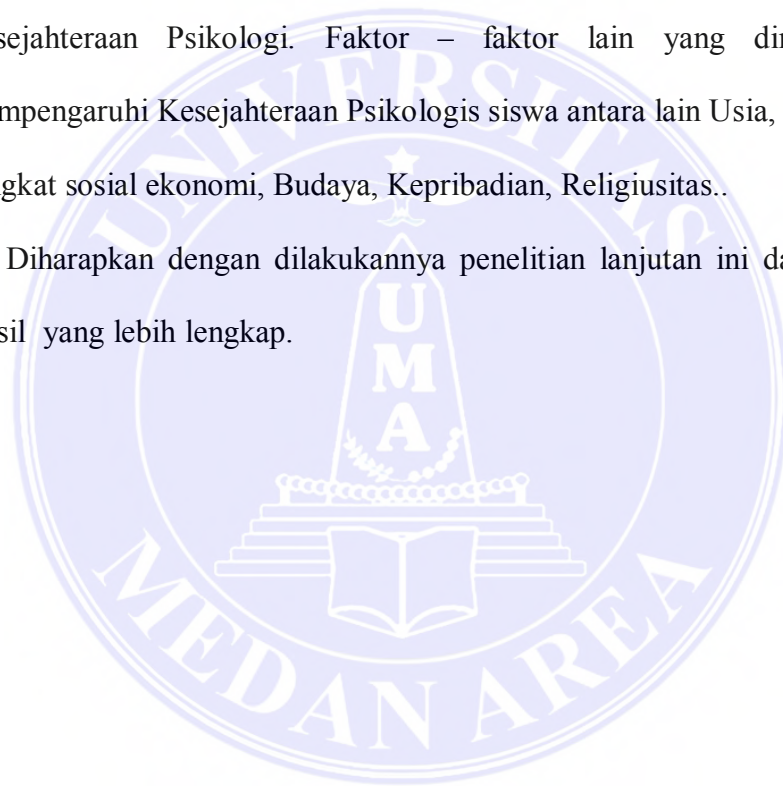
2. Kepada Siswa

Mengingat adanya kontribusi positif antara *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap kesejahteraan Psikologis maka diharapkan kepada seluruh siswa SMA Negeri 12 Medan mempertahankan dan jika dapat meningkatkan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya yang ada pada dirinya karena faktor - faktor tersebut memiliki korelasi yang signifikan terhadap Kesejahteraan Psikologis siswa SMA Negeri 12 Medan.

3. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Menyadari hasil penelitian yang menyatakan bahwa masing-masing variabel bebas, yakni *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya memiliki kontribusi terhadap peningkatan Kesejahteraan Psikologis, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini mencari faktor-faktor lain yang berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologis dan menggunakan teori lain untuk mengukur Kesejahteraan Psikologi. Faktor – faktor lain yang dimaksud turut mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis siswa antara lain Usia, Jenis kelamin, Tingkat sosial ekonomi, Budaya, Kepribadian, Religiusitas..

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian lanjutan ini dapat diperoleh hasil yang lebih lengkap.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, 2011 *Peningkatan Aktivitas dan Hasil Belajar siswa melalui Model Problem Based Learning (PBL)*
- Alwisol.(2009). *Psikologi Kepribadian*, edisi revisi Malang: UMM Press
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Edisi Revisi VI. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Astuti, A. W. (2011). *Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga* . Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Azwar, S. (2009). *Metode penelitian* (edisi kesepuluh). Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar. Saifuddin. 2013. *Metode Penelitian* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation*. *Social and Personality Psychology Compass* Vol I No 1, 115-116
- Berger Peter L, 2010 “*Konstruksi Realitas Sosial Sebagai Gerakan Pemikiran*”
- Bulmer, M. (2015). *The social basis of community care (routledge revivals)*. New York: Routledge
- Chan,H.,Y. H. Lee, danH. H. Chen.(2015)*The Effects of Internal Locus of Control on Entrepreneurship: the Mediating Mechanisms of Social Capital and Human Capital*,27 (11):1158-1172.
- Cobb (dalam Tizar Rahmawan) “*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Hardiness Remaja di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Kota Malang*”. (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2010).
- Cutrona.C. E. (1994). *Perceived parental social support & academic achievement. an attachment theory perspective*. *Journal of Personality and Social Psychology*

- Daniella. A. (2012) *Perbedaan Psychological Well-being Orang tua Tunggal Laki-laki dan Orangtua Tunggal Perempuan Yang Bercerai*. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta
- Desmita (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Diener, S, (2008). *The Science of Well-Being The Collected Works of Ed Diener*. USA: Springer
- Dyah 2014 “*Psychological Well-being Pada Wanita Lajang Dewasa Madya*” Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta
- Ekasari, A., & Yuliyana, S. (2012). *Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan coping stress pada remaja*. Journal Soul. 5 (2), 55-66
- Ekasofia, S. 2009 “*Hubungan Dukungan Sosial dengan Psychological Well-being pada orang dengan HIV/AIDS* (online)
- Fani. K dan Latifah Nur. A. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan*. Jurnal Psikologi Pitutur. Volume 1 No.1
- Faulkner, A. dkk. (2013). *Mental health peer support in England: Piecing together the jigsaw*. Diunduh dari <http://www.mind.org.uk/media/715923/Peer-Support-Report-Peerfest-2013>.
- Ghufron, M. N., & S, R. Risnawati. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Hadi, S. 2000. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hadjam, M.N.R & Nasiruddin, A. (2003). *Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis*. Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada No.2 : 72-8
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Online). <http://kbbi.web.id>. Diakses : 17 Februari 2014
- Keyes & Shmotkin. 2002. *Jurnal Optimizing Well-being : The Empirical Encounter of Two Traditions*.v
- Lakoy, Ferny Santje. (2009), *Psychological Well-being Perempuan Bekerja dengan Status Menikah dan Belum Menikah*. Jurnal Psikologi. 7,2,71-80

- Lesmana, W.I., & Budiani, M.S., (2013) *Hubungan antara Harga Diri dan Tingkat Stress dengan Psychological Well-being pada Remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya*, jurnal Universitas Negeri Surabaya.
- Maftuhah. (2012). *Self-Regulated Learning pada Siswa Tunanetra Berprestasi Tinggi*. Skripsi. IAIN Sunan Ampel Surabaya
- Malika, 2008 “*Psychological Well-being*”, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Maslihah, Sri. (2011). *Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat*. Jurnal Psikologi Undip, 10(2), 103-114. doi: 10.14710/jpu.10.2.103-114.
- Meta, N D.S (2012) *Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kinerja Perawat pada RSUD Fatmawati Jakarta*
- Muhana, S.U. & Amawidyati, S.A.G (2009). *Religiusitas dan Psychological Well Being Pada Korban Gempa*. Jurnal Psikologi. 34
- Myers, D.G. (2005). *Social Psychology*. Eight Edition. New York : McGraw-Hill
- Nurjanah, 2017. “*Pengaruh Program Remedial terhadap minat belajar dan prestasi bahasa Arab di MTs Nurul Ummah Kotagede-Yogyakarta*”
- Ormrod, Ellis Jeanne, 2009. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Erlangga
- Papalia, D.E., Sterns, H.L., et.al. 2009. *Adult Development and Aging*. (3 Ed.). New York : McGraw-Hill
- Park, N., Peterson, C. (2004). *Strengths of Character and Wellbeing*. Journal of Social and Clinical Psychology
- Peplau, L.A., Sears, D.O. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana
- Priyatno, D. (2011). *Buku Saku SPSS, Analisis Statistik Data Lebih Cepat, Efisien dan Akurat*, Yogyakarta, Mediakom.
- Puspitasari dkk. 2010. *Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) pada Siswa Kelas XII Reguler Sma Negeri 1 Surakarta*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro

- Risamana, W. (2015) *Fenomena Meningkatnya Depresi pada Remaja*
http://wurri-risamana-fpsi2.web.unair.ac.id/artikel_detail-146565-Umum-Depresi%20pada%20remaja
- Rustika, I.M. (2014). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik pada Remaja. Disertasi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Ryff, C. D., & Singer, B.H (2008) *Know Thyself and Become What You Are: A Eudamonic Approach to Psychological Well-being*, Journal 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D. 1995. *Psychological well-being in adult life*. Current Directions in Psychological Science
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology* , 69(4), 719-727
- Ryff, C. & Keyes, C. (2005). *The Ryff Scales of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 69. No. 4
- Ryff, C.D. & Singer, H.B. (2008). *Happiness is Everything or Is It?*. Exploration on The Meaning of Psychological Well-being. Madison: University of Wisconsin.
- Santrock, J. W. (2008). *Educational Psychology 2nd edition* (Terjemahan Alih bahasa: Widiasinta, B). Jakarta: Erlangga
- Sarafino, Edward P. dan Timothy W.S. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. USA: John Wiley & Sons.
- Sari. (2014). *Hubungan Antara Self Efficacy dan Self Regulated Learning dengan Prestasi Akademik*. Skripsi. Surabaya : Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya. Laboratorium Pendidikan
- Schunk, D. H. (2005). *Self Regulated Learning: The Educational Legacy of Paul R. Pintrich*. *Educational Psychologist* 40 (2), 85-94.
- Schunk, Dale. H, 2012. *Learning Theories: An Educational Perspectives*, 6th Edition. New York: Pearson Education Inc.
- Seligman, Martin E.P. (2006). *Learned Optimism : How to Change Your Mind and Your Life*. new York: Vintage Books.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta. PT.Gramedia Widiasarana Indonesia.

- Setiawaty, S. (2012) *Optimalisasi peran wanita di Keluarga dalam membentuk sumber daya manusia berkualitas*
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta
- Susanto, A. 2006. *Perbedaan Perilaku Prosocial ditinjau dari Locus of Control*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi UMS
- Taylor, E.S.(2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Kencana
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). *Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales*. Journal of personality and social psychology, 54 (6),1063 – 1070. PsychArticles.
- Weiss (dalam Taylor, Peplau, & Sears, 1997) dalam teorinya mengenai fungsi hubungan sosial (Theory of the Provisions of Social Relationship).
- Weiss. R. (dalam Ristiani dkk). *“Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta*
- Yukselturk, E, & Bulut, S (2009). Gender differences in self-regulated online learning environment. Educational Technology & Society, 12 (3), 12-22.
- Zimmerman, B. J. (2002 41 (2)). *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview*. Theory Into Practice, 64-70
- Zimmerman, B. J. 2000. *Attaining Self-Regulation*. Dalam M. Boekaerts, P. R. Pintrich & M. Zeidner (Ed.). Handbook of Self-Regulation. San Diego: Academic Press
- Zimmerman, B. J. *“A Social Cognitive View of Self-regulated Learning”* dalam Journal of Educational, (81,1989). hlm.4.

LAMPIRAN 1

Skala Alat Ukur

- 1.Kesejahteraan Psikologis**
- 2.Self Regulated Learning**
- 3.Dukungan Sosial Teman Sebaya**

KATA PENGANTAR

Dengan hormat, dalam memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Pasca Sarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area, saya bermaksud mengadakan penelitian. Untuk itu saya berharap dan memohon bantuan dan kerjasama adik – adik untuk mengisi skala ini sebagai data dalam penelitian saya.

Skala ini terdiri dari sekelompok pernyataan untuk dijawab sesuai dengan daftar pilihan yang dijelaskan dalam petunjuk pengisian. Untuk itu saya berharap agar adik – adik memperhatikan setiap petunjuk pengisian dengan baik.

Dalam memilih daftar pilihan, ***tidak ada jawaban benar atau salah***. Untuk itu sangat diharapkan agar adik-adik menjawab dengan jujur dan tidak mendiskusikannya dengan orang lain. ***Semua jawaban akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini saja***.

Bantuan dan kerja sama adik – adik dalam menjawab pernyataan pada skala ini merupakan bantuan yang amat besar bagi keberhasilan penelitian ini. Atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Hormat saya

Peneliti

Anna Simbolon

Petunjuk Pengisian Identitas Responden:

Isilah sesuai dengan identitas diri Anda

1. Nama :
2. Kelas :
3. Jenis Kelamin :
4. Tempat/Tgl Lahir :

Petunjuk Pengisian Angket

Setiap pernyataan memiliki 4 alternatif jawaban:

- SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

Berikan respon sesuai dengan apa yang Anda rasakan dan alami sebagai seorang siswa di SMA Negeri 12 Medan dengan cara memberi tanda silang (✓) di kolom yang tepat.

Skala 1

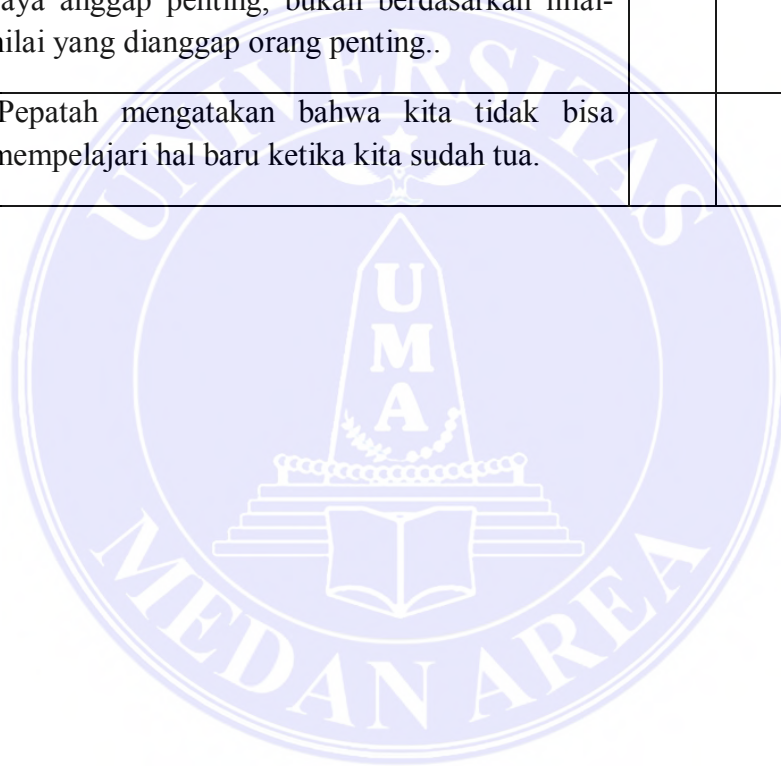
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Secara umum saya merasa bahwa saya dapat memegang kendali terhadap situasi dalam kehidupan saya.				
2.	Saya tidak tertarik dengan kegiatan yang bisa memperluas wawasan hidup				
3.	Kebanyakan orang memandang saya sebagai pribadi yang hangat dan penuh kasih.				
4.	Ketika saya menghayati kembali pengalaman hidup saya, saya merasa puas dengan semua yang telah terjadi.				
5.	.Saya tidak takut mengutarakan pendapat saya, meskipun pendapat saya bertentangan dengan kebanyakan orang.				
6.	Berbagai tuntutan dalam kehidupan sehari-hari sering membuat saya merasa tidak berdaya.				
7.	Saya mengalami kesulitan dan frustrasi dalam mempertahankan hubungan yang akrab dengan orang lain.				
8.	.Saya menjalani hidup hari demi hari dan tidak terlalu memikirkan masa depan.				
9.	Secara umum saya merasa percaya diri dan positif mengenai diri saya				
10.	Keputusan-keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi oleh orang lain.				
11.	Saya tidak terlalu cocok dengan orang-orang maupun lingkungan komunitas yang ada di sekitar saya.				

12.	.Saya cenderung fokus pada masa kini, karena masa depan sering membawa masalah bagi saya				
13.	Saya merasa kebanyakan orang yang saya kenal lebih berhasil dalam kehidupan dibandingkan saya.				
14.	Saya cenderung khawatir mengenai pandangan orang terhadap saya.				
15.	Saya cukup mampu menangani berbagai tanggung jawab yang saya miliki dalam kehidupan sehari-hari.				
16.	Saya tidak mau mencoba hal-hal baru dalam melakukan sesuatu – hidup saya sudah baik apa adanya.				
17.	Saya menikmati percakapan pribadi dan timbal balik dengan anggota keluarga maupun teman-teman saya.				
18.	Merasa bahagia dengan diri saya sendiri lebih penting dibandingkan pengakuan orang lain pada saya.				
19.	Saya sering kali merasa kewalahan dengan tanggung jawab yang saya pikul				
20.	Saya rasa penting untuk memiliki pengalaman-pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia disekitar.				
21.	Kegiatan saya sehari-hari sering kali hanyalah sekedarnya dan tidak penting bagi saya				
22.	.Saya menyukai hampir semua aspek dalam kepribadian saya.				
23.	Saya cenderung dipengaruhi oleh orang-orang yang memiliki opini yang kuat.				
24.	Ketika saya berpikir, saya merasa belum menjadi pribadi yang lebih baik seiring tahun				

	berlalu.				
25.	Saya tidak memiliki banyak orang yang mau mendengarkan ketika saya membutuhkan untuk bicara.				
26.	Saya tidak tau apa yang sebenarnya ingin saya capai dalam hidup ini				
27.	Saya membuat berbagai kesalahan dimasa lalu, namun saya merasa semua yang terjadi adalah yang terbaik.				
28.	Saya biasanya dapat mengurus keuangan dan masalah pribadi dengan baik.				
29.	Sebelumnya saya terbiasa menetapkan rencana pribadi, tetapi sekarang hal tersebut sepertinya buang-buang waktu saja.				
30.	Dalam banyak hal saya merasa kecewa dengan pencapaian saya dalam hidup				
31.	Menurut saya, orang lain lebih banyak memiliki teman daripada saya.				
32.	Saya senang menyusun rencana bagi masa depan dan berusaha untuk merealisasikannya				
33.	Saya yakin dengan pendapat saya, meskipun berbeda dengan pendapat umum.				
34.	Saya mampu mengatur waktu saya sehingga saya bisa menyelesaikan segala sesuatu dengan baik				
35.	Saya merasa bahwa saya mengalami banyak kemajuan sebagai pribadi seiring waktu.				
36.	Orang menggambarkan saya sebagai pribadi yang murah hati, mau memberi waktu saya bagi orang lain.				
37.	Saya adalah orang yang secara aktif				

	melaksanakan rencana-rencana yang telah saya tetapkan.				
38.	Sulit bagi saya untuk mengutarakan pendapat mengenai persoalan yang kontroversial.				
39.	Kehidupan saya sehari-hari sibuk, tapi saya mendapatkan kepuasan dengan berusaha menyelesaikan semuanya.				
40.	Saya tidak menikmati berada dalam situasi-situasi baru yang mengharuskan saya mengubah kebiasaan lama saya.				
41.	Saya belum mengalami banyak hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain.				
42.	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan yang jelas, tapi saya bukan salah satunya.				
43.	Sikap saya terhadap diri saya mungkin tidak sepositif sikap kebanyakan orang terhadap diri mereka.				
44.	Saya sering mengubah keputusan saya, jika keputusan itu tidak disetujui oleh teman atau keluarga.				
45.	Bagi saya hidup merupakan proses belajar, berubah dan bertumbuh yang berkelanjutan..				
46.	Saya seringkali merasa kesepian karena memiliki hanya sedikit teman dekat yang bisa saya jadikan teman berbagi masalah.				
47.	Terkadang saya merasa telah melakukan semua yang bisa saya lakukan dalam hidup ini				
48.	Saya dapat dipercaya oleh orang lain				
49.	Masa lalu memiliki sisi positif dan negatif, namun secara keseluruhan, saya tidak ingin mengubah masa lalu saya.				

50.	Saya berusaha membuat kemajuan besar atau perubahan dalam hidup.				
51.	Saya mengalami kesulitan mengatur kehidupan sesuai dengan yang bisa memuaskan saya.				
52.	Ketika saya membandingkan diri saya dengan teman dan kenalan, saya merasa puas dengan diri saya.				
53.	Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang dianggap orang penting..				
54.	.Pepatah mengatakan bahwa kita tidak bisa mempelajari hal baru ketika kita sudah tua.				



Skala 2

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya mengulang kembali materi pelajaran yang dipelajari di sekolah.				
2.	Jika materi bacaan sulit dipahami, saya tidak akan melanjutkan membaca materi tersebut.				
3.	Saya memperbanyak latihan mengerjakan soal agar nilai saya lebih baik.				
4.	Saya segera mengevaluasi nilai-nilai yang kurang memuaskan sehingga menjadi lebih baik.				
5.	Saya sering tidak meluangkan waktu untuk belajar karena lebih senang melakukan kegiatan lain.				
6.	Saya kurang mampu merangkum poin penting dari materi yang saya abaca.				
7.	Saya tidak mengerti bagaimana cara menghafal yang baik.				
8.	Saya selalu berusaha hadir di kelas secara teratur sehingga tidak ketinggalan materi pelajaran.				
9.	Saya tidak perlu bekerja keras untuk mencapai cita-cita saya.				
10.	Semua yang dipelajari di sekolah akan berguna untuk kehidupan saya nantinya.				
11.	Saya cepat bosan ketika membaca materi suatu pelajaran.				
12.	Saya mudah putus asa jika memperoleh nilai yang rendah.				

13.	Saya melihat tugas yang sulit sebagai tantangan yang harus diselesaikan dengan baik.				
14.	Semua yang dipelajari di sekolah tidak ada gunanya.				
15.	Saat saya mengalami kegagalan, hal itu tidak membuat saya menyerah.				
16.	Saya sulit untuk belajar jika ada suara bising.				
17.	Saya tidak tertarik membahas kembali soal-soal yang telah diujikan.				
18.	Saya dapat belajar dengan baik tanpa terpengaruh oleh situasi di sekeliling saya.				
19.	Menjelang ujian, saya akan mempelajari ulang tugas-tugas dan contoh soal terdahulu yang berkaitan dengan materi pelajaran.				
20.	Saya mampu menetapkan rencana belajar agar memperoleh nilai yang memuaskan.				
21.	Saya tidak bisa mengatur waktu belajar dengan baik.				
22.	Saya merasa percuma bertanya mengenai materi pelajaran pada guru maupun teman.				
23.	Jika kurang mengerti tugas yang diberikan guru, saya akan diam saja.				
24.	Bila menemui kesulitan dalam mengerjakan tugas, saya akan bertanya kepada teman yang lebih paham.				
25.	Saya akan bertanya kepada guru jika tidak mengerti.				
26.	Saya membuat perencanaan tugas yang harus dikerjakan sehingga semua tugas dapat selesai tepat waktu.				

27.	Kumpulan soal-soal ujian terdahulu tidak pernah saya gunakan.				
28.	Saya menyimpan semua hasil ujian, tes maupun kuis untuk mengetahui sejauh mana kemajuan saya dalam belajar.				
29.	Saya kurang mampu menetapkan rencana belajar untuk memperbaiki nilai-nilai yang rendah.				
30.	Saya memilih lokasi belajar yang membuat saya nyaman.				
31.	Saya sulit menemukan lokasi yang nyaman untuk belajar.				
32.	Saya bekerja keras untuk belajar dengan baik pada suatu pelajaran, bahkan jika saya tidak suka pada pelajaran tersebut.				
33.	Ketika ada tugas yang sulit, saya menyerah untuk tidak mengerjakannya.				
34.	Saya membuat catatan secara teratur agar lebih mudah dipelajari				
35.	Saya tidak termotivasi untuk belajar lebih giat lagi.				
36.	Jika kelelahan, saya tidak akan melanjutkan aktivitas belajar.				
37.	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan agar sukses di masa depan.				
38.	Saya selalu berusaha menjadi yang terbaik di kelas.				
39.	Saya sering menyisihkan waktu untuk belajar di waktu luang saya.				
40.	Saya jarang meluangkan waktu membaca kembali materi yang diajarkan guru.				

41.	Saya meluangkan waktu untuk membaca kembali buku catatan pelajaran setiap hari.				
42.	Saya tidak berusaha belajar ketika menghadapi ujian.				
43.	Saya menetapkan rencana belajar untuk memperoleh nilai yang memuaskan.				
44.	Saya tidak punya tujuan untuk masa depan.				
45.	Saya tidak berusaha memperbaiki nilai ulangan yang buruk.				
46.	Jika materi bacaan sulit dipahami, saya membuat strategi untuk mengubah cara membacanya sehingga mudah dimengerti.				
47.	Saya merasa kesulitan membuat strategi yang mempertajam ingatan dalam belajar.				
48.	Tidak ada usaha yang saya lakukan untuk memperbaiki nilai yang rendah.				
49.	Saya tidak menerapkan berbagai strategi untuk mempertajam ingatan dalam belajar.				
50.	Saya membuat gambar, diagram atau tabel agar lebih mudah memahami suatu materi.				
51.	Saya membuat kesimpulan suatu mata pelajaran dengan berbagai kemungkinan alternatif yang memudahkan pemahaman.				
52.	Saya menciptakan cara-cara untuk memudahkan mengingat materi yang diajarkan di sekolah.				
53.	Ketika mempelajari materi pelajaran, saya membuat ringkasan materi menggunakan kata-kata sendiri untuk membantu saya memahami materi tersebut.				
54.	Saya tidak mencatat materi yang dijelaskan guru.				

55.	Saya membaca bahan pelajaran secara berulang-ulang agar lebih mudah diingat dan dimengerti.				
56.	Saya sering membaca materi pelajaran tetapi tidak mengetahui isi pokok dari materi tersebut.				



Skala 3

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Teman saya menghargai kemampuan yang saya miliki				
2.	Saya membantu teman saya yang sedang mengalami kesulitan belajar				
3.	Teman saya tidak peduli dengan pendapat yang saya utarakan				
4.	Teman saya akan membantu saya tanpa saya minta				
5.	Saat bersama dengan teman-teman, diri saya merasa was-was				
6.	Tanpa saya minta teman saya akan membantu penyelesaian masalah yang sedang saya hadapi				
7.	Saya merasa disayangi oleh teman saya				
8.	Teman saya akan membantu saya dalam menyelesaikan masalah				
9.	Saya tidak peduli dengan masalah yang sedang dihadapi oleh teman saya				
10.	Saat teman saya merasa bahagia, saya juga merasa bahagia				
11.	Teman-teman saya cuek dengan keberadaan diri saya				
12.	Saya dipandang sebelah mata oleh teman-teman saya				
13.	Saya merasa panik ketika sendirian menghadapi				

	masalah				
14.	Teman saya merasa gelisah ketika bercerita dengan saya.				
15.	Teman saya mengakui kemampuan yang saya miliki				
16.	Teman saya menganggap saya sebagai orang yang bodoh				
17.	Saya mendengarkan apa yang dikatakan teman saya jika itu adalah hal yang benar				
18.	Saya mengandalkan kemampuan diri saya dalam menyelesaikan masalah				
19.	Saya merasa tidak dibutuhkan oleh teman untuk menyelesaikan masalahnya				
20.	Teman saya meremehkan pekerjaan yang saya kerjakan				
21.	Teman saya memberikan solusi, saat saya menghadapi permasalahan dengan orangtua atau teman dekat				
22.	Teman saya mengatakan bahwa saya adalah orang yang pintar				
23.	Saya menerima nasehat dari teman saya saat saya melakukan kesalahan				
24.	Teman saya tidak memperdulikan keberadaan saya saat kami berkumpul bersama				
25.	Saya mengerjakan tugas sekolah sendirian, tanpa bersama dengan teman-teman				
26.	Teman saya tidak memberikan nasehat kepada saya, saat saya melakukan kesalahan				
27.	Saya mengandalkan diri saya ketika kesulitan mengerjakan tugas-tugas				

28.	Saya merasa gelisah jika sedang bersama dengan teman-teman				
29.	Saya merasa takut apabila teman-teman saya mengetahui rahasia diri saya.				
30.	Saya mengandalkan diri sendiri ketika menyelesaikan tugas sekolah				
31.	Saya tidak memperdulikan apa yang teman saya katakan				
32.	Saya menganggap teman saya sebagai <i>figure</i> orangtua				
33.	Teman saya mengajari saya dalam memahami pelajaran, agar saya memperoleh nilai yang lebih baik				
34.	Ketika saya memiliki masalah, saya akan meminta bantuan teman saya				
35.	Saya merasa teman saya tidak menyukai diri saya				
36.	Saya merasa teman-teman saya menerima saya apa adanya				
37.	Saya senang melakukan kegiatan bersama dengan teman-teman				
38.	Saya merasa aman saat berada ditengah teman-teman saya				
39.	Teman saya lebih sering menceritakan masalahnya kepada orang lain daripada kepada saya				
40.	Saat mengalami kesulitan, teman saya akan segera menolong				
41.	Teman saya meragukan kemampuan yang saya miliki				

42.	Teman-teman saya tidak mengetahui rahasia diri saya				
43.	Saya jarang menerima informasi yang penting dari teman saya				
44.	Saya percaya jika teman saya peduli dengan keberadaan diri saya ditengah-tengah mereka				
45.	Teman saya tidak peduli dengan masalah yang saya hadapi				
46.	Saya merasa dibutuhkan oleh teman saya				
47.	Teman saya memuji pekerjaan yang saya lakukan				
48.	Dalam menghadapi masalah, saya membutuhkan bantuan dari teman				
49.	Saya merasa kesulitan untuk memahami pelajaran, dan saya tidak ada yang bersedia mngajari				
50.	Teman saya akan segera memberi informasi penting tentang kegiatan sekolah saat saya terlambat mengetahuinya				

LAMPIRAN 2

Data Try Out Skala Penelitian:

1. Data Try Out Kesejahteraan
Psikologis
2. Data Try Out *Self Regulated Learning*
3. Data Try Out Dukungan Sosial
Teman Sebaya

SKOR UJI COBA SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

NO	AITEM																																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54			
	F	UF	F	F	F	UF	UF	UF	F	F	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	F	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	F	F	UF	UF	UF	F	F	F	F	F	F	F	UF	F	UF	UF	F	UF	UF	F	F	UF	UF	F	F	UF					
1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	1		
2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	4	2	2	4	4	4	4	2	2	3	4	3	2	2	1	2	4	3	4	1	2	4	4	3	3	3	3	2	4	2	1	1	1	1	4	1	3	3	1	4	1	1	3	4			
3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	
4	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	4	4	1	2	3	3	2	3	1	4	4	1	1	4		
5	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	2	4	3	2	4	4	2	2	4	2	3	4	4	3	2	4	3	3	3	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	3	2			
6	3	4	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	4	3	1	2	1	1	2	2	3	1	3	4	2	2	3	2	4	2	3	1	4	2	3	3	1	1	4	2	2	2	2	3	3			
7	3	3	3	2	4	4	2	4	4	3	4	2	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	4	2	2	4	3	2	4	1	4	1	3	3	4			
8	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3			
9	4	3	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4	3	1	3	4	2	4	2	4	2	4	1	3	4	2	1	2	4	1	1	1	1	3	4	2	3	2	3	4	4	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	
10	3	3	2	4	4	3	1	2	3	3	1	1	1	3	3	1	4	3	1	4	3	3	2	1	1	1	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	2	1	2	2	4	2	3	4	3	1			
11	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	4	4	2	3	3	4	2	2	3	3
12	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3			
13	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4				
14	3	4	4	3	3	3	4	4	4	2	1	2	1	1	4	3	3	4	2	4	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	1	4	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	1			
15	3	4	3	2	3	1	1	2	3	2	1	4	3	2	4	3	2	4	3	2	2	2	1	2	1	3	4	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	3	2	4	2	3	2	1	4	1	4	1			
16	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2			
17	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	4	
18	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	1			
19	3	2	3	3	3	1	2	4	4	3	3	2	1	2	3	1	4	2	3	4	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	2	1	3	1	2	3	3	3	2	3	3	2			
20	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2		
21	3	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	1	4	3	2	4	2	2	2	4	4	3	4	1	2	4	1	1	4	4	4	2	4	4	4			
22	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2			
23	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	2	4	4	2	4	4	4	1	2	4	3	2			
24	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	2	4	3	2	2	4	3	2	3	2				
25	3	3	3	1	3	4	4	3	3	3	4	1	3	3	2	4	3	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	1	4	2	3	4	4	3	4	3	3	1	3	1	3	1			
26	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4				
27	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2			
28	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	2	3	2	3	3	4	4			
29	4	3	2	2	3	3	4	4	4	2	2	4	1	4	2	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	3	2	1	4	3	4	3	2	3	1	4	3	1	4	4			
30	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	1	3	4	1	2	4	4	1	3	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	3	1	2	3	1	1			
31	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	3	3	2	4	4	4	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3				
32	4	4	2	2	2	3	4	4	4	2	4	4	3	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	2	3	4	2	3	1	3	3	3	4	4	4	2	3	3	2	1	4	3	2	2	3	3	4	2	2	3				
33	2	2	2	3	3	1	2	4	3	4	2	2	3	1	3	2	3	3	2	4	2	1	4	3	2	1	4	3	2	2	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	1	4	1	2	4	4	1	2	3	3	2			
34	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	1	3	3	3	4	2	2	4	1	2	3	3	3	3	4	2				
35	3	3	3	2	3	3	4	4																																																	

SKOR UJI COBA SKALA SELF REGULATED LEARNING

NO	AITEM																																																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56						
	F	UF	F	F	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	F	F	UF	UF	UF	F	F	F	UF	F	UF	F	UF	F	UF	F	UF	UF	F	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	UF	UF	F	F	F	F	UF	F	UF							
1	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3							
2	3	2	2	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3						
3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4						
4	2	3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	1	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	1	4	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	4	1	2	1	3	3	1	1	2	4	3	2	3				
5	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	1	2	4	4	1	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	2				
6	2	2	2	2	1	4	4	2	3	4	2	1	1	3	4	1	3	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	4	2	4	1	2	2	4	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	1	2	4	1	4	4	4	2	4	4						
7	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	1	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	2	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2				
8	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2					
9	1	4	1	1	1	4	4	4	3	2	2	3	2	1	4	1	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3				
10	3	2	4	3	1	2	1	2	3	4	1	1	4	3	3	1	1	4	3	3	2	1	1	3	4	2	3	4	1	4	1	4	2	3	1	1	2	3	2	2	3	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2						
11	2	2	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3							
12	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3						
13	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3						
14	3	3	3	4	4	2	2	2	4	4	3	2	3	4	3	1	3	1	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	2	1	4	3	2	4	3	2	4	3	2	2	4	3	4	4	4	2	2	4	3	3	4	4	2					
15	3	3	4	4	1	3	2	1	2	4	3	1	3	2	2	1	3	2	3	3	1	1	2	1	3	1	2	4	2	3	3	4	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	1	1	2	4	4	2	3	4	3	1	4					
16	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2					
17	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2						
18	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	1	2	3	3	3	2	2			
19	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	4	4	2	2	2	3	4	4	2	4	2	3	2	4	1	4	2	1	4	4	3	2	3	2	4	2	2	4	2	2	2	4	4	3	3	2	4	2	2					
20	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	2					
21	3	2	3	3	2	2	2	3	4	4	2	4	3	4	4	1	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	3	2	4	4	2	3	2	2	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	3						
22	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3				
23	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	1	4	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3			
24	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	4	4	3	4	3		
25	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3				
26	2	2	2	2	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	3	3				
27	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3				
28	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	1	2	3	4	
29	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	
30	1	1	1	1	1	1	3	3	4	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	4	3	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
31	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3		
32	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
33	3	2	3	3	2																																																									

LAMPIRAN 3

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Alat Ukur:

1. Validitas dan Reliabilitas Kesejahteraan

Psikologis

2. Validitas dan Reliabilitas *Self Regulated Learning*

3. Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

Teman Sebaya

Scale: KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	32

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	150.8750	214.933	.301	.858
VAR00002	150.8250	210.917	.392	.856
VAR00003	151.0500	214.100	.228	.859
VAR00004	151.4500	219.228	-.041	.863
VAR00005	150.9250	215.917	.127	.860
VAR00006	151.2500	205.987	.482	.854
VAR00007	150.9250	206.738	.452	.855
VAR00008	150.6250	210.087	.388	.856
VAR00009	150.8000	216.472	.099	.860
VAR00010	151.1750	219.840	-.073	.863
VAR00011	151.2250	209.512	.318	.857
VAR00012	150.8250	214.507	.151	.860
VAR00013	151.7000	214.831	.169	.860
VAR00014	151.5000	207.026	.458	.855
VAR00015	150.9500	213.433	.217	.859
VAR00016	150.9250	212.789	.241	.859
VAR00017	150.6000	209.682	.454	.855
VAR00018	150.9000	217.682	.032	.862
VAR00019	151.5500	210.818	.416	.856
VAR00020	150.5000	212.974	.318	.857
VAR00021	150.9750	205.769	.556	.853
VAR00022	151.1000	214.092	.181	.860
VAR00023	151.3000	219.395	-.048	.863
VAR00024	151.4750	205.640	.516	.853
VAR00025	151.3750	205.420	.509	.853
VAR00026	151.0250	202.948	.533	.853
VAR00027	150.8500	222.387	-.170	.866
VAR00028	151.1000	211.272	.305	.857
VAR00029	151.0000	204.462	.578	.852
VAR00030	151.1250	202.010	.634	.851
VAR00031	151.4500	204.972	.488	.854
VAR00032	150.5500	211.485	.492	.856
VAR00033	150.9500	217.946	.008	.863
VAR00034	150.9500	207.279	.476	.854
VAR00035	151.0000	209.179	.562	.854
VAR00036	151.0000	213.795	.226	.859
VAR00037	151.0000	216.205	.155	.859
VAR00038	151.4750	210.256	.309	.857
VAR00039	150.7500	208.756	.453	.855
VAR00040	151.4000	207.631	.474	.854
VAR00041	151.5250	208.563	.378	.856
VAR00042	150.8750	208.163	.356	.856
VAR00043	152.0250	218.384	.006	.862
VAR00044	151.9000	209.887	.363	.856
VAR00045	150.5250	204.153	.632	.852
VAR00046	151.5250	201.487	.491	.853
VAR00047	151.6250	214.035	.180	.860
VAR00048	150.9250	216.738	.072	.861
VAR00049	151.3750	221.933	-.141	.866
VAR00050	150.9000	208.451	.350	.857
VAR00051	151.3500	206.900	.469	.854
VAR00052	151.3750	216.087	.080	.862
VAR00053	150.8750	218.061	.013	.862
VAR00054	151.4500	205.587	.380	.856

Scale: SELF-REGULATED LEARNING

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.955	47

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	163.5500	472.100	.470	.903
VAR00002	163.7250	470.512	.551	.903
VAR00003	163.3750	468.035	.543	.903
VAR00004	163.2750	469.846	.566	.903
VAR00005	163.8750	468.317	.498	.903
VAR00006	163.6250	474.548	.399	.904
VAR00007	163.4000	477.733	.270	.905
VAR00008	163.1000	475.323	.390	.904
VAR00009	162.8250	479.481	.304	.905
VAR00010	162.8250	486.558	.066	.906
VAR00011	163.6000	461.990	.699	.901
VAR00012	163.6500	471.874	.369	.904
VAR00013	163.5500	472.562	.533	.903
VAR00014	162.9000	479.631	.245	.905
VAR00015	162.3750	483.522	-.079	.949
VAR00016	164.5750	482.046	.164	.906
VAR00017	163.5750	464.353	.694	.901
VAR00018	163.6750	477.353	.254	.905
VAR00019	163.2750	467.538	.672	.902
VAR00020	163.3500	473.515	.512	.903
VAR00021	163.6750	479.712	.229	.905
VAR00022	163.5750	478.353	.309	.905
VAR00023	163.4000	467.733	.541	.903
VAR00024	163.2500	486.244	.070	.906
VAR00025	163.1500	470.951	.569	.903
VAR00026	163.3750	465.112	.649	.902
VAR00027	163.6750	471.302	.536	.903
VAR00028	163.1750	470.969	.458	.903
VAR00029	163.8500	465.156	.677	.902
VAR00030	163.1250	475.958	.395	.904
VAR00031	163.6750	474.840	.382	.904
VAR00032	163.2250	470.999	.536	.903
VAR00033	163.7250	468.256	.569	.902
VAR00034	163.2500	484.654	.117	.906
VAR00035	163.1000	470.964	.481	.903
VAR00036	164.1000	475.015	.509	.904
VAR00037	163.2500	464.705	.656	.902
VAR00038	163.1500	467.772	.641	.902
VAR00039	163.5000	467.179	.708	.902
VAR00040	163.7000	469.395	.564	.903
VAR00041	163.7250	472.512	.545	.903
VAR00042	163.1750	464.558	.688	.902
VAR00043	163.1250	464.984	.722	.901
VAR00044	162.8250	477.174	.397	.904
VAR00045	163.0500	464.459	.658	.902
VAR00046	163.3000	471.754	.450	.903
VAR00047	163.8500	459.259	.713	.901
VAR00048	163.3000	465.856	.595	.902
VAR00049	163.2000	472.882	.493	.903
VAR00050	163.7250	469.897	.481	.903
VAR00051	163.4250	469.789	.538	.903
VAR00052	163.3000	473.959	.576	.903
VAR00053	163.2500	475.269	.388	.904
VAR00054	163.2750	471.333	.519	.903
VAR00055	163.4750	470.256	.527	.903
VAR00056	163.6000	475.067	.371	.904

Scale: DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.927	39

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	141.6500	237.362	.504	.908
VAR00002	141.6250	245.163	.040	.912
VAR00003	142.6500	258.438	.565	.918
VAR00004	141.9750	248.435	-.111	.914
VAR00005	141.7750	235.153	.407	.909
VAR00006	142.2500	239.013	.306	.910
VAR00007	141.9750	240.589	.224	.911
VAR00008	141.7000	239.036	.322	.910
VAR00009	141.6250	232.702	.588	.907
VAR00010	141.4250	235.379	.523	.908
VAR00011	141.8250	228.353	.707	.905
VAR00012	141.7000	227.241	.687	.905
VAR00013	141.9750	240.128	.221	.911
VAR00014	141.7500	234.192	.585	.907
VAR00015	141.8250	238.507	.411	.909
VAR00016	141.6250	233.061	.571	.907
VAR00017	141.4750	232.666	.571	.907
VAR00018	142.8750	251.394	-.243	.915
VAR00019	141.8500	231.208	.662	.906
VAR00020	141.8000	231.549	.643	.906
VAR00021	141.7000	238.831	.354	.909
VAR00022	141.9000	237.631	.420	.909
VAR00023	141.6000	235.682	.469	.908
VAR00024	141.8500	231.721	.534	.907
VAR00025	142.2250	237.358	.306	.910
VAR00026	141.6250	238.446	.311	.910
VAR00027	142.5250	238.871	.264	.910
VAR00028	141.6250	233.266	.629	.907
VAR00029	141.5500	233.485	.503	.908
VAR00030	142.5750	239.584	.242	.911
VAR00031	142.0250	234.538	.435	.908
VAR00032	142.3000	241.446	.162	.912
VAR00033	141.8250	239.840	.275	.910
VAR00034	141.7250	237.692	.456	.908
VAR00035	141.8500	231.874	.666	.906
VAR00036	141.6500	235.874	.592	.907
VAR00037	141.4750	234.563	.669	.907
VAR00038	141.6000	239.323	.443	.909
VAR00039	141.8500	238.951	.348	.909
VAR00040	141.6250	237.574	.477	.908
VAR00041	142.2000	237.959	.327	.910
VAR00042	142.4500	237.690	.270	.911
VAR00043	142.0000	241.846	.178	.911
VAR00044	142.0000	229.282	.681	.906
VAR00045	141.7250	237.281	.372	.909
VAR00046	141.9000	235.836	.511	.908
VAR00047	141.8750	236.574	.455	.908
VAR00048	141.8250	233.687	.679	.906
VAR00049	141.8750	235.394	.484	.908
VAR00050	141.6750	233.763	.561	.907

LAMPIRAN 4

TABULASI DATA PENELITIAN:

1. Tabulasi Data Kesejahteraan Psikologis
2. Tabulasi Data *Self Regulated Learning*
3. Tabulasi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya.

SKOR PENELITIAN SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

NO	AITEM																																Skor Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	F	UF	UF	UF	F	F	F	UF	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF		
1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	82
2	3	3	4	3	1	2	2	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	102
3	4	3	1	4	3	4	2	3	1	4	3	1	3	1	4	1	1	1	4	4	3	1	4	1	4	1	4	3	2	1	1	1	78	
4	3	3	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	4	3	4	3	4	3	3	96	
5	4	2	3	3	1	1	2	3	1	3	4	4	1	4	1	3	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	2	2	1	4	89	
6	3	4	2	4	4	1	1	4	2	4	4	2	1	3	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	3	1	4	4	1	4	1	77	
7	3	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	2	2	1	4	2	3	3	1	3	4	3	4	2	2	3	2	2	3	2	74		
8	3	4	2	2	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	1	4	4	1	4	3	4	3	3	107	
9	3	3	4	3	4	3	1	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	2	2	3	1	4	1	2	2	2	91	
10	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	83	
11	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	105	
12	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	84	
13	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	83	
14	4	3	3	3	4	1	3	3	1	4	3	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	2	3	1	1	95	
15	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	1	4	4	1	3	1	104	
16	3	1	4	4	4	4	3	4	2	4	4	1	1	3	3	4	1	2	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	1	4	4	4	94	
17	3	3	4	2	3	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	2	4	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	88	
18	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	92	
19	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	4	1	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	1	4	1	4	4	4	98	
20	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	90	
21	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	77	
22	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	103	
23	4	4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	99	
24	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	1	89	
25	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	4	3	2	88	
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	125	
27	4	2	4	4	4	3	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4	1	1	1	77	
28	4	4	4	4	4	3	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	3	3	3	4	4	1	1	4	1	4	1	1	1	1	76	
29	3	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	2	4	4	4	4	3	101	
30	2	3	2	4	4	2	2	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	4	2	4	4	3	3	2	94	
31	3	4	2	4	4	4	2	3	2	4	3	3	3	4	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	99	
32	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	71	
33	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	3	112	
34	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	93	
35	3	3	1	3	3	4	1	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	88	
36	4	4	4	4	4	1	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	114	
37	3	4	4	4	2	4	3	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	109	
38	3	3	3	3	4	4	1	4	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	2	4	3	2	4	2	3	1	94	
39	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	104		
40	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	1	101	

NO	AITEM																																Skor Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	F	UF	UF	UF	F	F	F	UF	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	
41	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	116
42	3	3	2	1	3	1	4	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	85
43	3	3	3	4	4	1	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	83
44	2	1	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	94
45	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	2	2	99	
46	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	4	102	
47	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	92	
48	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	2	4	3	2	101
49	4	3	2	2	4	1	3	1	4	4	1	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	1	3	4	2	2	4	2	3	3	3	4	80
50	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	88
51	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3	100
52	2	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	4	2	2	2	4	4	2	1	89	
53	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	91
54	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	3	2	4	3	4	3	3	95	
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	89	
56	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	92
57	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	87
58	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	4	2	1	97
59	3	4	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	2	2	2	3	4	87
60	2	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	81
61	2	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	87
62	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	83
63	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	1	4	4	3	108
64	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	94
65	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	4	3	2	99	
66	3	4	2	4	3	3	1	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	81
67	3	3	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	92
68	3	3	2	4	4	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	1	4	2	4	3	3	87
69	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	2	3	3	1	1	4	2	4	4	3	99
70	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	100
71	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	2	98	
72	3	4	1	3	4	3	1	4	1	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	2	1	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	84
73	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	3	93
74	3	4	2	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	3	4	100
75	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	3	2	84
76	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	4	97
77	3	3	3	2	3	3	1	4	2	3	3	3	1	2	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	91
78	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	3	2	81
79	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	2	3	2	3	2	3	4	1	4	3	4	3	3	101
80	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	1	4	1	4	2	4	86

NO	AITEM																																Skor Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	F	UF	UF	UF	F	F	F	UF	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF		
81	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	118
82	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	106	
83	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	109	
84	4	4	3	3	4	3	1	4	2	4	4	2	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	1	4	3	4	3	4	104	
85	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	4	2	3	4	89	
86	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	92	
87	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	2	4	3	4	3	102	
88	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	4	3	108	
89	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	4	3	90	
90	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	108	
91	3	3	2	2	4	4	1	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	3	2	2	4	3	1	4	2	4	1	4	3	1	90	
92	3	3	4	3	3	4	2	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	4	3	1	2	3	92	
93	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	88	
94	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	104	
95	3	3	3	3	4	4	1	3	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	4	3	4	3	4	94	
96	2	4	3	2	4	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	4	2	4	2	3	4	1	4	1	3	2	3	92	
97	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	1	4	4	3	3	3	100	
98	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	88	
99	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	4	2	1	93
100	3	4	3	3	4	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	1	2	1	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	1	4	1	4	85	
101	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	4	3	3	3	2	4	1	4	2	3	93	
102	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	85	
103	2	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	92	
104	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	4	3	3	102	
105	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	1	3	4	2	3	1	101	
106	3	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	4	2	4	4	4	4	1	98	
107	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	4	2	3	2	4	91	
108	3	3	2	4	4	1	2	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	2	2	3	2	4	1	2	3	4	87	
109	4	4	4	3	4	4	1	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	2	4	1	2	4	2	4	1	4	2	3	99	
110	3	3	3	4	4	3	1	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	2	2	3	2	3	1	4	2	4	3	3	101	
111	2	3	2	1	1	2	1	2	1	4	1	3	1	1	3	1	1	1	3	4	2	3	4	1	2	4	2	4	1	1	1	3	66	
112	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	105	
113	3	4	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	101	
114	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	4	3	3	3	2	2	2	3		4	4	2	2	3	2	4	3	3	1	3	3	3	81	
115	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2	87	
116	3	2	2	3	4	2	2	3	2	4	2	2	2	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	86	
117	2	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	83	
118	4	3	4	4	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	2	4	3	3	3	1	89	
119	4	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	84	
120	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	108	

NO	AITEM																																Skor Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF	F	UF	UF	UF	F	F	F	UF	F	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	UF	UF		
121	4	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	2	2	4	103	
122	2	3	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	85	
123	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	1	2	2	86	
124	3	4	2	2	4	1	1	3	2	4	3	2	2	3	2	4	3	1	3	3	2	2	2	3	2	4	2	4	1	4	2	3	83	
125	3	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	93	
126	3	4	1	3	4	3	3	4	2	3	4	2	2	4	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	92	
127	3	4	2	3	4	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	4	3	3	93	
128	1	1	4	4	4	1	3	4	2	4	2	1	1	4	3	4	11	4	1	1	1	4	4	2	4	1	4	1	4	2	2	3	89	
129	3	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	2	4	2	1	3	3	3	4	2	4	2	3	84	
130	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	2	4	4	2	2	2	3	4	1	3	2	2	1	1	2	2	4	4	3	2	2	83	
131	3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	98	
132	3	4	2	3	4	3	1	3	2	4	3	3	1	4	3	4	2	2	4	2	3	3	4	2	2	4	3	3	1	4	3	4	93	
133	3	3	1	4	4	3	2	3	2	3	3	2	1	3	4	2	1	3	2	4	2	2	4	1	1	3	3	4	4	3	4	4	87	
134	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	2	2	1	3	4	4	4	4	3	108	
135	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	91	
136	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	86	
137	3	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	4	73
138	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	76	
139	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	92	
140	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	82
141	4	4	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	92	
142	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	4	1	4	2	2	4	3	3	2	3	95	
143	4	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	87	
144	4	4	3	4	4	3	1	4	3	4	3	2	1	3	4	3	1	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	4	1	4	2	1	97	
145	4	4	4	2	4	2	2	3	3	4	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	1	4	4	4	1	4	3	3	101	
146	3	1	4	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	4	2	4	3	4	101	
147	3	2	4	4	4	3	1	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	3	4	96	
148	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	1	3	3	3	2	3	2	2	4	2	4	1	4	3	2	88	
149	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	92	
150	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3		3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	82	
151	2	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	82	
152	3	1	3	4	4	3	2	3	4	3	3	2	4	4	3	3	2	2	4	2	3	3	2	4	3	3	1	2	4	4	4	3	95	
153	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	87	
154	2	2	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	91	
155	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	1	89	
156	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	1	3	4	2	3	3	4	3	3	104	
157	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	4	3	95	
158	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	4	2	1	80		
159	3	1	1	4	2	1	1	2	1	3	4	1	1	1	4	3	1	1	4	2	1	2	1	4	1	2	1	3	1	3	1	4	65	
160	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3		2	3	2	4	1	2	3	2	2	2	79	

SKOR PENELITIAN SKALA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA

NO	AITEM																																						Skor Total			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38		39		
	F	F	UF	F	F	UF	F	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	F	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	F	F	UF	F	UF	F	UF	F	F	F	UF	F			
1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	104	
2	3	1	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	133
3	4	1	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	1	3	2	2	1	1	4	1	4	1	4	122
4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117
5	3	3	3	4	1	4	1	3	3	3	4	3	3	1	3	1	3	2	2	1	2	2	1	4	3	2	4	2	1	2	4	2	4	3	4	2	3	1	3	1	3	100
6	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	1	3	4	4	1	4	2	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	129
7	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	2	1	3	3	4	4	3	4	4	1	4	2	4	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	124
8	3	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	137	
9	3	2	4	4	4	4	4	3	3	1	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	139	
10	1	1	2	1	1	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	92
11	3	1	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	130	
12	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	127
13	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	105
14	3	3	1	3	2	1	4	1	2	2	4	4	4	1	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	2	2	2	3	3	80	
15	4	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	3	3	1	3	3	1	4	3	4	3	3	4	132	
16	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	99	
17	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	104	
18	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	120
19	1	1	4	4	3	2	4	4	1	2	1	4	4	4	2	3	3	3	4	2	4	2	2	2	4	4	4	4	1	1	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	113	
20	3	2	3	3	3		3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	126
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2		2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	110	
22	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	126
23	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119
24	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	4	4	1	1	4	2	4	3	3	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	99
25	2	3	1	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	2	4	2	2	3	4	4	3	2	3	4	3	4	1	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	106
26	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4		4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	137	
27	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	1	1	4	4	4	1	4	1	4	122
28	4	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	134
29	4	2	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	120
30	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	117
31	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	2	3	4	1	128	
32	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	119	
33	2	1	3	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	122	
34	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	126		
35	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	124
36	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	146	
37	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	147		
38	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	101		
39	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	122		
40	3	1	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	124

NO	AITEM																																						Skor Total				
	1 F	2 F	3 UF	4 F	5 F	6 UF	7 F	8 UF	9 UF	10 UF	11 F	12 UF	13 F	14 UF	15 UF	16 F	17 F	18 F	19 UF	20 UF	21 UF	22 UF	23 UF	24 UF	25 F	26 UF	27 F	28 F	29 F	30 UF	31 F	32 UF	33 F	34 UF	35 F	36 F	37 F	38 UF		39 F			
41	3	2	4	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	138		
42	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	109		
43	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	106			
44	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	4	3	1	2	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	121			
45	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	115			
46	2	4	3	2	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	131			
47	3	2	3	2	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	4	130			
48	4	4	3	2	3	1	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	133			
49	4	1	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	2	4	4	4	1	2	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	131			
50	4	2	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	133			
51	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	121		
52	3	2	2	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	126		
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117		
54	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	129		
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117		
56	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117		
57	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	149		
58	3	2	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123	
59	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	112	
60	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	97	
61	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	109		
62	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	116	
63	1	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	107		
64	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	114		
65	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	110	
66	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	112	
67	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	118	
68	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	124	
69	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	121
70	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	113		
71	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	119		
72	3	2	4	1	3	4	3	4	4	1	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	122		
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	109		
74	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	130			
75	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118		
76	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115		
77	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	100		
78	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	96		
79	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	116			
80	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	114		

NO	AITEM																																							Skor Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39		
	F	F	UF	F	F	UF	F	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	F	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	F	F	UF	F	UF	F	UF	F	F	F	F	UF		F
81	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	108	
82	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	113	
83	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	114	
84	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	120	
85	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	114	
86	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	118
87	3	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	125	
88	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117	
89	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	127	
90	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	143	
91	3	1	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	142	
92	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	100
93	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123	
94	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	111	
95	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	121	
96	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	114	
97	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	116	
98	3	2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	117	
99	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	121	
100	3	3	2	1	2	4	3	1	1	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	1	3	2	3	3	2	2	3	103	
101	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	119	
102	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115	
103	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	114
104	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	114	
105	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	116	
106	4	2	3	2	3	3	4	3	3	1	4	1	4	3	3	4	4	4	3	1	3	3	3	2	4	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	108
107	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	105	
108	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	106	
109	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	142	
110	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	1	3	3	2	1	2	3	4	2	2	106	
111	3	4	3	3	3	3	3	1	1	3	2	2	4	1	2	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	1	2	2	3	2	2	2	96	
112	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	129	
113	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	114	
114	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	102	
115	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	93	
116	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	109	
117	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	110	
118	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	111	
119	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	113	
120	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	1	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	115		

NO	AITEM																																							Skor Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39		
	F	F	UF	F	F	UF	F	UF	UF	UF	F	UF	F	UF	UF	F	F	F	UF	UF	UF	UF	UF	UF	F	UF	F	F	F	UF	F	UF	F	UF	F	F	F	UF	F		
121	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	126
122	3	3	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	1	3	2	3	1	2	3	1	2	2	2	3	4	94
123	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113
124	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	101
125	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113
126	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	118
127	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	121
128	1	4	4	3	2	2	1	4	4	4	1	2	4	2	2	1	1	1	4	1	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	2	2	4	2	1	3	3	3	3	1	98
129	3	1	3	2		3		3		4	3	2	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	1	3	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	4	120	
130	2	3	3	2		3	3	4	3	1	3	2	4	2	2	3	2	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	110
131	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	107	
132	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	2	2	3	4	4	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	99	
133	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	1	2	3	2	3	4	4	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	105
134	4	1	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	131	
135	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115
136	2	2	3	3	3	1	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	111
137	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	102	
138	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	94
139	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113
140	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	105
141	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	2	100	
142	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	121	
143	4	2	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	141
144	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	126
145	2	4	3	1	3	4	4	1	2	4	4	4	4	4	2	1	1	4	3	2	4	4	4	4	1	2	1	1	3	4	1	2	2	2	3	1	1	3	1	101	
146	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	113
147	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	113
148	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	115	
149	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	112
150	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	109
151	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	116	
152	3	2	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	1	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	130	
153	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	132	
154	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130	
155	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	126	
156	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	121		
157	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	1	3	4	3	3	3	2	3	105	
158	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	108		
159	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	96		
160	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	4	2	3	3	101		

LAMPIRAN 5

UJI ASUMSI PRASYARAT:

- 1. Uji Normalitas**
- 2. Uji Linieritas**

UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self Regulated Learning	160	139.42	15.729	101	185
Dukungan Sosial Teman Sebaya	160	116.48	12.359	80	149
Kesejahteraan Psikologis	160	92.41	9.935	65	125

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self Regulated Learning	Harga Diri	Kesejahteraan Psikologis
N		160	160	160
Normal Parameters ^a	Mean	139.42	116.48	92.41
	Std. Deviation	15.729	12.359	9.935
Most Extreme Differences	Absolute	.080	.046	.064
	Positive	.080	.046	.064
	Negative	-.077	-.046	-.038
Kolmogorov-Smirnov Z		1.015	.584	.805
Asymp. Sig. (2-tailed)		.254	.885	.535

a. Test distribution is Normal.

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Self Regulated Learning	160	100.0%	0	.0%	160	100.0%
Dukungan Sosial Teman Sebaya	160	100.0%	0	.0%	160	100.0%
Kesejahteraan Psikologis	160	100.0%	0	.0%	160	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self Regulated Learning	.080	160	.014	.979	160	.014
Dukungan Sosial Teman Sebaya	.046	160	.200*	.993	160	.684
Kesejahteraan Psikologis	.064	160	.200*	.992	160	.550

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Kesejahteraan Psikologis

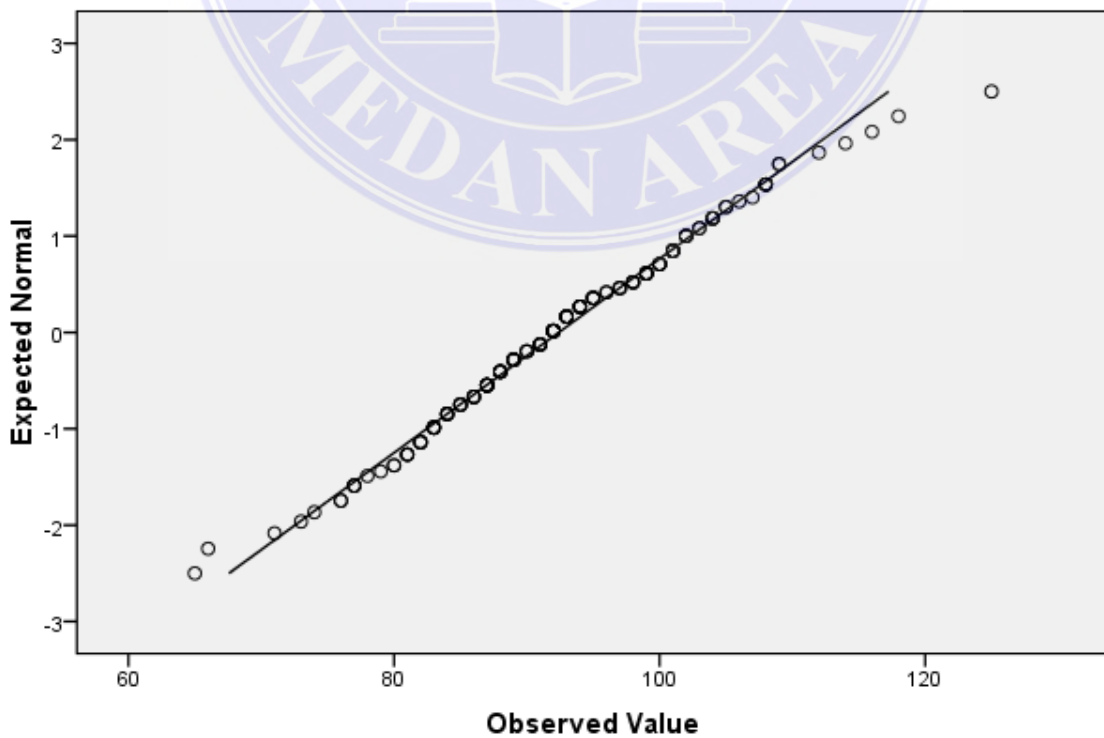
Kesejahteraan Psikologis Stem-and-Leaf Plot

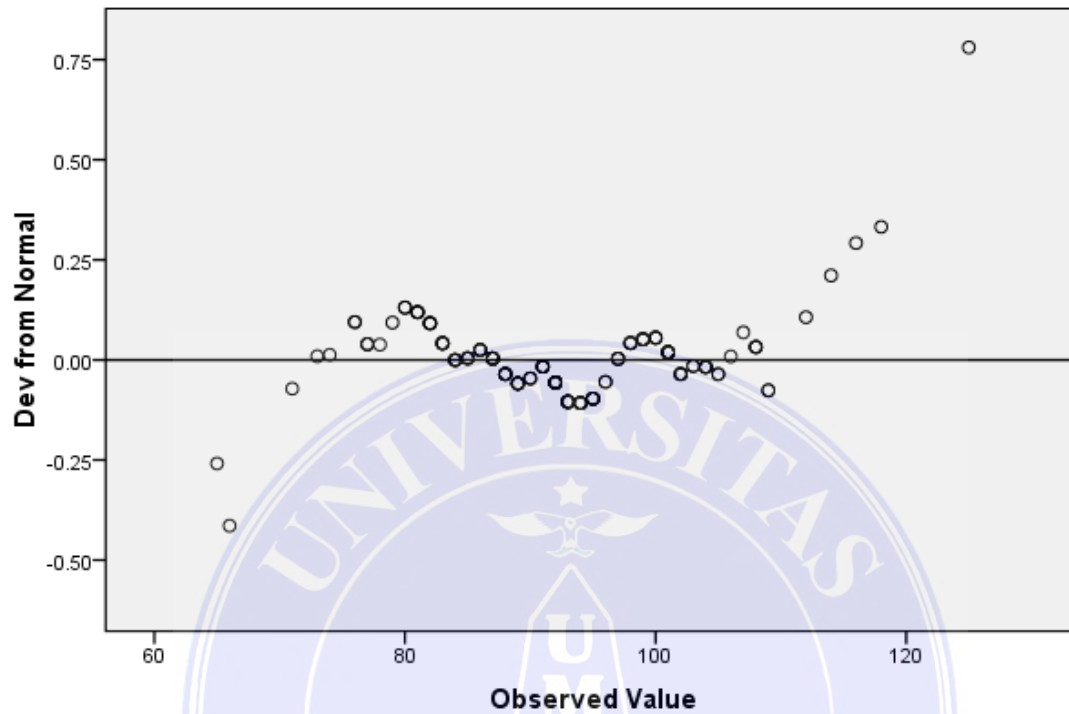
Frequency	Stem &	Leaf
1,00	Extremes	(=<65)
1,00	6 .	6
3,00	7 .	134
7,00	7 .	6677789
22,00	8 .	0011112222333333344444
32,00	8 .	555566667777777788888899999999
34,00	9 .	000111111222222222223333333444444
20,00	9 .	5555666777888899999
24,00	10 .	0000111111111122223344444
11,00	10 .	55678888899
2,00	11 .	24
2,00	11 .	68
1,00	Extremes	(>=125)

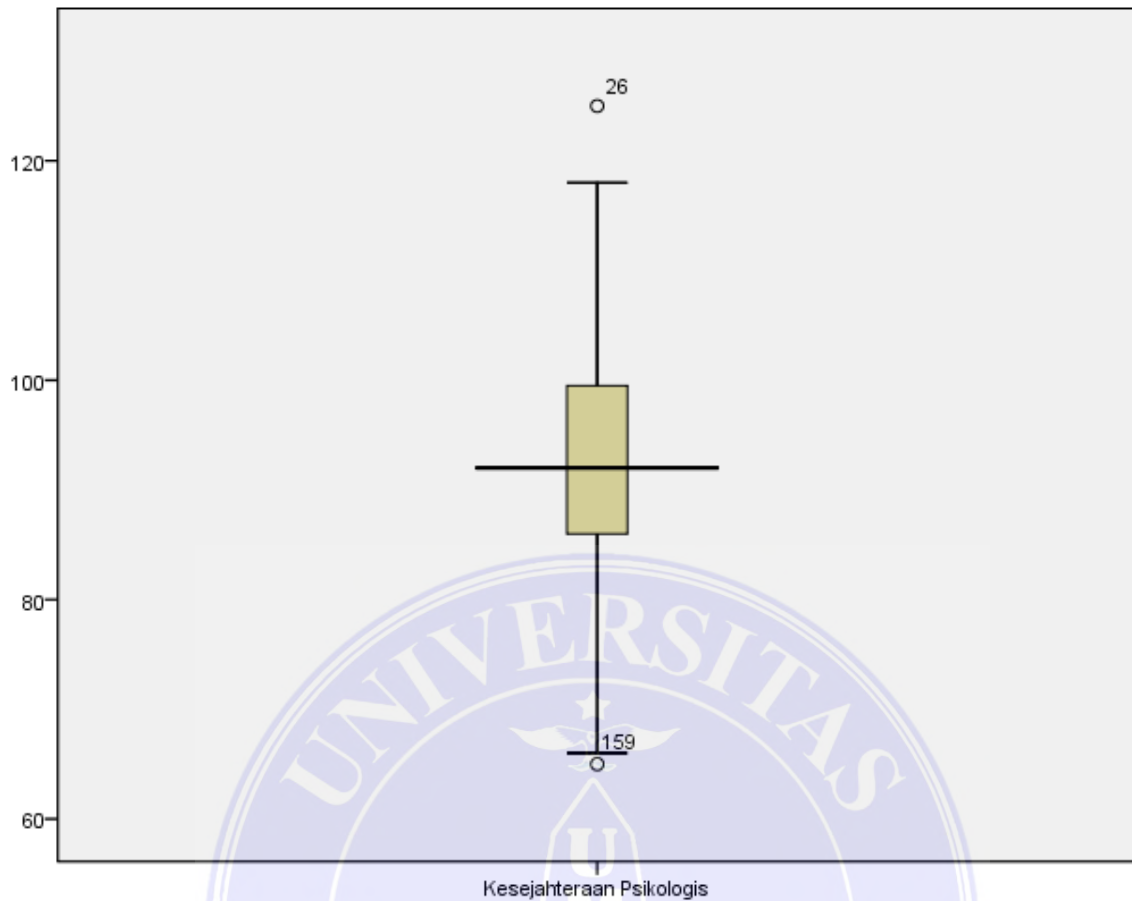
Stem width: 10
 Each leaf: 1 case(s)

Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of Kesejahteraan Psikologis



Detrended Normal Q-Q Plot of Kesejahteraan Psikologis



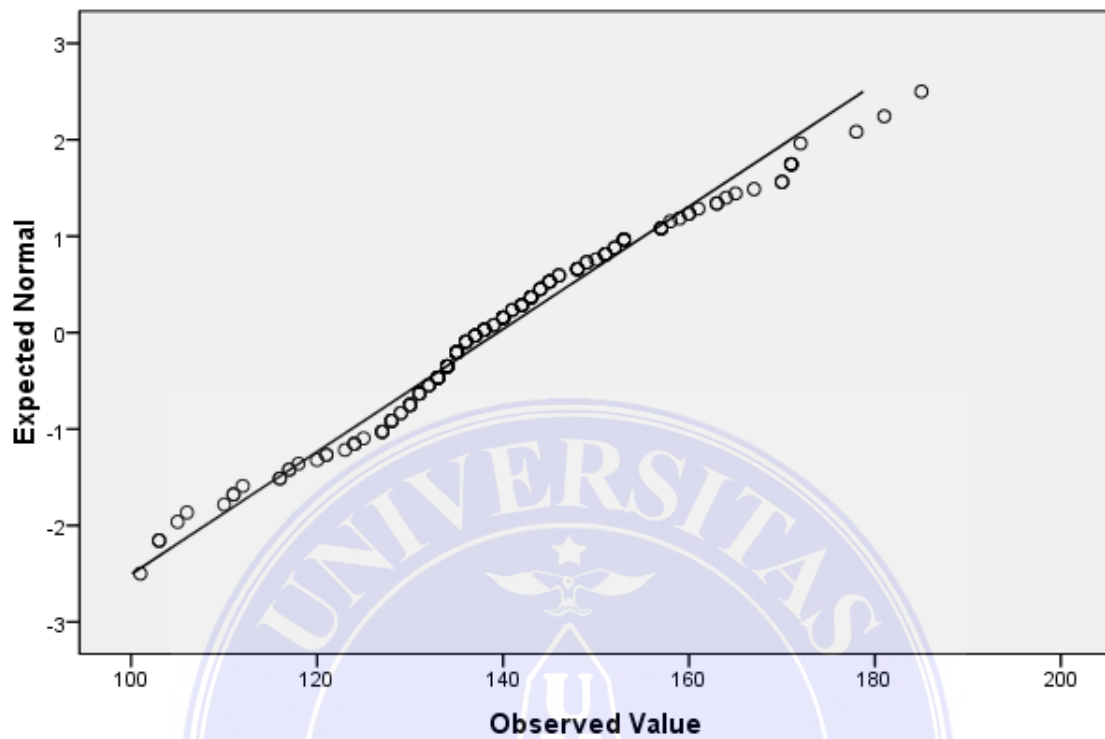
Self Regulated Learning

Self Regulated Learning Stem-and-Leaf Plot

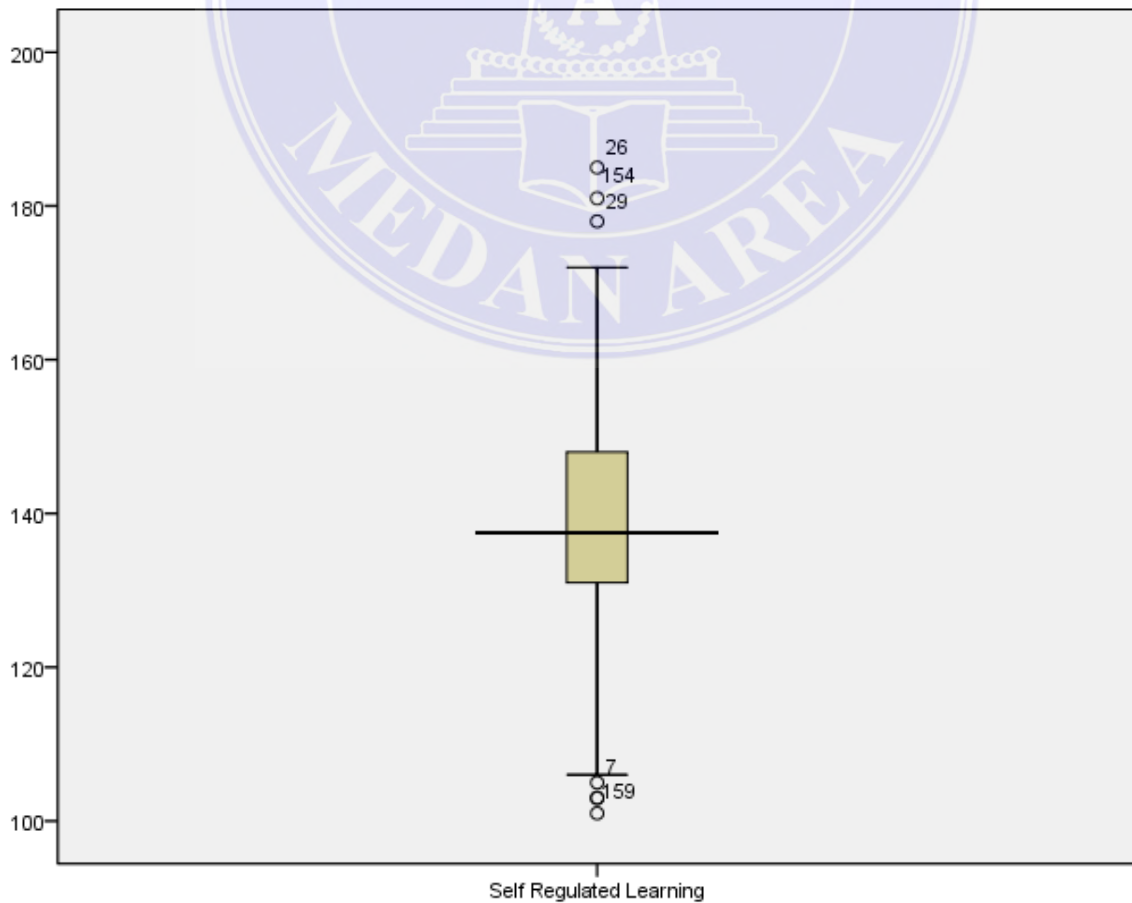
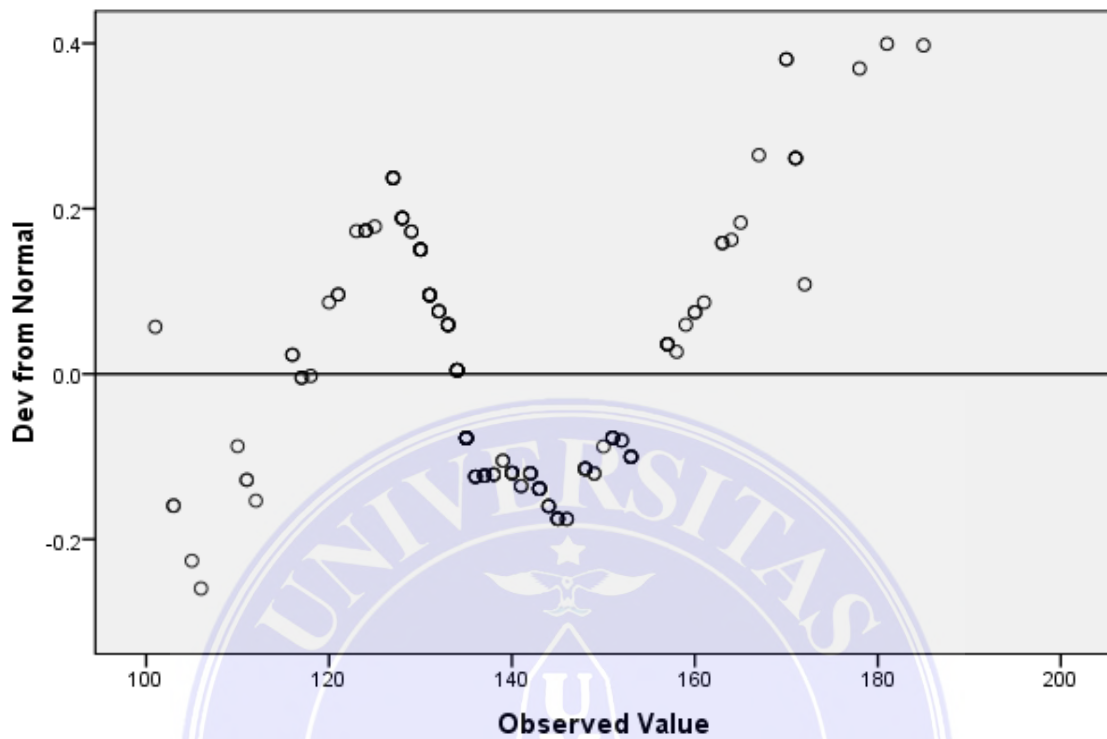
Frequency	Stem &	Leaf
4,00	Extremes	(=<105)
1,00	10 .	6
4,00	11 .	0112
5,00	11 .	66778
7,00	12 .	0113444
12,00	12 .	57778888899
29,00	13 .	00000011111122233333344444444
24,00	13 .	55555555566667777888899
24,00	14 .	00000001122223333334444
14,00	14 .	5555668888899
12,00	15 .	011112233333
6,00	15 .	777789
6,00	16 .	001334
2,00	16 .	57
7,00	17 .	0011112
3,00	Extremes	(>=178)

Stem width: 10
 Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of Self Regulated Learning



Detrended Normal Q-Q Plot of Self Regulated Learning



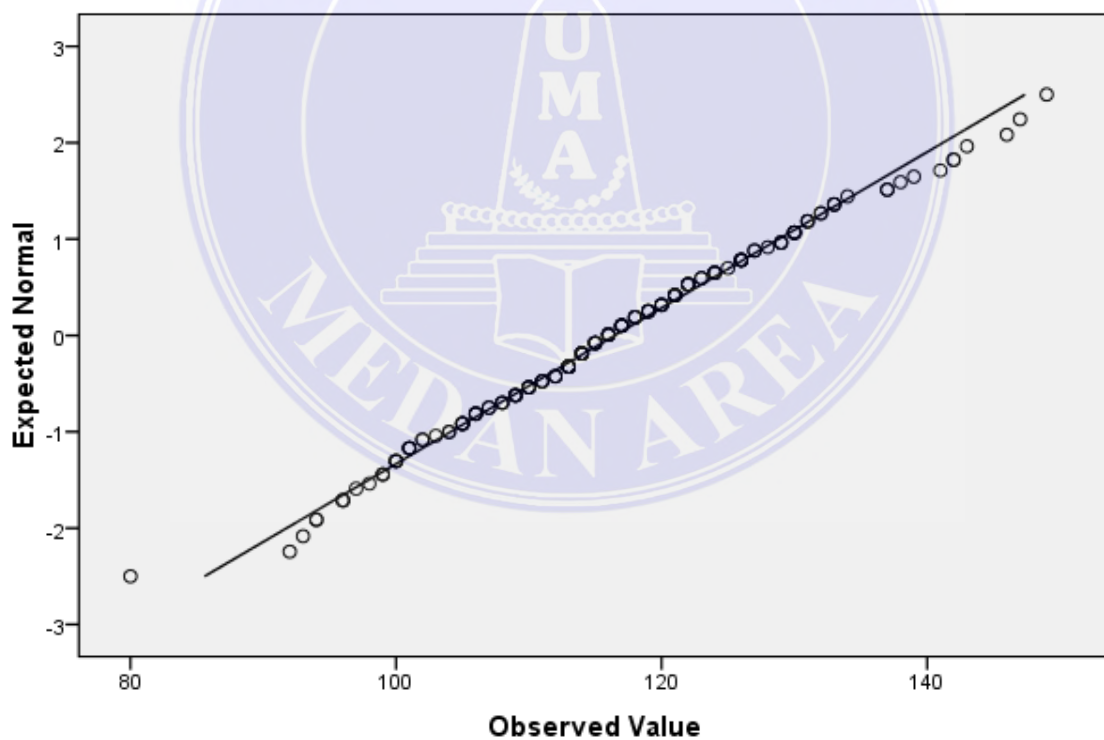
Dukungan Sosial Teman Sebaya

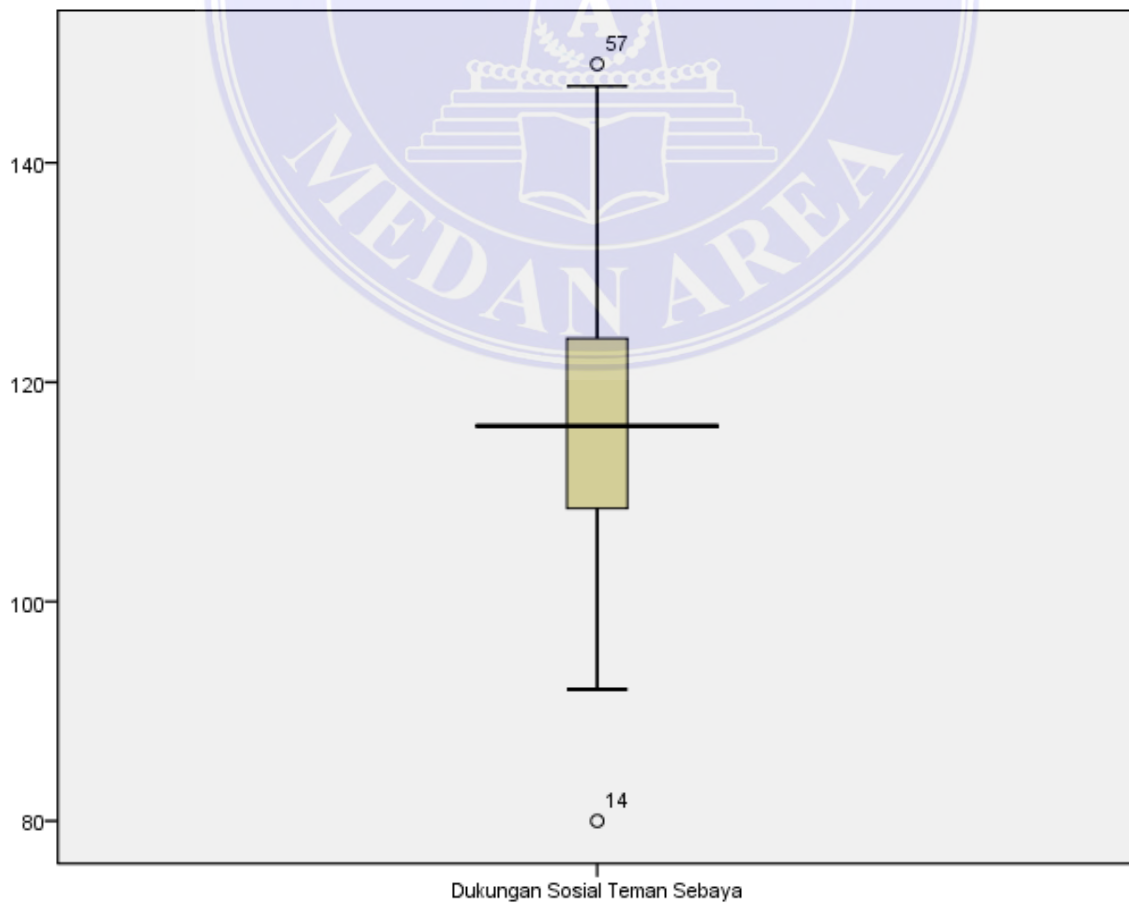
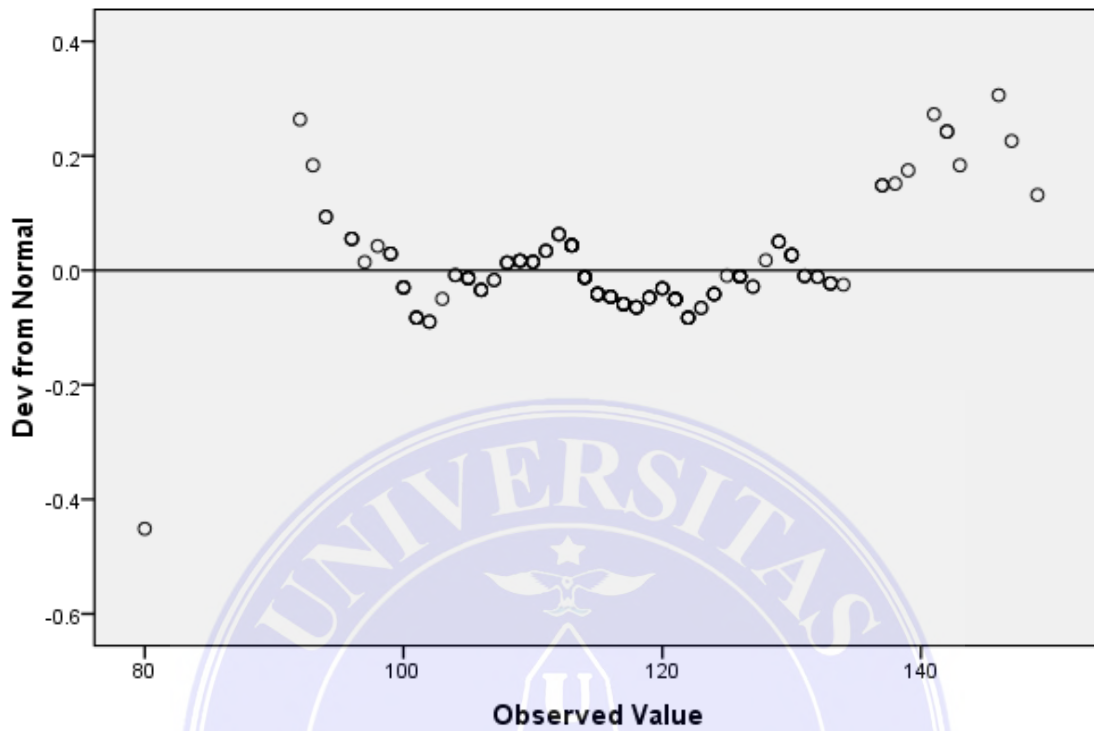
Dukungan Sosial Teman Sebaya Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
1,00	Extremes	(=<80)
4,00	9	. 2344
8,00	9	. 66678999
13,00	10	. 0000111122344
19,00	10	. 5555566667788899999
27,00	11	. 0000111222333333333344444444
26,00	11	. 555555666667777777888899999
23,00	12	. 0000111111112222334444
14,00	12	. 56666666778999
14,00	13	. 00000111223334
4,00	13	. 7789
4,00	14	. 1223
2,00	14	. 67
1,00	Extremes	(>=149)

Stem width: 10
Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of Dukungan Sosial Teman Sebaya



Detrended Normal Q-Q Plot of Dukungan Sosial Teman Sebaya

Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_4
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Dukungan Sosial Teman Sebaya
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	160
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Dukungan Sosial Teman Sebaya
Number of Positive Values	160	160
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
	User-Missing	0
	System-Missing	0

Linear

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.372	.138	.133	9.251

The independent variable is Dukungan Sosial Teman Sebaya .

ANOVA

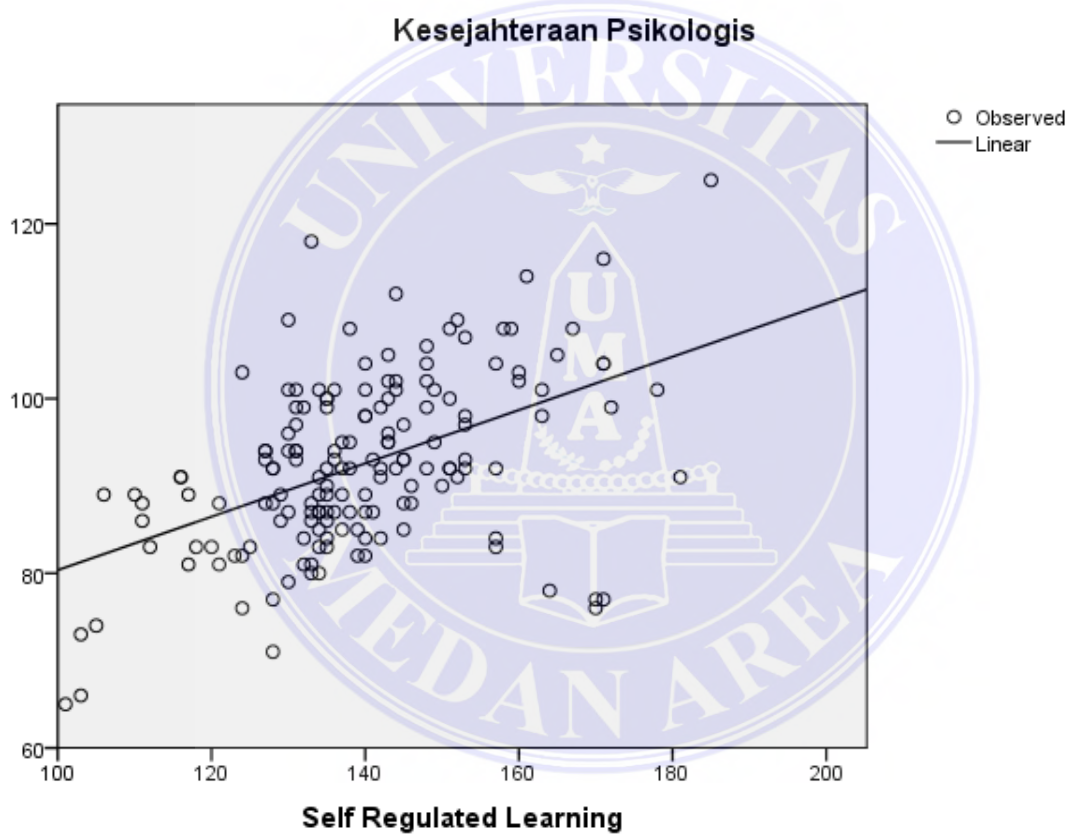
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2170.790	1	2170.790	25.365	.000
Residual	13521.804	158	85.581		
Total	15692.594	159			

The independent variable is Dukungan Sosial Teman Sebaya .

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Dukungan Sosial Teman Sebaya	.299	.059	.372	5.036	.000
(Constant)	57.585	6.953		8.283	.000

Kesejahteraan Psikologis



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_5
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Self Regulated Learning
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	160
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Self Regulated Learning
Number of Positive Values	160	160
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0

Linear

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.483	.234	.229	8.724

The independent variable is Self Regulated Learning.

ANOVA

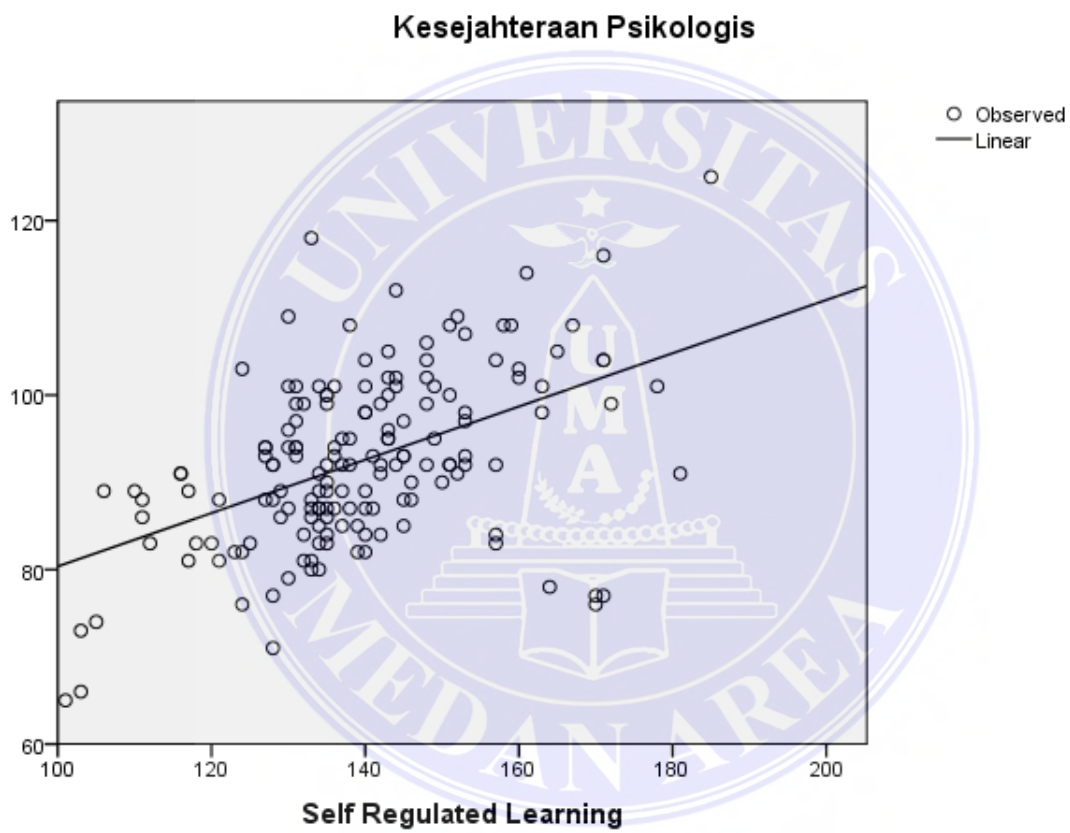
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3667.610	1	3667.610	48.190	.000
Residual	12024.984	158	76.107		
Total	15692.594	159			

The independent variable is Self Regulated Learning.

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Self Regulated Learning	.305	.044	.483	6.942	.000
(Constant)	49.834	6.171		8.075	.000

Kesejahteraan Psikologis



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_4
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Dukungan Sosial Teman Sebaya
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	160
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Dukungan Sosial Teman Sebaya
Number of Positive Values	160	160
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0

Linear

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.372	.138	.133	9.251

The independent variable is Dukungan Sosial Teman Sebaya .

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2170.790	1	2170.790	25.365	.000
Residual	13521.804	158	85.581		
Total	15692.594	159			

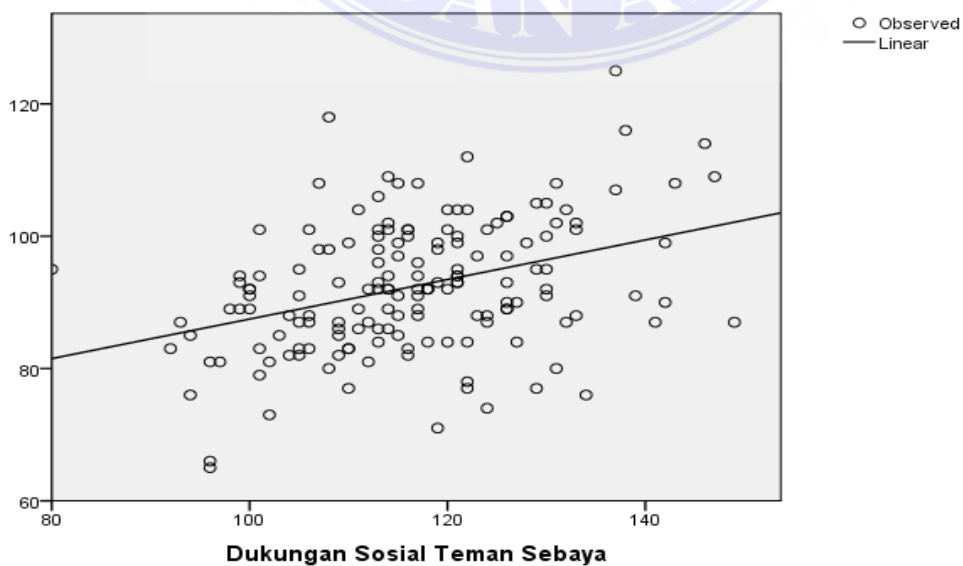
The independent variable is Dukungan Sosial Teman Sebaya .

Coefficients

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Dukungan Sosial Teman Sebaya	.299	.059	.372	5.036	.000
(Constant)	57.585	6.953		8.283	.000

Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis



LAMPIRAN 6

Hasil Uji Hipotesis



```

REGRESSION
/DESCRIPTIVES MEAN STDDEV CORR SIG N
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA COLLIN TOL CHANGE
/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT Y
/METHOD=ENTER X1 X2
/RESIDUALS DURBIN.

```

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kesejahteraan Psikologis	92.41	9.935	160
Self Regulated Learning	139.42	15.729	160
Dukungan Sosial Teman Sebaya	116.48	12.359	160

Correlations

		Kesejahteraan Psikologis	Self Regulated Learning	Dukungan Sosial Teman Sebaya
Pearson Correlation	Kesejahteraan Psikologis	1.000	.483	.372
	Self Regulated Learning	.483	1.000	.465
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.372	.465	1.000
Sig. (1-tailed)	Kesejahteraan Psikologis	.	.000	.000
	Self Regulated Learning	.000	.	.000
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.000	.000	.
N	Kesejahteraan Psikologis	160	160	160
	Self Regulated Learning	160	160	160
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	160	160	160

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan Sosial Teman Sebaya , Self Regulated Learning ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.511 ^a	.261	.252	8.593	.261	27.772	2	157	.000	1.966

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya , Self Regulated Learning

b. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4100.902	2	2050.451	27.772	.000 ^a
	Residual	11591.692	157	73.832		
	Total	15692.594	159			

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya , Self Regulated Learning

b. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	39.947	7.321		5.456	.000		
	Self Regulated Learning	.250	.049	.396	5.113	.000	.784	1.276
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.151	.062	.188	2.423	.017	.784	1.276

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimensi on	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Self Regulated Learning	Dukungan Sosial Teman Sebaya
1	1	2.988	1.000	.00	.00	.00
	2	.007	21.383	.20	1.00	.24
	3	.006	23.208	.80	.00	.76

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

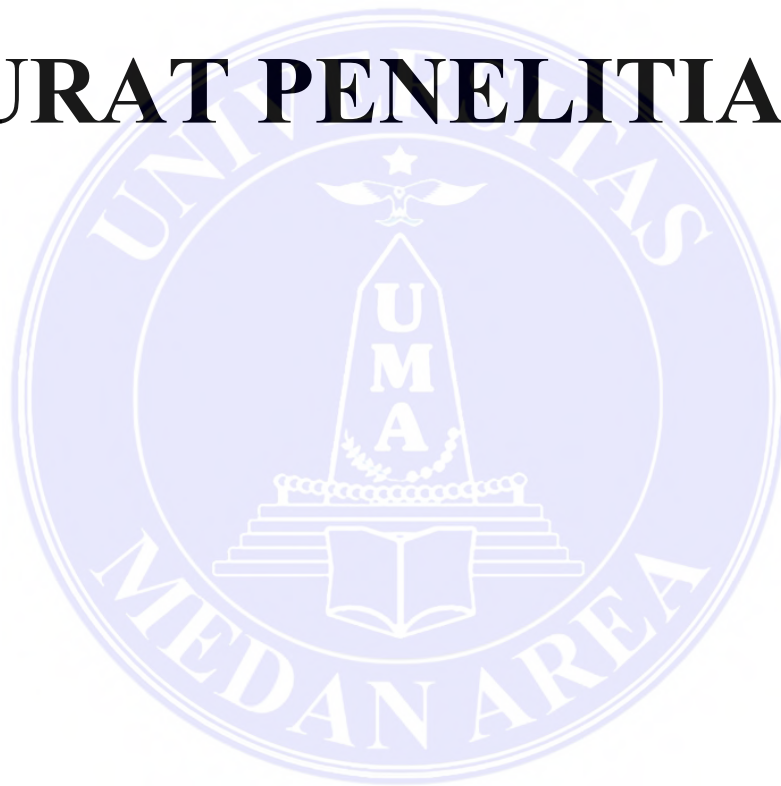
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	79.70	106.91	92.41	5.079	160
Residual	-26.701	28.480	.000	8.538	160
Std. Predicted Value	-2.501	2.855	.000	1.000	160
Std. Residual	-3.107	3.314	.000	.994	160

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

LAMPIRAN 7

SURAT PENELITIAN





UNIVERSITAS MEDAN AREA PROGRAM MAGISTER

Program Studi : Magister Administrasi Publik – Magister Agribisnis
Magister Hukum- Magister Psikologi

Jalan Setia Budi No. 79-B Telp. (061) 8201994 Fax. (061) 8226331 Medan 20120

Nomor : 928 /PPS-UMA/WDI/01/III/2019
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

5 Maret 2019

Kepada Yth. :
SMA NEGERI 12 MEDAN
Jalan Cempaka Raya No.75, Kec. Medan Helvetia,
Kota Medan, Sumatera Utara 20124
Di -
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya Tugas Akhir mahasiswa Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area, kami mohon kesediaan Saudara untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

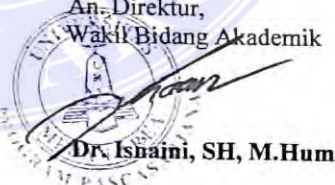
N a m a : Anna Simbolon
NPM : 171804049
Program Studi : Magister Psikologi
Konsentrasi : Pendidikan

Untuk melaksanakan pengambilan data di tempat yang Saudara pimpin sebagai bahan melengkapi tugas-tugas penulisan Tesis pada Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Disamping itu perlu kami sampaikan bahwa mahasiswa yang tersebut diatas mengambil judul **“Hubungan Self Regulated Learning Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di Sma Negeri 12 Medan”**.

Demikian disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

An. Direktur,
Wakil Bidang Akademik



Dr. Isnaini, SH, M.Hum

Tembusan :
1. Ketua Program Studi – M.Psi
2. Peringgal



Scanned with
Kampus Utama : Jalan Kolam No. 1 Medan Estate Telp. (061) 7366878 Fax. (061) 7366998 Medan 20223
CamScanner



UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA

*Program Studi : Magister Administrasi Publik – Magister Agribisnis
 Magister Hukum- Magister Psikologi*

Jalan Setia Budi No. 79-B Telp. (061) 8201994 Fax. (061) 8226331 Medan 20120

Nomor : 931 /PPS-UMA/WDI/01/III/2019
 Lampiran : -
 Hal : Pengambilan Data

8 Maret 2019

Kepada Yth. :
KEPALA DINAS PENDIDIKAN PROVINSI SUMATERA UTARA
Jl. Teuku Cik Ditiro No. 1, Madras Hulu, Medan Polonia,
Kota Medan, Sumatera Utara 20151
 Di -
 Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya Tugas Akhir mahasiswa Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area, kami mohon kesediaan Saudara untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

N a m a : ANNA SIMBOLON
 NPM : 171804049
 Program Studi : Magister Psikologi
 Konsentrasi : Pendidikan

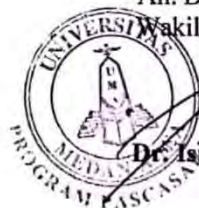
Untuk melaksanakan pengambilan data di SMA Negeri 12 Medan sebagai bahan melengkapi tugas-tugas penulisan Tesis pada Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Untuk itu, kami mohon kepada Bapak agar dapat mengeluarkan surat rekomendasi izin pengambilan data di SMA Negeri 12 Medan.

Disamping itu perlu kami sampaikan bahwa mahasiswa yang tersebut diatas mengambil judul "HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMA NEGERI 12 MEDAN"

Demikian disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

An. Direktur,
 Wakil Bidang Akademik



Dr. Isnaini, SH, MHum

Tembusan :
 1. Ketua Program Studi – M.Psi
 2. Pertinsoal



**PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN**

Jalan Teuku Cik Ditiro No. 1-D Telepon (061) 4537828, Fax (061) 4537828
Website : <http://www.disdik.sumutprov.go.id> E-mail : disdiksu@sumutprov.go.id
M E D A N

Medan, 09 April 2019

Nomor	: 071/ 3358 /Subbag Umum/VI/2019	Kepada Yth :
Sifat	: Biasa	Wakil Bidang Akademik Program Pascasarja
Lampiran	: -	Universitas Medan Area
Hal	: Izin Pengambilan Data	Jl. Setia Budi No. 79 B
		Medan

Menindaklanjuti surat Wakil Bidang Akademik Program Pascasarjana Universitas Medan Area Nomor : 930/PPS-UMA/WDI/01/III/2019 tanggal 08 Maret 2019 tentang Izin Pengambilan Data, dengan ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami memberikan izin kepada Mahasiswa/i dibawah ini :

Nama	: ANNA SIMBOLON
NIM	: 171804049
Jurusan	: -
Program Studi	: Magister Psikologi
Tujuan	: SMA Negeri 12 Medan
Judul Penelitian	: HUBUNGAN <i>SELF REGULATED LEARNING</i> DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMA NEGERI 12 MEDAN

Adapun ketentuan untuk melaksanakan pengambilan data dimaksud adalah sebagai berikut :

1. *Tidak mengganggu* proses belajar mengajar di sekolah;
2. *Tidak membebankan biaya apapun* kepada Sekolah dan Siswa;
3. Setelah selesai melaksanakan pengambilan data, diharapkan melaporkan hasil pengambilan data tersebut kepada Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Utara c.q Kepala Bidang Pembinaan Sekolah Menengah Atas.

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI SUMATERA UTARA
Plt. Sekretaris


RUSLAN, SH
 PENATA TINGKAT I
 NIP. 196407031985031006

Tembusan :

1. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Utara (sebagai laporan).
2. Kepala SMA Tujuan
3. Yang bersangkutan
4. Arsip



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN



SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 12 MEDAN

Alamat: Jln. Cempaka No. 75 Telp: 061 – 8455904 Kel Helvetia Tengah, Kec. Medan Helvetia K.P. 20214
NPSN: 10210876. NIS: 301076306052 E-mail: smn12_medan@ yahoo.co.id / <http://www.sma12medan.sch.id>

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : 421.3/ 94 -SMA. 12 /2019

Sesuai dengan surat Pemerintah Provinsi Sumatera Utara Dinas Pendidikan Nomor : 071/3357/Subbag Umum/IV/ 2019 Tanggal 09 April 2019 perihal Izin Penelitian, maka dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	ANNA SIMBOLON
NIM	171804049
Program Studi	Magister Psikologi
Fakultas	Pascasarjana – Universitas Medan Area

Telah Melaksanakan Penelitian di Sekolah SMA Negeri 12 Medan Pada 24 s/d 25 April 2019 sesuai dengan judul penelitian

“Hubungan Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa di SMA Negeri 12 Medan.”

Demikian Surat Keterangan Penelitian ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan 5 Mei 2019
Kepala SMA Negeri 12 Medan

MELINDA BANJARNHOR, M.Si
NIP. 19641002 198903 2 002

LEMBAR VALIDASI HASIL TERJEMAHAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Vivi Gusrini Rahmadani, M.Sc, M.A., Psikolog
NIP : 197808162003122002
Jabatan : Staf Pengajar
PhD Researcher
Unit Kerja : Departemen PIO, Fakultas Psikologi,
Universitas Sumatera Utara, Indonesia
Work & Organizational Psychology, KU Leuven,
Belgium


Dengan ini menyatakan bahwa benar saya telah melakukan koreksi hasil terjemahan skala kesejahteraan psikologis C. Ryff ke dalam bahasa Indonesia sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman saya.

Yang diterjemahkan oleh: Arifin Ambarita, Anna Simbolon, Haposan Lumbantoruan, dan Heldin Sitio

Demikian diperbuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Leuven, 5 April 2019

Hormat saya,



Vivi Gusrini Rahmadani

Persembahan

Segala Puji Hormat dan Syukur yang tak terhingga hamba panjatkan kehadirat Allahku Yang Maha Kuasa di dalam nama Tuhan Yesus, atas segala berkat dan pertolonganNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis ini

Kupersembahkan karya sederhana ini sebagai tanda bakti dan cintaku kepada keluargaku mamaku yang sangat kuhormati : Ny Simbolon br Sirait

suamiku tercinta : Afflin TH Sormin, S.H., M.A.

&

anak-anakku terkasih

Aris Andreas Sormin, S.H.

Yunita Stephanie Sormin, S.Sn.

Asika Eunike Sormin, S.H

Hendra Ramos Sitompul, S. Sos

dan sistantik cucuku Mellyn Glory Sitompul

MOTTO

**DIMANA ADA KEBENARAN, DI SITU AKAN
TUMBUH DAMAI SEJAHTERA
(YES . 32 : 17)**

**KEBAHAGIAAN ITU SESUNGUHNYA ADA DAN
BERSUMBER DARI DIRI ORANG ITU SENDIRI**



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Anna Simbolon
Tempat/Tanggal lahir : Medan, 31 Maret 1961
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Kristen
Alamat : Jln.Gaperta Ujung gg Pertama No.11 Medan
No handphone : +6281370725615
Email : annasimbolon.as@gmail.com

**Daftar Riwayat Pendidikan**

- 1967 – 1972 : SD Negeri 1 Kec Sidamanik - Kab.Simalungun
- 1973 – 1975 : SMP Negeri 12 Kota Medan
- 1976 – 1979 : SPG Negeri 1 Kota Medan
- 1979 – 1984 : S1 Bimbingan Konseling IKIP Negeri Medan
- 2014 – 2015 : Pendidikan Konselor UNP - Padang