

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN KECERDASAN
EMOSIONAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
SISWA SMA NEGERI 2 BINJAI**

TESIS

Oleh

IKHDA HASNITA WINDA SARI

NPM : 181804013



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2020**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PERSETUJUAN

**Judul : Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosional dengan
Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai**

Nama : Ikhda Hasnita Winda Sari

NPM : 181804013

Menyetujui :

Pembimbing I

Drs. Hasanuddin., M.Ag, Ph.D

Pembimbing II

Prof. Dr. Sri Milfayetti., MS.Kons

**Ketua Program Studi
Magister Psikologi**

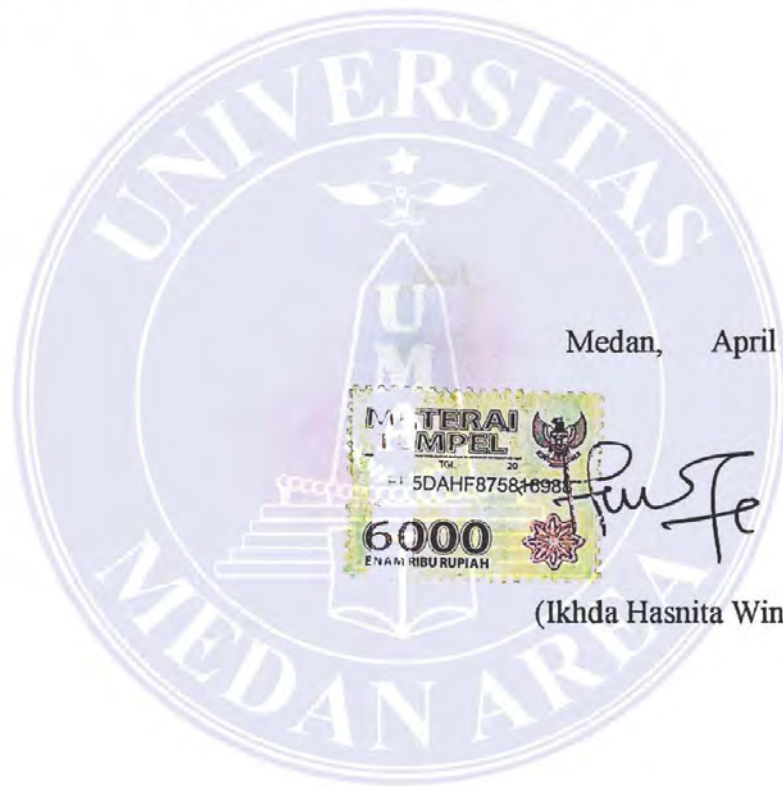
Prof. Dr. Sri Milfayetti., MS.Kons

Direktur

Prof. Dra I. 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 sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Medan, April 2020



(Ikhda Hasnita Winda Sari)

ABSTRAK

Ikhdha Hasnita Winda Sari. Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai. 2020.

Penelitian bertujuan melihat Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai. Hipotesis yang diajukan Ada Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA. Populasi sejumlah 1.144 siswa, dengan teknik acak sederhana; berjumlah 250 siswa. Data dikumpul dengan skala kesejahteraan psikologis, *Self Efficacy* dan kecerdasan emosi. Analisis data menggunakan Analisis Regresi Berganda, dengan kesimpulan ; 1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis ($r_{xy} = 0,644$; $\text{sig} < 0,010$). 2. Ada hubungan positif yang sangat signifikan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis ($r_{xy} = 0,544$; $\text{sig} < 0,010$). 3. Ada hubungan yang sangat signifikan *self efficacy* dan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis ($F_{reg} = 89,25$; $\text{sig} < 0,010$). Ini menandakan bahwa semakin tinggi *self efficacy* dan semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, hipotesis yang diajukan diterima. Sumbangan *self efficacy* dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 42,0%, masih terdapat 58% pengaruh dari variabel lain, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, seperti faktor dukungan sosial, status ekonomi, jaringan sosial, dan religiusitas. *Self efficacy* berkontribusi sebesar 41,4% terhadap kesejahteraan psikologis, dan kecerdasan emosi berkontribusi sebesar 29,6% terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil lain ; siswa memiliki *self efficacy* yang sedang, kecerdasan emosi yang sedang, dan kesejahteraan psikologis yang sedang

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, *self efficacy* dan kecerdasan emosi

ABSTRACT

Ikhda Hasnita Winda Sari. The Relations of Self Efficacy and Emotional Intelligence with Psychological Well Being of State High School 2 Binjai Students. 2020.

The research aims to look at the Relations of Self Efficacy And Emotional Intelligence With the Psychological Well-Being of Students SMA Negeri 2 Binjai. The proposed hypothesis has a relations between self-efficacy and emotional intelligence with the psychological well-being of high school students. The population is 1,144 students, with simple random techniques; 250 students. The data is gathered with a scale of psychological well-being, Self Efficacy and emotional intelligence. Data analysis using Multiple Regression Analysis, with conclusions; 1. There is a very significant positive relations of self efficacy with psychological well-being ($r_{x1y} = 0.644$; sig <0.010). 2. There is a very significant positive relations of emotional intelligence with psychological well-being ($r_{x2y} = 0.544$; sig < 0.010). 3. There is a very significant relations of self efficacy and emotional intelligence with psychological well-being (Freg = 89.25 ; sig <0.010). This indicates that the higher self-efficacy and the higher the emotional intelligence the higher the psychological well-being, the hypothesis suggested. The contribution of self efficacy and emotional intelligence to psychological well-being was 42.0%, there was still a 58% influence from other variables, where other factors in this study were not seen, such as social support factors, economic status, social networks, and religiosity. Self efficacy contributes 41.4% to psychological well-being, and emotional intelligence contributes 29.6% to psychological well-being. Other results ; students have moderate self-efficacy, moderate emotional intelligence, and moderate psychological well-being

Keywords : psychological well-being, self efficacy and emotional intelligence

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga dapat menyelesaikan makalah ini dengan tepat waktu. Tanpa pertolongan-Nya tentunya tidak akan sanggup untuk menyelesaikan Tesis ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta kita yaitu Nabi Muhammad SAW yang kita nanti-natkan syafa'atnya di akhirat nanti.

Penulis mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas limpahan nikmat sehat-Nya, baik itu berupa sehat fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan Tesis ini yang berjudul *HUBUNGAN SELF EFFICACY DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA SMA NEGERI 2 BINJAI*

Dengan keterbatasan pengalaman, ilmu maupun pustaka yang ditinjau, penulis menyadari bahwa tesis ini masih banyak kekurangan dan pengembangan lanjut agar benar-benar bermanfaat. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran agar tesis ini lebih sempurna serta sebagai masukan bagi penulis untuk penelitian dan penulisan karya ilmiah di masa yang akan datang.

Medan, April 2020

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas limpahan nikmat sehat-Nya, baik itu berupa sehat fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan Tesis ini yang berjudul *HUBUNGAN SELF EFFICACY DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA SMA NEGERI 2 BINJAI*.

Dalam penyusunan Tesis ini Penulis telah banyak mendapatkan bantuan materil maupun dukungan moril dan membimbing (penulisan) dari berbagai pihak. Untuk itu penghargaan dan ucapan terimakasih disampaikan kepada:

1. Rektor Universitas Medan Area, Prof. Dr. Dadang Ramdan, M.Eng.
2. Ibu Prof. Dr. H. Retna Astuti K, M.Si sebagai Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.
3. Ibu Prof. Dr. Sri Milfayetty., MS.Kons sebagai Ketua Prodi Magister Psikologi Universitas Medan Area, juga sekaligus sebagai Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam mengarahkan dan membimbing dengan penuh kesabaran dan motivasinya.
4. Bapak Drs. Hasanuddin, M.Ag, Ph.D sebagai Dosen Pembimbing I, terimakasih atas bimbingan, arahan dan waktu yang telah diluangkan kepada peneliti untuk berdiskusi selama penulisan tesis ini.
5. Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Binjai yang telah member kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian
6. Kepada para siswa/siswi SMA Negeri 2 Binjai yang telah membantu dan bersedia menjadi sampel penelitian ini

7. Seluruh Dosen program Pascasarja Psikologi khususnya dosen Psikologi Pendidikan yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk mendalami ilmu Psikologi.
8. Kepada seluruh keluarga : Ibunda Sisniar, S.Pd, Ayahanda Saffi Hadi S.Pd, Suami Muhammad Arifin Lase dan anak-anak Arridho Pandu Hidayah Lase, Azzahra Putri Cahaya Lase serta Azkayra Yumna Naira Lase, dan adik saya Ikhwanul Fadlan Syah Putra serta Almarhum atok Bakir dan Almarhumah nenek Siti Br Purba yang selalu mendukung dengan semangat dan do'a dari awal kuliah hingga selesainya sidang tesis ini.
9. Teman-teman seperjuangan satu angkatan yang banyak memberi masukan dan motivasi, terima kasih atas kerjasama dan informasi yang telah diberikan.

Akhir kata, penulis berharap tesis ini memberikan manfaat bagi kita semua terutama untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan semoga Allah SWT melimpahkan pahala atas segala amal baik yang telah peneliti terima.

ABSTRAK

Ikhda Hasnita Winda Sari. Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai. 2020.

Penelitian bertujuan melihat Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai. Hipotesis yang diajukan Ada Hubungan *Self Efficacy* Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA. Populasi sejumlah 1.144 siswa, dengan teknik acak sederhana; berjumlah 250 siswa. Data dikumpul dengan skala kesejahteraan psikologis, *Self Efficacy* dan kecerdasan emosi. Analisis data menggunakan Analisis Regresi Berganda, dengan kesimpulan ; 1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis ($r_{1y} = 0,644$; $\text{sig} < 0,010$). 2. Ada hubungan positif yang sangat signifikan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis ($r_{2y} = 0,544$; $\text{sig} < 0,010$). 3. Ada hubungan yang sangat signifikan *self efficacy* dan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis ($F_{reg} = 89,25$; $\text{sig} < 0,010$). Ini menandakan bahwa semakin tinggi *self efficacy* dan semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, hipotesis yang diajukan diterima. Sumbangan *self efficacy* dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 42,0%, masih terdapat 58% pengaruh dari variabel lain, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, seperti faktor dukungan sosial, status ekonomi, jaringan sosial, dan religiusitas. *Self efficacy* berkontribusi sebesar 41,4% terhadap kesejahteraan psikologis, dan kecerdasan emosi berkontribusi sebesar 29,6% terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil lain ; siswa memiliki *self efficacy* yang sedang, kecerdasan emosi yang sedang, dan kesejahteraan psikologis yang sedang

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, *self efficacy* dan kecerdasan emosi

ABSTRACT

Ikhda Hasnita Winda Sari. The Relations of Self Efficacy and Emotional Intelligence with Psychological Well Being of State High School 2 Binjai Students. 2020.

The research aims to look at the Relations of Self Efficacy And Emotional Intelligence With the Psychological Well-Being of Students SMA Negeri 2 Binjai. The proposed hypothesis has a relations between self-efficacy and emotional intelligence with the psychological well-being of high school students. The population is 1,144 students, with simple random techniques; 250 students. The data is gathered with a scale of psychological well-being, Self Efficacy and emotional intelligence. Data analysis using Multiple Regression Analysis, with conclusions; 1. There is a very significant positive relations of self efficacy with psychological well-being ($r_{x1y} = 0.644$; $sig < 0.010$). 2. There is a very significant positive relations of emotional intelligence with psychological well-being ($r_{x2y} = 0.544$; $sig < 0.010$). 3. There is a very significant relations of self efficacy and emotional intelligence with psychological well-being ($F_{reg} = 89.25$; $sig < 0.010$). This indicates that the higher self-efficacy and the higher the emotional intelligence the higher the psychological well-being, the hypothesis suggested. The contribution of self efficacy and emotional intelligence to psychological well-being was 42.0%, there was still a 58% influence from other variables, where other factors in this study were not seen, such as social support factors, economic status, social networks, and religiosity. Self efficacy contributes 41.4% to psychological well-being, and emotional intelligence contributes 29.6% to psychological well-being. Other results ; students have moderate self-efficacy, moderate emotional intelligence, and moderate psychological well-being

Keywords : psychological well-being, self efficacy and emotional intelligence

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	13
1.3. Rumusan Masalah.....	13
1.4. Tujuan Penelitian	13
1.5. Manfaat Penelitian	14
BAB II KERANGKA TEORI	15
2.1. Kesejahteraan Psikologis.....	15
2.1.1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis.....	15
2.1.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.....	18
2.1.3. Dimensi Kesejahteraan Psikologis	22
2.2. <i>Self Efficacy</i>	27
2.2.1. Pengertian <i>Self Efficacy</i>	27
2.2.2. Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i>	32
2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	34
2.2.4. Pengaruh <i>Efficacy Diri</i>	36
2.3. Kecerdasan Emosi.....	38
2.3.1. Pengertian Kecerdasan emosi	38
2.3.2. Ciri-ciri Kecerdasan emosi	38
2.3.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi.....	41
2.3.4. Aspek-aspek Kecerdasan emosi.....	44
2.4. Kerangka Konsep.....	51
2.4.1. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan Kesejahteraan Psikologis... 51	51
2.4.2. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis.....	57

2.4.3. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis	61
2.4.4 Gambar Kerangka Konseptual	66
2.5. Hipotesis	67
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	68
3.1. Desain Penelitian	68
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	68
3.3. Identifikasi Variabel Penelitian	68
3.4. Defenisi Operasional.....	69
3.5. Populasi dan Sampel Penelitian	70
3.6 Metode Pengumpulan Data	71
3.7. Validitas dan Reliabilitas.....	80
3.8. Metode Analisis Data.....	83
BAB IV Pelaksanaan, Analisis Data, Hasil Penelitian Dan Pembahasan .	84
4.1. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian	84
4.2. Persiapan Penelitian	85
4.2.1. Persiapan Administrasi.....	85
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	86
4.2.2.1. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur	86
4.2.2.2. Pelaksanaan Penelitian	90
4.2.3. Analisis Data dan Hasil Penelitian	90
4.2.3.1. Uji Asumsi	91
4.2.3.2. Pengujian Hipotesis	92
4.2.3.3. Hasil Perhitungan Mea Hipotetik dan Mean Empirik	97
4.3. Pembahasan	102
4.3.1. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa	102
4.3.2. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis	104
4.3.3. Hubungan dan <i>Self Efficacy</i> dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis	107
BAB IV PENUTUP	116
5.1 Simpulan	116
5.2 Saran.....	117
DAFTAR PUSTAKA	120
LAMPIRAN	126

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Data Jumlah Siswa SMA Negeri 2 Binjai	70
Tabel 3.2 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kesejahteraan psikologis Sebelum Uji Coba	76
Tabel 3.3 kisi-kisi distribusi penyebaran aitem <i>self efficacy</i>	77
Tabel 3.4 Skala Kecerdasan Emosi Sebelum Uji Coba	79
Tabel 4.1 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Self Efficacy</i> Setelah Uji Coba	88
Tabel 4.2 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba	89
Tabel 4.3 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Uji Coba	90
Tabel 4.4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	92
Tabel 4.5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	93
Tabel 4.6. Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi.....	94
Tabel 4.7. Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Regresi Berganda.....	95
Tabel 4.9 Rangkuman sumbangan self efficacy dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis	95
Tabel 4.10 Rangkuman sumbangan X1 (<i>Self Efficacy</i>) terhadap Y (Kesejahteraan Psikologis).....	96
Tabel 4.11 Rangkuman sumbangan X2 (Kecerdasan Emosi) terhadap Y (Kesejahteraan Psikologis).....	96
Tabel 4.12 Frekuensi dan Persentase <i>Self Efficacy</i>	100
Tabel 4.13. Frekuensi dan Persentase Kecerdasan Emosi	101
Tabel 4.14. Frekuensi dan Persentase Kesejahteraan Psikologis	103
Tabel 11. Perbandingan Antara Mean/Nilai Rata-rata Hipotetik dengan Mean/Nilai Rata-rata Empirik	103

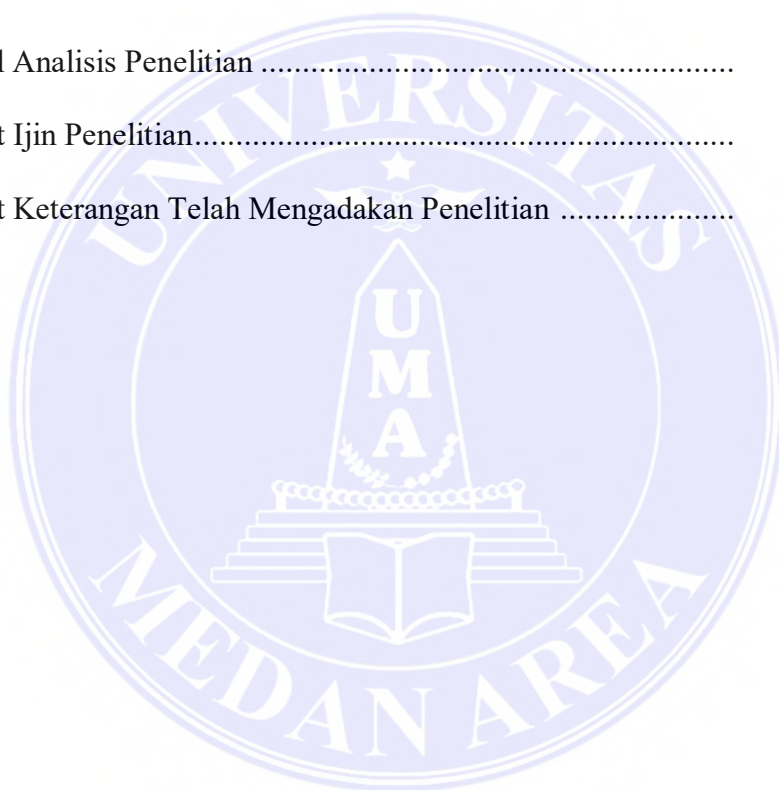
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 : Kerangka Penelitian.....	67
Gambar 4.1 : Kurve <i>Self efficacy</i>	99
Gambar 4.2 : Kurve Kecerdasan Emosi.....	101
Gambar 4.3 : Kurve Kesejahteraan Psikologis.....	102



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Skala Penelitian.....	126
2. Data Try Out/Uji Coba.....	134
3. Hasil analisis Tryout/Uji Coba	141
4. Data Penelitian.....	160
5. Hasil Analisis Penelitian	217
6. Surat Ijin Penelitian.....	255
7. Surat Keterangan Telah Mengadakan Penelitian	256



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi membawa perubahan hampir semua aspek kehidupan manusia yang ditandai oleh adanya penguasaan terhadap teknologi informasi, mampu bersaing, serba ingin tahu, imajinatif, mampu mengubah tantangan menjadi peluang dan menguasai berbagai metode dalam memecahkan masalah. Kemajuan dalam bidang informasi tersebut pada akhirnya akan berpengaruh pada kejiwaan dan kepribadian seseorang/masyarakat. Manusia merupakan makhluk sosial yang mampu berinteraksi satu dengan yang lain, dimana manusia saling membutuhkan satu sama lain dalam menghadapi era perkembangan hidup. (Willis, 2016).

Perkembangan hidup manusia hanya akan dicapai melalui melalui proses pendidikan secara terus menerus, sebab individu yang sanggup bertahan hanyalah individu yang berorientasi ke masa depan, yang mampu mengubah pengetahuan menjadi kebijakan dan mereka yang memiliki ciri-ciri sebagaimana yang dimiliki masyarakat *post modern* tersebut di atas. Dari keadaan ini, keberadaan suatu bangsa dengan bangsa lainnya menjadi satu dalam bidang sosial, budaya, ekonomi dan lain sebagainya.

Secara singkat ciri-ciri abad milenial ditandai oleh (1) Meluasnya integrasi kehidupan ekonomi dan fragmentasi kehidupan politik (2) Melajunya globalisasi di segala aspek (3) Perubahan secara radikal pasar tenaga kerja (4) Industrialisasi ekonomi dengan high teknologi (5) Lahirnya gaya hidup baru

dengan akses-akses tertentu. Begitulah perkembangan abad 21 yang berdampak terhadap perkembangan masyarakat dunia pada umumnya dan masyarakat pada khususnya yang pada kenyataannya sudah memasuki masyarakat global, ditandai dengan cepatnya informasi sebagai kelanjutan dari masyarakat modern dengan ciri-cirinya yang bersifat rasional, berorientasi ke masa depan, terbuka, menghargai waktu, kreatif, mandiri dan inovatif.

Tantangan nyata dalam menghadapi kondisi seperti ini yaitu meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas guna mampu berkompetisi di era global dan permintaan pelayanan jasa yang tidak hanya terbatas pada wilayah lokal, dengan artian para pengguna jasa lebih membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas baik dari dalam maupun luar negeri

Memasuki abad melenium ketiga ini, dunia pendidikan dihadapkan kepada berbagai masalah yang sangat urgen sehingga apabila tidak diatasi secara tepat, tidak mustahil dunia pendidikan akan ditinggalkan oleh jaman. Kesadaran akan tampilnya dunia pendidikan dalam memecahkan dan merespon berbagai tantangan baru yang timbul adalah suatu hal yang logis bahkan suatu keharusan. Hal demikian dapat dimengerti, mengingat dunia pendidikan merupakan salah satu pranata yang terlibat langsung dalam mempersiapkan masa depan umat manusia dan penghasil sumber daya manusia yang berkualitas. Kegagalan dunia pendidikan dalam menyiapkan umat manusia adalah merupakan kegagalan bagi kelangsungan kehidupan bangsa untuk menuju keadaan yang lebih baik.

Pendidikan merupakan aktivitas yang berlangsung sepanjang hidup manusia. Pendidikan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari istilah belajar karena

pada dasarnya belajar merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan suatu kegiatan yang pokok atau utama dalam dunia pendidikan. Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya. Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri. Usaha- usaha untuk mendidik dan mengajar dilakukan sejak manusia lahir dengan mengenalkan berbagai hal yang paling sederhana melalui stimulus lingkungan (Hurlock, 2012).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Seperti yang dikemukakan oleh Calon (dalam Monks, dkk 2009) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Menurut Sri Rumini & Siti Sundari (2004) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/ fungsi untuk memasuki masa dewasa.

Masa remaja ini dianggap sebagai masa-masa yang terpenting dalam kehidupan seseorang, karena pada masa inilah terjadi proses pengenalan jati diri, perkembangan fisik, psikis dan pembentukan kepribadian seseorang. Seperti pengertian remaja menurut Darajat (2008) adalah: masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Mereka

bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Hal senada diungkapkan oleh Santrock (2012) bahwa *adolescence* diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Santrock (2012) juga mengemukakan bahwa permasalahan remaja antara lain mengelola dorongan seks, pekerjaan, hubungan dengan orangtua, pergaulan sosial, interaksi kebudayaan, emosi, perkembangan kepribadian dan sosial, problema sosial, penggunaan waktu luang, keuangan, kesehatan, dan agama. Tugas perkembangan masa remaja akhir adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria atau wanita, menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.

Masa remaja merupakan masa kritis dimana terjadi peralihan perkembangan dari masa anak-anak menuju masa dewasa mengenai fungsi mental, fisik, dan psikologis dirinya (Santrock, 2012). Oleh karena itu, mereka cenderung masih labil dalam bertindak, namun selalu ingin mencoba hal-hal baru dan mendapat pengakuan atas jati dirinya selayaknya orang dewasa sehingga ketika mereka tidak mampu memilah berbagai informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya dengan baik dan benar maka akan cenderung melakukan hal-hal yang bersifat negatif dan mengabaikan banyak tanggung jawab dalam hidupnya.

Remaja yang banyak mengabaikan tanggung jawabnya terkait sekolah, keluarga, dan kehidupan sosial menjadi salah satu penyumbang rendahnya *psychological well-being* remaja (Penelitian Gross et al, 2013). Rathi dan Rastogi (2007) mengemukakan bahwa *psychological well-being* berdampak pada kualitas kebermaknaan hidup pada remaja.

Psychological well-being merupakan kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya (*self acceptance*), membentuk hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental mastery*), menetapkan tujuan hidupnya (*purpose in life*), dan merealisasikan potensi dirinya secara kontinu (*personal growth*). Kemampuan tersebut dapat diupayakan oleh remaja dengan cara memfokuskan pada realisasi diri (*selfrealization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan pengaktualisasian potensi dirinya (*selfactualization*) sehingga dapat berfungsi positif secara penuh dan meraih kebahagiaan (Ryff, 1989).

Fenomena yang terjadi pada siswa SMA Negeri 2 Binjai saat ini yaitu terlihat hampir 57% siswa masih belum mencapai kesejahteraan psikologis yang baik seperti penerimaan diri yang masih rendah yang ditunjukkan pada remaja yang merasa tidak puas dengan dirinya karena kecewa terhadap apa yang mereka miliki membuat remaja mulai mengalami hambatan dalam kualitas kepribadian dan merasa berbeda dari apa yang ada pada dirinya (Ryff, 1989). Kondisi tersebut mengarahkan kepada perilaku selalu mencari kesalahan-kesalahan orang lain sebagai mekanisme pertahanan diri, seperti menyalahkan orang tua, keluarga,

teman dan menyalahkan guru atau sekolah. Keadaan ini dapat dilihat dari hasil wawancara terhadap beberapa orang siswa, mengapa selalu rebut di kelas dan tidak memperhatikan materi yang disampaikan guru, mudah terpengaruh oleh teman dan lingkungan hal tersebut menunjukkan ketidakmampuan siswa untuk mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), berikut hasil wawancara :

Peneliti : “Kenapa ribut di kelas tadi Nak ?”

Responden : “*habis gurunya itu ngga enak ngajarnya Bu, boring lah kalau gitu saya di kelas lama-lama*”, terus si Zu, R dan B juga ribut, ganggu-ganggu saya terus”

(wawancara personal terhadap Dd, Jum’at/10 Januari 2020, pukul. 09.15)

Sebagian besar siswa juga masih belum mampu menetapkan tujuan hidupnya (*purpose in life*), masih belum mampu menentukan memasuki jurusan dan fakultas serta karir kedepan, berikut hasil wawancara :

Peneliti : “*Rs..., mau kuliah di fakultas apa nanti setelah tamat SMA, cita-citanya mau jadi apa ?*”

Responden : “*ngga tahu lah Bu, nanti lihat teman-teman mau masuk fakultas apa, saya ikut aja (tertawa), lagian kan masih lama, entah apapun ibu nanya-nanya kayak gitu...*”

(wawancara personal terhadap Rs, Jum’at/10 Januari 2020, pukul. 11.10)

Terlihat juga siswa kurang mampu membentuk hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), hal ini terlihat dari siswa memiliki sedikit hubungan yang akrab dengan teman seusiaanya disekolah (berkelompok hanya dengan geng/grupnya) tidak saling percaya karena hal tersebut remaja menjadi merasa dirinya adalah individu yang tidak mudah akrab, sulit terbuka, tidak peduli dengan orang lain, dan tidak berkeinginan untuk

membuat suatu kesepakatan untuk menjaga keterkaitan dengan orang lain, berikut hasil interviu terhadap siswa yang baru melakukan keributan dengan kelas lain:

Peneliti : *“Mengapa ribut dan kalian saling mengejek ?”*

Responden : *“kreak-kreak kali orang itu Bu,...cewek-ceweknya lagi, mentel-mentel kali...suka kali ngebully, ya makanya ku lawan aja, masak dikatainya tadi aku, gara-gara aku ngga pakai simbol OSIS dan badge nama”*

(interview personal terhadap W1, Senin/13 Januari 2020, pkl. 10.30)

Selanjutnya terlihat juga siswa memiliki otonomi yang rendah seperti selalu bergantung pada harapan dan evaluasi orang lain, berpijak pada keputusan orang lain untuk membuat suatu keputusan yang penting serta menyesuaikan diri dengan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dalam suatu cara tertentu. Ini artinya dalam hal ini siswa mengalami penurunan kepercayaan diri dan kurang mampu memutuskan suatu hal. Siswa belum memiliki penguasaan pada lingkungan ditunjukkan dengan karakteristik merasa kesulitan dalam mengatur hidupnya sehari-hari, mereka merasa tidak mampu untuk merubah atau meningkatkan kualitas hidupnya.

Setiap individu memiliki keinginan untuk mencapai kebahagiaan dengan hidup yang sejahtera, bukan hanya berupa kesejahteraan fisik atau biologis namun juga kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan persoalan yang menarik untuk dipelajari. Menurut Ryff (1989) ketika mempelajari kesejahteraan psikologis lebih mendalam, seseorang akan mampu menilai bagian mana yang kurang dari kehidupannya, karena dalam kesejahteraan psikologis terdapat nilai-nilai positif yang menjadi bagian dari indikator kesehatan mental.

Kesejahteraan psikologis selain menjadi hal yang menarik untuk dipelajari, juga menjadi hal yang penting untuk dimiliki seseorang siswa.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) adalah perbedaan usia, perbedaan jenis kelamin dan perbedaan budaya. Menurut Huppert (2009) faktor-faktor kesejahteraan psikologis adalah faktor sosial dan perkembangan otak, faktor genetik, kepribadian, faktor demografi, faktor sosial ekonomi dan faktor yang lain. Sedangkan Prayogi, F., Muslihati, dan Handarini (2017) juga menambahkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu efikasi diri dan optimisme. Efikasi diri adalah kepercayaan yang dimiliki seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan kegiatan yang ingin dicapai dan berpengaruh dengan kehidupannya, dimana kepercayaan tersebut mempengaruhi cara seseorang merasakan, berpikir, memotivasi diri dan bertindak (Bandura, 2011).

Efikasi diri seseorang dapat diukur berdasarkan tiga dimensi yaitu *magnitude* (level/tingkat), *strength* (kekuatan), dan *generality* (generalisasi), (Bandura, A. 2005), selanjutnya Yuliyani (2017) mengungkapkan terdapat dua tipe efikasi diri. Tipe seseorang yang memiliki efikasi diri rendah yaitu selalu menghindari pekerjaan berat, saat menghadapi kesulitan akan berhenti, tidak berani memiliki cita-cita yang tinggi dan tidak memiliki komitmen dengan tujuan yang dipilih, memiliki orientasi terhadap kegagalan, tidak melakukan usaha dengan maksimal, mudah menyerah, stress, dan depresi. Sedangkan tipe seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi yaitu menyukai pekerjaan berat yang menjadikannya

untuk maju, memiliki tujuan hidup, gigih dalam berusaha, berpikiran strategis, serta ketika gagal dia akan menyadari keagalannya dan berusaha lebih.

Berikut adalah interviu yang dilakukan terhadap siswa yang ribut di kelas ketika diberi tugas oleh guru berkaitan dengan efikasi diri :

Peneliti : “ *Bagaimana pemahamanmu tentang materi yang disampaikan oleh guru untuk mengerjakan tugas ini F ?*”

Responden : “Bapak itu kalau kasih tugas yang sulit-sulit Mam....”

Peneliti : “*Materinya sudah disampaikan oleh guru ?*” *Kenapa tidak dikerjakan ?*

Responden : “*Udah Mam...*” *(tersenyum dan garuk-garuk kepala....) nunggu waktu istirahat sebentar lagi Mam, biar jadi PR aja, minggu depan baru dikumpul.*

Dari interviu di atas tergambar bahwa siswa kurang memiliki keyakinan, mudah menyerah, dan kurang mampu untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi.

Efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh, apabila salah satu rendah maka yang lainnya akan rendah pula dan begitu pula sebaliknya. (Prayogi, F., Muslihati, dan Handarini, 2017) Penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pernah juga dilakukan Utami (2016) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh positif, dimana ketika efikasi diri meningkat maka akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan ketika efikasi diri rendah maka akan menurunkan kesejahteraan psikologis.

Penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pernah dilakukan pada tahun 2011 oleh Cicogani, hasil penelitian

menunjukkan efikasi diri berkorelasi dengan signifikan ($r = 0,18, p < 0,001$) kesejahteraan psikologis siswa remaja di Italia Utara. Kemudian pada tahun 2008 juga dilakukan penelitian oleh Moeni yang dilakukan di Iran, dan hasil yang diperoleh membuktikan terdapat korelasi yang signifikan antara efikasi diri yang rendah berpengaruh dengan kesejahteraan psikologis dan *stress* di kelompok mahasiswa di Iran (Prayogi, F., Muslihati, & Handarini, 2017).

Penelitian yang dilakukan Mustika Sari (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang menunjukkan hasil korelasi $r=0,487$ dan $p=0,000$ ($p \leq 0,01$). Besarnya sumbangan efikasi diri mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebesar 23,7%, dari hasil tersebut dapat diketahui uji hipotesis terbukti ada hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis (*Psychological Well Being*) sangat penting untuk dimiliki siswa, hal ini karena nilai positif dari kesehatan mental di dalamnya membuat individu dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam dirinya. Seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila individu tersebut memiliki emosi positif yang lebih besar dibandingkan emosi negatif, dan dapat menjaga emosi positif serta memperbaiki emosi negatif yang ada didalam dirinya (Ryff & Keyes, 1995). Kesejahteraan psikologis pada remaja yang belum tercapai dapat dilihat dari hasil penelitian Triana Indrawati (2013) tentang kesejahteraan psikologis berdasarkan kecerdasan emosi dan dukungan sosial pada siswa SMP Terbuka, Penelitian-penelitian yang sudah ada menunjukkan bahwa tidak ada penentu tunggal dari kesejahteraan.

Salah satu kondisi yang menarik untuk dibahas adalah kondisi emosi remaja. Emosi remaja cenderung labil dengan fluktuasi perasaan yang mudah berubah. Remaja dapat dengan mudah jatuh ke dalam kondisi afek yang sangat negatif namun berpeluang berubah menjadi kondisi afek yang positif (Santrock, 2012). Keadaan emosi remaja berada pada periode badai dan tekanan (*storm and stress*) yaitu suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Secara psikologis, meningginya emosi terutama karena para remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi dan harapan baru. Keadaan ini menyebabkan remaja sering mengalami kegagalan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya, sehingga masa remaja sering dikatakan sebagai usia bermasalah. Bila remaja tidak mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, maka akan timbul emosi yang tidak menyenangkan dalam dirinya. Bahkan keadaan ini dapat menyebabkan remaja yang bersangkutan merasa tidak puas dalam hidup dan tidak bahagia (Hurlock, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Capara (2005) menjelaskan bahwa siswa yang memiliki *Self-efficacy* yang tinggi akan mampu mengelola emosi positif dan emosi negatif yang dialami serta memiliki hubungan interpersonal yang baik sehingga membantu siswa untuk tetap memiliki pandangan dan harapan yang positif akan masa depannya.

Kecerdasan emosi memiliki peranan penting dalam meningkatkan performa dan kesuksesan seseorang, kecerdasan emosi yang diimbangi dengan kesejahteraan diri akan menambah hal-hal positif dalam diri seseorang, aplikasi di

dalam dunia pendidikan adalah peningkatan kualitas pendidikan yang terjadi apabila seseorang memiliki tingkat kesejahteraan dan memiliki kecerdasan emosi yang seimbang (Salami & Ogundokun, 2010; Tagliavia, Tipton, Giannetti & Mattei, 2006).

Beberapa kondisi tampaknya diperlukan untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi seperti kesehatan mental dan hubungan sosial yang positif dalam penelitian tersebut mengatakan bahwa remaja sering kali terlibat dalam kenakalan seperti tawuran dan membolos pada saat jam pelajaran sekolah yang disebabkan kurangnya kesejahteraan psikologis yang dikaitkan dengan rendahnya kecerdasan emosi mereka. Salah satu dari unsur kepribadian yang dianggap mempengaruhi *Psychological well-being* adalah masalah kecerdasan emosi (De Lazzari, 2000).

Selanjutnya penelitian Sari, dkk, (2016) penelitian dilakukan terhadap 210 orang taruna, menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara kecerdasan emosi dengan *psychological well-being* ($r_{xy} = 0,550$ dengan $p < 0,001$) yang berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi *psychological well-being*. Kecerdasan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 30,3% terhadap *psychological well-being*.

Menelaah uraian di atas terhadap beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, peneliti diangkat permasalahan penelitian yang berjudul **“Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Siswa yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang positif, yakni mampu bersikap positif terhadap diri sendiri, memiliki kemampuan untuk menumbuhkan emosi positif, adanya kepuasan batin, dan bahagia dalam menjalankan tugas. Kesejahteraan psikologis remaja sangat beragam, hal ini dapat dilihat dari fenomena diatas, sehingga identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

- 1.2.1. Rendahnya kesejahteraan psikologis siswa
- 1.2.2. Siswa masih kurang memiliki *self efficacy* yang baik
- 1.2.3. Kecerdasan emosi siswa kurang berkembang secara optimal

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- 1.3.1. Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dengan Kesejahteraan Psikologis ?
- 1.3.2. Apakah ada hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis?
- 1.3.3. Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis ?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

- 1.4.1. Hubungan *Self Efficacy* dengan Kesejahteraan Psikologis
- 1.4.2. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis
- 1.4.3. Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Adapun manfaat secara teoritis dari penelitian ini adalah penelitian diharapkan dapat memberi sumbangsih bagi pengembangan psikologi, khususnya psikologi pendidikan, yang berkaitan dengan isu mengenai rendahnya Kesejahteraan psikologis dan faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi. Hasil penelitian ini juga akan dapat menjadi sumbangan teoritis terhadap Kesejahteraan Psikologis, *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi

1.5.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, sebagai masukan bagi dunia pendidikan, memberikan informasi bahwa pentingnya Kesejahteraan Psikologis, *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi, bagi pengembangan diri siswa.

BAB II

KERANGKA TEORI

2.1 Kesejahteraan psikologis

2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Teori kesejahteraan psikologis merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu dimana individu dapat menerima kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungannya dalam arti memodifikasi lingkungannya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan pribadinya (Ryff, 1989:1070). Kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) bukan hanya kepuasan hidup dan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif namun juga melibatkan persepsi dari keterlibatan dengan tantangan-tantangan sepanjang hidup. Teori ini menjelaskan sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal (Ryff & Keyes, 1995:719). Konsep Ryff berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar tidak adanya penyakit fisik saja, akan tetapi berkaitan juga dengan bagaimana mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain dan menjadi pribadi yang *autonomy* (Ryff, 1989:1070).

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu yang mencakup evaluasi dan

penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan tidak hanya berupa aspek positif namun juga aspek negatif yang terbagi dalam enam dimensi, yaitu: dimensi penerimaan diri, dimensi hubungan positif dengan orang lain, dimensi otonomi, dimensi penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan dimensi pengembangan pribadi (Lakoy, 2009:723). Kesejahteraan psikologis terdiri dari adanya kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis. Ryff menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya, selain itu kesejahteraan psikologis dapat dimaknai dengan diperolehnya kebahagiaan,kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala depresi (Ryff & Keyes, 1995:719).

Daniella B.B., (2012:102) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologi 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 hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu, oleh karena itu bila seorang individu memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri, mampu bertindak secara otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan dan makna hidup, serta mengalami perkembangan kepribadian maka individu tersebut dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis.

Batram & Boniwell, (2007:97) mengemukakan Kesejahteraan psikologis berhubungan dengan kepuasan pribadi, *engagement*, harapan, rasa syukur,

stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme, termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki. Kesejahteraan psikologis memimpin individu untuk menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilaksanakannya.

Alston dan Dudley (dalam Jersild 2011:98). Kebahagiaan adalah bagian dari keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan dan timbul apabila kebutuhan dan harapan individu terpenuhi. Kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, yang disertai tingkat kegembiraan (Hurlock, 2012:72). Dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi, mempunyai pemaknaan hidup yang tinggi dan mampu mengembangkan pribadi serta bakat dan minat yang dimiliki.

Individu dengan *Psychological well-being* yang baik akan memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya. Selain itu individu juga dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sendiri sebagaimana adanya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu mengarahkan perilakunya sendiri (Liwarti, 2013:45-51).

Dari beberapa definisi tersebut dapat dikemukakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu

yang mencakup evaluasi dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan serta merasa puas dalam kehidupan.

2.1.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis

Berikut ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang menurut Ryff (1995:1082), antara lain :

a. Dukungan Sosial

Gambaran berbagai ungkapan perilaku suportif (mendukung) kepada seorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang cukup bermakna dalam hidupnya. An dan Cooney (2006: 11-15), menyatakan bahwa bimbingan dan arahan dari orang lain (*generativity*) memiliki peran yang penting pada kesejahteraan psikologis. Hal ini termasuk kedalam perilaku hubungan (*Relation Behaviour*) yang mana pemimpin, mendengar, memfasilitasi, dan mendukung mahasiswa yang bekerja sebagai karyawan, sehingga karyawan dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik (Hersey & Blanchard, 1988). Dukungan sosial yang diberikan adalah untuk mendukung karyawan dalam mencapai tujuan dan kesejahteraan psikologisnya, sehingga mahasiswa yang menjadi karyawan dapat menerima dirinya lebih positif.

b. Status sosial ekonomi

Ryff (1999: 213-217), menyatakan bahwa faktor status sosial ekonomi menjadi sangat penting dalam peningkatan kesejahteraan psikologis, bahwa tingkat keberhasilan dalam pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik, menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis juga lebih baik. Ryan dan Deci (2001:56),

menegaskan status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi. Status sosial ekonomi mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Seperti besarnya pemasukan dalam keluarga, tingkat pendidikan, keberhasilan pekerjaan, kepemilikan materi dan status sosial di masyarakat. (Pinquart & Sorenson, 2000). Sehingga dapat dikatakan, semakin tinggi status sosial dapat serta merta mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

c. Jaringan sosial

Berkaitan dengan aktivitas sosial yang diikuti oleh individu seperti aktif dalam pertemuan-pertemuan atau organisasi, kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, dan dengan siapa kontak sosial dilakukan membuat seorang individu memiliki kecenderungan kesejahteraan yang rendah atau yang tinggi ditunjang dari siapakah orang-orang yang berada di lingkungan sosial individu, semakin baik kontak sosial yang terkait dengan individu, semakin tinggi tingkat kesejahteraan individu tersebut. (Pinquart & Sorenson, 2000).

d. Religiusitas

Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna (Bastaman, 2000). Pernyataan tersebut memang punya keterikatan dengan peranan tentang semakin tinggi seseorang memaknai hidupnya secara positif maka kesejahteraan hidup yang dirasakan juga tinggi.

e. Kepribadian

Gutiérrez, Jiménez, Hernández, dan Puente (2004), menyatakan kepribadian merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam kesejahteraan psikologis. Yang termasuk didalam dimensi kepribadian adalah penyesuaian diri, efikasi diri (*self efficacy*), kecerdasan emosi, kemampuan komunikasi, dan konsep diri.

Beberapa faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis antara lain menurut Ryff & Singer (1996) sebagai berikut:

a. Usia

Ryff dan Keyes (1995:804) mengemukakan bahwa perbedaan usia mempengaruhi perbedaan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga madya.

b. Jenis kelamin

Sejak kecil stereotipe gender 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., 2008). 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.

c. Status sosial ekonomi

Penelitian Diener dan Diener menunjukkan bahwa perubahan penghasilan seseorang penting untuk kesejahteraan psikologisnya daripada orang yang berpenghasilan tetap. Diener dan Diener juga mengamati bahwa orang-orang yang berpenghasilan tinggi berada pada level kepuasan yang tinggi pula, sehingga mereka dapat merasakan kesejahteraan psikologis (dalam Hidalgo, 2010).

d. Budaya

Budaya dan masyarakat terkait dengan norma, nilai dan kebiasaan yang berada dalam masyarakat. Budaya individualistik dan kolektivistik memberikan perbedaan dalam kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan pemaparan di atas dikemukakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis berdasarkan teori Ryff (1995), yaitu dukungan sosial sebagai ungkapan perilaku mendukung kepada seorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang bermakna dalam hidupnya, status ekonomi sosial yaitu tingkatan ekonomi yang dipandang orang lain terhadap individu tersebut, jaringan sosial yaitu kontak sosial yang dimiliki individu dalam lingkungan sekitarnya, religiusitas yaitu pemaknaan diri individu dalam hidup kepada Tuhan, dan kepribadian berupa efikasi diri dan kecerdasan emosi sebagai acuan hidup individu dalam bersikap dan bersifat terhadap kehidupan yang dijalani.

2.1.3. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Dimensi untuk diperolehnya kesejahteraan psikologis adalah individu yang secara psikologis dapat berfungsi secara positif (Ryff & Keyes, 1995). Komponen individu yang mempunyai fungsi psikologis yang positif yaitu:

a. Penerimaan diri (*self-acceptance*)

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai 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 dijalani. Hal tersebut menurut Ryff (1989) menandakan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik yang memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Dimensi ini berulang kali ditekankan sebagai dimensi yang penting dalam konsep kesejahteraan psikologis. Ryff (1989) menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain. Dimensi ini juga menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen

kesehatan mental yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain. Individu yang tinggi atau baik dalam dimensi ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, mempunyai rasa afeksi dan empati yang kuat. Sebaliknya, individu yang hanya mempunyai sedikit hubungan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat dan enggan untuk mempunyai ikatan dengan orang lain, menandakan bahwa individu tersebut kurang baik dalam dimensi ini.

c. Otonomi (*autonomy*)

Dimensi otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Seseorang yang mampu untuk menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertingkah laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, hal ini menandakan bahwa individu tersebut baik dalam dimensi ini. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi otonomi akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain, dan cenderung bersikap konformis.

d. Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*)

Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, individu tersebut mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya. Hal inilah yang dimaksud dalam dimensi ini mampu untuk memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan

kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampakkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar.

e. Tujuan hidup (*purpose in life*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang mempunyai rasa keterarahan dalam hidup, mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai keberartian, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup, maka individu tersebut dapat dikatakan mempunyai dimensi tujuan hidup yang baik. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dalam masa lalu kehidupannya, dan tidak mempunyai kepercayaan yang dapat membuat hidup lebih berarti. Dimensi ini dapat menggambarkan kesehatan mental karena kita tidak dapat melepaskan diri dari keyakinan yang dimiliki oleh seorang individu mengenai tujuan dan makna kehidupan ketika mendefinisikan kesehatan mental.

f. Perkembangan pribadi (*personal growth*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia. Dimensi ini dibutuhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi

secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman. Seseorang yang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang terdapat di dalam dirinya, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa individu tersebut adalah seorang pribadi yang membosankan, dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

Hurlock (2004) menjelaskan, bahwa ada beberapa esensi mengenai kebahagiaan, kesejahteraan, antara lain:

a. Sikap menerima (*Acceptance*)

Sikap menerima orang lain dipengaruhi oleh sikap menerima diri yang timbul dari penyesuaian pribadi maupun penyesuaian sosial yang baik (Shaver & Freedman, dalam Hurlock, 2004). Lebih lanjut dijelaskan bahwa kebahagiaan banyak bergantung pada sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan apa yang dimilikinya.

b. Kasih sayang (*Affection*)

Kasih sayang merupakan hasil normal dari sikap diterima oleh orang lain. Semakin diterima baik oleh orang lain, semakin banyak diharapkan yang dapat diperoleh dari orang lain. Kurangnya cinta atau kasih yang memiliki pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan seseorang.

c. Prestasi (*Achivment*)

Prestasi berhubungan dengan tercapainya tujuan seseorang. Apabila tujuan ini secara tidak realistis tinggi, maka akan timbul kegagalan dan yang bersangkutan akan merasa tidak puas dan tidak bahagia.

Berdasarkan esensi yang telah disebutkan dapat dikemukakan bahwa secara teori hal tersebut memiliki relasi dengan kesejahteraan Psikologis karena kebahagiaan (*happiness*) merupakan hasil dari kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap manusia (Ryff,1989). Pada penelitian ini peneliti digunakan dimensi dari (Ryff & Keyes,1995) yaitu dimensi kesejahteraan psikologis antara lain penerimaan diri yaitu adanya sikap positif terhadap diri sendiri, hubungan positif dengan orang lain yaitu adanya hubungan yang hangat dan rasa percaya terhadap orang lain, otonomi yaitu adanya kemampuan menolak tekanan sosial dan mampu mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, penguasaan terhadap lingkungan yaitu kemampuan untuk menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya, tujuan hidup yaitu adanya rasa keterarahan dalam hidup dan mempunyai target yang ingin dicapai, dan perkembangan pribadi yaitu individu yang mampu mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia.

Berdasarkan eksplorasi maka dapat dikemukakan maka kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu yang mencakup evaluasi dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan serta merasa puas dalam kehidupan.

Kesejahteraan psikologis memiliki 6 dimensi beserta indikatornya yaitu; Dimensi Penerimaan diri (*self-acceptance*) ; indikatornya individu memiliki penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Dimensi Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) ; indikatornya individu penuh perhatian, mudah menjalin hubungan dengan orang lain dan memiliki sikap hangat serta saling percaya. Dimensi Otonomi (*autonomy*) ; Individu memiliki sikap berani mengemukakan pendapat, mampu menentukan keputusan sendiri, dan yakin dengan pendapat sendiri. Dimensi Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*) ; individu mampu mengelola tanggung jawab, melakukan pekerjaan dengan baik, mampu mengatur waktu, dan memiliki gaya hidup sesuai dengan diri sendiri. Dimensi Tujuan hidup (*purpose in life*) ; individu memiliki rencana masa depan, aktif melaksanakan rencana, fokus pada saat sekarang, dan aktif dalam mencapai target. Dimensi Perkembangan pribadi (*personal growth*) ; individu aktif /terbuka mencari pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam mengembangkan diri dan berani mencoba cara baru

2.2 Efikasi Diri

2.2.1. Pengertian Efikasi Diri

Feist J, Gregory (2018) mengemukakan suatu kegiatan yang akan dilakukan manusia dalam situasi tertentu sangat tergantung kepada resiprositas perilaku, lingkungan, dan kondisi kognitif, khususnya faktor-faktor yang berkaitan

dengan keyakinan bahwa mereka dapat atau tidak memenuhi kebutuhan perilaku untuk menghasilkan perilaku yang diinginkan dalam situasi tertentu. Bandura (1997) menyebut ekspektasi-ekspektasi semacam ini kemampuan diri untuk mempengaruhi hasil yang diharapkan (*Self Efficacy*). Selanjutnya dikatakan bahwa *Self Efficacy* memiliki pengaruh kausal yang kuat pada tindakan manusia, bukan berarti dia satu-satunya penentu. Lebih tepatnya *Self Efficacy* harus berkombinasi dengan lingkungan, perilaku sebelumnya, dan variabel kepribadian yang lain. Khususnya ekspektasi terhadap hasil, untuk dapat menghasilkan perilaku tertentu.

Keberhasilan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuan atau melaksanakan tugas dipengaruhi oleh keyakinan atas efikasi dirinya. Efikasi diri merupakan evaluasi individu atas kemampuan yang dimilikinya guna mencapai tujuan, melaksanakan tugas atau mengatasi hambatan (Baron dan Byrne, 2004). Sedangkan efikasi diri didefinisikan oleh Brehm dan Kassin (2003) sebagai keyakinan individu atas kemampuannya untuk menghasilkan *outcome* yang dikehendaki dalam situasi tertentu. Bandura (2005) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah evaluasi individu tentang kemampuan dalam mengorganisir dan melaksanakan tindakan guna mencapai *performance* tertentu.

Bandura (2005) lebih lanjut mengemukakan bahwa perilaku individu dapat diprediksikan berdasar keyakinan individu atas kemampuan yang dimilikinya. Berdasar keyakinan tersebut individu dapat memanfaatkan secara optimal setiap pengetahuan dan ketrampilan untuk melaksanakan tugas dan mencapai tujuannya. Keyakinan yang kuat atas kemampuan diri akan menentukan kegigihan, ketekunan dan keuletan dalam melaksanakan tugas atau mencapai tujuan (Bandura dan Schunk, 1981). Dengan kata lain, efikasi diri adalah hasil

evaluasi individu atas kemampuan dan potensi diri yang akan menjadi dasar perilakunya untuk menghadapi tugas-tugas di waktu kemudian.

Bandura (2005) mengungkapkan bahwa efikasi diri merupakan hasil proses kognitif sosial yang berwujud keyakinan dan pengharapan serta keputusan pada kemampuannya dalam bertindak guna memperoleh hasil yang maksimal. Pengharapan kognitif menurut Bandura dapat diklasifikasikan menjadi dua golongan, yaitu pengharapan hasil dan pengharapan efikasi. Pengharapan hasil adalah prediksi individu akan hasil yang diperoleh berdasarkan perilaku yang dikerjakannya, sedangkan pengharapan efikasi merupakan keyakinan diri individu pada kemampuan dan tindakan guna mencapai keberhasilan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan mempunyai mempunyai semangat dan ketekunan yang lebih kuat dalam mengatasi masalah, serta mampu memobilisasi energi yang lebih besar dalam menghadapi tantangan. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri rendah mudah menyerah dan putus asa bila menghadapi kesulitan dan permasalahan (Bandura, 2005).

Norwich, 1987 (dalam Bandura, 2005) mengatakan bahwa efikasi diri dikembangkan oleh Bandura berdasarkan teori belajar social (*social learning theory*) yang menekankan hubungan kausal timbal balik (*reciprocal determinism*) antara faktor lingkungan perilaku dan faktor personal yang saling berkaitan. Ia menemukan suatu sistem yang tersusun dari struktur-struktur kognitif, sub fungsi fungsi persepsi, evaluasi dan pengendalian perilaku. Sedangkan Bandura (2005) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan kemampuan yang dirasakan untuk mengatasi situasi khusus yang menghubungkan penilaian yang dibuat orang

mengenai kemampuan mereka untuk melakukan sesuatu yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu.

Mayers (1999) mendefinisikan efikasi diri sebagai perasaan seseorang terhadap kompetensi dirinya untuk berhasil. Sedangkan Baron dan Byrn (2004) menggambarkan efikasi diri sebagai evaluasi diri seseorang terhadap kemampuan atau kompetensi untuk menampilkan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Sementara Robbins (2001) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan faktor yang mempengaruhi seseorang dalam mencapai suatu tujuan tertentu.

Lebih lanjut Bandura (2005) menjelaskan bahwa efikasi diri yang kuat meningkatkan prestasi dan kepribadian yang baik dalam berbagai hal. Seseorang yang memiliki kepastian dan kapasitasnya akan lebih menganggap tugas-tugas yang sukar sebagai tantangan untuk diatasi daripada sebagai ancaman yang harus dihindari. Pandangan efikasi seperti itu akan membantu perkembangan minat intrinsik dan memikat pada kegiatan-kegiatan yang lebih mendalam. Mereka menetapkan tujuan-tujuan yang menantang dan memelihara komitmen yang kuat terhadap tujuan tersebut, serta memotivasi diri untuk mencapainya dengan meningkatkan dan mempertahankan usaha-usaha mereka menghadapi kegagalan.

Mereka dengan cepat akan memulihkan rasa efikasinya setelah mengalami kegagalan atau kemunduran. Robbins (2001) mengatakan bahwa semakin tinggi efikasi seseorang semakin besar pula kepercayaan dari orang tersebut terhadap kesanggupannya untuk berhasil dalam tugas. Efikasi diri yang tinggi itu juga akan membuat seseorang lebih gigih ketika menghadapi tantangan serta lebih termotivasi ketika menghadapi umpan balik yang negatif.

Bandura (2005) mengatakan bahwa seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan menghubungkan kegagalan dengan usaha yang tidak cukup atau kurangnya pengetahuan atau keahlian, yang semuanya masih dapat mereka peroleh. Mereka menghadapi situasi yang mengancam dengan kepastian bahwa mereka dapat berlatih untuk mengontrol situasi tersebut. Efikasi diri yang tinggi tersebut akan mengembangkan kepribadian yang kuat pada seseorang dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang mengancam.

Pada sisi lain, Robins (2001) mengatakan bahwa efikasi diri yang rendah akan membuat seseorang mengurangi upayanya ketika harus menghadapi tantangan atau mendapat umpan balik yang negative. Bandura (2005) menjelaskan bahwa seseorang yang meragukan kapasitas diri mereka sendiri akan melarikan diri dari tugas-tugas sukar yang mereka pandang sebagai ancaman pribadi.

Selanjutnya Bandura (2005) mengatakan bahwa seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan memandang prestasinya kurang sebagai akibat dari kelemahan kecerdasan otaknya yang tidak mungkin lagi diperbaiki. Pandangan yang pesimis tersebut akhirnya membuat seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan semakin kehilangan kepercayaan terhadap kapasitas dirinya.

Berdasarkan beberapa uraian teoritis diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan yang ada didalam diri seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu dengan berhasil serta melakukan kendali terhadap keadaan-keadaan disekitarnya demi mencapai hal tersebut.

2.2.2. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura (2005) ada tiga aspek efikasi diri, yakni:

- a. Tingkat tugas (*level*), menyangkut tingkatan tugas yang harus diselesaikan seseorang, dari tuntutan yang sederhana, moderat, sampai yang membutuhkan performansi maksimal (sulit).
- b. Luas bidang tugas (*generality*), yaitu dimensi yang berhubungan dengan luas bidang tugas yang dihadapi individu. Efikasi individu mungkin hanya terbatas pada bidang tertentu, sementara individu yang lain bisa meliputi beberapa bidang sekaligus.
- c. Tingkat kekuatan (*strength*), yakni dimensi yang terkait dengan kekuatan/kemantapan individu terhadap keyakinannya. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung pantang menyerah, ulet, dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi rintangan, dibandingkan dengan individu dengan efikasi diri rendah.

Corsini (dalam Hambawany, 2007) mengemukakan terdapat empat aspek yang dapat mempengaruhi efikasi diri yaitu:

- a. Kognitif.

Kemampuan seseorang untuk memikirkan cara-cara yang digunakan dan merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang timbul dari dari aspek kognitif ini adalah semakin efektif kemampuan berfikir dan dalam berlatih mengungkapkan ide-ide atau gagasan-gagasan pribadi, maka akan mendukung seseorang bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

b. Motivasi.

Kemampuan seseorang untuk memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan suatu tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Motivasi seseorang timbul dari pemikiran optimis dalam diri untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan. Motivasi dalam efikasi diri digunakan untuk memprediksi kesuksesan dan kegagalan individu.

c. Afeksi.

Kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Afeksi terjadi secara alami dalam diri seseorang dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditunjukkan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan.

d. Seleksi.

Kemampuan seseorang untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang timbul dalam aspek ini yaitu ketidakmampuan orang dalam melakukan seleksi, tingkah laku membuat orang tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah atau situasi yang sulit.

Dari beberapa aspek yang telah peneliti jabarkan Bandura dan Corsini dipilih sebagai acuan untuk mengukur efikasi diri siswa SMA. Aspek efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Bandura (2005) yaitu *level*, *generality* dan *strength*. Karena aspek-aspek efikasi diri ini sesuai dan mencakup secara keseluruhan tentang efikasi diri yang ingin diteliti.

2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Bandura (2005) menjelaskan ada empat sumber yang mempengaruhi efikasi diri, yaitu:

a. Pengalaman orang lain (*vicarious experiences*)

Efikasi diri individu dapat dipengaruhi oleh model sosial, yaitu orang-orang yang dianggap memiliki kemampuan sama dengannya. Bila ia melihat orang lain tersebut berhasil maka akan meningkatkan efikasi dirinya, namun bila ia melihat orang lain tersebut gagal maka akan menurunkan efikasi dirinya. Pengaruh pengalaman orang lain tersebut sangat tergantung pada karakteristik model, tingkat kesulitan tugas, keadaan situasional dan keanekaragaman hasil yang dicapai oleh model. Bila model yang diamati tidak sama dengan karakteristik individu maka pengaruh efikasi makin kecil.

b. Persuasi sosial (bujukan secara lisan termasuk di dalamnya)

Saran, nasihat, bimbingan yang positif dari orang lain dapat meningkatkan keyakinan tentang ketrampilan dan kemampuan seseorang. Ada dua kondisi yang mempengaruhi persuasi, yakni: (1) ada kepercayaan terhadap orang yang memberi saran; dan (2) tindakan yang disarankan untuk dicoba harus realistis bagi yang diberi saran.

c. Pengalaman pencapaian prestasi (*mastery experiences*)

Individu yang sebelumnya pernah mencapai pengalaman sukses dalam suatu tugas akan memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuannya, sehingga akan meningkatkan keyakinannya saat menghadapi tugas berikutnya.

Sebaliknya, individu yang sebelumnya gagal akan merasa tidak mampu sehingga menurunkan keyakinannya saat menghadapi tugas berikutnya.

d. Kondisi psikologis dan emosional

Seseorang yang memiliki rasa takut, kecemasan, dan stres akan gagal menyelesaikan tugas. Kegagalan tersebut akan membuat individu merasa tidak mampu dan tidak yakin untuk menghadapi tugas selanjutnya. Individu akan lebih berhasil bila tidak mengalami pengalaman yang menekan yang dapat menurunkan keyakinannya.

Tinggi rendahnya efikasi diri bila dikaitkan dengan lingkungan yang responsif dan tidak responsif akan menghasilkan empat bentuk hubungan:

- a. Jika efikasi diri tinggi dan lingkungan responsif maka individu akan sukses
- b. Jika efikasi diri rendah dan lingkungan responsif maka individu akan mengalami depresi ketika melihat individu lain sukses pada tugas yang dianggap sulit;
- c. Jika efikasi diri tinggi dan lingkungan kurang responsif maka individu akan protes melalui gerakan sosial atau kekuatan untuk memaksakan perubahan, namun jika usahanya gagal maka mereka akan menyerah dan mencari cara lain atau mencari lingkungan baru yang lebih responsif; dan
- d. Jika efikasi diri rendah dan lingkungan kurang responsif maka individu akan apatis, menyerah tidak berdaya.

Atkinson (2005), bahwa efikasi diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

- a. Keterlibatan individu dalam peristiwa yang dialami oleh orang lain, dimana hal tersebut membuat individu merasa ia memiliki kemampuan yang sama atau lebih dari orang lain. Hal ini kemudian akan meningkatkan motivasi individu untuk mencapai suatu prestasi.
- b. Persuasi verbal yang dialami individu yang berisi nasehat dan bimbingan yang realistis dapat membuat individu merasa semakin yakin bahwa ia memiliki kemampuan yang dapat membantunya untuk mencapai tujuan.
- c. Situasi-situasi psikologis dimana seseorang harus menilai kemampuan, kekuatan, dan ketentraman terhadap kegagalan atau kelebihan individu masing-masing. Individu mungkin akan lebih berhasil bila dihadapkan pada situasi sebelumnya yang penuh dengan tekanan.

2.2.4. Pengaruh *Self Efficacy*

Bandura (2005) menguraikan empat proses psikologis ketika efikasi diri mempengaruhi fungsi manusia. Keempat proses tersebut adalah proses kognitif, proses motivasional, proses afektif dan proses seleksi. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan lebih senang menetapkan tujuan-tujuan yang bersifat menantang dan mengokohkan komitmen terhadap tujuan-tujuannya tersebut.

Efikasi diri memainkan peranan utama dalam pengaturan motivasi. Sebagian besar motivasi manusia dihasilkan melalui sebuah proses kognitif. Seseorang memotivasi dirinya sendiri dan mengarahkan antisipasi-antisipasi tindakannya melalui pemikiran. Efikasi diri memberikan sumbangan terhadap motivasi melalui beberapa cara yaitu dengan menentukan tujuan-tujuan bagi diri

mereka sendiri, menentukan besar usaha yang akan diberikan, menentukan kegigihan dalam menghadapi kesulitan, kegagalan yang pada akhirnya akan mempengaruhi prestasi mereka, Bandura (2005)

Dalam mengatasi dan menghadapi permasalahan efikasi diri memiliki pengaruh pada diri individu. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi tidak akan mengalami gangguan pola pikir dan akan berani menghadapi suasana yang sulit dan mengancam, Bandura (1994).

Dari uraian di atas dikemukakan bahwa peranan *self efficacy* pada siswa SMA adalah sekumpulan keseluruhan harapan-harapan yang dibawa oleh siswa kedalam situasi yang baru, dengan memiliki efikasi diri siswa akan mampu akan mencoba sesuatu hal yang baru dan ketekunan seseorang dalam mengatasi hambatan yang muncul.

Berdasarkan eksplorasi maka dapat dikemukakan maka efikasi diri adalah keyakinan yang ada didalam diri seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu dengan berhasil serta melakukan kendali terhadap keadaan-keadaan disekitarnya demi mencapai hal tersebut.

Efikasi diri memiliki aspek-aspek efikasi diri yaitu; a. Aspek Tingkat tugas (*level*), menyangkut tingkatan tugas yang harus diselesaikan seseorang, dari tuntutan yang sederhana, moderat, sampai yang membutuhkan performansi maksimal (sulit). Indikator dari aspek Tingkat tugas adalah individu berani menghadapi tugas yang sulit, meyakini untuk berhasil menyelesaikan tugas dan dapat menyelesaikan tugas yang sulit. b. Aspek Luas bidang tugas (*generality*), yaitu dimensi yang berhubungan dengan luas bidang tugas yang dihadapi

individu. Efikasi individu mungkin hanya terbatas pada bidang tertentu, sementara individu yang lain bisa meliputi beberapa bidang sekaligus. Indikator dari aspek luas bidang tugas adalah individu mempunyai keyakinan untuk menyelesaikan permasalahan dalam segala kondisi dan mampu beradaptasi dalam segala situasi.

c. Aspek Tingkat kekuatan (*strength*), yakni dimensi yang terkait dengan kekuatan/kemantapan individu terhadap keyakinannya. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung pantang menyerah, ulet, dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi rintangan, dibandingkan dengan individu dengan efikasi diri rendah. Indikator dari aspek yaitu individu mempunyai kekuatan untuk menyelesaikan tugas hingga selesai, dapat menghadapi setiap persoalan dengan ulet, dan bisa menekan rasa malas dalam belajar.

2.3 Kecerdasan emosi

2.3.1. Pengertian Kecerdasan emosi

Dalam pembahasan mengenai kecerdasan emosi, maka perlu di ketahui definisi tentang kecerdasan emosi. Menurut Goleman (2015) kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Howes dan Herald (dalam Mu'tadin, 2012) mengemukakan kecerdasan emosi sebagai komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosi, lebih lanjut dikatakan bahwa emosi manusia berada di wilayah dari perasaan lubuk hati, naluri yang tersembunyi, dan sensasi emosi yang apabila diakui dan dihormati, akan menghadirkan pemahaman yang

lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain. Menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2000) kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang dalam memahami, merasakan dan mengenali perasaan dirinya dan orang lain sehingga individu tersebut dapat mengendalikan perasaan yang ada dalam dirinya dan dapat memahami serta menjaga perasaan orang lain.

Sarwono (dalam Yusuf, 2005), mengemukakan bahwa emosi merupakan setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna efektif baik pada tingkat lemah maupun tingkat yang luas. Dalam hal ini emosi merupakan warna efektif yang menyertai setiap keadaan atau perilaku individu. Yang dimaksud dengan warna efektif adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi atau menghayati suatu situasi tertentu, misalnya perasaan gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci atau tidak senang.

Piaget (dalam Dariyo, 2007), mendefinisikan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya secara baik, dalam hal ini orang yang emosinya sudah matang tidak cepat terpengaruh oleh rangsangan atau stimulus baik dari dalam maupun dari luar pribadinya. Dalam hal ini mengendalikan emosi bukan berarti menekankan atau menghilangkan emosi melainkan individu belajar untuk mengendalikan diri dalam menghadapi situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosi yang berlebihan. Morgan (dalam Dahar, 2016), mengemukakan bahwa kecerdasan emosi merupakan keadaan emosi yang dimiliki seseorang apabila mendapat stimulus emosi tidak menunjukkan gangguan kondisi emosi. Menurut kamus Webster (dalam Feinberg, 2005) kecerdasan emosi adalah suatu keadaan bergerak kearah

kesempurnaan. Definisi ini tidak menyebutkan preposisi "ke" melainkan "kearah" ini berarti individu tidak akan pernah sampai kepada kesempurnaan, namun individu dapat bergerak menuju kearah itu.

Saphiro (2008) mendefinisikan bahwa kecerdasan emosi merupakan suatu himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan. Hurlock (2012) mengatakan bahwa laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kecerdasan emosi bila tidak lagi "meledakkan" emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang lebih baik pula. Petunjuk kecerdasan emosi lainnya adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau individu yang tidak matang. Dengan demikian, individu mengabaikan banyak rangsangan yang tadinya dapat meledakkan emosi dan akhirnya, individu yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi yang lain.

Gunarsa dan Gunarsa (2003) mengatakan bila individu sudah menemukan identitas dirinya dan telah memperoleh sistem nilai yang mendasari perilakunya dengan penuh tanggung jawab, dapat dikatakan bahwa individu tidak akan bereaksi secara kekanak-kanakan. Demikian pula individu yang tidak dikuasai emosi dan keinginannya sendiri serta mampu tenggang rasa terhadap orang lain akan disenangi dalam lingkungan sosialnya.

Overstreet dalam Kusumawanta (2019), mengatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya. Ditambahkan oleh Marcham bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang sudah matang tidak cepat terpengaruh oleh rangsangan atau stimulus baik dari dalam maupun dari luar. Emosi yang sudah matang selalu belajar menerima kritik, mampu menanggukuhkan respon-responnya, dan memiliki saluran sosial bagi energi emosinya, misalnya bermain, melakukan hobi dan sebagainya.

Dari pendapat para ahli di atas dapat ditarik simpulan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seorang individu untuk menggunakan emosinya secara baik, yang ditandai dengan pengontrolan diri, pemahaman seberapa jauh baik buruk dan apakah bermanfaat bagi dirinya dalam setiap tindakannya.

2.3.2. Ciri-ciri Kecerdasan emosi

Chaplin (2008), mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan perkembangan emosional. Kecerdasan emosi merupakan aspek yang sangat dekat dengan kepribadian. Bentuk kepribadian inilah yang akan dibawa individu dalam kehidupan sehari-hari bagi diri dan lingkungan mereka. Seseorang dapat dikatakan telah matang emosinya apabila telah dapat berpikir secara objektif. Kecerdasan emosi merupakan ekspresi emosi yang bersifat konstruktif dan interaktif. Individu yang telah mencapai kecerdasan emosi ditandai oleh adanya kemampuan didalam mengontrol emosi,

mampu berpikir realistik, memahami diri sendiri dan mampu menampakkan emosi disaat dan tempat yang tepat.

Ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan emosi menurut Feinberg (2005), antara lain adalah

- a. Kemampuan untuk merespon secara berbeda-beda dalam kaitannya dengan kebutuhan dan faktor-faktor diluar dirinya yang terlibat dalam situasi tertentu.
- b. Kemampuan menyalurkan tekanan-tekanan impuls dan emosi-emosi dalam bentuk perilaku yang konstruktif serta dapat mengarahkannya kearah tujuan yang positif.
- c. Kemampuan membangun pola hubungan interdependensi dan mampu memelihara peran-perannya secara fleksibel.
- d. Kemampuan memperkaya ketrampilan dan memahami potensi-potensi dan keterbatasan-keterbatasannya sendiri, serta mencari penyelesaian atas problem-problemnya secara kreatif dan mendapat persetujuan dari orang lain.
- e. Kemampuan untuk berhubungan secara efektif dengan orang lain, juga mampu memandang dirinya dengan orang lain dengan rasa hormat.
- f. Kemampuan mempertimbangkan dan memulai alternatif-alternatif, konsekuensi-konsekuensi dari pelakunya.

Walgito (2002) mengemukakan ada beberapa karateristik atau ciri-ciri kecerdasan emosi seseorang yaitu pertama dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti adanya sesuai dengan keadaan objektifnya.

kedua tidak bersifat implusif, akan merespon stimulus dengan cara berfikir baik atau positif. ketiga dapat mengontrol emosi dan mengeskpresikan emosinya dengan baik. Keempat bersifat sabar, pengertian dan mempunyai toleransi yang baik dan mempunyai tanggung jawab yang baik dapat berdiri sendiri tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Feinberg (2017), menyatakan ada lima ciri kecerdasan emosi yaitu (a). Bisa menerima dirinya sendiri mempunyai pandangan atau penilaian yang baik terhadap kekuatan dan kelemahannya. Mampu melihat dan menilai dirinya secara objektif dan realitas mampu menggunakan kelebihan, frustrasi-frustrasi yang bisa timbul tidak bisa dalam dirinya. Orang yang dewasa mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik. Ia berkepentingan untuk menandingi orang lain, melainkan berusaha mengembangkan dirinya sendiri. (b). Bisa menghargai orang lain berarti bisa menerima keadaan orang lain yang berbeda ia dikatakan dewasa jika mampu menghargai dirinya sendiri, mampu menghormati orang lain, ketiadaan keinginan untuk memanipulasi orang lain tersebut. (c). Mampu menerima tanggung jawab. Orang yang tidak dewasa akan menyesali nasib buruk itu disebabkan oleh orang lain, sedangkan orang yang telah dewasa malah mengenal dan menerima tanggung jawab dan pembatasan-pembatasan situasi dimana ia berbuat dan berada. (d). Mampu percaya pada diri sendiri, seseorang yang matang menyambut dengan baik partisipasi dari orang lain meskipun dirinya memiliki keahlian. (e). Memiliki rasa humor, orang dewasa berpendapat bahwa tertawa itu sehat tetapi ia tidak akan menertawakan atau melukai perasaan orang lain, dia juga tidak akan tertawa bila humor itu membuat orang lain jadi tampak bodoh. Orang yang dewasa

menggunakan humor sebagai alat untuk melicinkan ketegangan bukan memukul orang lain.

Hurlock (2004) mengemukakan tiga ciri-ciri dari kecerdasan emosi antara lain : pertama, mampu mengendalikan emosinya dihadapan orang lain dan mampu menunggu saat yang tepat untuk meluapkan emosinya dengan cara-cara yang dapat diterima. Individu dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial. Individu yang emosinya matang mampu mengontrol ekspresi emosi yang dapat diterima secara sosial atau membebaskan diri dari energi fisik dan mental yang tertahan dengan cara sosial. Kedua pemahaman diri, individu memiliki reaksi emosional yang lebih stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Individu mampu memahami emosi diri sendiri, memahami hal yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi individu tersebut. Ketiga penggunaan fungsi kritis mental, individu mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional kemudian memutuskan bagaimana cara bereaksi terhadap situasi tersebut dan individu juga tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau individu yang tidak matang

Berdasarkan pendapat Walgito (2002), Feinberg (dalam Rahma, 2017) dan Hurlock (2004) dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecerdasan emosi adalah individu yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri diterima saat emosi sedang memuncak, memperhatikan situasi kondisi waktu yang tepat.

2.3.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan emosi

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menurut Azwar (dalam Rahmatika, 2017) sebagai berikut:

Dalam perubahan fisik, terjadinya perubahan fisik pada diri individu menyebabkan terjadinya perubahan kecerdasan emosi. Individu yang matang secara emosi akan sanggup mengontrol pengekspresian emosinya secara lebih terarah dalam kehidupan sosial. Berkenaan dengan perubahan kelenjar hormon, perubahan pada kelenjar hormon menyebabkan individu mengalami perubahan pada fungsi organ seksual. Hal ini juga berpengaruh terhadap kondisi emosional individu dimana individu secara emosional akan tertarik dengan lawan jenisnya, ketertarikan individu pada lawan jenis menandakan adanya kecerdasan emosi.

Sejalan dengan perkembangan yang terjadi pada diri individu, maka terjadi perubahan pada lingkungan pergaulan individu, semakin luas lingkungan pergaulan individu maka kecerdasan emosi individu juga akan semakin berkembang dari individu akan menjadi matang.

Berkenaan dengan tingkat kecerdasan seseorang terlihat dari kecerdasan emosi yang dimiliki oleh individu. Manusia memiliki kemampuan mental untuk bertindak dalam setiap berbagai situasi sesuai dengan tingkat kecerdasan dan kecerdasan emosi yang dimiliki. Dalam pertambahan usia, individu yang berusia lebih tua umumnya memiliki pengalaman hidup yang lebih banyak sehingga lebih matang dan mampu mengendalikan emosinya. Semakin tua seseorang maka emosinya juga akan semakin matang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menurut Astuti (2000), antara lain, pertama pola asuh yang diterapkan orangtua di rumah, akan memberikan bentuk perilaku anak dalam berhubungan sosial. Keluarga merupakan lembaga pertama dan utama dalam kehidupan anak, tempat belajar dan menyatakan dirinya sebagai makhluk sosial, karena keluarga merupakan kelompok sosial yang pertama tempat anak dapat berinteraksi. Dari pengalaman berinteraksi dalam keluarga ini akan menentukan pula pola perilaku anak.

Kedua pengalaman traumatis dapat bersumber dari lingkungan keluarga ataupun lingkungan di luar keluarga. Kejadian-kejadian traumatis masa lalu dapat mempengaruhi perkembangan emosi seseorang. Ketiga temperamen dapat didefinisikan sebagai suasana hati yang mencirikan kehidupan emosional seseorang. Pada tahap tertentu masing-masing individu memiliki kisaran emosi sendiri-sendiri, dimana temperamen merupakan bawaan sejak lahir, dan merupakan bagian dari genetik yang mempunyai kekuatan hebat dalam rentang kehidupan manusia.

Keempat jenis kelamin memiliki pengaruh yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormonal antara laki-laki dan perempuan, peran jenis maupun tuntutan sosial yang berpengaruh terhadap adanya perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya. Kelima usia yang dimiliki seseorang sejalan dengan perkembangan kecerdasan emosi, hal ini dikarenakan kecerdasan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang.

Astuti (2019) mengemukakan bahwa Kecerdasan emosi seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik intern (dari dalam diri sendiri) maupun faktor ekstern (dari luar diri sendiri), yaitu antara lain adalah:

- a. Adanya interaksi sosial yang baik, kemampuan untuk berfungsi sebagai manusia yang dapat bergantung pada diri sendiri, dan didukung dengan orang lain, mengharuskan individu untuk mampu berinteraksi dengan orang lain, kemampuan ini harus dikembangkan secara bertahap dan terus menerus seiring dengan bertambahnya umur serta kedewasaannya. Setiap pribadi dalam kehidupannya selalu mengalami perubahan secara terus menerus oleh karena itu diperlukan adanya kemampuan untuk menjalin interaksi dengan orang lain, dan dengan lingkungan yang ada disekitarnya.
- b. Suasana lingkungan sosial, lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat sekitar yang berhubungan dengan proses-proses sosialisasi yang dapat membentuk seseorang menjadi pribadi yang matang.

Berdasarkan uraian dapat dikemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah perubahan fisik, perubahan kelenjar hormon, kondisi lingkungan sosial, kemampuan interaksi sosial, tingkat kecerdasan, dan bertambahnya usia dan pola asuh dari orang tua.

2.3.4. Aspek-aspek Kecerdasan emosi

Anderson (dalam Rahma, 2017) mengemukakan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosi ada empat yaitu: pertama, emosi terbuka : sikap mau menerima

orang lain sehubungan dengan lemahnya yang diperbuat demi pengembangan dari kepuasan pribadinya. Kedua emosi, terarah yaitu individu dengan kendali emosinya sehingga dengan tenang dapat mengarahkan ketidakpuasan konflik-konflik penyelesaiannya yang lebih kreatif dan konstruktif. Ketiga kasih sayang yakni individu memiliki kasih sayang yang dalam dan dapat diwujudkan secara wajar terhadap orang lain. Keempat emosi terkendali, ditandai dengan dapat mengontrol perasaan-perasaannya terhadap orang lain misalnya perasaan marah, cemburu dan ingin merubah pribadi orang lain.

Overstreet (dalam Puspitasari dan Nuryoto, 2012), membagi aspek-aspek kecerdasan emosi menjadi empat bagian yaitu: (a). Sikap untuk belajar berarti bersikap terbuka untuk menambah pengetahuan, jujur, mempunyai keterbukaan, serta motivasi diri yang tinggi, bisa memahami agar bermakna bagi dirinya. (b). Memiliki rasa tanggung jawab untuk mengambil keputusan atau melakukan suatu tindakan dan berani untuk menanggung resikonya. Individu yang matang tidak menggantungkan hidup sepenuhnya kepada individu lain karena individu yang matang tahu bahwa setiap orang bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri-sendiri. (c). Memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dengan efektif, memiliki kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, memilih apa yang akan dilakukan, mengemukakan pendapat, meningkatkan penghargaan pada diri merupakan bentuk komunikasi secara efektif dimana individu sudah matang dan mampu menyesuaikan diri dengan orang lain. (d). Memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan sosial, individu yang matang, mampu melihat kebutuhan individu yang lain dan memberikan potensi dirinya. Hal ini dikarenakan individu

yang matang mampu menunjukkan ekspresi cintanya kepada individu lain. Jadi secara emosi individu mampu menyesuaikan diri dan hubungan sosial antar individu.

Chaplin (1989) menyatakan bahwa kecerdasan emosi mempengaruhi suatu keadaan tercapainya tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosi adapun dalam penelitian ini kecerdasan emosi dapat dilihat melalui beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut meliputi: aspek stabilitas emosi, identifikasi, pengendalian, intimasi, minat dan cinta.

Menurut Goleman (2000), aspek kecerdasan emosi terdiri dari lima, yaitu :

a. Penguasaan diri

Penguasaan diri yaitu menguasai perasaan sebagaimana yang terjadi, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Mengelola emosi dan pengendalian diri

Mengelola emosi dan pengendalian diri yaitu mengelola perasaan secara tepat, mengenali emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita

mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. Mengenali emosi orang lain dan empati

Mengenali emosi orang lain dan empati yaitu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif remaja, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Membina hubungan atau keterampilan sosial

Membina hubungan atau keterampilan sosial yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim

Dari beberapa aspek-aspek kecerdasan emosi, diambil aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (2000), sebagai alat pengumpul data berupa skala yaitu penguasaan diri, mengelola emosi atau pengendalian diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain atau empati, membina hubungan atau ketrampilan sosial.

Kecerdasan emosi memiliki aspek-aspek sebagai berikut ; a. Aspek Penguasaan diri yaitu menguasai perasaan sebagaimana yang terjadi, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. b. Aspek Mengelola emosi dan pengendalian diri yaitu mengelola perasaan secara tepat, mengenali emosi kita

sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi. c. Aspek Memotivasi diri sendiri yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. d. Aspek Mengenali emosi orang lain dan empati yaitu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif remaja, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. e. Aspek Membina hubungan atau keterampilan sosial yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim

2.4. Kerangka Konsep

2.4.1. Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu yang mencakup evaluasi dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan serta merasa puas dalam kehidupan.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu dukungan sosial sebagai ungkapan perilaku mendukung kepada seorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang bermakna dalam hidupnya, status ekonomi sosial yaitu tingkatan ekonomi yang dipandang

orang lain terhadap individu tersebut, jaringan sosial yaitu kontak sosial yang dimiliki individu dalam lingkungan sekitarnya, religiusitas yaitu pemaknaan diri individu dalam hidup kepada Tuhan, dan kepribadian berupa efikasi diri dan kecerdasan emosi sebagai acuan hidup individu dalam bersikap dan bersifat terhadap kehidupan yang dijalani.

Untuk mengukur kesejahteraan psikologis digunakan 6 dimensi beserta indikatornya yaitu; Dimensi Penerimaan diri (*self-acceptance*) ; indikatornya individu memiliki penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Dimensi Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) ; indikatornya individu penuh perhatian, mudah menjalin hubungan dengan orang lain dan memiliki sikap hangat serta saling percaya. Dimensi Otonomi (*autonomy*) ; Individu memiliki sikap berani mengemukakan pendapat, mampu menentukan keputusan sendiri, dan yakin dengan pendapat sendiri. Dimensi Pengusaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*) ; individu mampu mengelola tanggung jawab, melakukan pekerjaan dengan baik, mampu mengatur waktu, dan memiliki gaya hidup sesuai dengan diri sendiri. Dimensi Tujuan hidup (*purpose in life*) ; individu memiliki rencana masa depan, aktif melaksanakan rencana, fokus pada saat sekarang, dan aktif dalam mencapai target. Dimensi Perkembangan pribadi (*personal growth*) ; individu aktif /terbuka mencari pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam mengembangkan diri dan berani mencoba cara baru

Efikasi diri memiliki peran yang cukup penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) pada individu yang mengalami stres dalam mengerjakan tugas khususnya pada siswa. Pencapaian tujuan untuk menyelesaikan tugas-tugas study, individu membutuhkan motivasi yang seringkali berkaitan dengan *self-efficacy*. *Self-efficacy* memiliki kaitan erat dengan *Psychological Well-Being*.

Efikasi diri adalah keyakinan yang ada didalam diri seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu dengan berhasil serta melakukan kendali terhadap keadaan-keadaan disekitarnya demi mencapai hal tersebut.

Untuk mengukur Efikasi diri digunakan aspek-aspek efikasi diri yaitu; a. Aspek Tingkat tugas (*level*), menyangkut tingkatan tugas yang harus diselesaikan seseorang, dari tuntutan yang sederhana, moderat, sampai yang membutuhkan performansi maksimal (sulit). Indikator dari aspek Tingkat tugas adalah individu berani menghadapi tugas yang sulit, meyakini untuk berhasil menyelesaikan tugas dan dapat menyelesaikan tugas yang sulit. b. Aspek Luas bidang tugas (*generality*), yaitu dimensi yang berhubungan dengan luas bidang tugas yang dihadapi individu. Efikasi individu mungkin hanya terbatas pada bidang tertentu, sementara individu yang lain bisa meliputi beberapa bidang sekaligus. Indikator dari aspek luas bidang tugas adalah individu mempunyai keyakinan untuk menyelesaikan permasalahan dalam segala kondisi dan mampu beradaptasi dalam segala situasi. c. Aspek Tingkat kekuatan (*strength*), yakni dimensi yang terkait dengan kekuatan/kemantapan individu terhadap keyakinannya. Individu dengan

efikasi diri tinggi cenderung pantang menyerah, ulet, dalam meningkatkan usahanya walaupun menghadapi rintangan, dibandingkan dengan individu dengan efikasi diri rendah. Indikator dari aspek yaitu individu mempunyai kekuatan untuk menyelesaikan tugas hingga selesai, dapat menghadapi setiap persoalan dengan ulet, dan bisa menekan rasa malas dalam belajar.

Tinggi rendahnya efikasi diri dipengaruhi faktor a. Pengalaman orang lain (*vicarious experiences*). Efikasi diri individu dapat dipengaruhi oleh model sosial, yaitu orang-orang yang dianggap memiliki kemampuan sama dengannya. Bila ia melihat orang lain tersebut berhasil maka akan meningkatkan efikasi dirinya, namun bila ia melihat orang lain tersebut gagal maka akan menurunkan efikasi dirinya. Pengaruh pengalaman orang lain tersebut sangat tergantung pada karakteristik model, tingkat kesulitan tugas, keadaan situasional dan keanekaragaman hasil yang dicapai oleh model. Bila model yang diamati tidak sama dengan karakteristik individu maka pengaruh efikasi makin kecil. b. Persuasi sosial (bujukan secara lisan termasuk di dalamnya) Saran, nasihat, bimbingan yang positif dari orang lain dapat meningkatkan keyakinan tentang ketrampilan dan kemampuan seseorang. Ada dua kondisi yang mempengaruhi persuasi, yakni: (1) ada kepercayaan terhadap orang yang memberi saran; dan (2) tindakan yang disarankan untuk dicoba harus realistis bagi yang diberi saran. c. Pengalaman pencapaian prestasi (*mastery experiences*) Individu yang sebelumnya pernah mencapai pengalaman sukses dalam suatu tugas akan memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuannya, sehingga akan meningkatkan keyakinannya saat menghadapi tugas berikutnya. Sebaliknya, individu yang sebelumnya gagal

akan merasa tidak mampu sehingga menurunkan keyakinannya saat menghadapi tugas berikutnya. d. Kondisi psikologis dan emosional. Seseorang yang memiliki rasa takut, kecemasan, dan stres akan gagal menyelesaikan tugas. Kegagalan tersebut akan membuat individu merasa tidak mampu dan tidak yakin untuk menghadapi tugas selanjutnya. Individu akan lebih berhasil bila tidak mengalami pengalaman yang menekan yang dapat menurunkan keyakinannya. e. Keterlibatan individu dalam peristiwa yang dialami oleh orang lain, dimana hal tersebut membuat individu merasa ia memiliki kemampuan yang sama atau lebih dari orang lain. Hal ini kemudian akan meningkatkan motivasi individu untuk mencapai suatu prestasi. e. Persuasi verbal yang dialami individu yang berisi nasehat dan bimbingan yang realistis dapat membuat individu merasa semakin yakin bahwa ia memiliki kemampuan yang dapat membantunya untuk mencapai tujuan. f. Situasi-situasi psikologis dimana seseorang harus menilai kemampuan, kekuatan, dan ketentraman terhadap kegagalan atau kelebihan individu masing-masing. Individu mungkin akan lebih berhasil bila dihadapkan pada situasi sebelumnya yang penuh dengan tekanan.

Peranan *self efficacy* pada siswa SMA adalah sekumpulan keseluruhan harapan-harapan yang dibawa oleh siswa kedalam situasi yang baru, dengan memiliki efikasi diri siswa akan mampu akan mencoba sesuatu hal yang baru dan ketekunan seseorang dalam mengatasi hambatan yang muncul.

Setiap siswa diharapkan memiliki efikasi diri yang tinggi, karena dengan memiliki efikasi diri yang tinggi menurut Bandura (1994) seseorang akan memiliki kepercayaan pada kemampuannya untuk berusaha mencapai tujuan

hidupnya termasuk didalamnya bagaimana cara dia berpikir, merasa, serta memotivasi dirinya. Sehingga, remaja yang memiliki efikasi diri yang tinggi juga diharapkan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Kesejahteraan psikologis yang tinggi itu ditunjukkan dengan terpenuhinya aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis yang terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi atau kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri.

Penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pernah dilakukan pada tahun 2011 oleh Cicogani, dimana hasil penelitian menunjukkan efikasi diri berkorelasi dengan signifikan ($r = 0,18$, $p < 0,001$) kesejahteraan psikologis siswa remaja di Italia Utara. Kemudian pada tahun 2008 juga dilakukan penelitian oleh Moeni yang dilakukan di Iran, dan hasil yang diperoleh membuktikan terdapat korelasi yang signifikan antara efikasi diri yang rendah berpengaruh dengan kesejahteraan psikologis dan *stress* di kelompok mahasiswa di Iran (Prayogi, F., Muslihati, & Handarini, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Mustika Sari (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang menunjukkan hasil korelasi $r=0,487$ dan $p=0,000$ ($p \leq 0,01$). Besarnya sumbangan efikasi diri mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebesar 23,7%, dari hasil tersebut dapat diketahui uji hipotesis terbukti ada hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis.

Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat disimpulkan bahwa subjek tersebut memiliki

keyakinan dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga mampu menerima kekurangan serta kelebihan dan memiliki tujuan hidup untuk masa depannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Putri dan Rustika (2017) bahwa remaja yang memiliki keyakinan yang konsisten dengan kemampuan dirinya memiliki kesempatan untuk meraih keberhasilan atas tujuannya, sehingga dapat mengarahkan pada tercapainya kesejahteraan psikologis.

2.4.2. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu yang mencakup evaluasi dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan serta merasa puas dalam kehidupan.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu dukungan sosial sebagai ungkapan perilaku mendukung kepada seorang individu yang diterima oleh individu yang bersangkutan dari orang-orang yang bermakna dalam hidupnya, status ekonomi sosial yaitu tingkatan ekonomi yang dipandang orang lain terhadap individu tersebut, jaringan sosial yaitu kontak sosial yang dimiliki individu dalam lingkungan sekitarnya, religiusitas yaitu pemaknaan diri individu dalam hidup kepada Tuhan, dan kepribadian berupa efikasi diri dan kecerdasan emosi sebagai acuan hidup individu dalam bersikap dan bersifat terhadap kehidupan yang dijalani.

Untuk mengukur kesejahteraan psikologis digunakan 6 dimensi beserta indikatornya yaitu; Dimensi Penerimaan diri (*self-acceptance*) ; indikatornya individu memiliki penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif

terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Dimensi Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) ; indikatornya individu penuh perhatian, mudah menjalin hubungan dengan orang lain dan memiliki sikap hangat serta saling percaya. Dimensi Otonomi (*autonomy*) ; Individu memiliki sikap berani mengemukakan pendapat, mampu menentukan keputusan sendiri, dan yakin dengan pendapat sendiri. Dimensi Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*) ; individu mampu mengelola tanggung jawab, melakukan pekerjaan dengan baik, mampu mengatur waktu, dan memiliki gaya hidup sesuai dengan diri sendiri. Dimensi Tujuan hidup (*purpose in life*) ; individu memiliki rencana masa depan, aktif melaksanakan rencana, fokus pada saat sekarang, dan aktif dalam mencapai target. Dimensi Perkembangan pribadi (*personal growth*) ; individu aktif /terbuka mencari pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam mengembangkan diri dan berani mencoba cara baru

Siswa di kelas yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi akan ditandai dengan beberapa karakteristik sebagai berikut : dapat menghargai dirinya dengan positif termasuk kesadaran terhadap keterbatasan pribadi (*self-acceptance*), mampu membangun dan menjaga hubungan baik dan hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mampu menciptakan konteks lingkungan sekitar sehingga bisa memuaskan kebutuhan dan keinginan diri sendiri (*environmental mastery*), mampu membangun kekuatan individu dan kebebasan personal (*autonomy*), memiliki dinamika pembelajaran sepanjang hidup dan keberlanjutan

mengembangkan kemampuan mereka (*personal growth*) dan memiliki tujuan yang menyatukan usaha dan tantangan yang dihadapi (*purpose in life*)

Penelitian yang dilakukan Endah (2013) menemukan bahwa para siswa yang berada dalam satu kelas, sekitar 20-30% siswanya mengalami masalah-masalah sosial dan emosi. Masalah yang seringkali ditemukan diantaranya adalah kurangnya pengetahuan tentang interaksi teman sebaya, kepercayaan diri, penurunan prestasi belajar, isolasi sosial, dan kebosanan yang dialami oleh siswa-siswanya akibat rutinitas dan banyaknya tuntutan akademik.

Menurut Goleman (1996) *psychological well-being* memiliki salah satu faktor penyebab yaitu kecerdasan emosi. Individu yang memiliki kecerdasan emosi baik, maka akan mampu mengatur emosinya pada segala situasi sehingga mudah beradaptasi dengan lingkungan yang berbeda. Meskipun berada dalam tekanan, individu tersebut akan dapat mengatur tingkah lakunya sehingga mampu merasakan *psychological well-being*.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan seorang individu untuk menggunakan emosinya secara baik, yang ditandai dengan pengontrolan diri, pemahaman seberapa jauh baik buruk dan apakah bermanfaat bagi dirinya dalam setiap tindakannya.

Seseorang dengan kecerdasan emosi yang baik memiliki ciri-ciri sebagai berikut : a). Kemampuan untuk merespon secara berbeda-beda dalam kaitannya dengan kebutuhan dan faktor-faktor diluar dirinya yang terlibat dalam situasi tertentu. b). Kemampuan menyalurkan tekanan-tekanan impuls dan emosi-emosi dalam bentuk perilaku yang konstruktif serta dapat mengarahkannya kearah tujuan

yang positif. c). Kemampuan membangun pola hubungan interdependensi dan mampu memelihara peran-perannya secara fleksibel. d). Kemampuan memperkaya ketrampilan dan memahami potensi-potensi dan keterbatasan-keterbatasannya sendiri, serta mencari penyelesaian atas problem-problemnya secara kreatif dan mendapat persetujuan dari orang lain. e). Kemampuan untuk berhubungan secara efektif dengan orang lain, juga mampu memandang dirinya dengan orang lain dengan rasa hormat. f). Kemampuan mempertimbangkan dan memulai alternatif-alternatif, konsekuensi-konsekuensi dari pelakunya. g). Dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti adanya sesuai dengan keadaan objektifnya. h). Tidak bersifat implusif, akan merespon stimulus dengan cara berfikir baik atau positif. i). Dapat mengontrol emosi dan mengeskpresikan emosinya dengan baik. j). Bersifat sabar, pengertian dan mempunyai toleransi yang baik dan mempunyai tanggung jawab yang baik dapat berdiri sendiri tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah perubahan fisik, perubahan kelenjar hormon, kondisi lingkungan sosial, kemampuan interaksi sosial, tingkat kecerdasan, dan bertambahnya usia dan pola asuh dari orang tua.

Untuk mengukur keerdasan emosi digunakan aspek-aspek sebagai berikut;

a. Aspek Penguasaan diri yaitu menguasai perasaan sebagaimana yang terjadi, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk

memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Aspek Mengelola emosi dan pengendalian diri yaitu mengelola perasaan secara tepat, mengenali emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi. c.

Memotivasi diri sendiri yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. d. Mengenali emosi orang lain dan empati yaitu merasakan apa yang

dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif remaja, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Membina hubungan atau keterampilan sosial yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.

Salami & Ogundokum (2009) bahwa kecerdasan emosi akan menambah hal-hal positif dalam diri seseorang, karena kecerdasan emosi dapat membangun perilaku dan kebiasaan kebiasaan yang positif, mengatur emosi dan membangun nilai-nilai positif dalam diri sehingga seorang individu dapat mencapai kesejahteraannya (psychological well being).

2.4.3. Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis akan berpengaruh sangat kuat pada perilaku dan kebiasaan siswa, dan biasanya tenaga pengajar dalam institusi pendidikan akan membantu siswanya mengapai kesejahteraan psikologisnya dalam dunia pendidikan, dimana seorang siswa yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang cukup akan memunculkan sisi-sisi positif dalam dirinya seperti emosi positif. Siswa yang tingkat kesejahteraan psikologisnya tercukupi akan mudah menghadapi masalah-masalah, sehingga mampu terhindar dari stress, mampu mengontrol diri dengan sangat baik, berinteraksi sosial dengan baik serta terhindar dari depresi dan permasalahan-permasalahan hidup yang akan mengganggu dirinya (Konu, Alanen, Litonen, & Rimpela, 2002; James; Bordbar, & Fariba, 2013; Niemic & Wedding, 2014; Staten, 2007).

Kesejahteraan psikologis merujuk pada pencapaian akan potensi psikologis seseorang secara penuh (Carr, 2004). Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. Lawton (dalam Dayton, Saengtienchai, Kespichayawatana, & Aunguroch, 2001) menyatakan kesejahteraan psikologis merupakan pusat dari kualitas hidup karena berfungsi sebagai evaluasi atas

kompetensi seseorang dan persepsi kualitas hidup di semua aspek kehidupannya saat ini serta merupakan outcome yang terpenting dari kualitas hidup. Kesejahteraan psikologis memiliki tiga karakteristik, yang pertama kesejahteraan merupakan peristiwa fenomenologis (Diener, Parducci, dalam Wright & Companzano, 2000), dengan kata lain seseorang akan merasa senang jika secara subjektif orang tersebut percaya bahwa mereka senang. Kedua, kesejahteraan berkaitan dengan beberapa kondisi emosional, khususnya seseorang yang secara psikologisnya baik cenderung akan mengalami emosi positif dan lebih sedikit mengalami emosi negative (Argyle, Diener & Larsen, Warr, dalam Wright & Companzano, 2000). Ketiga, kesejahteraan merujuk pada kehidupan seseorang secara menyeluruh, hal ini bisa dikatakan sebagai evaluasi secara umum (Diener, Myers, Veenhoven, dalam Wright & Companzano, 2000).

Seseorang dengan *self-efficacy* yang tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan *self-efficacy* rendah menganggap dirinya tidak mampu dalam mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya sehingga cenderung akan lebih mudah untuk menyerah (Ghufron & Risnawati, 2011) Oleh sebab itu, *self-efficacy* juga membantu agar *Psychological Well-Being* individu dapat meningkat.

Secara umum efikasi diri secara luas bertujuan untuk menjaga stabilisasi pada kompetensi pribadi untuk menangani secara efektif dengan berbagai situasi stres (Adeyemo, 2008; Schwarzer, 1994). Mungkin bagi seorang individu yang memiliki kebahagiaan rendah dan kepuasan hidup dan tinggi depresi, memiliki efikasi yang tinggi akan membantu individu dalam menampilkan perilaku yang

tepat dan sikap positif dalam hal kinerja akademisnya. Oleh karena itu, diharapkan bahwa efikasi diri akan memoderasi hubungan terhadap *psychological well-being* dengan perilaku dan sikap siswa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Siddiquie (2015), untuk mempelajari dampak dari *Self-efficacy* pada *Psychological Well-being* mahasiswa menunjukkan bahwa, ada korelasi yang positif dan signifikan bahwa meningkatkannya efikasi diri pada mahasiswa akan meningkatkan *Psychological Well-being*, begitu sebaliknya efikasi yang rendah menurunkan *Psychological Well-being* pada siswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh Singh & Udainiya (2009) yang diberikan pada remaja, hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan dari jenis keluarga, gender dan efikasi diri terhadap *psychological well being*, bawa semakin tinggi efikasi diri pada remaja maka semakin tinggi *psychological well being* yang dimiliki oleh individu, begitu juga sebaliknya. Berdasarkan hasil-hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap *Psychological Well Being* pada individu.

Menurut Goleman (1998) kecerdasan emosi atau EQ (*emotional intelligence*) merupakan kapasitas seseorang untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, dan mengatur dengan baik emosi dalam diri dan dalam hubungan dengan orang lain. Selain itu, Patton (1998) menyatakan kecerdasan emosi merupakan dasar-dasar pembentukan emosi yang mencakup keterampilan-keterampilan untuk menunda kepuasan dan mengendalikan impuls-impuls, tetap optimis jika berhadapan dengan ketidakpastian, menyalurkan emosi-emosi yang kuat secara efektif, mampu memotivasi dan menjaga semangat

disiplin diri dalam usaha mencapai tujuan-tujuan, menangani kelemahan-kelemahan pribadi, menunjukkan rasa empati kepada orang lain, membangun kesadaran diri dan pemahaman pribadi.

Dapat disimpulkan bahwa efikasi diri, kesejahteraan psikologis, dan kecerdasan emosi berpengaruh terhadap sikap siswa, siswa akan lebih mudah mengontrol dirinya, membantu dalam motivasi diri dalam belajar, menyelesaikan masalah dengan baik, disiplin dan hormat kepada guru, dan lebih flexible dalam segala hal, hal-hal ini dapat memberikan kontribusi yang sangat besar guna tercapainya pendidikan yang baik, sehingga siswa mampu meningkatkan kualitas pendidikannya.

Seorang siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi, biasanya akan merasakan kesenangan, mampu terhindar dari stress, lebih fleksibel dan efektif dalam memecahkan masalah, dan lebih berpegang teguh pada komitmen terhadap pencapaian dibidang akademis, siswa akan banyak termotifasi untuk berprestasi, mampu untuk lebih mengontrol diri dan hormat kepada tenaga pengajar (Field, 2001; Manzo, Jones, Freudenberg, Tsui, Kwan, & Gagnon, 2011; Konu, & Rimpela, 2002).

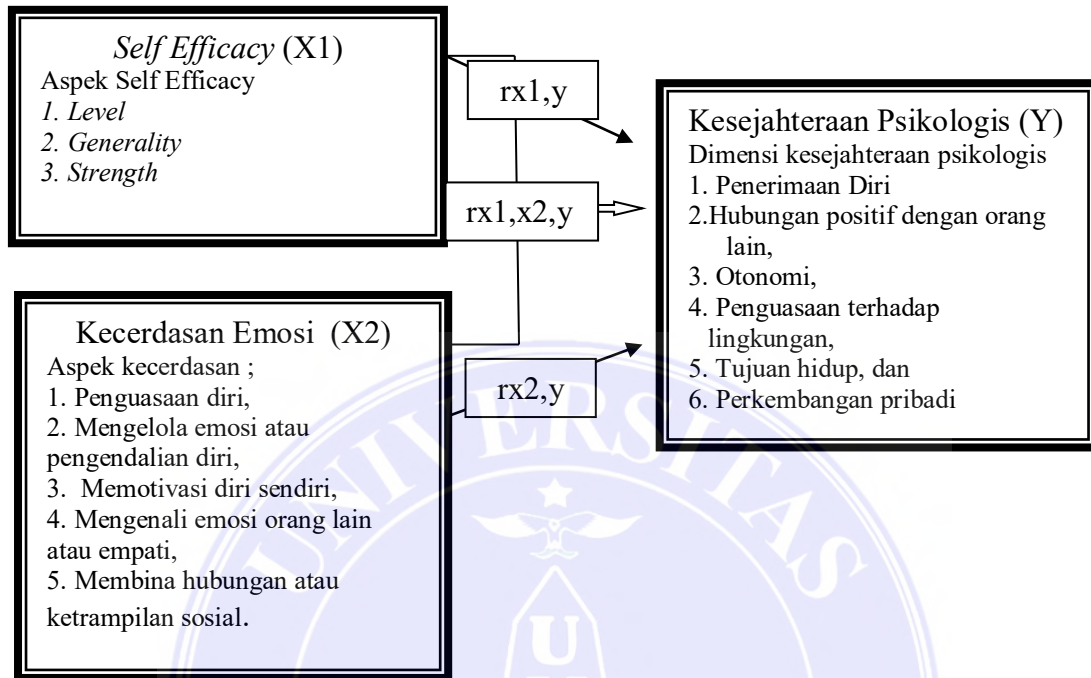
Siswa akan sangat berindikasi melakukan perilaku yang negatif jika memiliki efikasi diri yang sangat rendah, Nora & zhang (2010), menemukan bahwa murid yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki kebiasaan menyontek dalam melaksanakan ujian. dan tidak hanya itu tingkat emosi juga akan berpengaruh dikarenakan seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah cenderung kurang dalam motivasi diri, sehingga kurang dapat

mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik (Salami,2004; Salami & Ogundokun, 2009; Yalcinalp, 2005, Schwarzer & Fuchs, 2009).

Kecerdasan emosi juga dapat membangun perilaku dan kebiasaan siswa seperti kedisiplinan, motivasi, dan sikap patuh kepada guru. Siswa dengan kecerdasan emosi yang tinggi akan lebih mudah dalam memahami dirinya, mampu mengatur emosinya, mengerjakan tugasnya dengan baik, dan membangun nilai-nilai positif dalam diri (Salami, 2004; Salami & Ogundokun, 2009; Tagliavia, Tripton, Giannetti & Mattei, 2006). Takahnya kecerdasan emosi untuk memprediksi kesuksesan siswa, siswa dengan efikasi diri yang tinggi mampu memecahkan segala masalah dalam dunia pendidikan dengan baik, mampu mengikuti kegiatan dan proses belajar secara baik sehingga akan menjadi modal menuju kesuksesan akademis (Salami,2004; Salami & Ogundokun, 2009; Yalcinalp, 2005, Schwarzer & Fuchs, 2009).

Siswa akan sangat berindikasi melakukan perilaku yang negatif jika memiliki efikasi diri yang sangat rendah, Nora & zhang (2010), menemukan bahwa murid yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki kebiasaan menyontek dalam melaksanakan ujian. dan tidak hanya itu tingkat emosi juga akan berpengaruh dikarenakan seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah cenderung kurang dalam motivasi dri, sehingga kurang dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik (Salami,2004; Salami & Ogundokun, 2009; Yalcinalp, 2005, Schwarzer & Fuchs, 2009).

2.4.4. Gambar Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 1 : Kerangka Penelitian

Keterangan Gambar :

- a). Hubungan X1 dengan Y ; hubungan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis, b). Hubungan X2 dengan Y ; hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis, c). Hubungan X1 dan X2 dengan Y ; hubungan Self Efficacy dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis,

2.5 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian adalah :

1. Ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis, dengan asumsi semakin tinggi *self efficacy* siswa maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis siswa

2. Ada hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis, dengan asumsi semakin tinggi kecerdasan emosi siswa, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis siswa.
3. Ada hubungan positif antara *self efficacy* dan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis, asumsinya bahwa semakin tinggi *self efficacy* dan kecerdasan emosi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis siswa



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini berorientasi deskriptif korelasional yakni ingin melihat hubungan antara dua variabel bebas dengan satu variabel terikat dan Penelitian ini mengungkapkan data yang telah ada (*expost facto*). Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Binjai yang beralamat di Jalan Jendral Padang No. 8. Binjai, Rambung Dalam Kecamatan Binjai Selatan Kota Binjai. Penelitian akan dilaksanakan bulan Oktober 2019 s/d Maret 2020

3.3 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian menurut Sugiyono (2013) adalah suatu atribut atau sifat dari orang, obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan hubungan antar variabel, maka dalam penelitian ini yang menjadi variabel penelitian adalah:

1. Variabel bebas : a. *Self Efficacy* (X₁)
b. Kecerdasan Emosi (X₂)
2. Variabel terikat : Kesejahteraan psikologis (Y)

3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional adalah melekatkan arti pada suatu konstruk atau variabel dengan cara menetapkan kegiatan-kegiatan atau tindakan yang perlu untuk mengukur konstruk atau variabel itu (Kerlinger, 2004). Variabel-variabel dalam penelitian ini memiliki defenisi operasional sebagai berikut :

1. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*)

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu yang mencakup evaluasi dan penerimaan diri pada berbagai aspek kehidupan serta merasa puas dalam kehidupan.

2. *Self Efficacy*

Self Efficacy adalah keyakinan yang ada didalam diri seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu dengan berhasil serta melakukan kendali terhadap keadaan-keadaan disekitarnya demi mencapai hal tersebut.

3. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi adalah kemampuan seorang individu untuk menggunakan emosinya secara baik, yang ditandai dengan pengontrolan diri, pemahaman seberapa jauh baik buruk dan apakah bermanfaat bagi dirinya dalam setiap tindakannya.

3.5 Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Dalam suatu penelitian masalah populasi dan sampel yang dipakai merupakan satu faktor penting yang harus diperhatikan (Hadi, 2000). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X, XI dan XII SMA Negeri 2 Binjai yang berjumlah 1.144 orang siswa.

Tabel 3.1 Data Jumlah Siswa SMA Negeri 2 Binjai

No	Kelas	Jumlah Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah Siswa
1	X	13 Kelas	165	238	403
2	XI	12 Kelas	176	245	421
3	XII	9 Kelas	135	185	320
Jumlah		34 Kelas	476	668	1.144

2. Sampel

Menurut Arikunto (2010) sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Sedangkan menurut Hadi (2004), sampel merupakan sejumlah subjek yang merupakan bagian dari populasi yang mempunyai sifat yang sama dan sampel ini dikenai langsung dalam penelitian. Hasil penelitian terhadap sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Selanjutnya menurut Hadi (2004) syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian harus dapat mencerminkan keadaan populasinya. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah teknik acak sederhana dengan jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 250 orang siswa.

3.6 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Alasan peneliti menggunakan metode skala adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Hadi (1990), adalah sebagai berikut:

- a. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
- b. Apa yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
- c. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode skala ukur. Skala ukur adalah suatu daftar yang berisi sejumlah pertanyaan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkapkan kondisi-kondisi yang ingin diketahui. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.6.1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala Kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan 6 dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff & Keyes, (1995) yaitu :

1. Penerimaan Diri

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai 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 dijalani. Hal tersebut menurut Ryff

(1989) menandakan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik yang memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Dimensi ini berulang kali ditekankan sebagai dimensi yang penting dalam konsep kesejahteraan psikologis. Ryff (1989) menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain. Dimensi ini juga menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen kesehatan mental yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain. Individu yang tinggi atau baik dalam dimensi ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, mempunyai rasa afeksi dan empati yang kuat. Sebaliknya, individu yang hanya mempunyai sedikit hubungan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat dan enggan untuk mempunyai ikatan dengan orang lain, menandakan bahwa individu tersebut kurang baik dalam dimensi ini.

3. Otonomi (*autonomy*)

Dimensi otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku.

Seseorang yang mampu untuk menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, hal ini menandakan bahwa individu tersebut baik dalam dimensi ini. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi otonomi akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain, dan cenderung bersikap konformis.

4. Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*)

Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, individu tersebut mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya. Hal inilah yang dimaksud dalam dimensi ini mampu untuk memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampakkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar.

5. Tujuan hidup (*purpose in life*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang mempunyai rasa keterarahan dalam hidup, mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai keberartian, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, dan

mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup, maka individu tersebut dapat dikatakan mempunyai dimensi tujuan hidup yang baik. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dalam masa lalu kehidupannya, dan tidak mempunyai kepercayaan yang dapat membuat hidup lebih berarti. Dimensi ini dapat menggambarkan kesehatan mental karena kita tidak dapat melepaskan diri dari keyakinan yang dimiliki oleh seorang individu mengenai tujuan dan makna kehidupan ketika mendefinisikan kesehatan mental.

6. Perkembangan pribadi (*personal growth*)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia. Dimensi ini dibutuhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman. Seseorang yang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang terdapat di dalam dirinya, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa individu tersebut adalah seorang pribadi yang membosankan, dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

Berikut adalah tabel distribusi sebaran butir aitem skala kesejahteraan psikologis sebelum uji coba.

Tabel 3.2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kesejahteraan psikologis Sebelum Uji Coba

Dimensi	Indikator	Penyebaran aitem		Jmh
		Favourable	Unfavourable	
Penerimaan Diri	Sikap positif terhadap diri sendiri	1	21	2
	Menerima diri		22	1
	Merasa nyaman dengan diri sendiri	2	23	2
	Percaya diri dan positif terhadap diri sendiri	3	24	2
Hubungan positif dengan orang lain	Penuh Perhatian	4	25	2
	Mudah menjalin hubungan dengan orang lain	5	26	2
	Saling percaya	6	27	2
Otonomi	Mengemukakan pendapat	7	28	2
	Menentukan keputusan sendiri	8	29	2
	Yakin dengan pendapat sendiri	9	30	2
Pengusaan terhadap lingkungan	Mengelola tanggung jawab	10	31	2
	Melakukan pekerjaan dengan baik	11	32	2
	Mengatur waktu	12	33	2
	Memiliki gaya hidup sesuai dengan diri sendiri	13		1
Tujuan hidup	Memiliki rencana masa depan	14	34	2
	Aktif melaksanakan rencana	15	35	2
	Fokus pada saat sekarang	16	36	2
	Aktif dalam mencapai target	17	37	2
Perkembangan pribadi	Aktif/terbuka mencari pengalaman baru	18	37	2
	Mengembangkan diri	18	39	2
	Mencoba cara baru	20	40	2
Jumlah		20	20	40

3.6.2. Skala Self Efficacy

Skala efikasi diri menggunakan 3 aspek berdasarkan teori Albert Bandura

a. Level

Level yaitu persepsi individu mengenai kemampuannya yang menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Tingkatan kesulitan tugas tersebut mengungkapkan dimensi kecerdikan, tenaga, akurasi, produktivitas, atau regulasi diri yang diperlukan

untuk menyebutkan beberapa dimensi perilaku belajar. Individu yang memiliki tingkat yang tinggi memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar juga memiliki *self efficacy* yang tinggi. Sedangkan individu dengan *self efficacy* rendah memiliki tingkat yang rendah akan keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah.

b. *Generality*

Individu menilai kemampuan mereka berfungsi di berbagai kegiatan tertentu. Hal ini terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan orang terhadap keberhasilan mereka. Keyakinan diri yang paling mendasar adalah orang yang berada disekitarnya dan mengatur hidup mereka.

c. *Strength* atau Kekuatan

Strength artinya kekuatan, yaitu orang yang mempunyai keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka meskipun ada banyak kesulitan dan hambatan. Individu tersebut tidak kalah oleh kesulitan.

Berikut adalah tabel 3.3 kisi-kisi distribusi penyebaran aitem self efficacy

Dimensi	Indikator	Sebaran aitem		Jml
		Favourable	Unfavourable	
Level	a. Berani menghadapi tugas yang sulit	1, 17	9, 25	4
	b. Meyakini untuk berhasil menyelesaikan tugas	2, 18	10	3
	c. Dapat menyelesaikan tugas yang sulit	3, 19	11	3
Generalisasi	a. Mempunyai keyakinan untuk menyelesaikan permasalahan dalam segala kondisi	4, 20	12, 26	4
	b. Bisa beradaptasi dalam segala situasi	5, 21	13, 27	4

Strenght	a. Mempunyai kekuatan untuk menyelesaikan tugas hingga selesai	6, 22	14, 28	4
	b. Dapat menghadapi setiap persoalan dengan ulet	7, 23	15, 29	4
	c. Bisa menekan rasa malas dalam belajar	8, 24	16, 30	4
Jumlah		16	14	30

3.6.3. Skala Kecerdasan Emosi

Skala kecerdasan emosi disusun berdasarkan teori Menurut Goleman (2000), aspek kecerdasan emosi terdiri dari lima, yaitu :

a. Penguasaan diri

yaitu mengenali perasaan sebagaimana yang terjadi, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Mengelola emosi dan pengendalian diri

Yaitu mengelola perasaan secara tepat, mengenali emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Memotivasi diri sendiri

Yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. Mengenali emosi orang lain dan empati

Yaitu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif remaja, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Membina hubungan atau keterampilan sosial

Yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.

Tabel 3.4 Skala Kecerdasan Emosi Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Sebaran Butir aitem		Jmlh
			<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1	Penguasaan diri	Memiliki kepekaan terhadap kata hati	26, 27, 28, 29, 30	1, 2, 3, 4, 5, 6	11
		Kemampuan mengenali perasaan sendiri			
		Disiplin/tanggung jawab			
2	Pengendalian diri	Mampu mencermati perasaan yang muncul	31, 32, 33, 34	7, 8, 9, 10	8
		Memiliki tolok ukur yang realistis			
		Percaya diri/harga diri			
3	Motivasi	Optimis	35, 36, 37, 38, 39	11, 12, 13, 14, 15	10
		Pengambilan Inisiatif			
		Bertindak efektif			
4	Empati	Memahami perspektif orang lain	40, 41, 42, 43, 44	16, 17, 18, 19, 20	10
		Kemampuan menumbuhkan sikap saling percaya			
5	Membina hubungan atau keterampilan sosial	Kemampuan membina hubungan antar pribadi	45, 46, 47, 48, 49, 50	21, 22, 23, 24, 25	11
		Kemampuan bekerjasama dengan orang lain			
Total			30	20	50

Ketiga Skala berbentuk skala sikap yang memiliki empat pilihan jawaban yakni SS (Sangat Sesuai) bernilai 4, S (Sesuai) bernilai 3, TS (Tidak Sesuai) bernilai 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) bernilai 1 untuk butir-butir *favorable*. Sedangkan untuk butir-butir *unfavorable* pilihan jawaban yakni SS (Sangat Sesuai) bernilai 1, S (Sesuai) bernilai 2, TS (Tidak Sesuai) bernilai 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) bernilai 4.

3.7 Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

3.7.1. Validitas

Menurut Hadi (1990) suatu alat ukur dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang sebenarnya harus diukur. Alat ukur dikatakan teliti apabila alat itu mempunyai kemampuan yang cermat menunjukkan ukuran besar kecilnya gejala yang diukur.

Validitas menunjukkan kepada ketepatan dan kecermatan tes dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Suatu tes dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan diadakannya tes tersebut.

Dalam penelitian ini skala diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisis *product moment* rumus angka kasar dari Pearson, yaitu mencari koefisien korelasi antara tiap butir dengan skor total (Hadi, 1990), dimana rumusnya adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek tiap item) dengan variabel y (total skor subjek dari keseluruhan item)
 XY : Jumlah dari hasil perkalian antara setiap X dengan setiap Y
 X : Jumlah skor seluruh subjek tiap item
 Y : Jumlah skor keseluruhan item pada subjek
 X^2 : Jumlah kuadrat skor X
 Y^2 : Jumlah kuadrat skor Y
 N : Jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien *r product moment*) sebenarnya masih perlu dikorelasikan 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, 1990). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai Formula *Part Whole*.

Adapun Formula *Part Whole* adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

- r_{bt} : Koefisien *r* setelah dikoreksi
 r_{xy} : Koefisien *r* sebelum dikoreksi

SD_x : Standart deviasi skor item

SD_y : Standart deviasi skor total

3.7.2. Reliabilitas

Konsep reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, kejegan, 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 aspek dalam diri subjek yang diukur memang belum berubah. Analisis reliabilitas kedua alat ukur dipakai adalah analisis *Varian Hoyt* (Hadi, 1990). Adapun alasan menggunakan teknik Hoyt adalah:

- a. Teknik analisa *varian* dari *Hoyt* umumnya menghasilkan *koefisien* reliabilitas yang tinggi.
- b. Teknik *Hoyt* lebih maju dibandingkan dengan skor *dikotomi* dan *non dikotomi*.
- c. Dapat digunakan untuk menguji tes atau angket yang tingkat kesukarannya seimbang atau hampir seimbang.
- d. Bila ada data kosong maka data tersebut dapat digugurkan saja tanpa mempengaruhi perhitungan data (Hadi, 1990).

Rumus analisis Varian Hoyt adalah:

$$r_{xy} = 1 - \frac{MKis}{MKs}$$

Keterangan :

r_{xy}	:	Koefisien Reliabilitas Hoyt
Mkis	:	Mean kuadrat interaksi antara item dengan subjek
MKs	:	Mean Kuadrat antara subjek
1	:	Konstantan

Besarnya reliabilitas yang diperoleh tersebut di konsultasikan dengan indeks korelasi yang dikemukakan Arikunto (2016) sebagai berikut :

- Antara 0,81 – 1.00 = tergolong sangat tinggi
- Antara 0,61 – 0.80 = tergolong tinggi
- Antara 0,41 – 0.60 = tergolong cukup
- Antara 0,21 – 0.40 = tergolong rendah
- Antara 0,00 – 0.20 = tergolong sangat rendah

3.8 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian yaitu Hubungan antara *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis digunakan Analisis Regresi Berganda. Penggunaan analisis Regresi Berganda akan menunjukkan variabel yang dominan dalam mempengaruhi variabel terikat dan mengetahui sumbangan efektif dari masing-masing variabel.

Rumus Regresi Berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2$$

Dimana :

Y : Kesejahteraan Psikologis

X1 : *Self Efficacy*

X2 : Kecerdasan Emosi

b₀ : besarnya nilai Y jika X1 dan X2 = 0

b₁ : besarnya pengaruh X1 terhadap Y dengan asumsi X2 tetap

b₂ : besarnya pengaruh X2 terhadap Y dengan asumsi X1 tetap

Sebelum data dianalisis dengan teknik analisis regresi, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu :

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji Linieritas, yaitu : untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

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

1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini dapat dilihat dari koefisien korelasi $r_{x1y} = 0,644$; $\text{sig} < 0,010$. Artinya semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah *self efficacy*, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.
2. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis, dimana diperoleh koefisien korelasi $r_{x2y} = 0,544$; $\text{sig} < 0,010$. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
3. Ada hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{\text{reg}} = 89,25$; $\text{sig} < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin tinggi *self efficacy* dan semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah *self efficacy* dan semakin rendah kecerdasan emosi, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Berdasarkan

hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Bobot sumbangan dari variabel *self efficacy* dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 42,0%. Berarti masih terdapat 58% pengaruh dari variabel lain terhadap kesejahteraan psikologis, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah faktor dukungan sosial, status ekonomi sosial, jaringan sosial, dan religiusitas. Secara terpisah, *self efficacy* memberikan kontribusi sebesar 41,4% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis, sementara kecerdasan emosi memberikan kontribusi sebesar 29,6% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis.

5.2. Saran

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

1. Kepada Siswa

Melihat kondisi kesejahteraan psikologis yang tergolong sedang, *self efficacy* yang sedang dan kecerdasan emosi yang juga sedang, maka disarankan kepada para siswa SMA Negeri 2 Binjai untuk dapat meningkatkan ketiga kondisis tersebut. Berbagai cara dapat dilakukan untuk meningkatkan kondisi ketiag variabel tersebut, misalnya dengan menghilangkan rasa tidak percaya diri, dengan cara mampu memandang bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan, mencari kegiatan-kegiatan lain yang dapat menunjang rasa percaya diri, meningkatkan hubungan yang harmonis dengan orang lain, tidak mudah

putus asa dan siap untuk mengikuti berbagai perlombaan. Dengan demikian diharapkan para siswa dapat memiliki *self efficacy* yang tinggi, kecerdasan emosi yang tinggi dan kesejahteraan psikologis yang juga tinggi.

2. Kepada Pihak Sekolah

2.1. Kepada Kepala Sekolah

Melihat kondisi kesejahteraan psikologis yang sedang, *self efficacy* yang sedang dan kecerdasan emosi yang juga sedang, maka kondisi ini harus mendapat perhatian utama dari pihak kepala sekolah, misalnya dengan terus memberikan dukungan dan penghargaan kepada siswa, pujian dan reward. Dukungan yang diberikan oleh pihak kepala sekolah merupakan suatu kondisi yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis para siswa.

2.2. Kepada Guru

Agar terus memberikan dukungan psikologis dan memberikan bimbingan atau arahan kepada siswa untuk mampu mengelola emosi secara sehat, karena hal tersebut merupakan salah satu bentuk penghargaan kepada siswa atas prestasi yang telah mereka dapatkan.

3. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Menyadari hasil penelitian yang menyatakan bahwa masing-masing variabel bebas, yakni *self efficacy* dan kecerdasan emosi memiliki kontribusi terhadap *kesejahteraan psikologis*, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini mencari faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, diantaranya adalah faktor dukungan sosial, status ekonomi sosial, jaringan sosial, dan religiusitas.

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



DAFTAR PUSTAKA

- An, J. S., & Cooney, T. M. (2006). Psychological well-being in mid to late life: The role of generativity development and parent-child relationships across the life span. *International Journal of Behavioral Development*, 30 (5), 410–421.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, J.W. 2005. *Pengantar Psikologi* (terjemahan Nurdjanah dan Rukmini). Jakarta. Erlangga
- Bandura, A. (2005). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, Albert., (2011), *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41 (3), hlm. 586-598. [Online]. Diakses pada tanggal 05 Pebruari 2020 dari <https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1981JPSP.pdf>
- Bartram, D., Boniwell, I. 2007. The science of Happiness; Achieving Sustained Psychological well-being. In *Practice*. Vol. 29 Thailand. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 189–200.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial* (edisi 10). Jakarta : Penerbit Erlangga
- Bastaman, H.P. 2000. *Meraih Hidup Bermakna Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta : penerbit Paradikma.
- Brehm, S.S & Kassir, S.M., 1993. *Social Psychology*. Boston: Houghton. Mifflin Company.
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Caprara, G.V. & Steca, P. (2005). Affective and social self-regulatory efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *European Psychologist*, 4, 275-286.
- Daniella, B. B.. A. 2012. *Perbedaan Psychological Well-Being Orang Tua Tunggal Laki-Laki Dan Orang Tua Tunggal Perempuan Yang Bercerai*. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta.

- Daradjat, Zakiah. (2008). *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*, Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Dariyo, Agoes. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung; PT Refika Aditama.
- Dahar, Ratna Willis. (2016). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2001). *Handbook of Self Determination Research*. The University of Rochester Press. National Institute of Education Library, Singapore
- De Lazzari, S. A. (2000). Emotional intelligence, meaning, and psychological well-being : a comparison between early and late adolescence. Diunduh pada tanggal 08 Pebruari 2020 dari <http://www.twu.ca/cpsy/assets/studenttheses/delazzaristeven.pdf>
- Diane E. Papalia, et. Al. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta.
- Feinberg, AB, Luiselli, James K., Robert F. Putnam, Marcie W. Handler. (2005). "Whole-School Positive Behaviour Support: Effects On Student Discipline Problems and Academic Performance". *Journal of Experimental Educational Psychology*; Vol. 25; Nos. 2-3; 2005 183-194: doi: 10.1080/0144341042000301265
- Feist, J. & Gregory J. Feist. (2018). *Teori Kepribadian (Edisi kesembilan)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Goleman, Daniel (2015). *Emotional Intelligence : Kecerdasan emosi mengapa EI lebih penting daripada IQ*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gross J.J & John. (2013). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-363.
- Gutierrez, J. L., Jimenez, B. M., Hernandez, E. G., & Puente, C. P. (2004). Personality and Subjective Well-Being: Big Five Correlates and Demographic Variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Penelitian Research*. Yogyakarta: BPFE
- Hambawany, E. (2007). *Hubungan Antara Self Efficacy dan Persepsi Anak Terhadap Perhatian Orang Tua dengan Prestasi Belajar pada Penyandang*

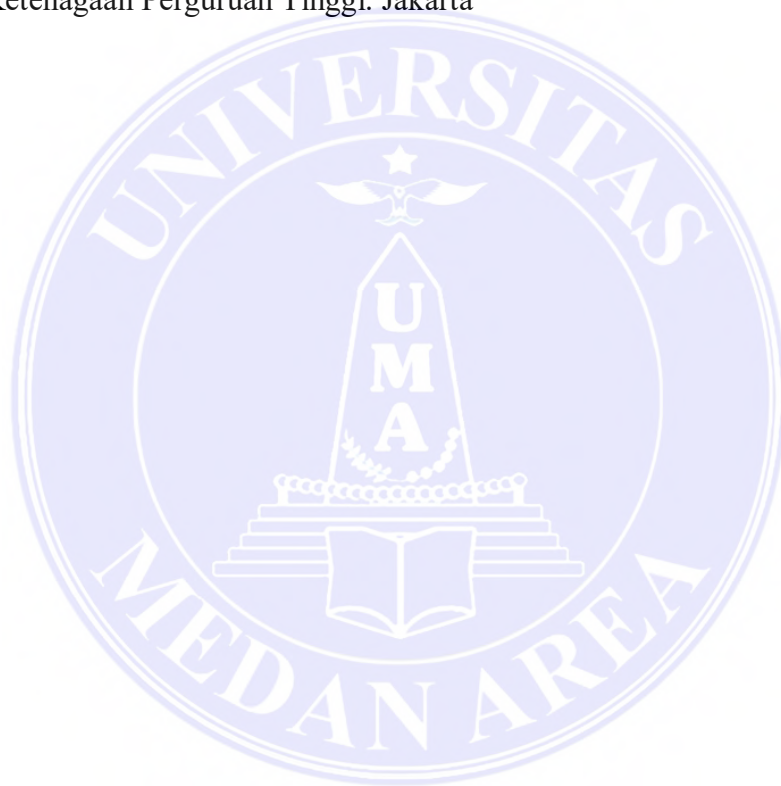
- Tuna Daksa. PSIKODIMENSIA, Kajian Ilmiah Psikologi, Vol 3, No. 1. September.
- Hersey, Paul; Blanchard, Kenneth, H: 1988: Management of Organizational behavior; Utilizing Human Resources; Fifth Edition: Singapura, Prentice-Hill.
- Hidalgo, J.L. *et al.*. (2010). Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors. Dalam Ingrid E. Wells (Editor). *Psychological Well-Being* (pp. 77-113). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Huppert, F. a. (2009). A New Approach to Reducing Disorder and Improving Well-Being.(Report). *Perspectives on Psychological Science*, 4(1), 108.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01100.x>
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Jersild, A.T. (1978). *The Psychology of Adolescence*. New York: Mc Millan Company
- Jess feist and Gregory J.Feist, (2018) *Theories Of Personality*, terj. Yudi Santoso S.Fil, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kerlinger. Fred N. (2004). “Asas-asas Penelitian Behavioral”. Yogyakarta: Universitas Gadjahmada,
- Keyes, Corey L. M.; Shmotkin, Dov; Ryff, Carol D. (2002) Optimizing well being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 82(6).
- Lakoy, Ferry Santje. (2009). Psychological Well-Being Perempuan Bekerja dengan Status menikah dan Belum Menikah. *Jurnal Psikologi* Vol 7 No 02, Desember 2009.
- Liwarti.(2013). Hubungan pengalaman spiritual dengan psychological well-being pada penghuni lembaga pasyarakatan.*Jurnal sains dan praktik psikologi*, 1, 77-88. Magister Psikologi UMM,ISSN.
- Mu'tadin, Z. (2012). *Kemandirian sebagai Kebutuhan Psikologis Remaja*. Surabaya : Airlangga
- Monks, (2009). *Tahap Perkembangan Masa Remaja. Medical Journal New Jersey Muagman, 1980. Defenisi Remaja*. Jakarta : Penerbit Grafindo Jakarta
- Myers., D.G. (1999).*Social Psychology*. Boston : McGraw-Hill College

- Pinquart, Martin & Sorensen, Silvia. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence and subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and aging*, vol. 15, no. 2. 187-224.
- Prayogi, F., Muslihati, Handarini, D. M. (2017). Hubungan Self Efficacy, Optimism, Social Support Dan Psychological Well-Being Peserta Didik SMK. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2 Nomor 4(April), 508–515. <https://doi.org/OAJ-SHERPA/RoMEO-Google Scholar-IPI>
- Rathi, N dan Rastogi, R. (2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, January 2007, Vol. 33, No.1, 31-38.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*, 4 (4), 99-104.
- Ryff, Carol D. & Corey Lee M. Keyes (1995). The Structure of Psychological Well Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* 1995, Vol. 69, No. 4,719-727
- Salami. S. O, 2010. Emotional Intelligence, Self-Efficacy, Psychological Well-Being And Students' Attitudes: Implication For Quality Education. *European Journal of Educational Studies* 2(3), 2010 ISSN 1946-6331
- Santrock, John W. (2012). *Life-span Development*. 13 th Edition. University of Texas, Dallas : Mc Graw-Hill
- Siddiquie, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among undergraduate student. *The International Journal of Indian Psychology*, (2),3, 2349-3429
- Singh, B., & Udainiya, R., (2009). Self efficacy and well being of adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, (2), 227-232
- Sri Rumini dan Siti Sundari, (2014), *Perkembangan Anak dan Remaja*, Jakarta: PT. Asdi Mahasatya
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung : Alfabeta
- Tagliavia, N.A.; Tipton, D.J.; Giannetti, V.J.& Mattei, T. 2006. An investigation of the correlation between pharmacy students' level of professionalism and emotional intelligence (EI). Paper presented at the annual meeting of the American Association of College of Pharmacy, Sheraton San Diego Hotel &

Marina, San Diego, California, USA. Retrieved may 25, 2009 from http://www.allacademic.com/meta/p118351_index.html

Yuliyani, Witri. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Self Efficacy dan Hasil Belajar Siswa Pada Subtema Kebersamaan Dalam Keberagaman. Diakses dari laman web tanggal 24 Januari 2020 pukul 22.15 WIB dari: <http://repository.unpas.ac.id/30919/>

Yusuf, Munawir, 2005. Pendidikan bagi Anak dengan Problema Belajar. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi. Jakarta



DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri Adik-adik

1. Nama : _____
2. Usia : _____
3. Kelas : _____

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan dalam bentuk skala. Adik-adik diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut :

Jawablah pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut dengan cara memilih :

- SS = Bila merasa SANGAT SESUAI dengan pernyataan yang diajukan
- S = Bila merasa SESUAI dengan pernyataan yang diajukan
- TS = Bila merasa TIDAK SESUAI dengan pernyataan yang diajukan
- STS = Bila merasa SANGAT TIDAK SESUAI dengan pernyataan yang diajukan

Adik-adik hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda silang (X) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

Saya senang mengikuti kegiatan yang dilakukan bersama teman-teman
SS X S TS STS

Tanda silang (X) menunjukkan seseorang itu SANGAT SESUAI terhadap pernyataan yang diajukan

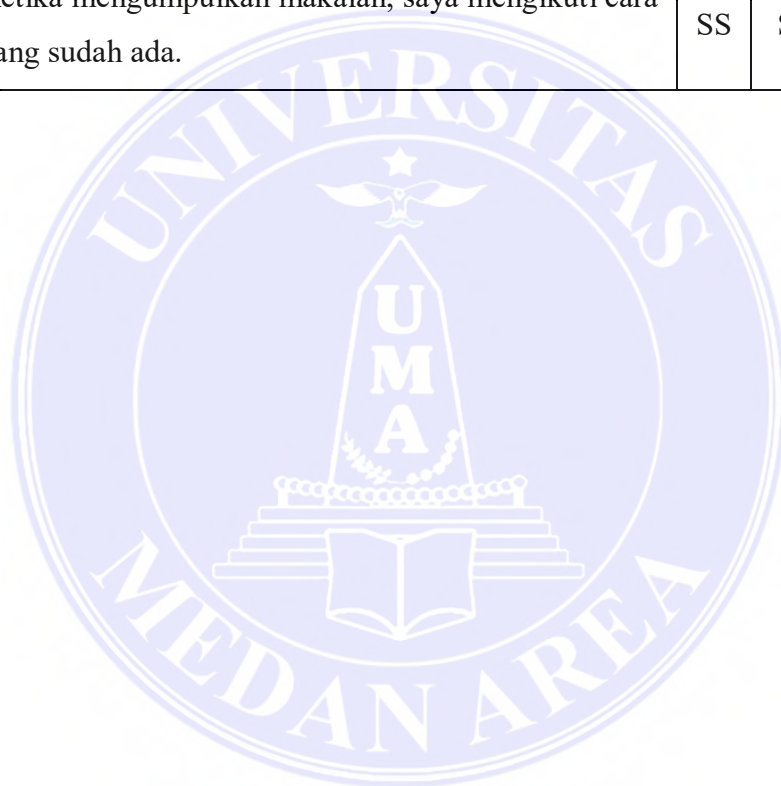
SELAMAT BEKERJA

Skala A

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lebih beruntung dari orang lain	SS	S	TS	STS
2	Saya mudah merasa bahagia	SS	S	TS	STS
3	Kemampuan yang saya miliki akan membawa kesuksesan saya kelak	SS	S	TS	STS
4	Saya mampu menikmati percakapan pribadi dan timbal balik dengan keluarga atau teman-teman	SS	S	TS	STS
5	Saya memiliki banyak teman	SS	S	TS	STS
6	Saya mampu menjalin hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain	SS	S	TS	STS
7	Saya tidak takut untuk menyuarakan pendapat saya meskipun bertentangan dengan pendapat banyak orang	SS	S	TS	STS
8	Saya berani menyatakan tidak pada teman yang mengajak saya untuk melakukan hal yang negatif	SS	S	TS	STS
9	Saya akan mempersiapkan bahan presentasi meskipun itu tanggung jawab keua kelompok	SS	S	TS	STS
10	Sebelum mengumpulkan tugas, saya akan koreksi terlebih dahulu	SS	S	TS	STS
11	Saya mempersiapkan buku dan peralatan sekolah sesuai roster mata pelajaran dimalam hari	SS	S	TS	STS
12	Saya memiliki gaya hidup sesuai dengan yang saya sukai (kehendaki)	SS	S	TS	STS
13	Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup	SS	S	TS	STS
14	Saya mencatat semua hal penting yang disampaikan guru pada saat mata pelajaran berlangsung	SS	S	TS	STS
15	Saya merencanakan masa depan dan berusaha mewujudkannya	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
16	Saya akan lebih serius ketika mengerjakan tugas/makalah yang diberikan guru, agar hasilnya lebih baik dari yang sudah-sudah	SS	S	TS	STS
17	Saya merasa tidak memiliki kelebihan apapun	SS	S	TS	STS
18	Rasanya saya ingin menjadi orang lain	SS	S	TS	STS
19	Saya terkadang marah dengan keadaan saya sendiri	SS	S	TS	STS
20	Saya merasa tidak seberuntung teman-teman	SS	S	TS	STS
21	Saya menilai diri sendiri berdasarkan apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan apa yang dianggap penting oleh orang lain	SS	S	TS	STS
22	Saya hanya akan berteman dengan orang yang cocok dengan saya	SS	S	TS	STS
23	Saya kurang begitu sependapat dengan orang-orang disekeliling saya	SS	S	TS	STS
24	Saya ragu ketika akan menyampaikan pendapat di depan umum	SS	S	TS	STS
25	Saya takut dianggap salah ketika memberikan gagasan/ide yang saya miliki	SS	S	TS	STS
26	Saya cenderung khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan tentang diri saya	SS	S	TS	STS
27	Setiap tugas kelompok akan saya serahkan pada teman-teman lain yang saya anggap lebih mampu	SS	S	TS	STS
28	Yang terpenting adalah mengumpulkan tugas yang diberikan guru, masalah nilainya nggak jadi masalah	SS	S	TS	STS
29	Saya menjalani kehidupan sehari-hari dan tidak memikirkan tentang masa depan	SS	S	TS	STS
30	Jika kurang tertarik, saya bisa saja tidak masuk les sesuai jadwal yang telah ditentukan	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
31	Yang penting saat masa muda dapat dinikmati, jadi tidak perlu terbebani oleh target yang harus dicapai	SS	S	TS	STS
32	Saya tidak tertarik dalam aktivitas yang akan memperluas wawasan saya	SS	S	TS	STS
33	Saya mudah puas dengan prestasi yang telah saya capai	SS	S	TS	STS
34	Ketika mengumpulkan makalah, saya mengikuti cara yang sudah ada.	SS	S	TS	STS



Skala B

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya yakin dapat menyelesaikan soal-soal yang diberikan guru	SS	S	TS	STS
2	Dalam menyelesaikan tugas, saya harus bisa melakukan yang terbaik diantara teman-teman.	SS	S	TS	STS
3	Saya yakin bahwa saya akan menemukan jalan keluar dari setiap permasalahan yang ada	SS	S	TS	STS
4	Walaupun banyak rintangan saya akan tetap berusaha mencapai apa yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
5	Dengan adanya ulangan dadakan membuat saya tertantang untuk belajar selalu	SS	S	TS	STS
6	Kesulitan yang saya alami mendorong saya untuk berusaha lebih baik	SS	S	TS	STS
7	Untuk mencapai masa depan cerah, saya harus tekun, rajin dan memiliki sikap sabar	SS	S	TS	STS
8	Apapun tugas yang diberikan saya tetap serius menyelesaikannya.	SS	S	TS	STS
9	Saya selalu merasa kurang yakin dengan jawaban-jawaban yang saya berikan ketika ujian	SS	S	TS	STS
10	Saya merasa cepat puas bila saya mampu menyelesaikan tugas	SS	S	TS	STS
11	Saya mudah menyerah bila mengalami hambatan dalam belajar	SS	S	TS	STS
12	Saya malas mengerjakan tugas bila saya tidak memahami	SS	S	TS	STS
13	Mengikuti jadwal belajar teratur membuat saya terikat dan merasa bosan.	SS	S	TS	STS
14	Saya jarang mencari informasi untuk menambah pengetahuan	SS	S	TS	STS
15	Saya merasa tidak mampu mengikuti pelajaran dan peraturan di sekolah	SS	S	TS	STS
16	Saya mampu menyelesaikan setiap tugas yang telah direncanakan	SS	S	TS	STS
17	Sebelum berhasil mengerjakan sesuatu maka saya tidak akan berhenti mencobanya lagi.	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
18	Saya yakin dapat menjawab soal ujian semester dengan baik	SS	S	TS	STS
19	Meskipun keluarga saya mengalami kesulitan ekonomi namun semangat dan kerja keras saya tidak menurun.	SS	S	TS	STS
20	Saya yakin dapat mengikuti pelajaran apapun yang diberikan guru di sekolah	SS	S	TS	STS
21	Saya terdorong belajar keras untuk mengejar prestasi tinggi	SS	S	TS	STS
22	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sekolah yang dibebankan walaupun tugas itu berat.	SS	S	TS	STS
23	Tidak ada kata menyerah sebelum tugas selesai.	SS	S	TS	STS
24	Saya mampu mencapai nilai standar meskipun saya tidak belajar.	SS	S	TS	STS
25	Saya selalu merasa kesulitan dalam mengatur jadwal kegiatan belajar	SS	S	TS	STS
26	Saya pasrah bila tugas tidak selesai sementara jadwal kumpul sudah berakhir	SS	S	TS	STS
27	Semakin saya mampu melakukan tugas yang sulit semakin saya tertantang untuk menyelesaikan soal yang lebih sulit lagi.	SS	S	TS	STS
28	Saya malas mencoba mengerjakan tugas yang saya anggap sulit untuk dikerjakan.	SS	S	TS	STS
29	Saya kurang bersemangat belajar kembali bila saya mendapat nilai jelek	SS	S	TS	STS

Skala C

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya merasa sedih tanpa tahu penyebabnya	SS	S	TS	STS
2	Ingin marah dan menjerit tapi tidak tahu bagaimana caranya	SS	S	TS	STS
3	Saya sukar menerima diri saya sebagaimana adanya	SS	S	TS	STS
4	Perasaan yang kurang menyenangkan akan mempengaruhi semangat dalam belajar	SS	S	TS	STS
5	Saya tidak mampu mengekspresikan ide saya pada orang lain.	SS	S	TS	STS
6	Saya sulit mengontrol kemarahan	SS	S	TS	STS
7	Saya memiliki perasaan aneh yang tidak dapat dijelaskan	SS	S	TS	STS
8	Saya memiliki keinginan yang sangat kuat dan sulit dikontrol	SS	S	TS	STS
9	Tanpa sebab saya merasa kehilangan semangat untuk mengerjakan PR yang diberikan guru	SS	S	TS	STS
10	Saya sulit memulai hal-hal yang baru	SS	S	TS	STS
11	Saya lebih menyukai orang lain yang membuat keputusan untuk saya.	SS	S	TS	STS
12	Saya kehabisan akal dalam memikirkan cara-cara pemecahan masalah yang sulit.	SS	S	TS	STS
13	Saya kesal melihat teman yang kurang menyenangkan	SS	S	TS	STS
14	Saya jengkel melihat teman yang tidak tepat janji	SS	S	TS	STS
15	Saya kurang suka jika dimintai teman untuk membantu mengerjakan PRnya	SS	S	TS	STS
16	Saya tidak hiraukan jika ada teman yang butuh bantuan	SS	S	TS	STS
17	Jika ada teman yang lambat dalam mengerjakan tugas kelompok akan saya tinggal saja	SS	S	TS	STS
18	Orang lain menganggap saya kurang berterus terang	SS	S	TS	STS
19	Bekerjasama dengan orang yang belum saya kenal cukup membutuhkan waktu	SS	S	TS	STS
20	Saya memilih mengerjakan PR yang saya sukai saja.	SS	S	TS	STS
21	Cukup mudah bagi saya untuk mengekspresikan perasaan	SS	S	TS	STS
22	Bila saya menghadapi masalah, hal pertama kali saya lakukan adalah berdiam diri dan berpikir	SS	S	TS	STS
23	Saya puas dengan apa yang telah saya jalani dalam hidup saya	SS	S	TS	STS
24	Cukup mudah menyatakan pemikiran saya kepada orang lain	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
25	Saya sadar apa yang saya alami walau sedang bingung	SS	S	TS	STS
26	Saya mampu menghadapi hal-hal yang mengganggu dalam pelajaran	SS	S	TS	STS
27	Saya dapat menghadapi situasi kelas yang kurang menyenangkan	SS	S	TS	STS
28	Saya menikmati apa yang sedang saya kerjakan	SS	S	TS	STS
29	Saya mampu tetap tenang dalam situasi sulit	SS	S	TS	STS
30	Saya merasa terpacu dalam mengerjakan PR yang di tugaskan oleh guru	SS	S	TS	STS
31	Saya mampu mengarahkan diri saya untuk mengerjakan PR dengan sungguh-sungguh	SS	S	TS	STS
32	Saya merasa optimis dalam sebagian besar hal-hal yang saya lakukan	SS	S	TS	STS
33	Saya mengharapkan yang terbaik dalam setiap yang saya usahakan	SS	S	TS	STS
34	Saya berusaha membuat hidup saya berarti	SS	S	TS	STS
35	Saya berpikir tentang perasaan orang lain sebelum mengungkapkan pandangan saya	SS	S	TS	STS
36	Ketika ada teman yang marah-marah, karena dapat nilai kurang bagus saya dapat memahami perasaan mereka	SS	S	TS	STS
37	Saya mampu menjadi pendengar yang baik bagi teman yang sedang mengeluh tentang masalahnya	SS	S	TS	STS
38	Saya cukup peduli dengan kebutuhan dan harapan teman-teman	SS	S	TS	STS
39	Saya tetap berkomunikasi dengan teman dan guru meskipun dalam suasana yang kurang menyenangkan	SS	S	TS	STS
40	Hubungan saya dengan teman-teman cukup baik.	SS	S	TS	STS
41	Dalam usaha untuk mengerjakan PR saya kerjakan yang menurut saya paling mudah dahulu, hingga tidak merasa terbebani	SS	S	TS	STS
42	Saya akan menolong teman yang membutuhkan	SS	S	TS	STS
43	Saya berusaha tetap tenang jika menghadapi masalah dengan orang lain	SS	S	TS	STS
44	Saya tidak mampu memperlihatkan rasa kasih-sayang yang saya miliki	SS	S	TS	STS

Reliability

Scale: Self Efficacy

Case Processing Summary

	N	%
Valid	75	
Excluded ^a	0	100.0
Cases Total	75	.0 100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.923	30

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.4533	.66360	75
VAR00002	3.2533	.87137	75
VAR00003	3.2267	.76359	75
VAR00004	3.3333	.75933	75
VAR00005	3.2267	.86326	75
VAR00006	3.0133	.64710	75
VAR00007	3.0933	.82484	75
VAR00008	3.1867	.71079	75
VAR00009	3.1733	.81163	75
VAR00010	2.8800	.85361	75

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

VAR00011	3.0533	.82024	75
VAR00012	3.0933	.68128	75
Item Statistics			
VAR00013	2.8933	.93828	
VAR00022			75
VAR00023			75
VAR00024	3.0533	.82024	75
VAR00025	3.4533	.66360	75
VAR00026	3.2533	.87137	75
VAR00027	3.0533	.82024	75
VAR00028	3.0933	.68128	75
VAR00029	3.0133	.64710	75
VAR00030	3.0933	.82484	75
	3.1467	.71079	75
			75
	3.1600	.82265	75

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	91.5067	156.686	.489	.921
VAR00002	91.7067	151.102	.625	.919
VAR00003	91.7333	155.387	.488	.921
VAR00004	91.6267	151.859	.685	.919
VAR00005	91.7333	153.712	.504	.921
VAR00006	91.9467	155.619	.571	.920
VAR00007	91.8667	152.441	.596	.920
VAR00008	91.7733	154.664	.570	.920
VAR00009	91.7867	155.873	.430	.922
VAR00010	92.0800	156.885	.357	.923
VAR00011	91.9067	155.248	.457	.922
VAR00012	91.8667	153.928	.643	.920
VAR00013	92.0667	151.982	.536	.921
VAR00014	91.9067	155.248	.457	.922
VAR00015	91.8667	153.928	.643	.920
VAR00016	91.7067	163.967	.051	.926
VAR00017	91.5067	156.686	.489	.921
VAR00018	91.7733	154.664	.570	.920

Item-Total Statistics

VAR00019	91.8000	155.919
----------	---------	---------

UNIVERSITAS MEDAN AREA

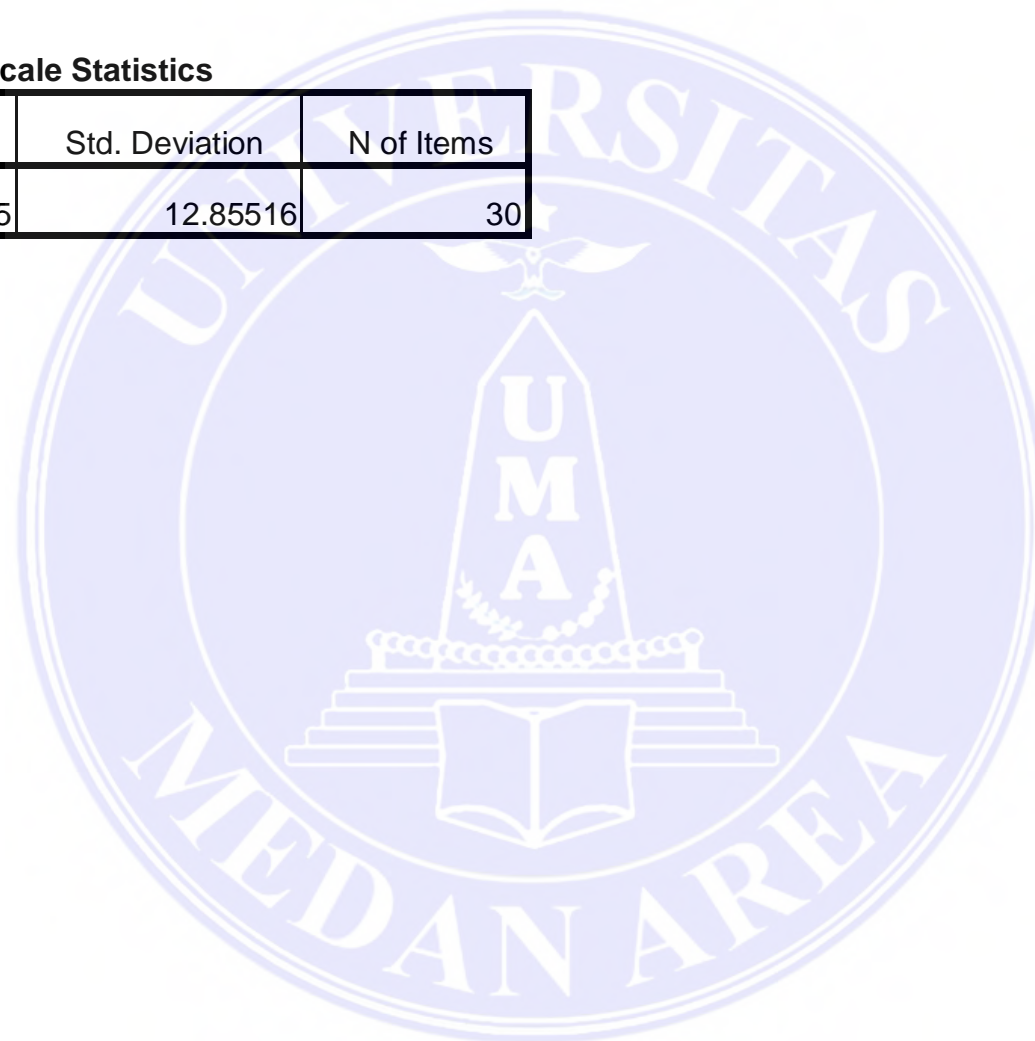
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00027	91.9467		.571	.920
VAR00028	91.8667	155.619	.596	.920
VAR00029	91.8133	152.441	.506	.921
VAR00030	91.8000	155.775	.428	.922

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
94.9600	165.255	12.85516	30



Reliability

Scale: Self Efficacy

Case Processing Summary

		N	%
		75	100.0
Valid		0	
Excluded ^a			.0
Cases	Total	75	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.926	29

Item Statistics

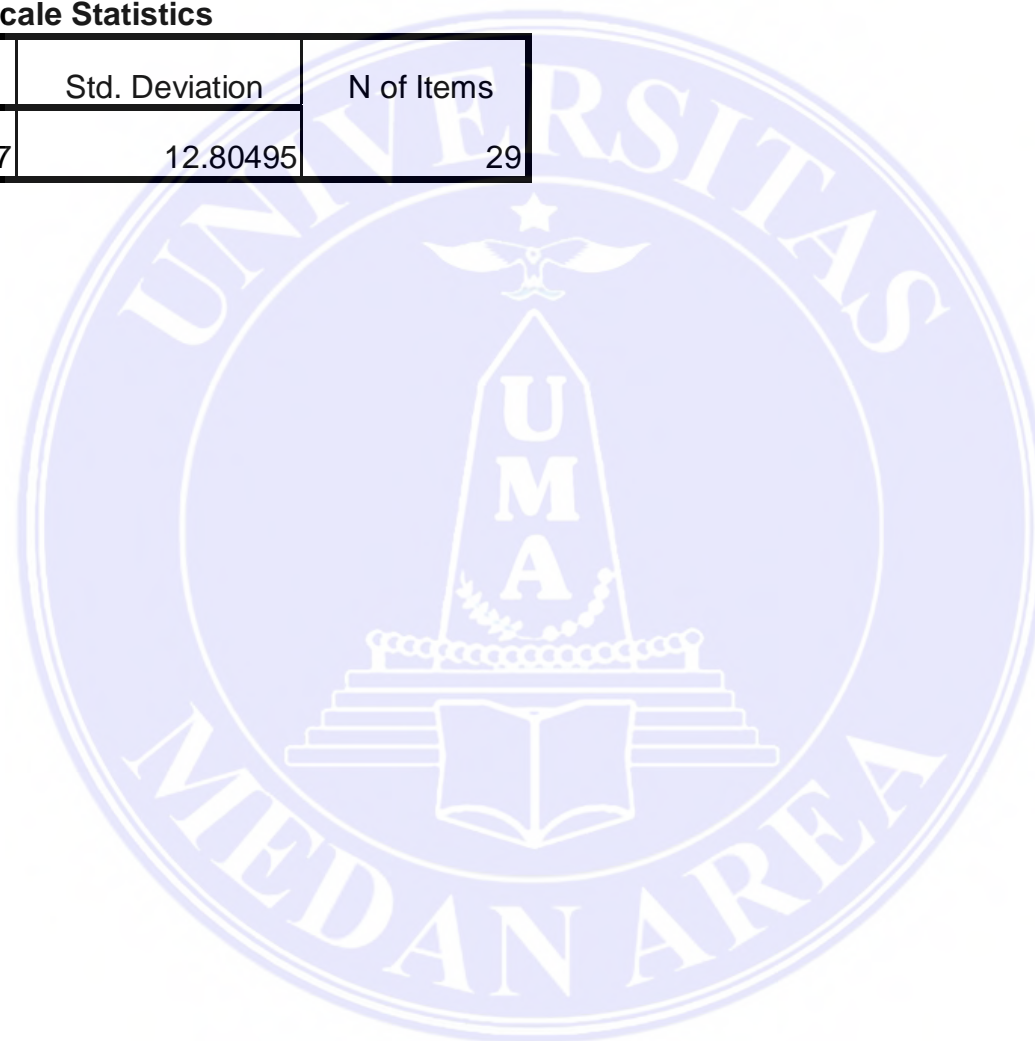
	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001			75
VAR00002	3.4533	.66360	75
VAR00003	3.2533	.87137	75
	3.2267	.76359	
VAR00004	3.3333	.75933	75
	3.2267	.86326	
VAR00005	3.0133	.64710	75
VAR00006			75
VAR00007	3.0933	.82484	75
VAR00008	3.1867	.71079	75
VAR00009	3.1733	.81163	75
VAR00010	2.8800	.85361	75
VAR00011	3.0533	.82024	75
VAR00012	3.0933	.68128	75
VAR00022			75
VAR00023			75
	3.0533	.82024	
VAR00024	3.4533	.66360	75
VAR00025	3.2533	.87137	75
	3.0533	.82024	
VAR00026	3.0933	.68128	75
VAR00027	3.0133	.64710	75
	3.0933	.82484	
VAR00028	3.1467	.71079	75
VAR00029			75
VAR00030	3.1600	.82265	75

VAR00001	88.2533	155.759	.469	.925
VAR00002	88.4533	150.116	.613	.923
VAR00003	88.4800	154.361	.476	.925
VAR00004	88.3733	150.643	.684	.922
VAR00005	88.4800	152.469	.504	.924
VAR00006	88.6933	154.351	.572	.924
VAR00007	88.6133	150.943	.609	.923
VAR00008	88.5200	153.334	.575	.923
VAR00009	88.5333	154.577	.433	.925
VAR00010	88.8267	155.470	.365	.927
VAR00011	88.6533	153.770	.468	.925
VAR00012	88.6133	152.700	.642	.923
VAR00013	88.8133	150.397	.551	.924
VAR00014	88.6533	153.770	.468	.925
VAR00015	88.6133	152.700	.642	.923
VAR00017	88.2533	155.759	.469	.925
VAR00018	88.5200	153.334	.575	.923
VAR00019	88.5467	154.630	.433	.925
Item-Total Statistics				
VAR00020	88.4800	154.361		

VAR00028	88.6133		.609	.923
VAR00029	88.5600	150.943 154.439	.511	.924
VAR00030	88.5467	154.467	.431	.925

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
91.7067	163.967	12.80495	29



Reliability

Scale: Kecerdasan Emosi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	75	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	75	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.963	50

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.9467	.88369	75
VAR00002	2.9333	.81096	75
VAR00003	3.0667	.84363	75
VAR00004	2.6133	.80360	75
VAR00005	2.9067	.82484	75
VAR00006	2.5333	.90544	75
VAR00007	3.0667	.84363	75
VAR00008	2.6133	.80360	75
VAR00009	2.9333	.81096	75
VAR00010	2.5333	.90544	75

VAR00010			75
VAR00011	3.3733	.67330	75
VAR00012	2.5867	.83978	75
VAR00021			75
VAR00022			75
VAR00023	2.6133	.80360	75
VAR00024	2.9333	.81096	75
VAR00025	3.5333	.50225	75
VAR00026	3.0667	.84363	75
VAR00027	2.5333	.90544	75
VAR00028	2.8000	.91533	75
VAR00029	2.7600	.88287	75
VAR00030	3.0667	.84363	75
VAR00031			75
VAR00032	2.6000	.86992	75
VAR00033	3.3067	.67730	75
VAR00034	2.9467	.88369	75
VAR00035	2.9333	.81096	75
VAR00036	3.0667	.84363	75
VAR00037	2.9067	.82484	75
VAR00038			75
VAR00039			75
VAR00040	2.5333	.90544	75
VAR00041	3.0667	.84363	75
VAR00042	2.5867	.83978	75

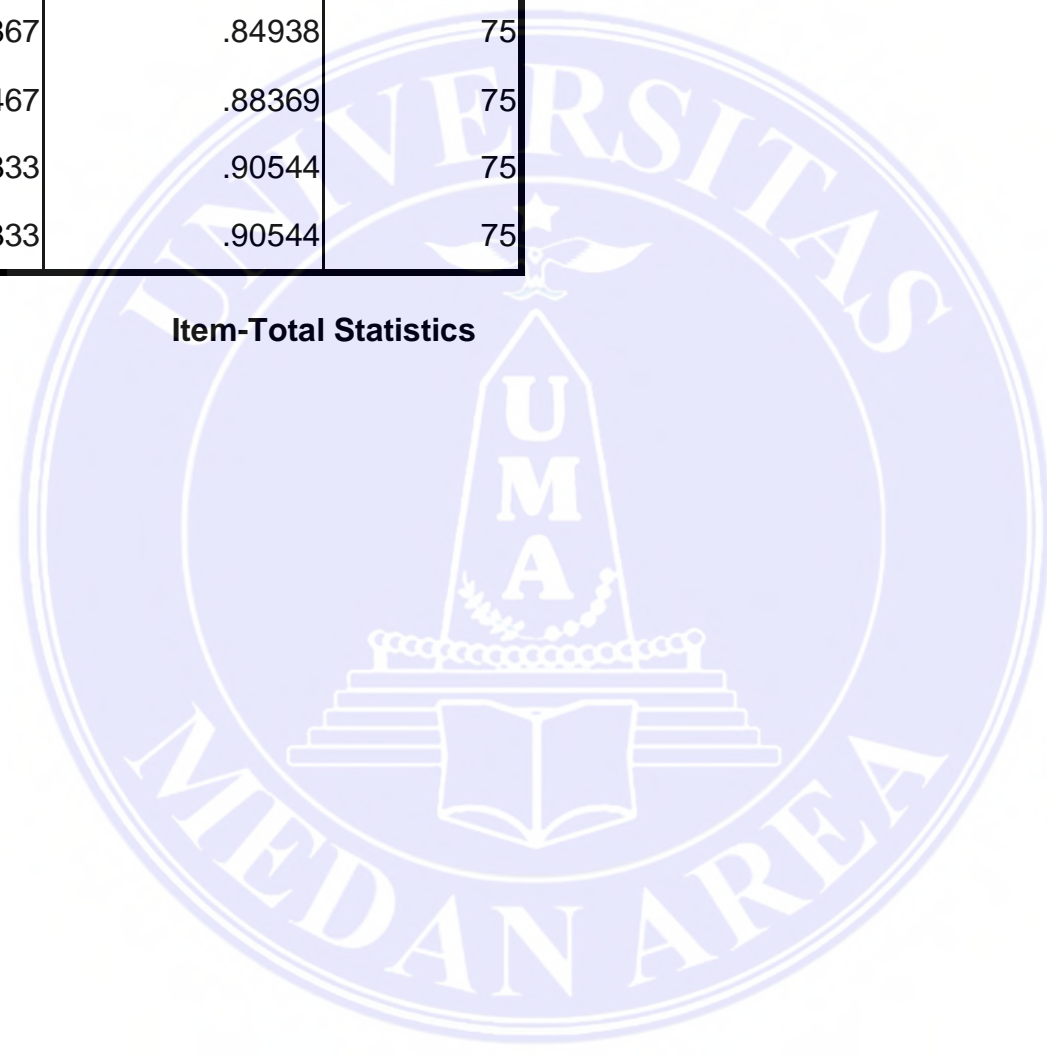
UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00043	3.2133	.72211	75
VAR00044	2.9467	.88369	75
VAR00045	2.6133	.99856	75
VAR00046	2.6133	.99856	75
VAR00047	3.1867	.84938	75
VAR00048	2.9467	.88369	75
VAR00049	2.5333	.90544	75
VAR00050	2.5333	.90544	75

Item-Total Statistics



VAR00006 140.6533 619.040 .788 .962

VAR00007	140.1200	630.783 643.194	.563	.963
VAR00008	140.5733	629.111	.283	.964
VAR00009	140.2533		.629	.962
VAR00010	140.6533	619.040	.788	.962
VAR00011	139.8133	638.803 635.270	.473	.963
VAR00012	140.6000	651.594	.458	.963
VAR00013	139.9733		.088	.964
VAR00014	140.2400	626.131	.644	.962
VAR00015	140.5733	620.032	.691	.962
VAR00016	140.5733	628.054 626.131	.691	.962
VAR00017	140.0000	619.040	.625	.962
VAR00018	140.2400		.644	.962
VAR00019	140.6533		.788	.962
VAR00020	140.6533	619.040	.788	.962
VAR00021	140.5733	643.194	.283	.964
VAR00022	140.2533	629.111	.629	.962
VAR00023	139.6533	650.148	.194	.964
VAR00024	140.1200	630.783	.563	.963
VAR00025	140.6533	619.040	.788	.962
VAR00026	140.3867	640.321	.307	.964
VAR00027	140.4267	638.734	.355	.964
VAR00028	140.1200	630.783	.563	.963
VAR00029	140.5867	640.651	.317	.964
VAR00030	139.8800	641.702	.385	.963

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00031	140.2400	626.131	.644	.962
VAR00032	140.2533	629.111	.629	.962
VAR00033	140.1200	630.783	.563	.963
VAR00034	140.2800	631.096	.569	.963
VAR00035	140.6533	619.040	.788	.962
VAR00036	140.1200	630.783	.563	.963
VAR00037	140.5733	620.032	.691	.962
VAR00046	140.5733		.691	.962
VAR00047	140.0000		.625	.962
VAR00048	140.2400	620.032	.644	.962
VAR00049	140.6533	628.054	.788	.962
		626.131		
		619.040		
VAR00050	140.6533	619.040	.788	.962

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
143.1867	655.370	25.60020	50

Reliability

Scale: Kecerdasan Emosi

Case Processing Summary

	N	%
Valid	75	
Excluded ^a	0	100.0
Cases Total	75	.0 100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.967	44

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.9467	.88369	75
VAR00002	2.9333	.81096	75
VAR00003	3.0667	.84363	75
	2.9067	.82484	
VAR00005	2.5333	.90544	75
VAR00006			75
VAR00007	3.0667	.84363	75
VAR00009	2.9333	.81096	75
VAR00010	2.5333	.90544	75
VAR00011	3.3733	.67330	75
VAR00012	2.5867	.83978	75

			75	Item Statistics
VAR00014	2.9467	.88369	75	VAR00016
VAR00015	2.6133	.99856	75	2.6133
	.99856			
VAR00027			75	
VAR00028			75	
VAR00029	2.7600	.88287	75	
VAR00030	3.0667	.84363	75	
VAR00031	2.6000	.86992	75	
VAR00032	3.3067	.67730	75	
VAR00033	2.9467	.88369	75	
VAR00034	2.9333	.81096	75	
VAR00035	3.0667	.84363	75	
VAR00036	2.9067	.82484	75	
VAR00037			75	
VAR00038			75	
VAR00039			75	
VAR00040			75	
VAR00041	2.5333	.90544	75	
VAR00042	3.0667	.84363	75	
VAR00043	2.6133	.99856	75	
VAR00044	3.1867	.84938	75	
VAR00045	2.9467	.88369	75	
VAR00046	2.5333	.90544	75	
VAR00047			75	
VAR00048			75	
VAR00049			75	
VAR00050			75	
VAR00051	3.3733	.67330	75	
VAR00052	2.5867	.83978	75	
VAR00053	2.9467	.88369	75	
VAR00054	2.6133	.99856	75	
VAR00055	2.6133	.99856	75	
VAR00056	3.1867	.84938	75	
VAR00057	2.9467	.88369	75	

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00049	2.5333	.90544	75
VAR00050	2.5333	.90544	75

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	122.4400	582.196	.636	.966
VAR00002	122.4533	584.603	.633	.966
VAR00003	122.3200	586.275	.565	.967
VAR00015	122.7733	575.340	.704	.966
VAR00016	122.7733	575.340	.704	.966
VAR00017	122.2000	583.405	.632	.966
VAR00018	122.4400	582.196	.636	.966
VAR00019	122.8533	574.397	.803	.966
VAR00020	122.8533	574.397	.803	.966
VAR00022	122.4533	584.603	.633	.966
VAR00024	122.3200	586.275	.565	.967
VAR00025	122.8533	574.397	.803	.966
VAR00026	122.5867	595.732	.302	.968
VAR00027	122.6267	594.399	.346	.968
VAR00028	122.3200	586.275	.565	.967
VAR00029	122.7867	598.035	.265	.968
VAR00030	122.0800	596.291	.403	.967
VAR00031	122.4400	582.196	.636	.966

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

VAR00032	122.4533	584.603	.633	.966
VAR00033	122.3200	586.275	.565	.967
VAR00034	122.4800	587.253	.554	.967
VAR00035	122.8533	574.397	.803	.966
VAR00036	122.3200	586.275	.565	.967
VAR00037	122.7733	575.340	.704	.966
VAR00038	122.2000	583.405	.632	.966
VAR00039	122.4400	582.196	.636	.966
VAR00040	122.8533	574.397	.803	.966
VAR00041	122.0133	593.716	.485	.967
VAR00042	122.8000	591.189	.445	.967
VAR00044	122.4400	582.196	.636	.966
VAR00045	122.7733	575.340	.704	.966
VAR00046	122.7733	575.340	.704	.966
VAR00047	122.2000	583.405	.632	.966
VAR00048	122.4400	582.196	.636	.966
VAR00049	122.8533	574.397	.803	.966

Reliability

Scale: Kesejahteraan Psikologis

Case Processing Summary

	N	%
Valid	75	
Excluded ^a	0	100.0
Cases Total	75	.0 100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	40

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.2000	.71660	75
VAR00002	3.5200	.55410	75
VAR00003	3.2267	.81495	75
VAR00004	2.7600	.88287	75
VAR00005	3.3333	.70391	75
VAR00006	3.3467	.74423	75
VAR00007	3.5867	.49575	75
VAR00008	3.0533	.91376	75
VAR00009	3.4133	.67969	75
VAR00010	2.9067	.84106	75

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

				Item Statistics
VAR00011	3.2000	.91533	75	
VAR00012	2.5867	.83978	75	
	3.2133	.72211		VAR00013
VAR00022			75	
VAR00023			75	
VAR00024	3.0933	.85698	75	
VAR00025	3.4267	.54953	75	
VAR00026	3.2267	.81495	75	
VAR00027	2.7600	.88287	75	
VAR00028	3.3333	.70391	75	
VAR00029	3.3467	.74423	75	
VAR00030	3.5867	.49575	75	
VAR00031	3.2000	.91533	75	
VAR00032			75	
VAR00033	2.5867	.83978	75	
VAR00034	3.2133	.72211	75	
VAR00035	3.1200	.73448	75	
VAR00036	2.3867	.82024	75	
VAR00037	3.3467	.74423	75	
VAR00038	3.5867	.49575	75	
VAR00039			75	
VAR00040			75	
VAR00041	3.0533	.91376	75	
VAR00042	3.4133	.67969	75	
VAR00043	2.9067	.84106	75	
VAR00044	3.2000	.91533	75	
VAR00045	3.2133	.72211	75	

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	122.5067	236.199	.647	.925
VAR00002	122.1867	240.505	.591	.926
VAR00003	122.4800	240.496	.388	.927
VAR00004	122.9467	236.538	.503	.926
VAR00005	122.3733	236.886	.627	.925
VAR00006	122.3600	235.396	.658	.925
VAR00007	122.1200	241.080	.626	.926
VAR00016	122.2533		.472	.926
VAR00017	122.8133		.460	.927
VAR00018	122.5733	239.894	.231	.929
VAR00019	123.3333	237.965	.236	.930
VAR00020	122.2933	245.059	.499	.926
VAR00021	122.1200	242.523	.401	.927
VAR00022	122.6133	237.615	.429	.927
VAR00023	122.2800	243.810	.453	.927
VAR00024	122.4800	238.862	.388	.927
VAR00025	122.9467	242.907	.503	.926
VAR00026	122.3733	235.396	.627	.925
VAR00027	122.3600	241.080	.658	.925
VAR00028	122.1200	235.956	.626	.926
VAR00029	122.5067		.504	.926

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00030	123.1200	240.837	.362	.928
VAR00031	122.4933	236.091	.647	.925
VAR00032	122.5867	239.570	.478	.926
VAR00033	123.3200	245.680	.179	.929
VAR00034	122.3600	235.396	.658	.925
VAR00035	122.1200	241.080	.626	.926
VAR00036	122.6533	243.040	.249	.929
VAR00037	122.2933	236.075	.691	.925
VAR00038	122.8000	235.730	.563	.925
VAR00039	122.5067	235.956	.504	.926
VAR00040	122.4933	236.091	.647	.925

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
125.7067	250.967	15.84193	40

Reliability

Scale: Kesejahteraan Psikologis

Case Processing Summary

	N	%
	75	
Valid	0	100.0
Excluded ^a		
Cases Total	75	.0 100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.938	34

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.2000	.71660	75
VAR00002	3.5200	.55410	75
VAR00003	3.2267	.81495	75
VAR00004	2.7600	.88287	75
VAR00005	3.3333	.70391	75
VAR00006	3.3467	.74423	75
VAR00007	3.5867	.49575	75
VAR00008	3.4133	.67969	75
VAR00009	2.9067	.84106	75
VAR00010	3.2000	.91533	75
VAR00011			75
VAR00012	2.5867	.83978	75
VAR00013	3.2133	.72211	75
VAR00014			75
VAR00015			75
VAR00016			75
VAR00017	2.7600	.88287	75
VAR00018	3.3333	.70391	75
VAR00019	3.3467	.74423	75
VAR00020	3.5867	.49575	75
VAR00021	3.2000	.91533	75
VAR00022			75
VAR00023	2.5867	.83978	75
VAR00024	3.2133	.72211	75
VAR00025			75
VAR00026			75
VAR00027	3.1200	.73448	75

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

VAR00032			75
VAR00034	3.3467	.74423	75
	3.5867	.49575	
VAR00035	3.4133	.67969	75
	2.9067	.84106	
VAR00037	3.2000	.91533	75
	3.2133	.72211	
VAR00038			75
VAR00039			75
VAR00040			75

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	106.1200	202.026	.653	.935
VAR00002	105.8000	206.405	.573	.936
VAR00003	106.0933	205.653	.407	.938
VAR00004	106.5600	202.385	.505	.937
		201.905		
VAR00005	105.9867	200.729	.672	.935
VAR00006	105.9733		.690	.935
VAR00007	105.7333	207.225	.587	.937
VAR00009	105.9067	201.437	.723	.935
VAR00010	106.4133	202.354	.534	.937
VAR00011	106.1200	200.729	.550	.936
		208.063		
VAR00012	106.7333		.292	.939
VAR00013	106.1067	201.961	.651	.935
VAR00025	106.5600	202.385	.505	.937

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

VAR00026	105.9867	201.905 200.729 207.225	.672	.935
VAR00027	105.9733		.690	.935
VAR00028	105.7333		.587	.937
VAR00029	106.1200	200.729	.550	.936
VAR00030	106.7333	208.063 201.961	.292	.939
VAR00031	106.1067	205.324	.651	.935
VAR00032	106.2000		.474	.937
VAR00034	105.9733	200.729 207.225	.690	.935
VAR00035	105.7333	201.437 202.354	.587	.937
VAR00037	105.9067	200.729 201.961	.723	.935
VAR00038	106.4133		.534	.937
VAR00039	106.1200		.550	.936
VAR00040	106.1067		.651	.935

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
109.3200	215.842	14.69157	34

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self Efficacy	250	71.0600		53.00	
Kecerdasan Emosi	250	110.2760	8.97791 15.40979	79.00	93.00 154.00
Kesejahteraan Psikologis	250	83.2120	12.66272	58.00	111.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

		Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
N Normal Parameters ^{a,b}	Mean	71.0600	110.2760	83.2120
	Std. Deviation	8.97791	15.40979	12.66272
	Absolute Positive	.076	.042	.056
	Negative	-.044	-.030	-.056
	Most Extreme Differences	1.204	.667	.889
	Kolmogorov-Smirnov Z			
Asymp. Sig. (2-tailed)		.110	.765	.409

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
	1	Kecerdasan Emosi, Self Efficacy ^b	

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	16749.090	2	8374.545	89.250	.000 ^b
	23176.674	247			
Total	39925.764	249			

- a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis
- b. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosi, Self Efficacy

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	17.196				.001
1 Self Efficacy	.782	4.999	.554	3.440	.000
1 Kecerdasan Emosi	.095	.108	.116	7.252	.132

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_1
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Self Efficacy
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Self Efficacy

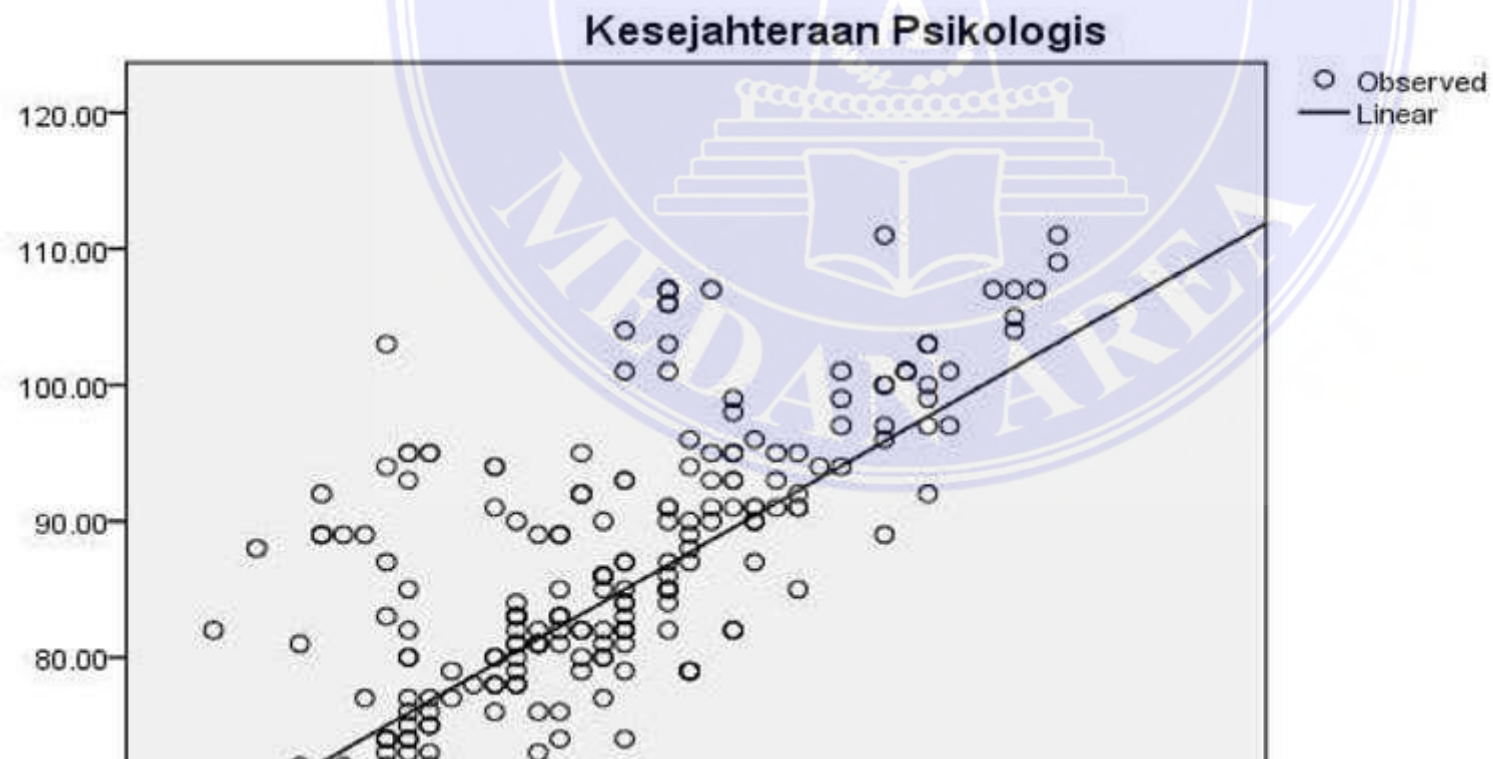
Number of Positive Values		250	250
Number of Zeros		0	0
Number of Negative Values		0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0	0
	System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates Dependent

Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.414	175.306	1	248	.000	18.714	.908

The independent variable is Self Efficacy.



Curve Fit

Model Name	MOD_2
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Kecerdasan Emosi
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

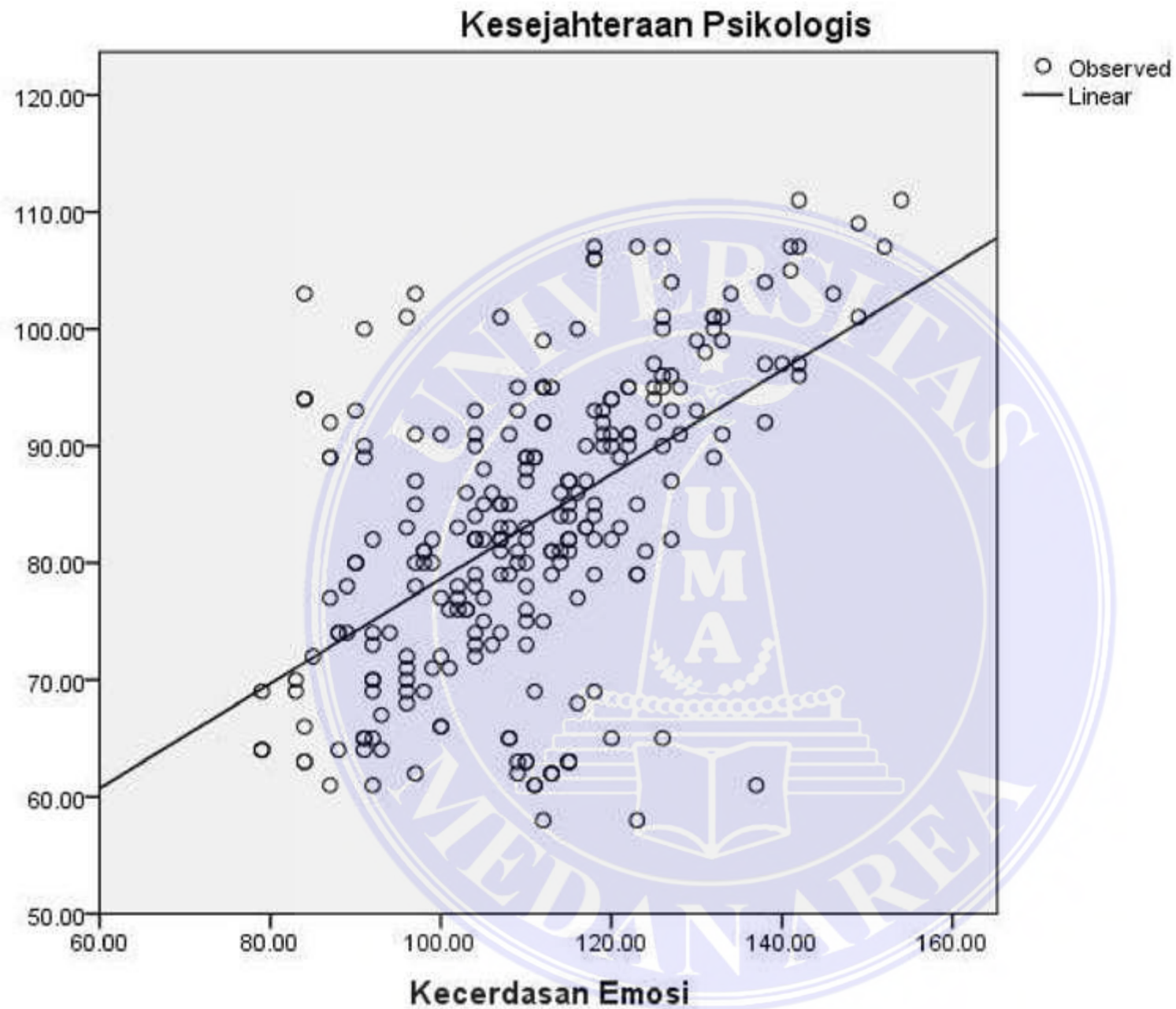
Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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	Kecerdasan Emosi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0



Correlations

	Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
--	---------------	------------------	--------------------------

	Pearson Correlation	1	.773**	.644**
Self Efficacy	Sig. (1-tailed)		.000	

Correlations

N 250 250 250

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Strenght, Level, Generalisasi ^b		Enter

- a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis
 b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.656 ^a	.430	.424	9.61431

- a. Predictors: (Constant), Strenght, Level, Generalisasi

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	17186.753	3	5728.918	61.978	.000 ^b
Residual	22739.011	246	92.435		
Total	39925.764	249			

- a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis
- b. Predictors: (Constant), Strengh, Level, Generalisasi

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized	t	Sig.
-------	-----------------------------	--------------	---	------

Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Level
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

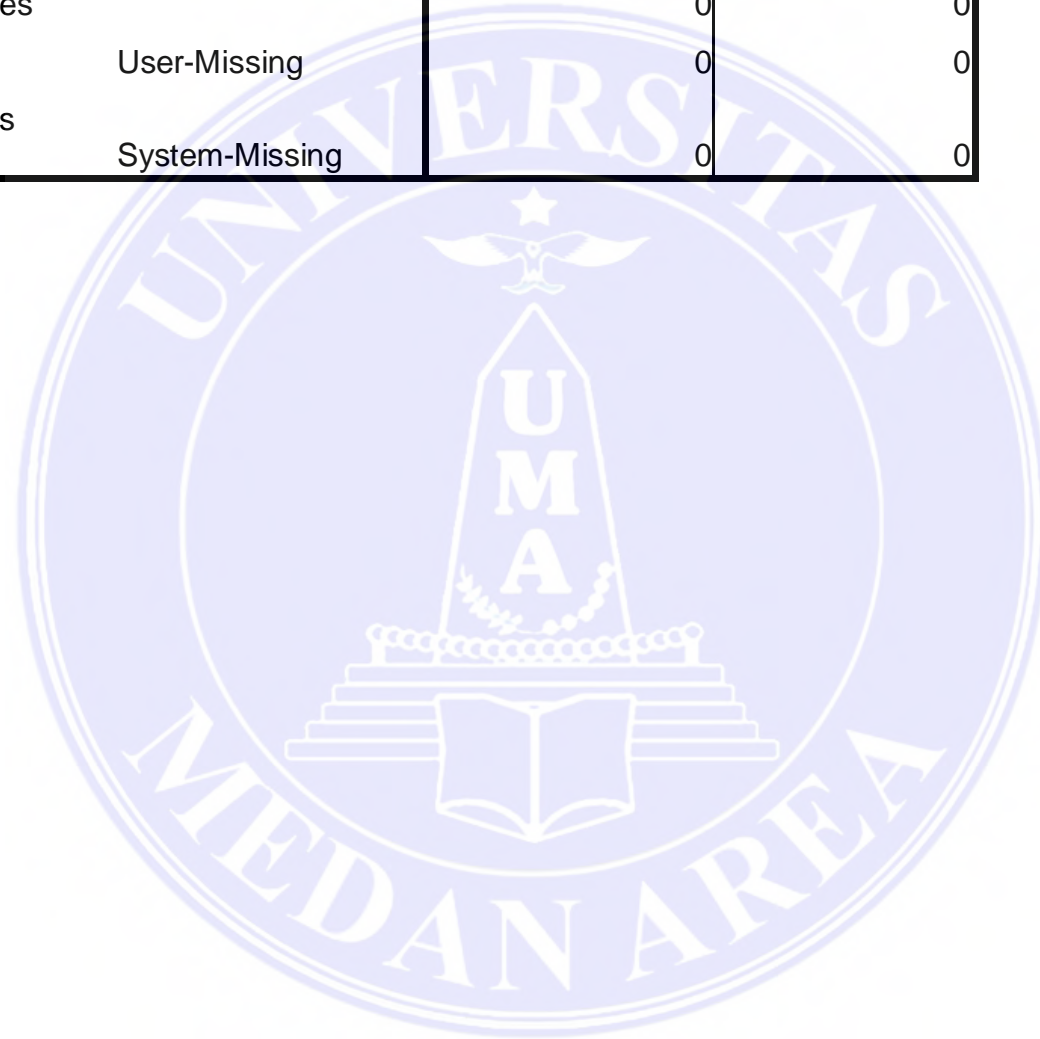
	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

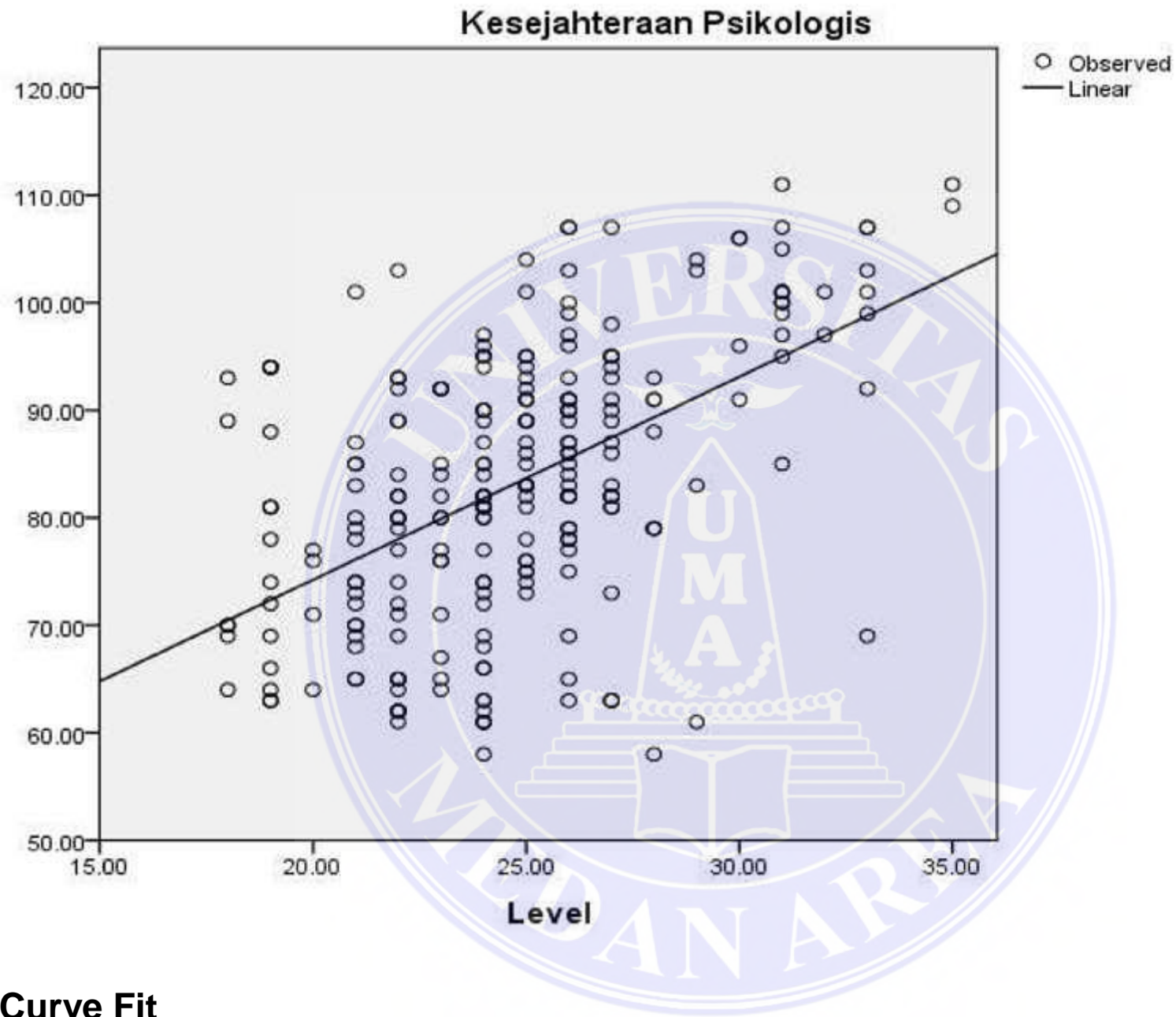
a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

		Variables	
		Dependent	Independent

	Kesejahteraan Psikologis	Level
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0





Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_2
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Generalisasi

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Variable Processing Summary

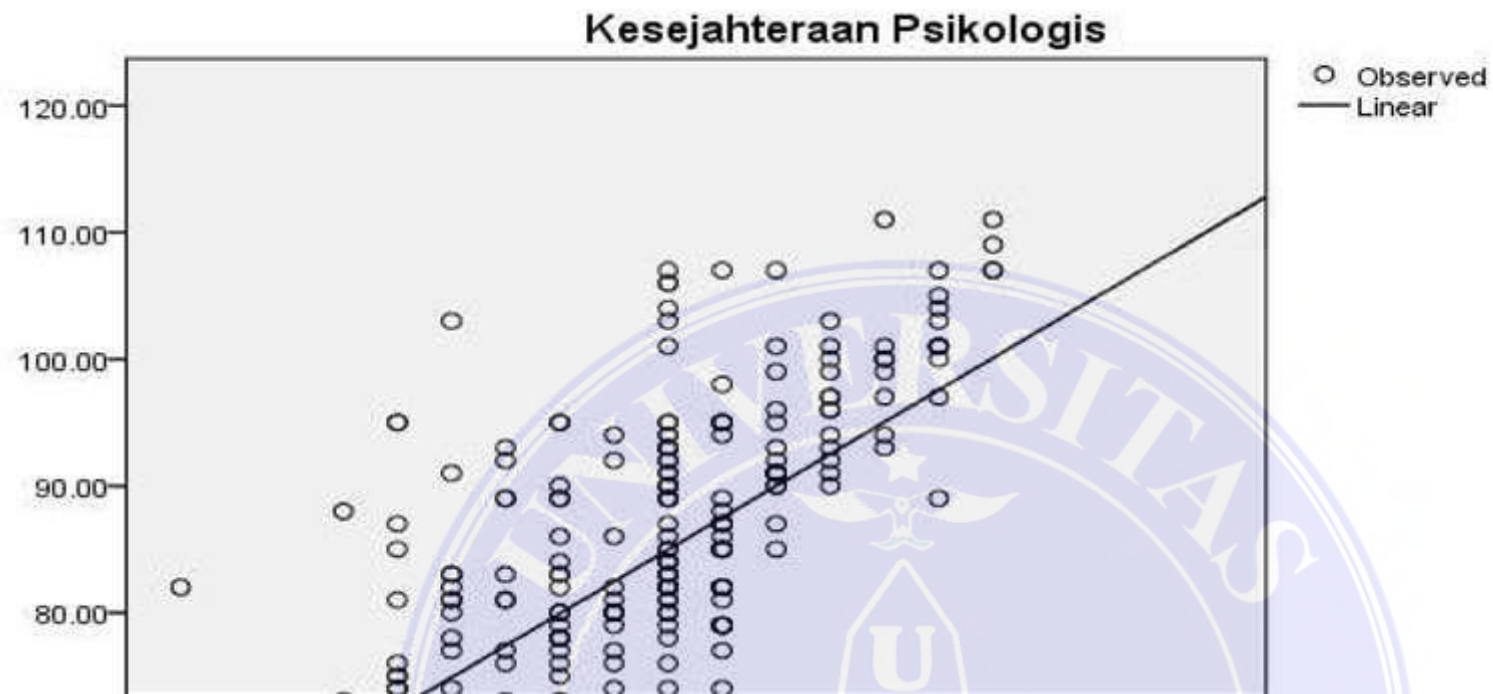
	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Generalisasi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing		0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates Dependent

Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.394	161.081	1	248	.000	34.572	2.519

The independent variable is Generalisasi.



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_3
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Strenght
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

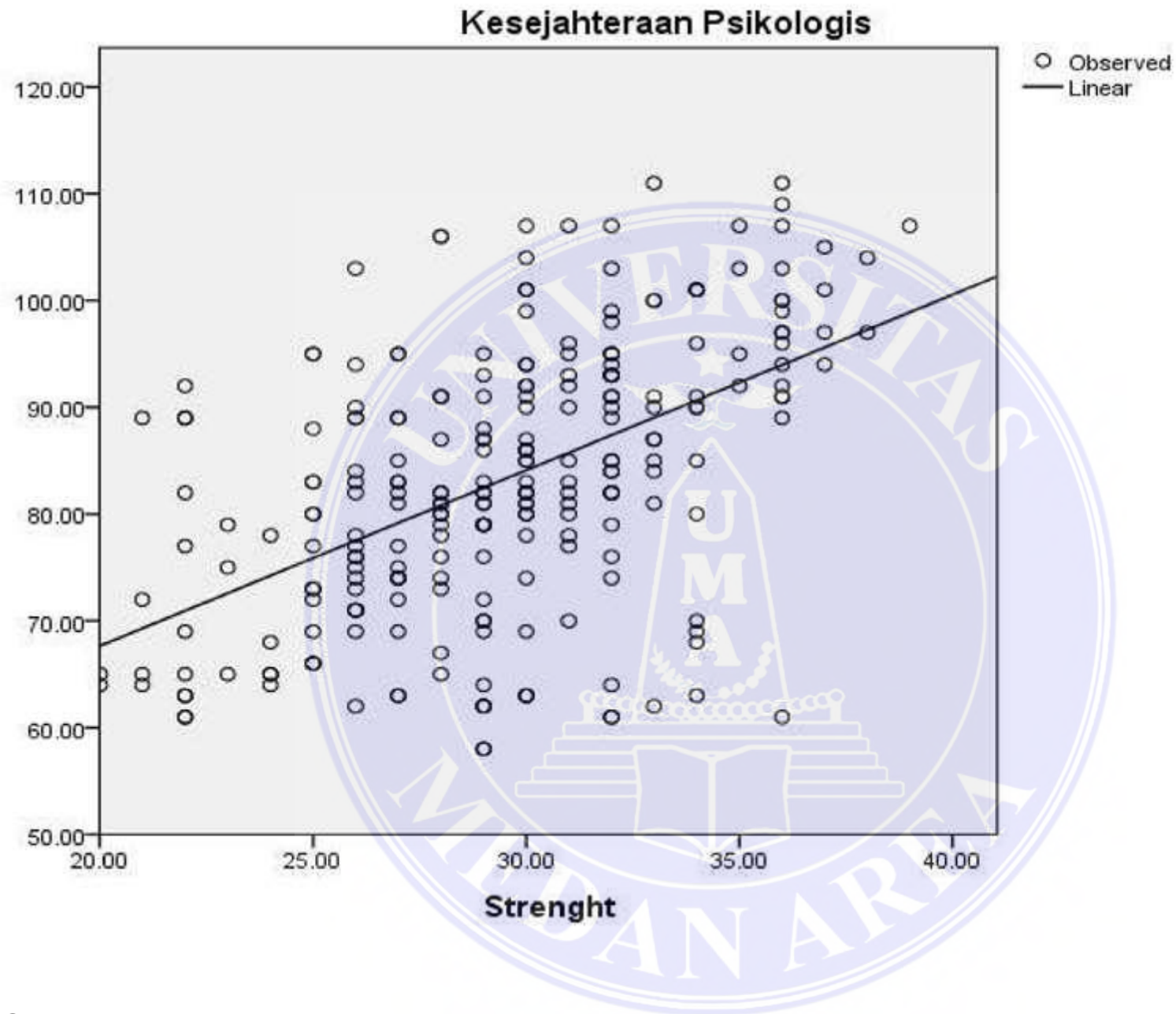
	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0

Newly Created Cases	0
---------------------	---

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

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Strenght
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	0	0
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0



Correlations

		Level	Generalisasi	Strenght	Kesejahteraan Psikologis
Level	Pearson Correlation Sig. (1-tailed) N	1	.598**	.452**	.525**
Generalisasi			.000	.000	.000
Strenght				250	

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

	Pearson Correlation	250	250	.799**	
	Sig. (1-tailed)	.598**		.000	
		.000	1		250
					.628**
					.000

Correlations

N 250 250 250

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian Diri, Penguasaan Diri, Empati ^b		Enter

- a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis
 b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	.358	.345	10.24860

- a. Predictors: (Constant), Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian Diri, Penguasaan Diri, Empati

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	14297.518	5	2859.504	27.225	.000 ^b

Residual	25628.246	244	105.034
Total	39925.764	249	

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. Predictors: (Constant), Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian Diri, Penguasaan Diri, Empati

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error		

Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_4
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Penguasaan Diri
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

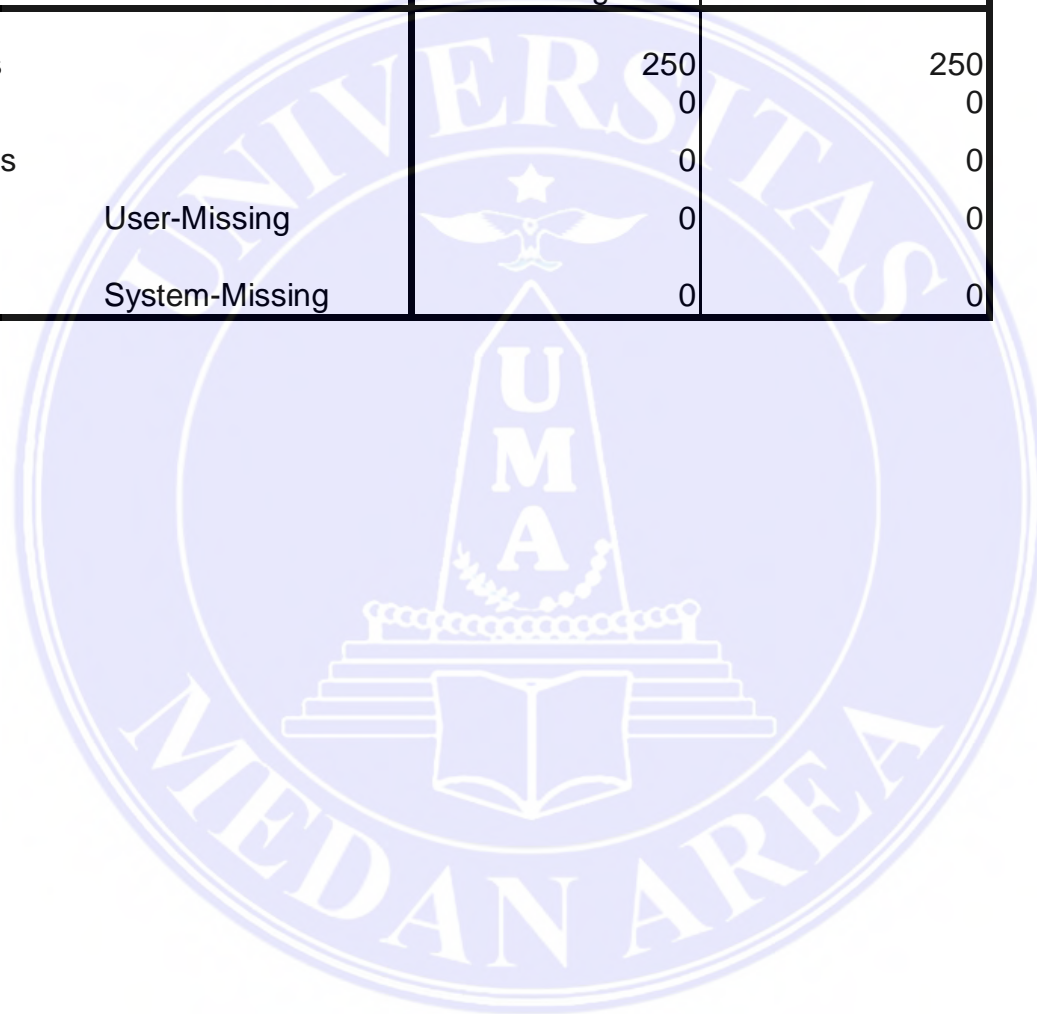
Case Processing Summary

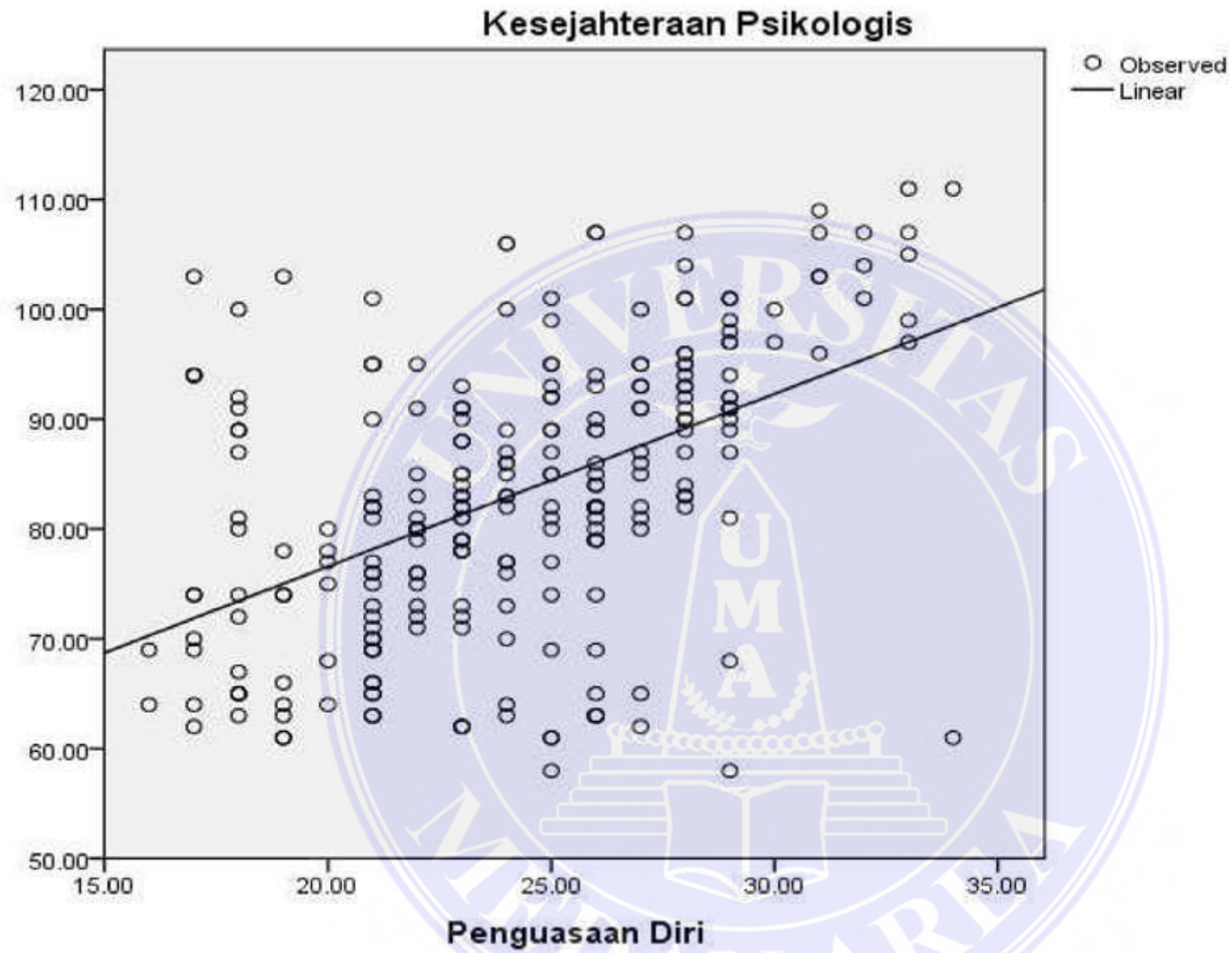
	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

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

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Penguasaan Diri
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0





Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_5
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Pengendalian Diri

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

Variable Processing Summary

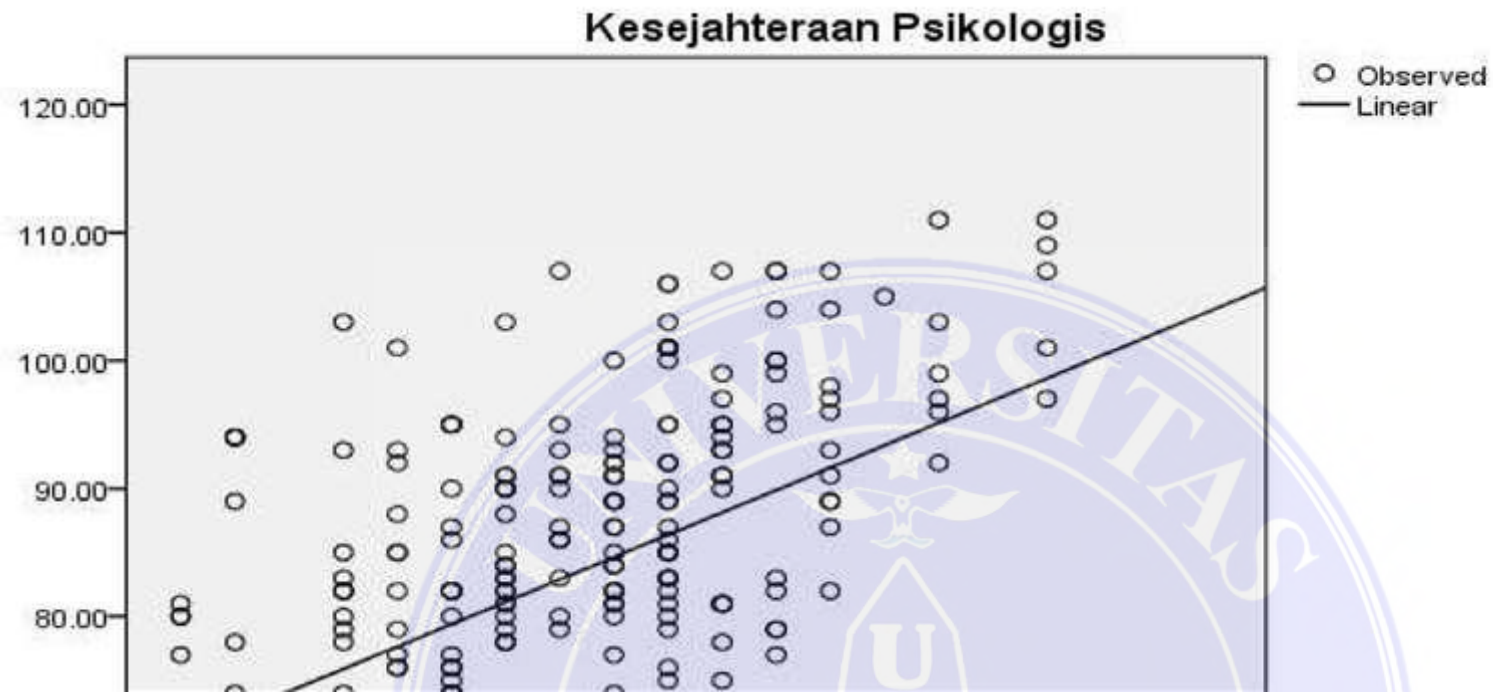
	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Pengendalian Diri
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.225	71.910	1	248	.000	51.439	1.747

The independent variable is Pengendalian Diri.



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_6
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Motivasi
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

Case Processing Summary

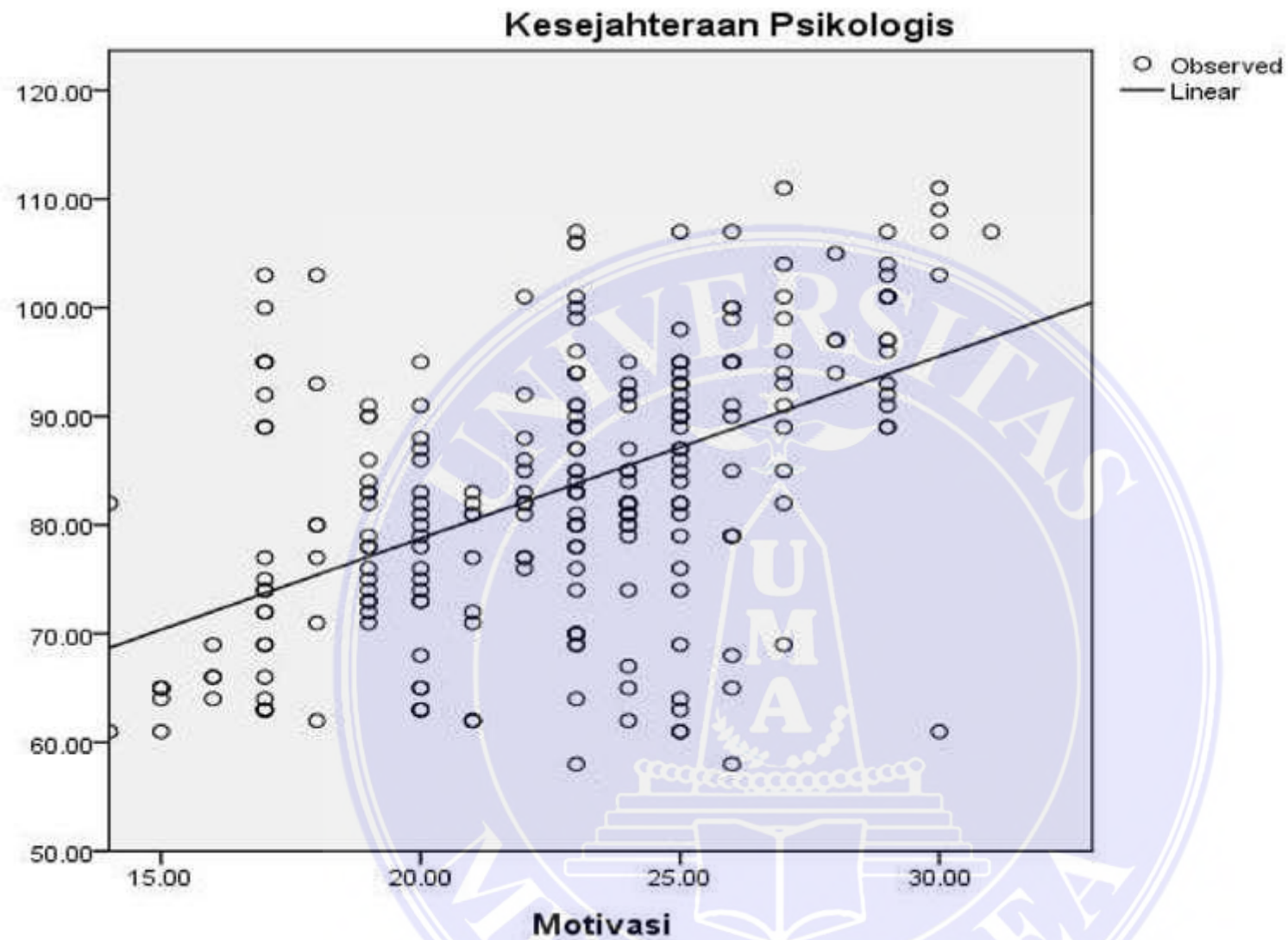
	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0

Newly Created Cases	0
---------------------	---

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

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Motivasi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	0	0
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_7
Dependent Variable	1 Kesejahteraan Psikologis
Equation	1 Linear
Independent Variable	Empati
Constant	Included

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Variable Whose Values Label Observations in Plots

Unspecified

Case Processing Summary

Variable Processing Summary

	Variables		Model Summary
	Dependent	Independent	
	Kesejahteraan Psikologis	Empati	
Number of Positive Values	250		250 0 0 0 0
Number of Zeros	0		
Number of Negative Values	0		
Number of Missing Values	0		
User-Missing System-Missing	0		

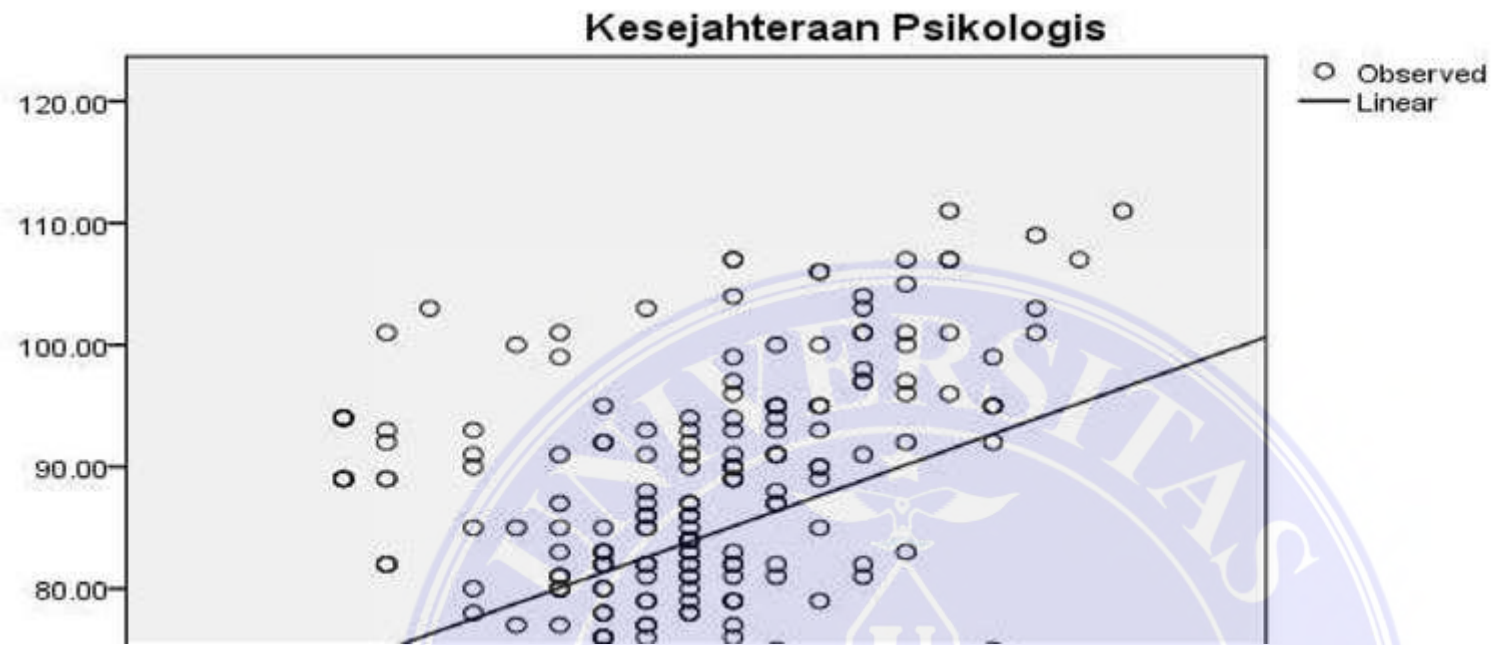
M

Model Parameter Estimates

Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.157	46.338	1	248	.000	54.788	1.263

The independent variable is Empati.



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_8
Dependent Variable	1	Kesejahteraan Psikologis
Equation	1	Linear
Independent Variable		Keterampilan Sosial
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

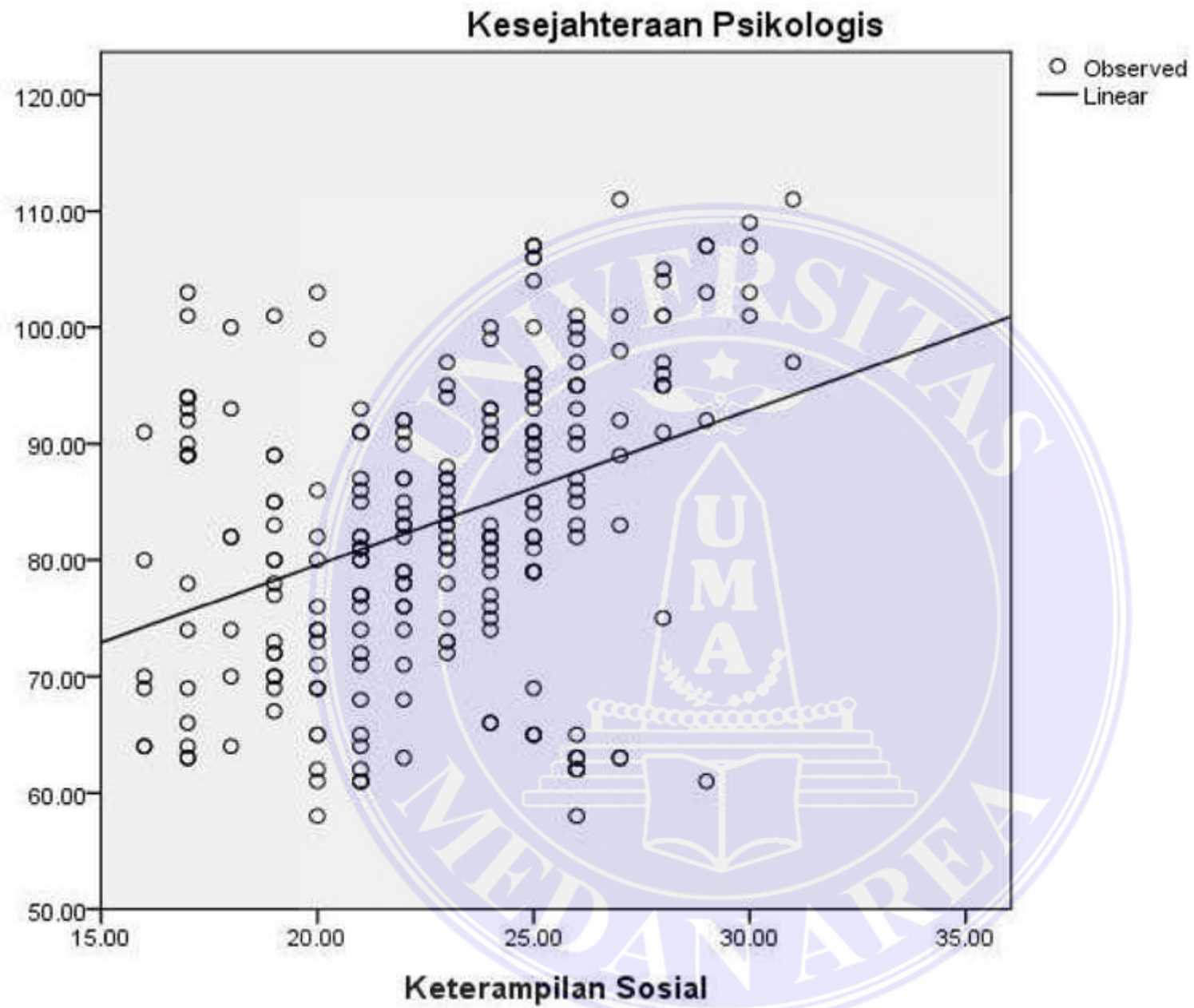
Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

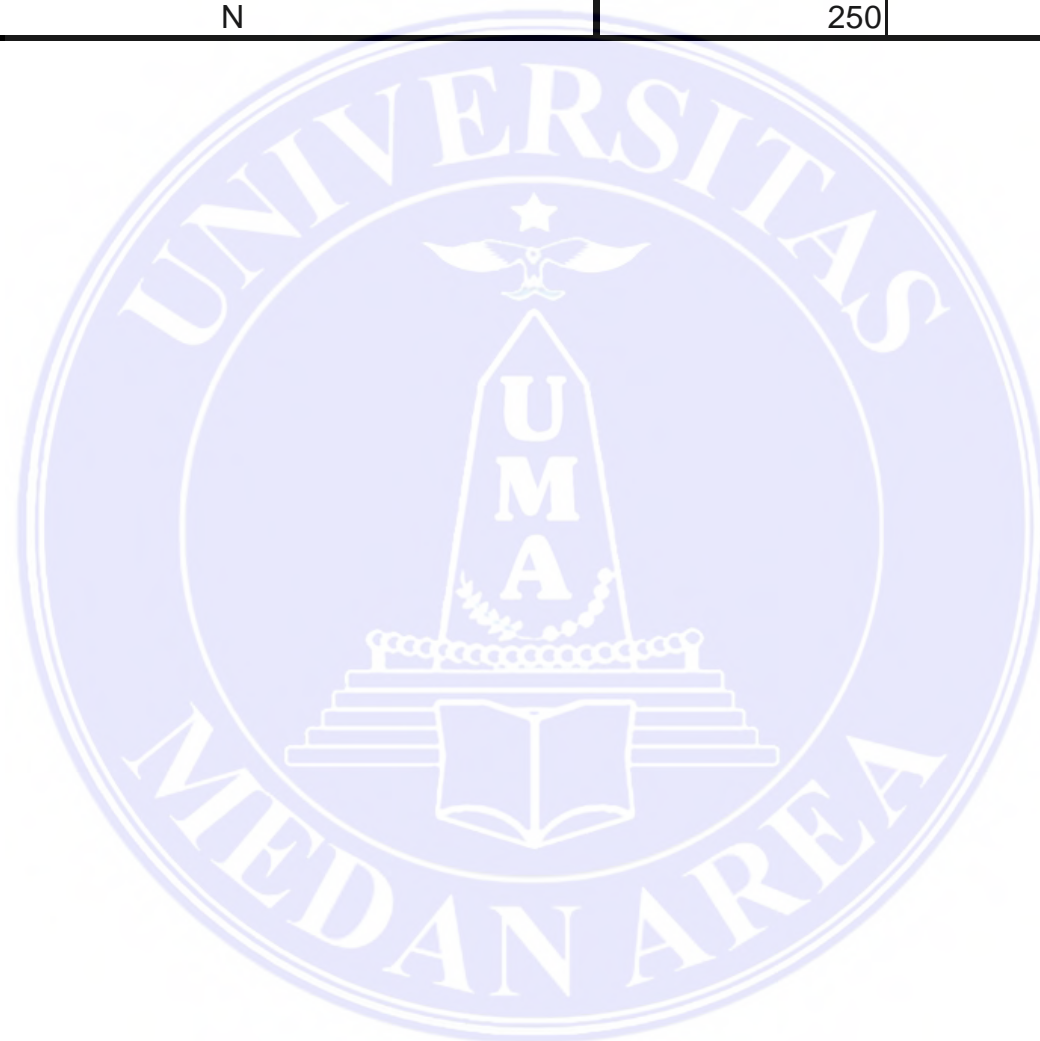
		Variables	
		Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Keterampilan Sosial
Number of Positive Values		250	250
Number of Zeros		0	0
Number of Negative Values		0	0
Number of Missing Values	User-Missing		0
	System-Missing	0	0



Correlations

		Penguasaan Diri	Pengendalian Diri	Motivasi	Empati	Keterampilan Sosial
Penguasaan Diri	Pearson Correlation	1	.641**	.764**		
	Sig. (1-tailed)		.000	.000	.625**	
	N	250	250	250	250	
Pengendalian Diri	Pearson Correlation	.641**	1	.515**	.545**	
	Sig. (1-tailed)	.000		.000	.000	
	N	250	250	250	250	
Motivasi	Pearson Correlation	.764**	.515**	1	.313**	
	Sig. (1-tailed)	.000	.000		.000	
	N	250	250	250	250	
Empati	Pearson Correlation	.625**	.545**	.313**	1	
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000		
	N	250	250	250	250	
Keterampilan Sosial	Pearson Correlation	.667**	.568**	.440**	.891**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	250	250	250	250	250

Correlations	N		250		
	Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation Sig. (1-tailed)	.496** .000	.474** .000	.503** .000
	N		250	250	250



Frequencies

		Statistics		
		Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
N	Valid	250	250	250
	Missing	0	0	0

Frequency Table

		Self Efficacy			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		2	.8	.8	.8
		6	2.4	2.4	3.2
	53.00	3	1.2	1.2	4.4
	54.00				
	55.00	2	.8	.8	5.2
	56.00				
	58.00				
	59.00	6	2.4	2.4	7.6
	60.00				
Valid	61.00	4	1.6	1.6	9.2

		5	2.0	2.0	11.2
		4	1.6	1.6	12.8



69.00				
70.00	9	3.6	3.6	43.6
71.00				
72.00	10	4.0	4.0	47.6
73.00				
75.00	8	3.2	3.2	50.8
76.00				
77.00	15	6.0	6.0	56.8
78.00				
79.00	18	7.2	7.2	64.0
80.00				
81.00	18	7.2	7.2	71.2
82.00				
83.00	9	3.6	3.6	74.8
85.00				
86.00	6	2.4	2.4	77.2
87.00				
88.00	9	3.6	3.6	80.8
90.00				
91.00	8	3.2	3.2	84.0
92.00				
93.00	3	1.2	1.2	85.2
Total	5	2.0	2.0	87.2
	1	.4	.4	87.6
	5	2.0	2.0	89.6
	7	2.8	2.8	92.4
	3	1.2	1.2	93.6
	7	2.8	2.8	96.4
	2	.8	.8	97.2
	1	.4	.4	97.6
	3	1.2	1.2	98.8
	1	.4	.4	99.2
	2	.8	.8	100.0
	250	100.0	100.0	

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
79.00	3	1.2	1.2	1.2
83.00	2	.8		
91.00	6	2.4	2.4	12.8
92.00	8	3.2	3.2	16.0
93.00	2	.8	.8	16.8
94.00	1	.4	.4	17.2
96.00	7	2.8	2.8	20.0
97.00	7	2.8	2.8	22.8
98.00	4	1.6	1.6	24.4
99.00	3	1.2	1.2	25.6
100.00	5	2.0	2.0	27.6
101.00	2	.8	.8	28.4
102.00	4	1.6	1.6	30.0
103.00	3	1.2	1.2	31.2
104.00	12	4.8	4.8	36.0
105.00	5	2.0	2.0	38.0
106.00	2	.8	.8	38.8

Kecerdasan Emosi

107.00	9	3.6	3.6	42.4		
108.00	6	2.4	2.4	44.8		
109.00	6	2.4	2.4	47.2		
110.00	13	5.2	5.2	52.4		
111.00	5	2.0	2.0	54.4		
112.00	8	3.2	3.2	57.6		
113.00	7	2.8	2.8	60.4		
114.00	4	1.6	1.6	62.0		
115.00	10	4.0	4.0	66.0		
116.00	4	1.6	1.6	67.6		
117.00	4	1.6	1.6	69.2		
118.00	9	3.6	3.6	72.8		
119.00	4	1.6	1.6	74.4		
		120.00	6	2.4	2.4	76.8
127.00	5	2.0	2.0	88.4		
128.00	2	.8	.8	89.2		
130.00	2	.8	.8	90.0		
131.00	1	.4	.4	90.4		
132.00	4	1.6	1.6	92.0		
133.00	3	1.2	1.2	93.2		
134.00	1	.4	.4	93.6		
137.00	1	.4	.4	94.0		

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

138.00	3	1.2	1.2	95.2
140.00	1	.4	.4	95.6
141.00	2	.8	.8	96.4
142.00	4	1.6	1.6	98.0
146.00	1	.4	.4	98.4
149.00	2	.8	.8	99.2
152.00	1	.4	.4	99.6
154.00	1	.4	.4	100.0
Total	250	100.0	100.0	

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	2	.8	.8	.8
	5	2.0	2.0	2.8
58.00				
61.00				
62.00				
63.00				
64.00	5	2.0	2.0	4.8
65.00	8	3.2	3.2	8.0
66.00	5	2.0	2.0	10.0
	7	2.8	2.8	12.8
	3	1.2	1.2	14.0
Valid				
67.00	1	.4		
74.00	7	2.8	2.8	26.8
75.00	3	1.2	1.2	28.0

Kesejahteraan Psikologis

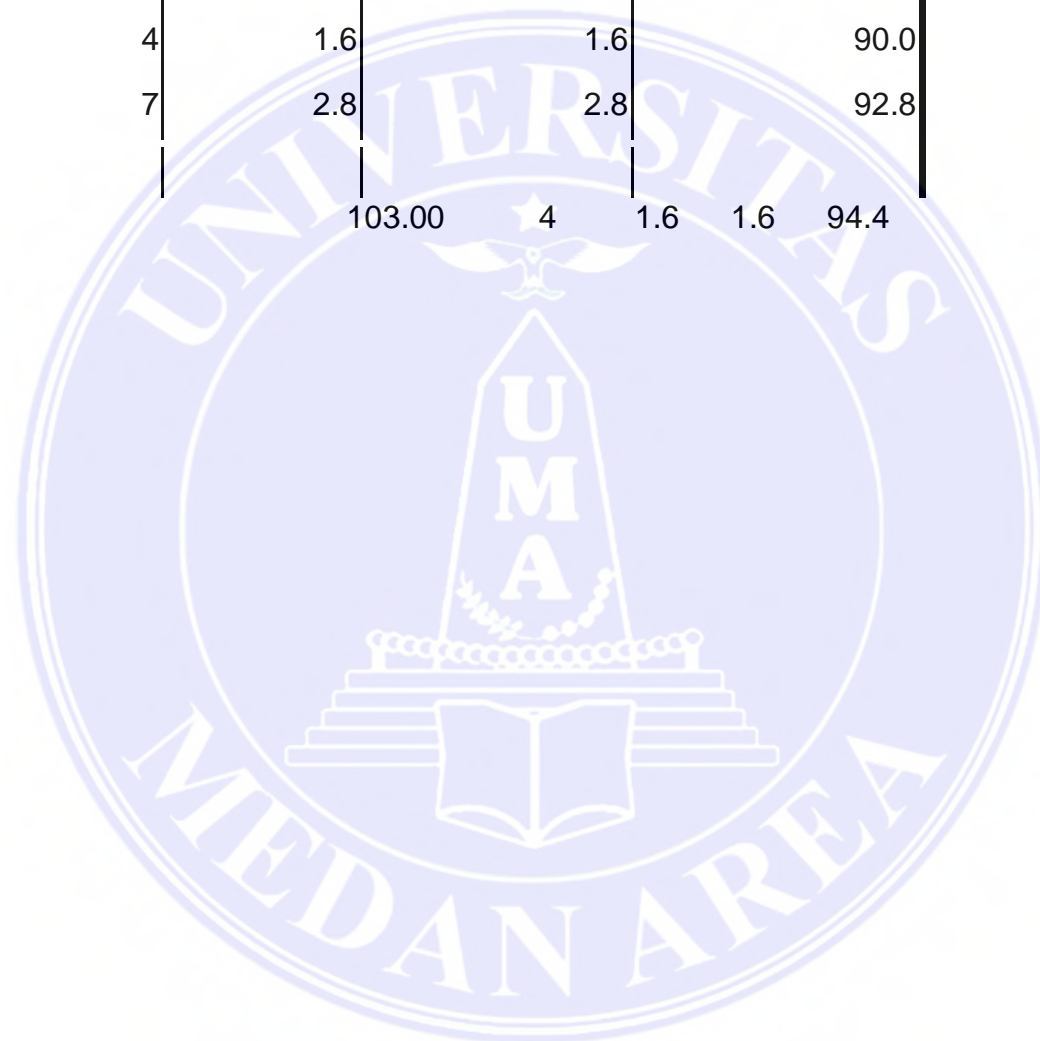
76.00	5	2.0	2.0	30.0
77.00				
	5	2.0	2.0	32.0
78.00	5	2.0	2.0	34.0
79.00				
	7	2.8	2.8	36.8
80.00	8	3.2	3.2	40.0
81.00	9	3.6	3.6	43.6
82.00	14	5.6	5.6	49.2
83.00				
	8	3.2	3.2	52.4
84.00	4	1.6	1.6	54.0
85.00	8	3.2	3.2	57.2
86.00	4	1.6	1.6	58.8
87.00				
	6	2.4	2.4	61.2
88.00	2	.8	.8	62.0
89.00	9	3.6	3.6	65.6
90.00	7	2.8	2.8	68.4
91.00				
	10	4.0	4.0	72.4
92.00	6	2.4	2.4	74.8
93.00				
	7	2.8	2.8	77.6
94.00	6	2.4	2.4	80.0
95.00	10	4.0	4.0	84.0
96.00	3	1.2	1.2	85.2

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

97.00	4	1.6	1.6	86.8		
98.00	1	.4	.4	87.2		
99.00	3	1.2	1.2	88.4		
100.00	4	1.6	1.6	90.0		
101.00	7	2.8	2.8	92.8		
		103.00	4	1.6	1.6	94.4



Total	250	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self Efficacy	250	71.0600	8.97791	53.00	93.00
Kecerdasan Emosi	250	110.2760	15.40979	79.00	154.00
Kesejahteraan Psikologis	250	83.2120	12.66272	58.00	111.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
N		250	250	250
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	71.0600	110.2760	83.2120
	Std. Deviation	8.97791	15.40979	12.66272
Most Extreme Differences	Absolute	.076	.042	.056
	Positive	.076	.042	.053
	Negative	-.044	-.030	-.056
Kolmogorov-Smirnov Z		1.204	.667	.409
Asymp. Sig. (2-tailed)		.110	.765	

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kecerdasan Emosi, Self Efficacy ^b		Enter

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.648 ^a	.420	.415	9.68673

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosi, Self Efficacy

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	16749.090	2	8374.545	89.250	.000 ^b
Residual	23176.674	247	93.833		
1 Total	39925.764	249			

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosi, Self Efficacy

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	17.196	4.999		3.440	.001
Self Efficacy	.782	.108	.554	7.252	.000
1 Kecerdasan Emosi	.095	.063	.116	1.512	.132

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Curve Fit**Model Description**

Model Name	MOD_1
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Self Efficacy
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

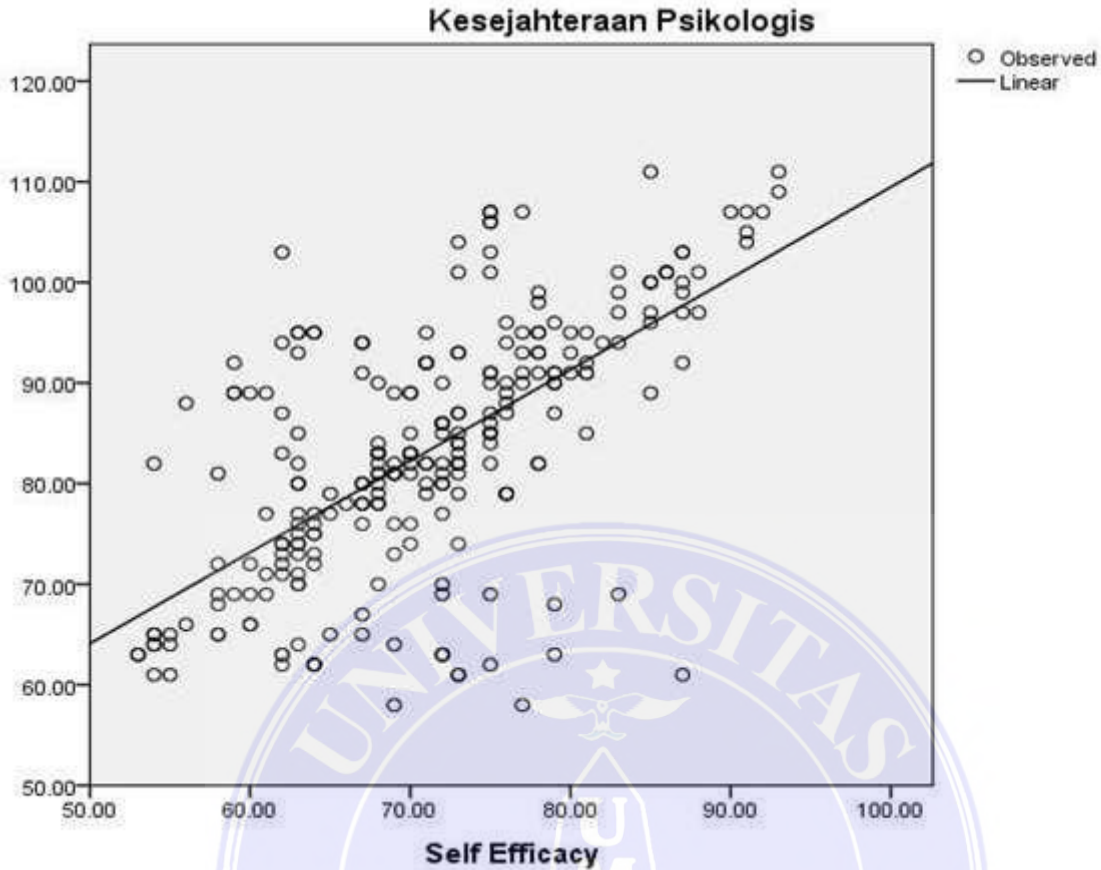
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Self Efficacy
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.414	175.306	1	248	.000	18.714	.908

The independent variable is Self Efficacy.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_2
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Kecerdasan Emosi
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Newly Created Cases | 0 |
 a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

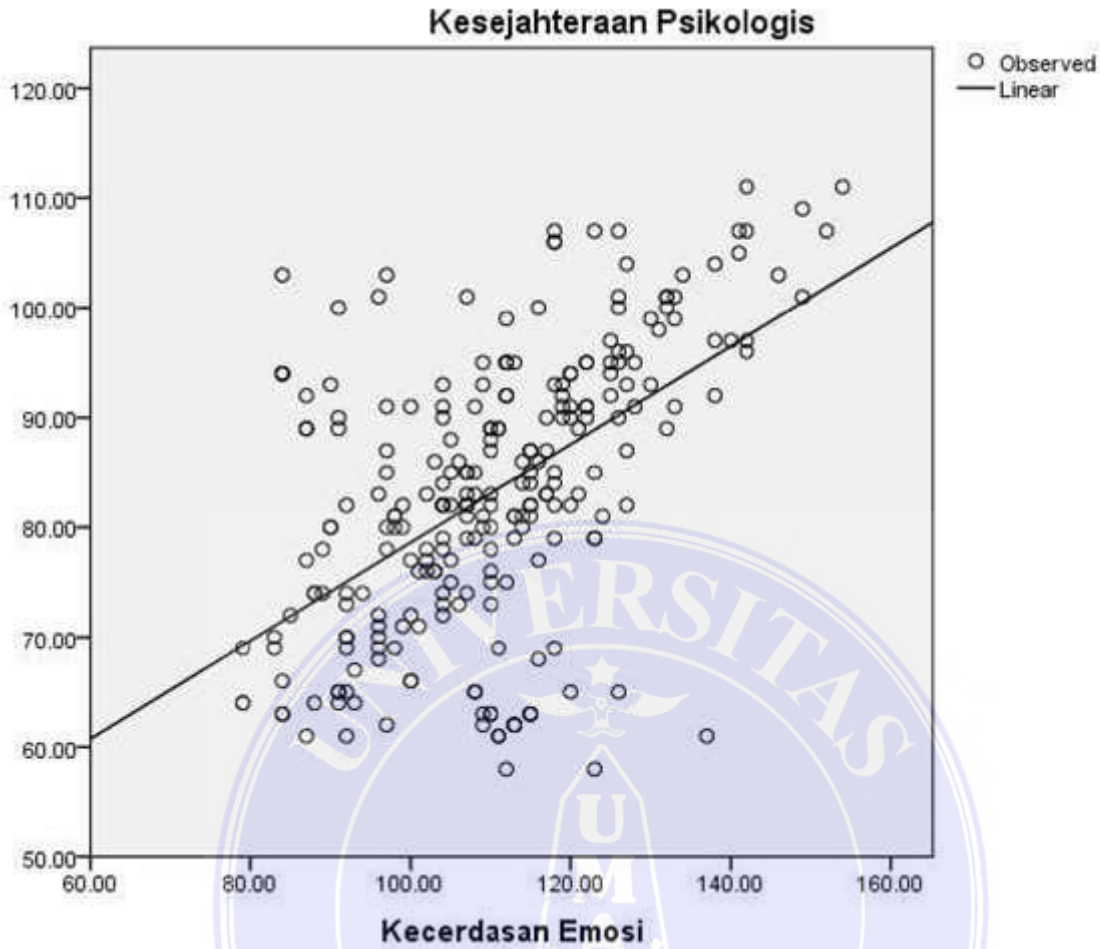
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Kecerdasan Emosi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.296	104.228	1	248	.000	33.918	.447

The independent variable is Kecerdasan Emosi.



Correlations

Correlations

		Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
Self Efficacy	Pearson Correlation	1	.773**	.644**
	Sig. (1-tailed)		.000	.000
	N	250	250	250
Kecerdasan Emosi	Pearson Correlation	.773**	1	.544**
	Sig. (1-tailed)	.000		.000
	N	250	250	250
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.644**	.544**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	
	N	250	250	250

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Strenght, Level, Generalisasi ^b		Enter

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.656 ^a	.430	.424	9.61431

a. Predictors: (Constant), Strenght, Level, Generalisasi

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	Regression	17186.753	3	5728.918	61.978	.000 ^b
	Residual	22739.011	246	92.435		
1	Total	39925.764	249			

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. Predictors: (Constant), Strenght, Level, Generalisasi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
	(Constant)	22.431	5.278		4.250	.000
	Level	.850	.216	.236	3.934	.000
1	Generalisasi	1.742	.358	.434	4.873	.000
	Strenght	.207	.254	.065	.817	.415

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_1
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Level
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

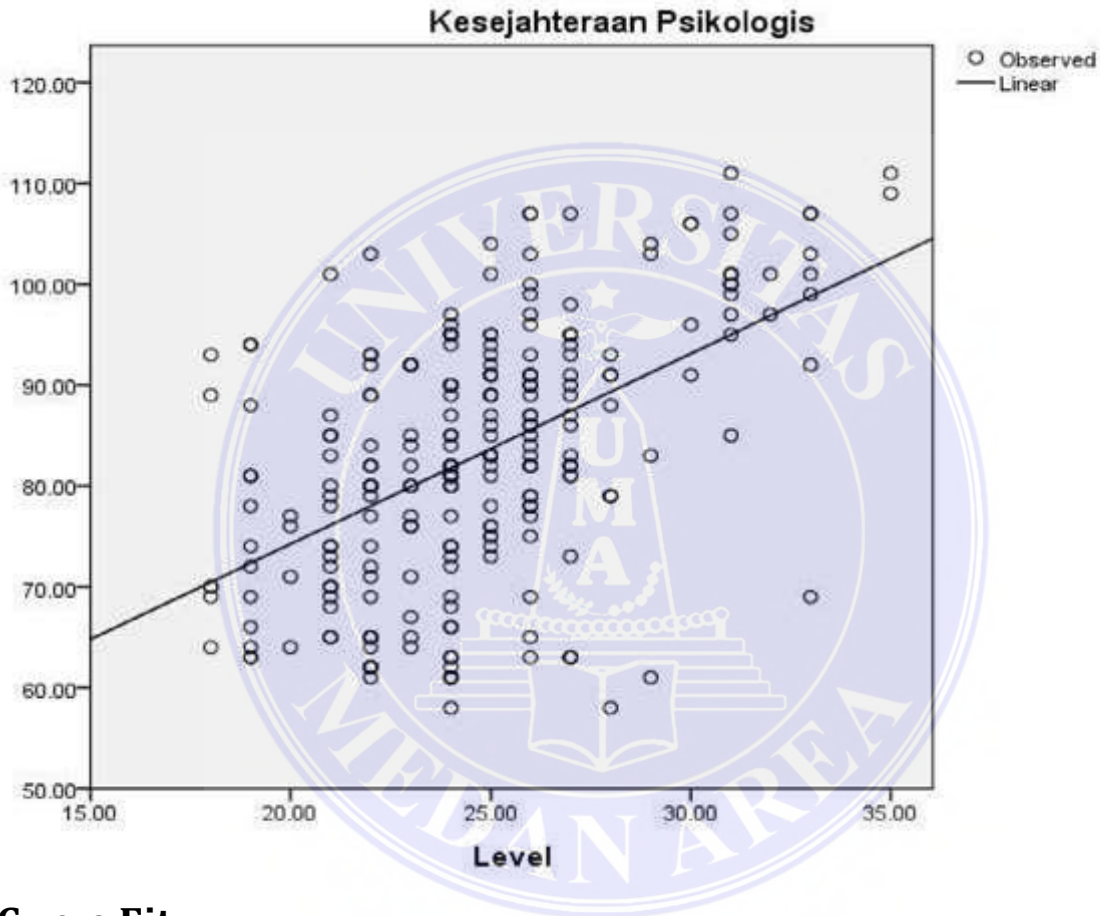
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Level
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.276	94.567	1	248	.000	36.458	1.889

The independent variable is Level.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_2
Dependent Variable	1 Kesejahteraan Psikologis
Equation	1 Linear
Independent Variable	Generalisasi
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

	N
Total Cases	250
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

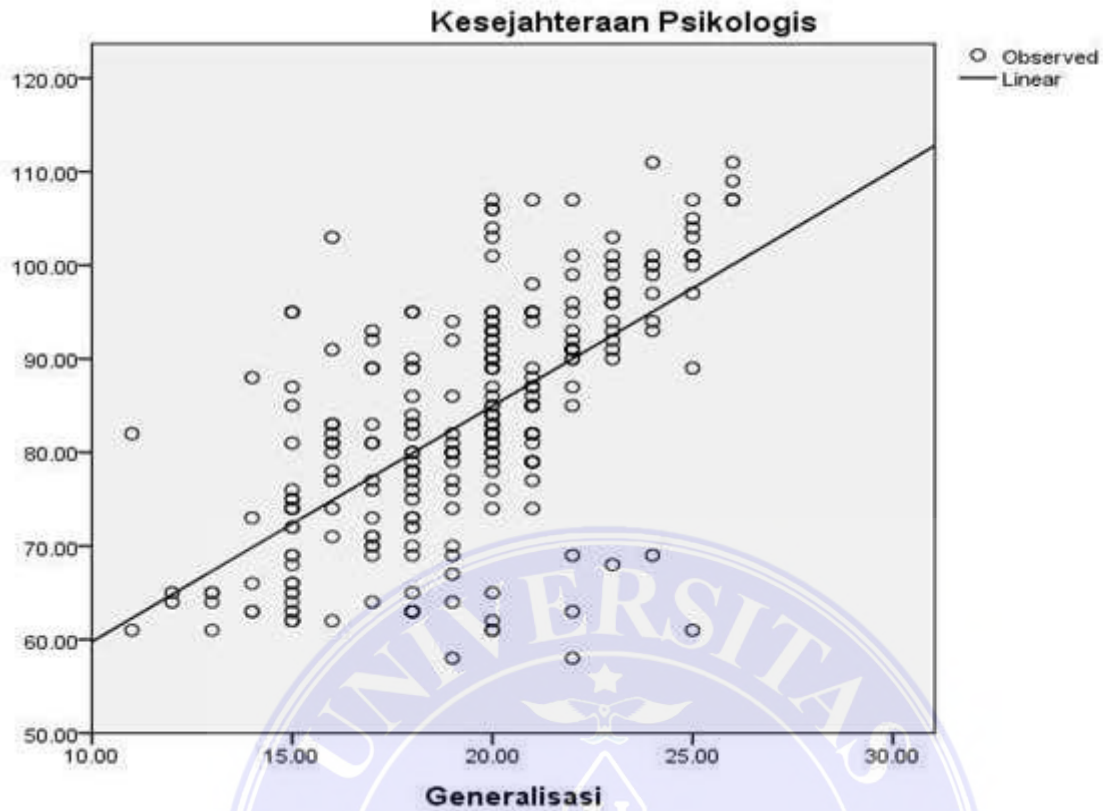
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Generalisasi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	0	0
	User-Missing	0
	System-Missing	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.394	161.081	1	248	.000	34.572	2.519

The independent variable is Generalisasi.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_3
Dependent Variable	1 Kesejahteraan Psikologis
Equation	1 Linear
Independent Variable	Strenght
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

Newly Created Cases | 0 |
 a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

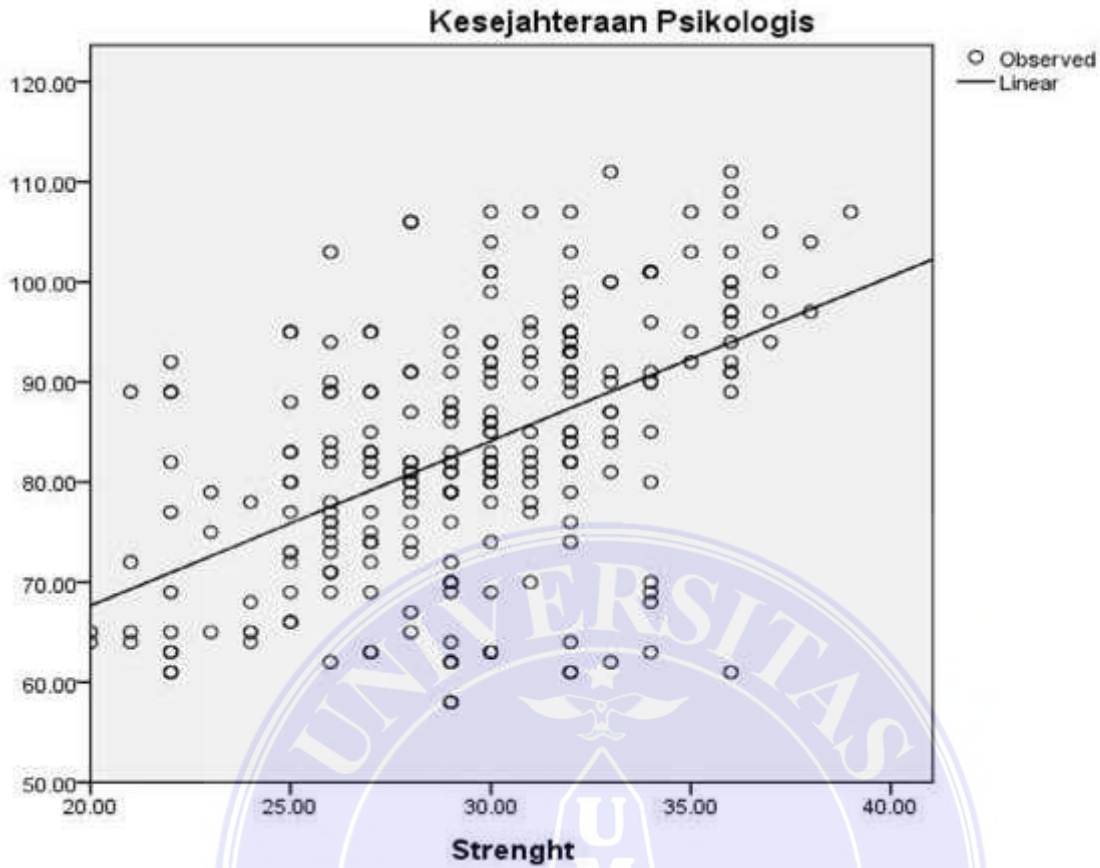
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Strenght
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.269	91.408	1	248	.000	34.766	1.644

The independent variable is Strenght.



Correlations

		Level	Generalisasi	Strenght	Kesejahteraan Psikologis
Level	Pearson Correlation	1	.598**	.452**	.525**
	Sig. (1-tailed)		.000	.000	.000
	N	250	250	250	250
Generalisasi	Pearson Correlation	.598**	1	.799**	.628**
	Sig. (1-tailed)	.000		.000	.000
	N	250	250	250	250
Strenght	Pearson Correlation	.452**	.799**	1	.519**
	Sig. (1-tailed)	.000	.000		.000
	N	250	250	250	250
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.525**	.628**	.519**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	
	N	250	250	250	250

Correlations

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian Diri, Empati ^b		. Enter

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	.358	.345	10.24860

a. Predictors: (Constant), Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian

Diri, Penguasaan Diri, Empati

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	14297.518	5	2859.504	27.225	.000 ^b
Residual	25628.246	244	105.034		
1 Total	39925.764	249			

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. Predictors: (Constant), Keterampilan Sosial, Motivasi, Pengendalian Diri, Penguasaan Diri, Empati

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	33.783	4.865		6.944	.000
	Penguasaan Diri	-.065	.332	-.021	-.197	.844
	Pengendalian Diri	.783	.257	.213	3.051	.003
	Motivasi	1.370	.290	.410	4.717	.000
	Empati	1.462	.391	.459	3.741	.000
	Keterampilan Sosial	-1.195	.443	-.330	-2.698	.007

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_4
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Penguasaan Diri
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250

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

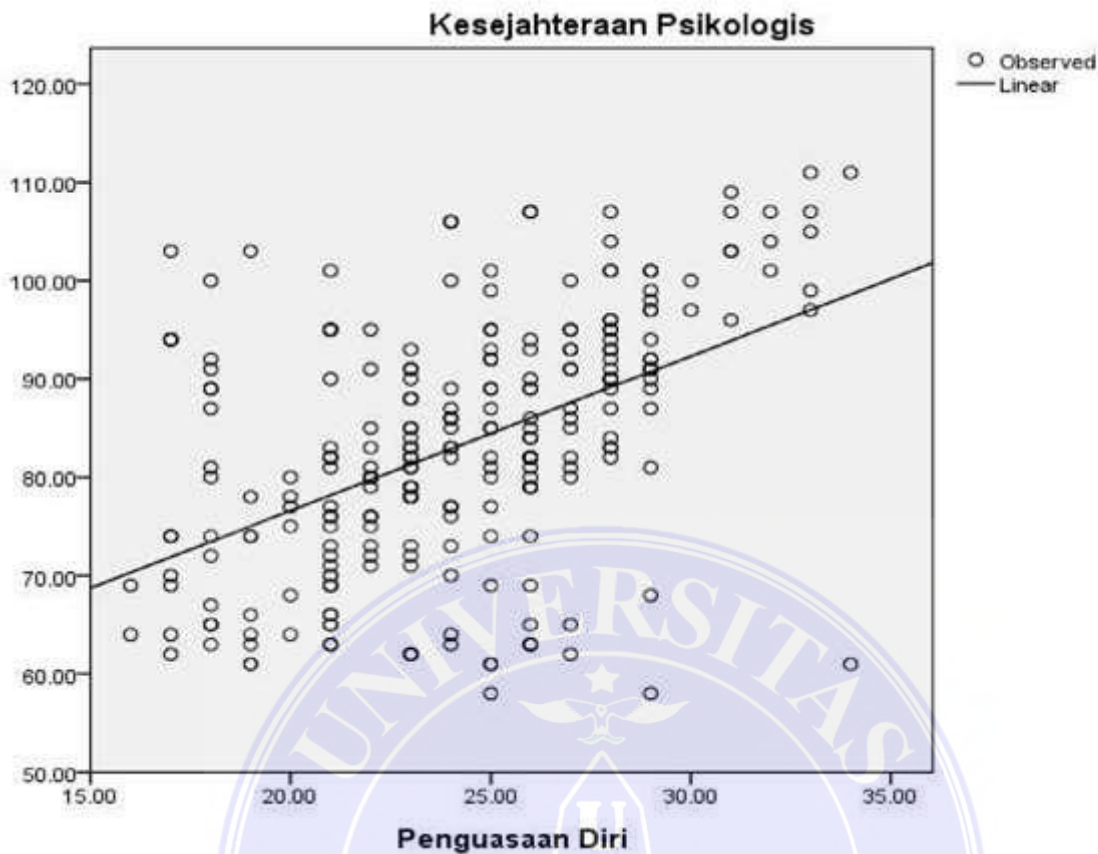
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Penguasaan Diri
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.246	81.055	1	248	.000	45.160	1.572

The independent variable is Penguasaan Diri.



Curve Fit

Model Description

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

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

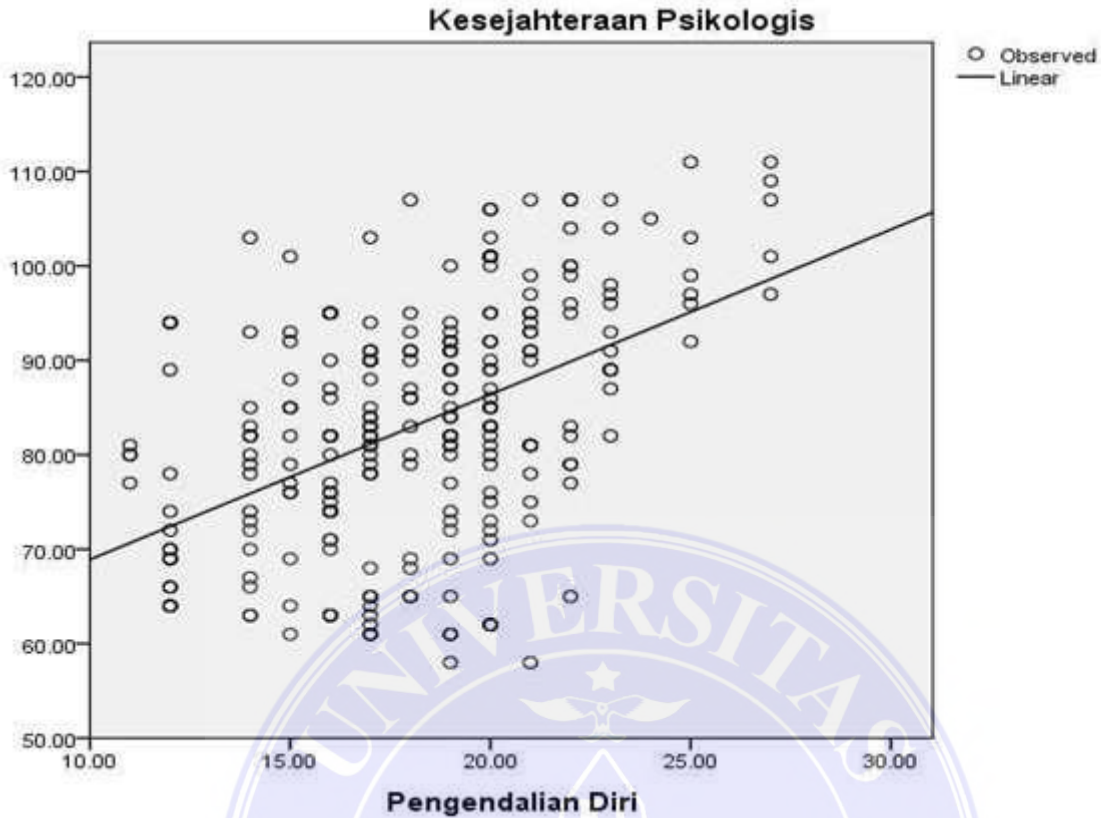
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Pengendalian Diri
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values	0	0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.225	71.910	1	248	.000	51.439	1.747

The independent variable is Pengendalian Diri.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_6
Dependent Variable	1 Kesejahteraan Psikologis
Equation	1 Linear
Independent Variable	Motivasi
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

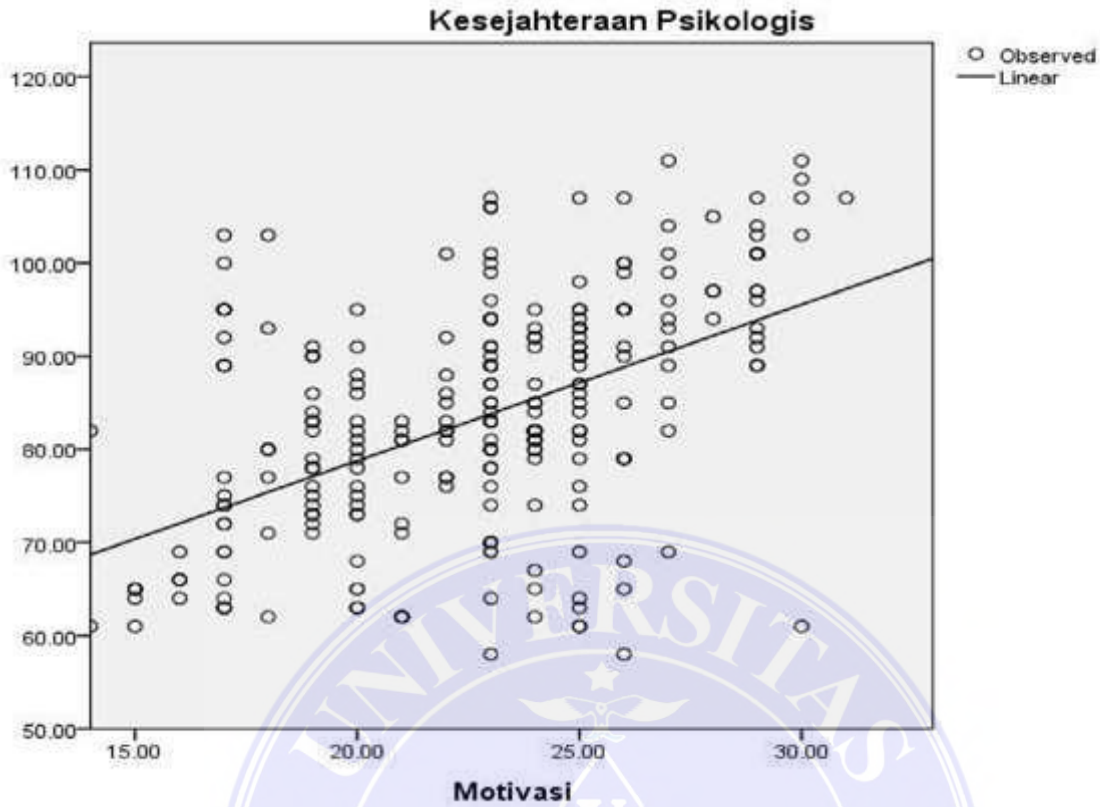
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Motivasi
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values	0	0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.253	83.917	1	248	.000	45.209	1.678

The independent variable is Motivasi.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_7
Dependent Variable	1 Kesejahteraan Psikologis
Equation	1 Linear
Independent Variable	Empati
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
Excluded Cases ^a	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

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

Variable Processing Summary

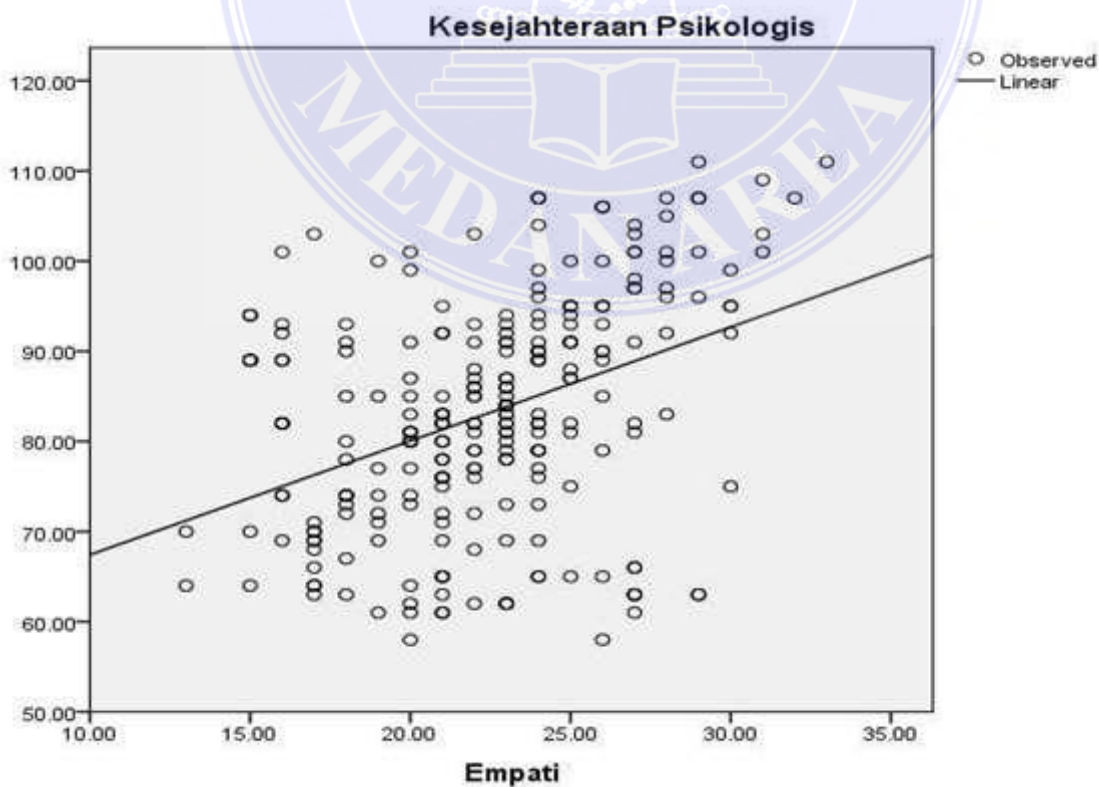
	Variables	
	Dependent Kesejahteraan Psikologis	Independent Empati
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	0	0
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.157	46.338	1	248	.000	54.788	1.263

The independent variable is Empati.



Curve Fit

Model Description

Model Name	MOD_8
Dependent Variable 1	Kesejahteraan Psikologis
Equation 1	Linear
Independent Variable	Keterampilan Sosial
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

Case Processing Summary

	N
Total Cases	250
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

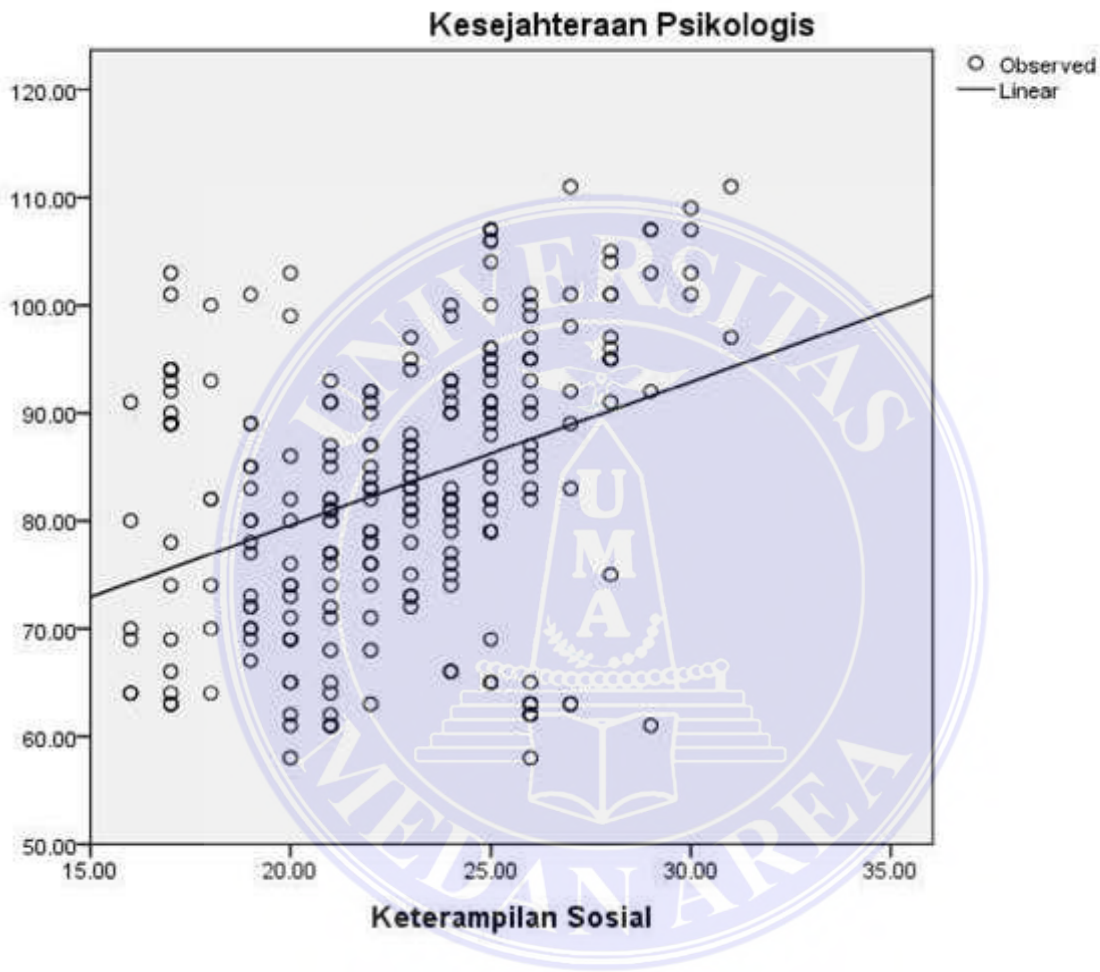
	Variables	
	Dependent	Independent
	Kesejahteraan Psikologis	Keterampilan Sosial
Number of Positive Values	250	250
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
User-Missing	0	0
Number of Missing Values		
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter

Estimates Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.135	38.601	1	248	.000	52.994	1.329

The independent variable is Keterampilan Sosial.



Correlations

		Penguasaan Diri	Pengendalian Diri	Motivasi	Empati
Penguasaan Diri	Pearson Correlation	1	.641**	.764**	.625**
	Sig. (1-tailed)		.000	.000	.000
	N	250	250	250	250
Pengendalian Diri	Pearson Correlation	.641**	1	.515**	.545**
	Sig. (1-tailed)	.000		.000	.000
	N	250	250	250	250
Motivasi	Pearson Correlation	.764**	.515**	1	.313**
	Sig. (1-tailed)	.000	.000		.000
	N	250	250	250	250
Empati	Pearson Correlation	.625**	.545**	.313**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	
	N	250	250	250	250
Keterampilan Sosial	Pearson Correlation	.667**	.568**	.440**	.891**
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.496**	.474**	.503**	.397**
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000	.000
	N	250	250	250	250

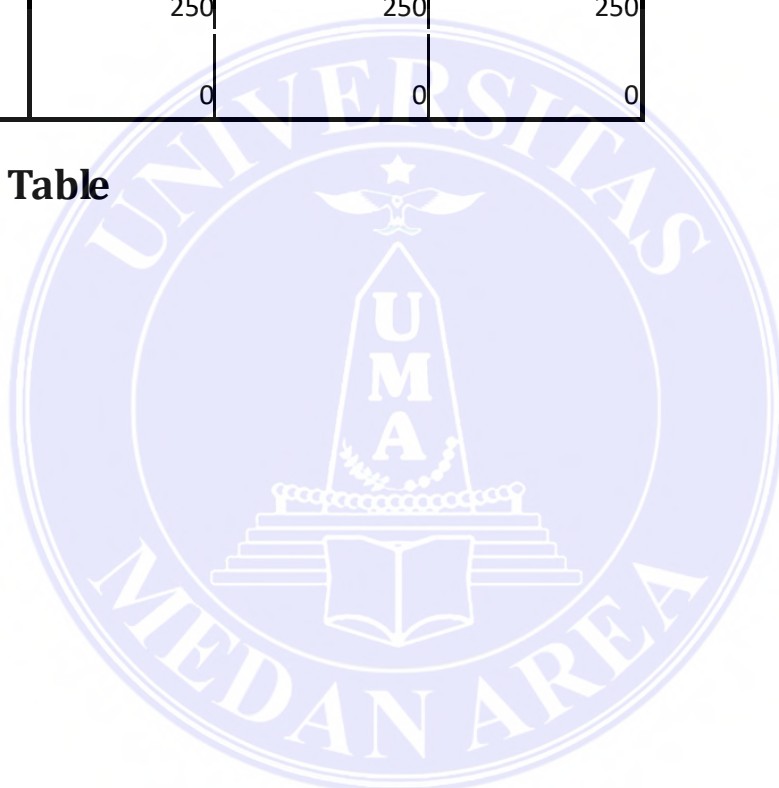
** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Frequencies

Statistics

	Self Efficacy	Kecerdasan Emosi	Kesejahteraan Psikologis
N Valid	250	250	250
Missing	0	0	0

Frequency Table



81.00	5	2.0	2.0	87.2
82.00	1	.4	.4	87.6
83.00	5	2.0	2.0	89.6
85.00	7	2.8	2.8	92.4
86.00	3	1.2	1.2	93.6
87.00	7	2.8	2.8	96.4
88.00	2	.8	.8	97.2
90.00	1	.4	.4	97.6
		1.2	1.2	98.8

UNIVERSITAS MEDAN AREA

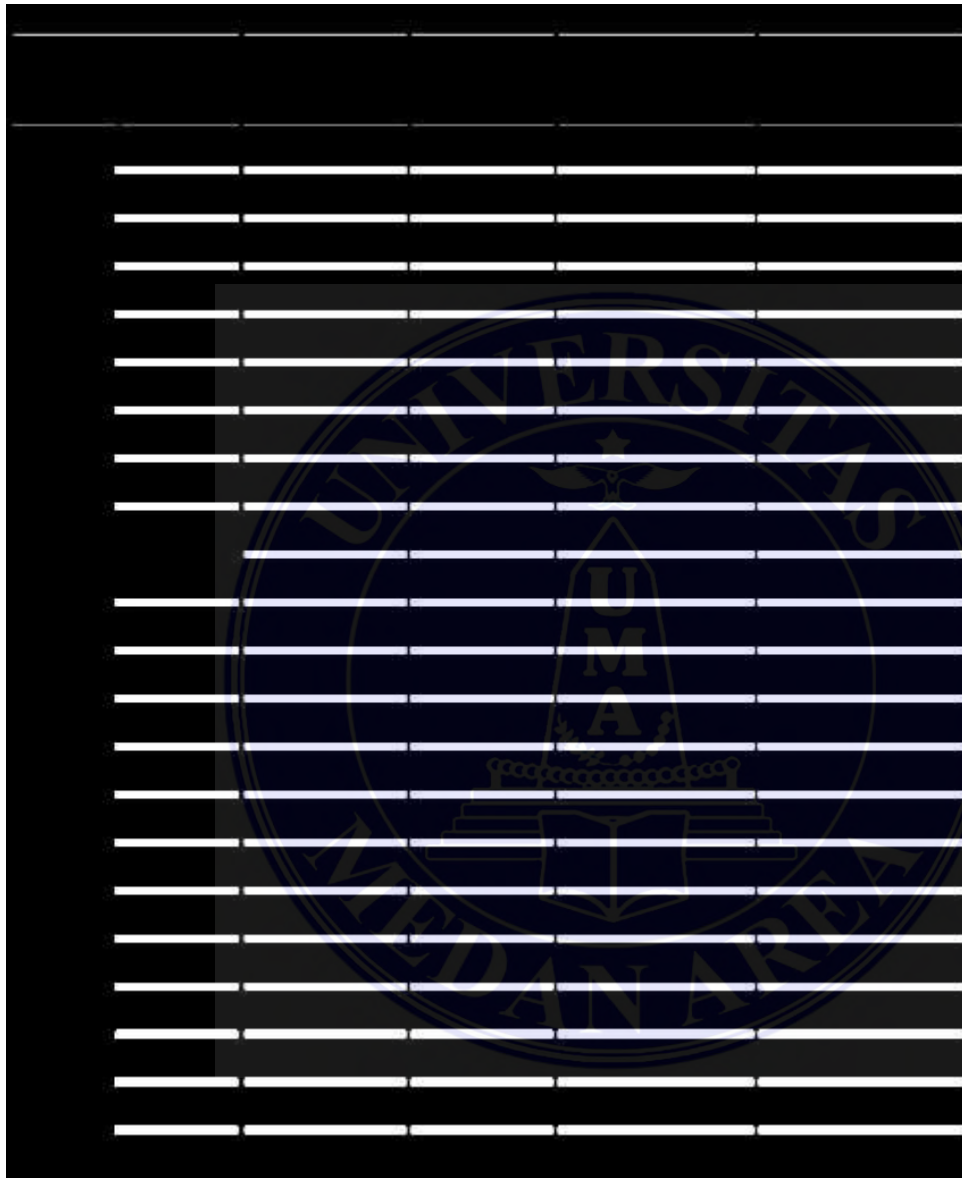
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

91.00	3	.4	.4	99.2
92.00	1	.8	.8	100.0
93.00	2			
Total	250	100.0	100.0	



106.00	2	.8	.8	38.8
107.00	9	3.6	3.6	42.4
108.00	6	2.4	2.4	44.8
109.00	6	2.4	2.4	47.2
110.00	13	5.2	5.2	52.4
111.00	5	2.0	2.0	54.4
112.00	8	3.2	3.2	57.6
113.00	7	2.8	2.8	60.4

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

114.00	4	1.6	1.6	62.0
115.00	10	4.0	4.0	66.0
116.00	4	1.6	1.6	67.6
117.00	4	1.6	1.6	69.2
118.00	9	3.6	3.6	72.8
119.00	4	1.6	1.6	74.4
120.00	6	2.4	2.4	76.8
121.00	2	.8	.8	77.6
122.00	5	2.0	2.0	79.6
123.00	5	2.0	2.0	81.6
124.00	1	.4	.4	82.0
125.00	4	1.6	1.6	83.6
126.00	7	2.8	2.8	86.4
127.00	5	2.0	2.0	88.4
128.00	2	.8	.8	89.2
130.00	2	.8	.8	90.0
131.00	1	.4	.4	90.4
132.00	4	1.6	1.6	92.0
133.00	3	1.2	1.2	93.2
134.00	1	.4	.4	93.6
137.00	1	.4	.4	94.0
138.00	3	1.2	1.2	95.2
140.00	1	.4	.4	95.6
141.00	2	.8	.8	96.4
142.00	4	1.6	1.6	98.0
146.00	1	.4	.4	98.4
149.00	2	.8	.8	99.2
152.00	1	.4	.4	99.6
154.00	1	.4	.4	100.0
Total	250	100.0	100.0	

96.00	3	1.2	1.2	85.2
97.00	4	1.6	1.6	86.8
98.00	1	.4	.4	87.2
99.00	3	1.2	1.2	88.4
100.00	4	1.6	1.6	90.0
101.00	7	2.8	2.8	92.8
103.00	4	1.6	1.6	94.4
104.00	2	.8	.8	95.2
105.00	1	.4	.4	95.6
106.00	2	.8	.8	96.4
107.00	6	2.4	2.4	98.8
109.00	1	.4	.4	99.2
111.00	2	.8	.8	100.0
Total	250	100.0	100.0	

