

**PENGARUH *SELF-EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP *SCHOOL WELL-BEING* PESERTA DIDIK
PESANTREN DI KOTA KUTACANE**

TESIS

OLEH

FITRIANI

NPM : 221804061



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

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 17/7/25

Access From (repository.uma.ac.id)17/7/25

**PENGARUH *SELF-EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP *SCHOOL WELL-BEING* PESERTA DIDIK
PESANTREN DI KOTA KUTACANE**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister

Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area



OLEH:

FITRIANI

NPM : 221804061

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well-Being*

Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane

Nama : Fitriani

NPM : 221804061

Menyetujui

Pembimbing I

(Prof. Hasanuddin, Ph.D)

Pembimbing II

(Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi)

Ketua Program Studi
Magister Psikologi



(Dr. Suryani Hardjo, M.A, Psikolog)

Direktur



(Prof. Dr. Irfan Kuswardani, MS)

Tanggal Lulus : 21 Maret 2025

HALAMAN PENGESAHAN

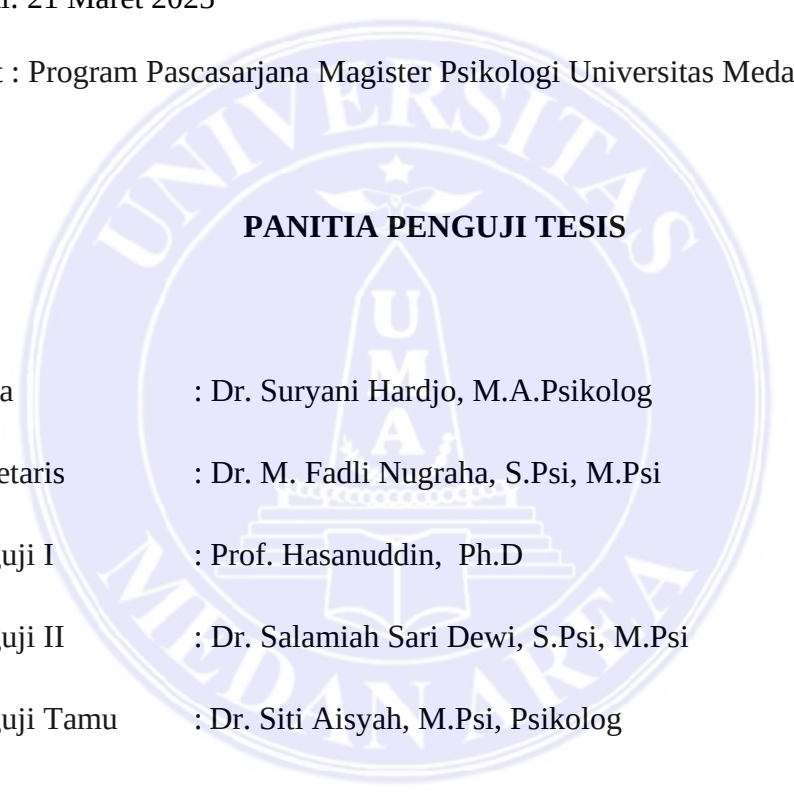
**Tesis ini dipertahankan di depan Panitia Penguji Tesis Program
Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area**

Hari : Jumat

Tanggal: 21 Maret 2025

Tempat : Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area

PANITIA PENGUJI TESIS

- 
1. Ketua : Dr. Suryani Hardjo, M.A.Psikolog
 2. Sekretaris : Dr. M. Fadli Nugraha, S.Psi, M.Psi
 3. Penguji I : Prof. Hasanuddin, Ph.D
 4. Penguji II : Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi
 5. Penguji Tamu : Dr. Siti Aisyah, M.Psi, Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

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



Medan, 21 Maret 2025

Fitriani

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fitriani

NPM : 221804061

Program Studi : Magister Psikologi

Jenis karya : Tesis

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Pengaruh *Self-efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *School Well-being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan

Pada tanggal 21 Maret 2025

Yang menyatakan



Fitriani

ABSTRAK

FITRIANI. Pengaruh *Self-Efficacy* Dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well-Being* Peserta Didik Pesantren Di Kota Kutacane. Magister Psikologi Program Pascasarjana. Universitas Medan Area. 2025.

Untuk mengetahui Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well-Being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane. Metode penelitian menggunakan kuantitatif non eksperimen. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 300 siswa, dengan menggunakan Teknik *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan ialah teknik analisis regresi berganda dengan asumsi klasik terpenuhi. Hasil pengujian hipotesis pertama dinyatakan diterima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi di bawah dari 0.050 dengan besaran regresi 15,4%. Artinya ada pengaruh yang signifikan self efficacy terhadap school well being. Hasil pengujian hipotesis kedua dinyatakan menerima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi di bawah dari 0.050 dengan besaran regresi 0,3%. Artinya terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap school well being. Sedangkan hasil pengujian hipotesis ketiga dinyatakan menerima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi kurang dari 0.050 dengan besaran regresi 16,2%. Dengan ini, secara bersama *self efficacy* dan dukungan sosial dapat mempengaruhi *school well-being*.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, Dukungan Sosial, *School Well-Being*

ABSTRACT

FITRIANI. The Effect of Self-Efficacy and Social Support on School Well-Being of Islamic Boarding School Learners in Kutacane City. Master of Psychology Postgraduate Program. University of Medan Area. 2025.

To determine the influence of Self Efficacy and Social Support on School Well-Being of Islamic Boarding School Learners in Kutacane City. The research method uses non-experimental quantitative. The population in this study were 300 students, using the total sampling technique. The data analysis technique used is multiple regression analysis techniques with classical assumptions met. The results of testing the first hypothesis stated that the alternative hypothesis was accepted because the significance value was below 0.050 with a regression amount of 15.4%. This means that there is a significant effect of self efficacy on school well being. The results of testing the second hypothesis stated that the alternative hypothesis was accepted because the significance value was below 0.050 with a regression magnitude of 0.3%. This means that there is an influence of social support on school well being. While the results of testing the third hypothesis stated to accept the alternative hypothesis because the significance value is less than 0.050 with a regression magnitude of 16.2%. With this, together self efficacy and social support can affect school well-being.

Keywords: Self Efficacy, Social Support, School Well-Being

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT dan juga berkah, rahmat serta hidayah-Nya yang senantiasa diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Pengaruh *Self-efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *School Well-being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane” sebagai syarat dalam menyelesaikan Program Magister (S2) dalam Program Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini tidak akan selesai dengan baik tanpa adanya dukungan dari beberapa pihak, baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada:

1. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc, selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Prof. Dr. Ir Retna Astuti Kuswardani., MS, selaku Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.
3. Dr. Suryani Hardjo, M.A.Psikolog, selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area.
4. Prof. Hasanuddin, Ph.D, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi selama pengerjaan penelitian ini.
5. Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing II yang selalu memotivasi peneliti, penuh kesabaran dalam mengarahkan dan memberikan saran serta kritik yang sangat berarti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
6. Pimpinan Pesantren di Kota Kutacane yang telah memberikan izin dan menerima peneliti dengan baik untuk melaksanakan penelitian.
7. Para santri dan santriwati pesantren di kota Kutacane yang telah membantu dan bersedia dengan ikhlas menjadi sampel dalam penelitian ini.

8. Seluruh dosen Program Pasca Sarjana Magister Psikologi yang telah memberikan ilmu dan bimbingan sehingga peneliti mampu mendalami ilmu psikologi.
9. Kepada suami, anak, dan seluruh keluarga yang selalu memotivasi dan mendukung dengan penuh semangat dan do'a yang baik dari awal perkuliahan hingga selesainya pengerjaan tesis ini.
10. Teman-teman seperjuangan angkatan 2022 yang banyak memotivasi dan memberikan dukungan kepada peneliti.

Penelitian ini sudah peneliti kerjakan sesuai kemampuan peneliti, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, peneliti membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan pembaca demi penyempurnaan dalam upaya menambah khasanah pengatutan dan bobot dari tesis ini. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan maupun bagi dunia usaha. Peneliti memohon maaf atas semua kesalahan yang pernah dilakukan. Semoga tesis ini memberikan manfaat dan mendorong penelitian-penelitian berikutnya.

Medan, 21 Maret 2025

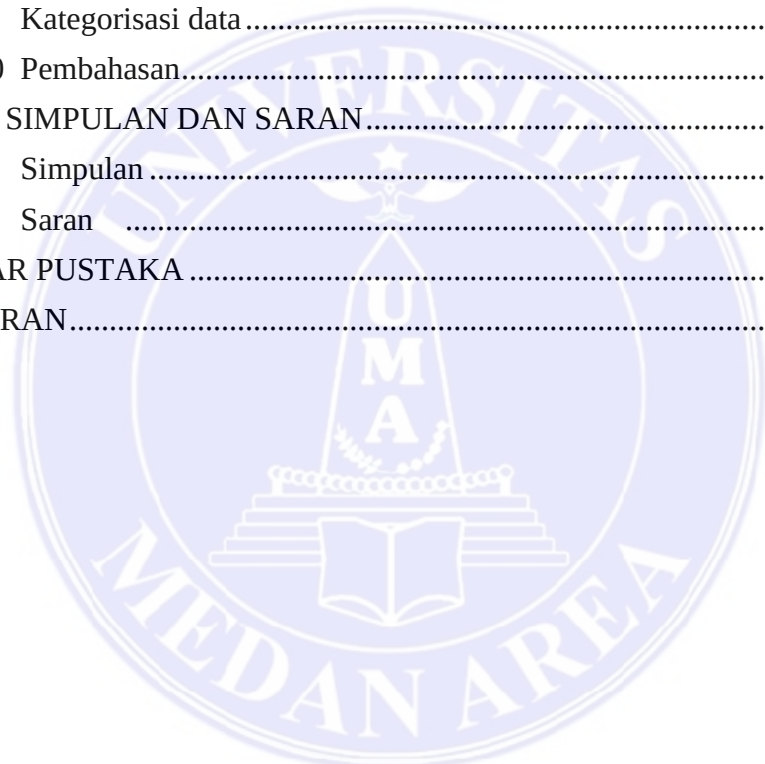
Peneliti

Fitriani

DAFTAR ISI

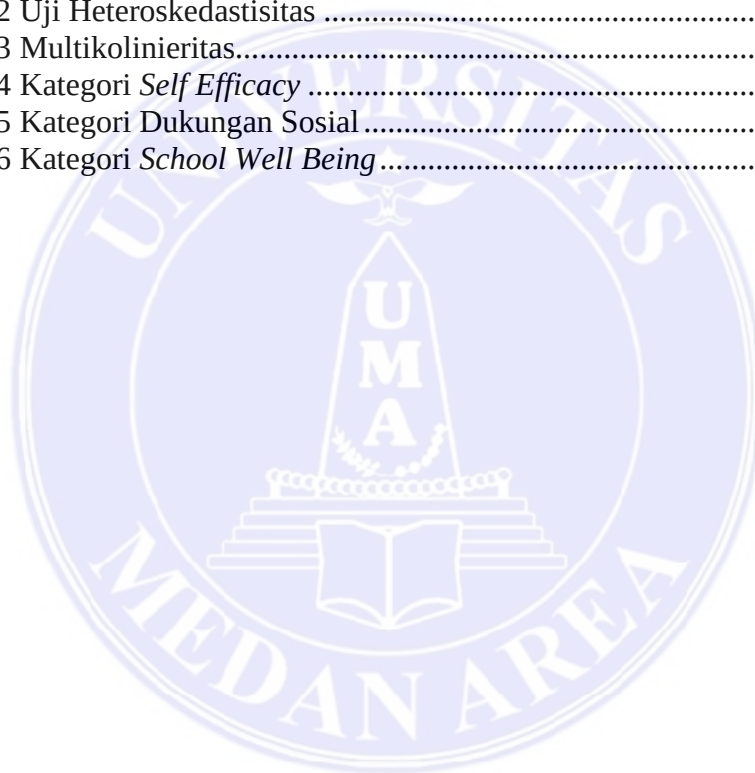
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Hipotesis	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Manfaat Penelitian	10
BAB II KERANGKA TEORI.....	11
2.1 School Well Being	11
2.2 Self-Efficacy	18
2.3 Dukungan Sosial	24
2.4 Pengaruh Self-Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap School Well Being	30
2.5 Pengaruh Self-Efficacy dengan School Well Being	32
2.6 Pengaruh Dukungan Sosial dengan School Well Being	34
2.7 Kerangka konseptual.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1. Tempat Dan Waktu Penelitian	37
3.2. Metode Pengumpulan Data	37
3.3. Metode penelitian.....	39
3.4. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
3.5. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
3.6. Teknik Pengambilan Sampel	41
3.7. Populasi dan Sampel	42
3.8. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	42
3.9. Prosedur Penelitian	44

3.10. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
4.1 Orientasi Kancan Penelitian.....	46
4.2 Validitas dan Reliabilitas	46
4.3 Normalitas.....	50
4.4 Heteroskedastisitas.....	51
4.5 Multikolinieritas.....	52
4.6 Hipotesis Pertama	52
4.7 Hipotesis Kedua	52
4.8 Hipotesis Ketiga.....	53
4.9 Kategorisasi data	53
4.10 Pembahasan.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Simpulan	62
5.2 Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	70



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rancangan Alat Ukur <i>Self Efficacy</i>	39
Tabel 2 Rancangan Alat Ukur Dukungan Sosial	40
Tabel 3 Rancangan Alat Ukur <i>School Well Being</i>	40
Tabel 4 Populasi	43
Tabel 5 Faktor <i>Loadings Self Efficacy</i>	48
Tabel 6 Reliabilitas <i>Self Efficacy</i>	49
Tabel 7 Faktor <i>Loadings Dukungan Sosial</i>	49
Tabel 8 Reliabilitas Dukungan Sosial	50
Tabel 9 Faktor <i>Loadings School Well Being</i>	50
Tabel 10 Reliabilitas <i>School Well Being</i>	51
Tabel 11 Uji Normalitas	51
Tabel 12 Uji Heteroskedastisitas	52
Tabel 13 Multikolinieritas	53
Tabel 14 Kategori <i>Self Efficacy</i>	54
Tabel 15 Kategori Dukungan Sosial	55
Tabel 16 Kategori <i>School Well Being</i>	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konseptual.....	37
----------	--------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Penelitian	71
Lampiran 2 Hasil Analisis Data	76
Lampiran 3 Surat Penelitian.....	89



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki kebutuhan untuk meningkatkan kemampuannya berupa pengetahuan, keterampilan dan sikap yang sangat diperlukan untuk memecahkan persoalan yang dihadapi dengan tujuan mencapai kesejahteraan hidupnya melalui proses pendidikan. Lingkungan sekolah memiliki tanggung jawab penting menjadi 'institusi positif' untuk mengupayakan pemenuhan kebutuhan tersebut. Sebagai lembaga pendidikan, sekolah berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Faturochman et al., 2012).

Santrock (2011) menjelaskan bahwa peran sekolah sebagai sarana belajar siswa pada aspek peningkatan kemampuan akademis dan sosial juga dalam aspek kesehatan, kesejahteraan dan perkembangan siswa. Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat menuntut ilmu saja, tetapi juga sebagai tempat pendidikan moral, karakter, pengembangan potensi siswa sebagai SDM yang berkualitas. Lanjutnya, dikatakan bahwa sekolah menjadi pelopor dalam pembinaan dan pengembangan Sumber daya manusia yang terintegrasi guna memenuhi (1) kebutuhan warga masyarakat yang berorientasi ideal atas pendidikan, melalui penciptaan lingkungan yang kondusif bagi tumbuhnya spirit akademik yang dinamis, serta dapat menjadi

wahana sosialisasi nilai-nilai, norma, dan sikap mandiri, dan (2) kebutuhan masyarakat yang berorientasi pragmatis melalui kesiapan mendidik manusia yang dapat terserap oleh dunia usaha sesuai spesifikasinya masing-masing.

Kesejahteraan siswa di sekolah atau biasa yang disebut dengan istilah *school well being* merupakan hal terpenting yang akan mempengaruhi proses studi siswa, dengan ini dapat membantu siswa dalam mencapai kesuksesan yang akan mendatang. Pengalaman di lingkungan sekolah yang kurang menyenangkan akan menjadi sumber stres dan bisa mengurangi kualitas hidup pada siswa. Dengan itu, penting bagi siswa memiliki kesejahteraan yang baik agar dapat mendukung proses pembelajaran secara optimal, penting untuk memperhatikan kesehatan mental siswa. Tuntutan belajar yang tinggi sering kali berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka (Utami et al., 2024).

School well being merupakan faktor penting yang berperan dalam mendukung perkembangan hidup yang lebih positif. Hal ini berkaitan dengan fungsi sosialnya yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan interpersonal di kalangan remaja di lingkungan sekolah (Anggreni & Immanuel, 2020). Namun dalam praktiknya, *school well being* bukan hanya difokuskan pada pemenuhan kesejahteraan siswa semata, tetapi juga mencakup pencapaian prestasi, pengembangan potensi masa depan, serta peningkatan kemampuan fisik dan mental siswa (Yuniawati & Tarnoto, 2019).

School well-being adalah suatu kondisi atau situasi ketika orang dapat memenuhi kebutuhan dasarnya di lingkungan pendidikan baik itu sekolah maupun perguruan tinggi, yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar. Hal ini menunjukkan bahwa *school well-being* adalah penilaian diri individu yang

berkaitan dengan keadaan lingkungan sekolah atau perguruan tinggi untuk memenuhi kebutuhan dasar (Kartasasmita, 2017).

School well-being merupakan sudut pandang siswa dapat menjadi terobosan pengembangan evaluasi sekolah karena siswa adalah konsumen dalam pelayanan pendidikan yang terdiri dari empat aspek yaitu *having* (kondisi sekolah), *loving* (hubungan sosial), *being* (pemenuhan diri), dan *health* (kesehatan). Konsep tersebut memiliki harapan bahwa kesejahteraan sekolah siswa/siswi adalah sangat penting (Lathifah et al., 2021).

Sari dan Schlechter (2020) berpendapat bahwa penting bagi sekolah untuk menjadi institusi positif yang dengan sengaja berusaha untuk menumbuhkan kesejahteraan siswa saat ini, mengingat bahwa para siswa ini adalah generasi penerus yang akan terus membentuk masyarakat, sehingga dituntut sekolah yang mampu menciptakan perubahan yang positif menjadi sekolah sejahtera dengan merancang untuk mendorong warganya, kebijakan-kebijakan dan keputusan demi kesejahteraan siswa di sekolah.

Chan et al., (2015) menjelaskan bahwa tugas sekolah dan manajemen waktu sebagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mereka di sekolah, kekhawatiran siswa tentang berapa banyak waktu dan usaha yang dituntut dari mereka. Siswa yang mengharapkan keberhasilan dalam hidup bekerja lebih keras untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Sebaliknya, siswa yang mengira dirinya akan gagal cenderung mengabaikan target yang mereka inginkan. Jika mereka tidak menyadari hal ini, maka siswa tersebut akan menyia-nyiakan waktunya dan mengakibatkan ketidakpuasan pada kehidupan. Membentuk hubungan yang baik dengan sesama teman juga merupakan komponen yang sangat penting dalam

meraih kepuasan di lingkungan sekolah. Lanjutnya, siswa yang puas dengan tugas sekolahnya, yang memiliki hubungan baik dengan teman sekolah, yang mengatur waktu dengan baik, memiliki reputasi di sekolah dan lingkungan sekolah, akan merasakan kesejahteraan.

Konu dan Rimpela (2002) mengembangkan model *school well being* dengan melihat kesejahteraan dari sudut pandang siswa yaitu perasaan siswa dalam menilai kelayakan sekolah mereka sebagai lingkungan belajar yang mampu memberikan dukungan, rasa aman, dan nyaman. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school well-being*, yaitu *self efficacy*, *optimism*, dan *social support* (Keyes et al., 2002).

Hal ini yang mendasari peneliti ingin meneliti *self efficacy* yang berpengaruh terhadap *school well being*. *Self-efficacy* juga sebagai mediator yang mempunyai pengaruh yang cukup besar kepada siswa untuk menentukan dalam memilih minat yang diinginkan, baik dalam bidang akademis maupun yang bukan akademis. Bila siswa merasa mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam hal memutuskan untuk memilih sesuatu, maka biasanya siswa akan mampu memutuskan terhadap segera. Siswa yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi, maka akan berusaha terhadap keras untuk menyelesaikan kesulitan yang dihadapi dan berusaha untuk bertahan dalam menyelesaikan suatu tugas, namun sebaliknya remaja yang *self-efficacy* yang rendah, ketika mendapatkan tugas dan merasa mengalami suatu kesulitan, maka ia akan mudah merasa terganggu dan akan terhadap mudah menyerah untuk menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya.

Self efficacy merupakan penilaian diri apakah diri sendiri mampu melakukan sesuatu dengan baik atau buruk, benar atau salah, bisa atau tidak bisa melakukan melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dibutuhkan (Alwisol, 2018). *Self efficacy* adalah keyakinan akan kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu. Sehingga dapat mencapai suatu hasil sesuai dengan yang diharapkan. Diantara efek dari *self efficacy* adalah bentuk evaluasi diri yang berkaitan dengan persepsi seseorang terhadap kompetensi dan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu. *Self efficacy* diartikan juga sebagai evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. *Self efficacy* merupakan sebuah konsep untuk mengkategorikan bagian-bagian dari teori yang lebih luas tentang semangat dan cara berpikir. *Self efficacy* berupa penilaian terhadap konten spesifik kompetensi dalam pembentukan khusus yang meliputi kemampuan untuk melakukan sesuatu dalam situasi yang berbeda (Adiputra, 2015).

Seperti yang dikatakan oleh Santrock (2011) bahwa salah satu yang mempengaruhi keyakinan siswa adalah orang tua. Seberapa yakin orang tua terhadap siswa membuat siswa memiliki *self-efficacy* yang berbeda-beda. Pada siswa *self-efficacy* sudah muncul pada usia 11 tahun. Kepercayaan akan kemampuan diri sendiri (yang biasa disebut *self-efficacy*) dipengaruhi oleh banyak hal antara lain yaitu adanya pengaruh kepercayaan dari orang tua, status sosial ekonomi, pengaruh teman dan prestasi yang diperoleh. Orang tua yang mempercayai kemampuan yang dipunyai oleh siswa, akan mempengaruhi kesuksesan siswa.

Widyaningsih dan Budiningsih (2016) menyatakan bahwa tujuan orientasi seseorang sangat dipengaruhi oleh *self-efficacy*. *Self-efficacy* juga mempengaruhi ketekunan remaja dalam menyelesaikan masalahnya. Masalah-masalah yang terjadi dikalangan remaja ketika berada di sekolah berorientasi pada prestasi yang ingin dicapai oleh remaja, seperti menginginkan nilai yang terbaik dibandingkan terhadap teman-temannya, remaja mengharapkan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan, dan masih banyak lagi. Menurut Septhiani (2022) siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi adalah siswa yang percaya bahwa dia dapat menguasai tugas-tugas dan meregulasikan cara belajarnya sendiri. Hal tersebut dikarenakan siswa tersebut akan selalu merasa mampu dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

Permasalahan *self-efficacy* pada siswa juga ditunjukkan terhadap banyaknya siswa yang tidak nyaman dalam belajar, yang akhirnya siswa kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Selama menjalani kehidupannya, siswa tidak memiliki arah dan target yang jelas melainkan hanya mengalir dalam kegiatan-kegiatannya. Siswa juga kurang mampu mengatur atau mengendalikan pengaruh dari luar sehingga siswa mudah terpengaruh oleh teman-temannya.

Selain *self efficacy*, dukungan sosial juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *school well being*. Seperti yang dikatakan oleh Mufidha (2021) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *scholl well being* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungannya, seperti dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang, dapat membuat remaja merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain.

Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat berbagai sumber, diantaranya, keluarga, teman, maupun organisasi sosial. Individu yang menerima dukungan sosial akan merasa diterima dan dihargai secara positif. Hal ini mendorong individu untuk membangun sikap positif terhadap dirinya sendiri, lebih mampu menerima dan menghargai diri, serta mengoptimalkan potensi yang dimilikinya (Riansyah, 2024).

Dukungan sosial juga bentuk keterlibatan individu dengan lingkungannya, yang menciptakan dorongan dan dukungan yang memberikan rasa nyaman, dihargai, dan dipedulikan oleh orang-orang di sekitarnya. Khususnya, dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis (Satria & Kurniawati, 2024). Dukungan sosial memainkan peran krusial dalam meningkatkan *school well-being* siswa. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa persepsi siswa terhadap dukungan sosial, baik dari teman sebaya maupun guru, berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan subjektif mereka di lingkungan sekolah (Thohiroh et al., 2019).

Kombinasi antara efikasi diri yang tinggi dan dukungan sosial yang memadai dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif. Siswa yang percaya pada kemampuannya dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya akan lebih mudah beradaptasi, memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan mampu mengatasi stres akademik. Hal ini secara keseluruhan meningkatkan kesejahteraan mereka di sekolah (Rahman, 2019).

Dengan demikian, penting bagi sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, di mana siswa merasa mendapatkan dukungan sosial yang

memadai. Hal ini dapat dilakukan melalui interaksi positif antara siswa dan guru, serta mendorong hubungan yang harmonis antar siswa. Upaya ini akan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan sekolah dan prestasi akademik siswa. Terutama bagi sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran Pesantren.

Pesantren selain bertujuan sebagai salah satu upaya pembentukan akidah dan akhlak siswa dan menanamkan nilai-nilai positif. Pesantren merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktifitas anak banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah. Konsep dasar dari Pesantren adalah *Integrated Curriculum dan Integrated Activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik (Sahari, 2018).

Lanjutnya, Sahari juga menjelaskan bahwa pendidikan merupakan penerapan dari psikologi yang tidak boleh salah satu fungsi saja dari kejiwaan anak, misalnya, fungsi fikir saja, atau fungsi rasa saja, karena akan berakibat pada perkembangan psikologis yang tidak seimbang. Fenomena diketahui pada kondisi fisik sekolah yang belum memenuhi kebutuhan beberapa siswa, seperti sarana olah raga yang belum terpenuhi maksimal. Pada sisi yang lain, hubungan kelompok siswa belum benar-benar akrab karena masih memiliki kelompok pertemanan masing-masing dan kurang berbaur. Kemudian sarana untuk menunjang kreativitas siswa juga terbatas, sehingga tidak semua siswa dapat menggunakan sarana yang telah disediakan. Sedangkan pada kesehatan juga masih butuh pendampingan karena masa remaja yang cenderung mengabaikan kesehatan sendiri maupun lingkungan. Keadaan ini yang mendorong peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian dengan judul Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *School well Being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane.

1.2 Rumusan Masalah

- 1.2.1. Apakah ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacane?
- 1.2.2. Apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacane?
- 1.2.3. Apakah ada pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well being* peserta didik pesantren di Kota kutacane?

1.3 Hipotesis

- 1.3.1 Ada ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacanne dengan asumsi semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi juga *school well-being*.
- 1.3.2 Ada pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacanne dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga *school well-being*.
- 1.3.3 Ada pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well being* peserta didik pesantren di Kota kutacanne dengan asumsi semakin tinggi *self-efficacy* dan dukungan sosial maka semakin tinggi juga *school well-being*.

1.4 Tujuan Penelitian

- 1.4.1 Untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacanne

1.4.2 Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being* peserta didik pesantren di Kota Kutacanne.

1.4.3 Untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well being* peserta didik pesantren di Kota kutacanne.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah kajian bagi dunia pendidikan dan memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang ilmu psikologi, khususnya ilmu psikologi pendidikan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan serta memperluas pengetahuan. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya dan menjadi masukan bagi pembaca mengenai *self-efficacy*, dukungan sosial dan *school well-being*. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi terkini bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian diharapkan dapat memberikan dan berkontribusi pada manajemen sekolah yang lebih baik. Pertama, hasil ini dapat digunakan oleh pembuat kebijakan sekolah untuk mengetahui faktor penentu dari kesejahteraan siswa dan mengembangkan lingkungan belajar sesuai hasil yang didapat untuk meningkatkan pengalaman para siswa. Bagi siswa dapat meningkatkan emosi positif serta melakukan kegiatan positif yang mengarahkan kekuatan-kekuatan diri dalam area-area utama kehidupan mereka, sehingga mencapai kesejahteraan di lingkungan sekolah.

BAB II

KERANGKA TEORI

2.1 *School Well Being*

2.1.1 *Pengertian School Well Being*

Lingkungan sekolah memiliki peranan penting dalam keberhasilan siswa/siswa belajar di sekolah. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan siswa belajar adalah *school well being*. Faturochman et al (2012) mengemukakan bahwa *well-being* adalah konstruk multidimensional yang berdampak pada sikap positif seperti emosi yang positif dan selalu dalam keadaan suka cita. Seseorang dengan *well-being* yang tinggi adalah individu yang memiliki pengalaman emosi yang positif, dengan demikian individu akan mencapai tingkat kepuasan hidup yang tinggi.

Rasyid (2020) mengemukakan bahwa *School well-being* merujuk kepada model konseptual *well-being* yang dikemukakan yaitu *well-being* sebagai keadaan yang memungkinkan individu memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya yang mencakup kebutuhan material maupun non material. *Well-being* merupakan suatu kondisi ketika kebutuhan-kebutuhan dasar dari seseorang dapat dipenuhi dengan baik, seperti kebutuhan berupa material dan non material (Hongwidjojo et al., 2018).

Menurut Rasyid (2020) menerangkan bahwa *well-being* adalah konstruk multidimensional yang berdampak pada sikap positif seperti emosi yang positif peserta didik. Kemudian jika *well-being* negatif maka akan mempengaruhi emosi yang negative, misalnya kecemasan. Siswa yang memiliki *well-Being* yang tinggi

akan berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup dan emosional positif. Lanjutnya, Rasyid juga menjelaskan bahwa *school well-being* merupakan hubungan sosial, teman dan waktu luang, *volunteering*, peran sosial, karakteristik kepribadian, kontrol diri dan sikap optimis, serta tujuan dan aspirasi.

Hal ini didukung juga dalam salah satu penelitian bahwa individu yang memiliki rasa optimis mampu menyesuaikan diri dengan baik pada situasi tertentu seperti saat pergi ke sekolah. Konsep tersebut memiliki harapan bahwa kesejahteraan sekolah siswa sangat penting. Hal ini perlu diperhatikan seperti perasaan siswa dalam menilai kelayakan sekolah dalam proses belajar mengajar yang mampu memberikan dukungan, rasa aman, dan nyaman. Selain itu, keadaan rumah siswa dan lingkungan sekitar juga berpengaruh terhadap sekolah sehingga terbentuklah sebuah model *school well-being* (Masthura et al., 2023).

Konsep *school well-being* merupakan sebuah konsep yang dibangun berdasarkan program milik WHO yaitu *school health programmes*. Program tersebut bertujuan untuk memastikan kesehatan bagi siswa di sekolah mencakup kesehatan secara psikis dan fisik. Kesehatan siswa tidak bisa dilihat dari teori kesehatan saja, namun berdasar pada teori *well-being* mengenai kebutuhan dasar manusia sehingga untuk membahas *school well-being* diawali dengan penjelasan mengenai konsep *well-being* (A. Konu & Rimpela, 2002).

Konsep *well-being* dalam *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* cenderung merujuk pada kesehatan individu, namun secara filosofis pengertian *well-being* dianggap lebih luas cakupannya. *Well-being* mengacu pada sesuatu yang baik untuk individu termasuk didalamnya adalah aspek kesehatan yang baik

pula (O'Brien, 2008). *Well-being* didefinisikan sebagai kebahagiaan, kesehatan, dan kesejahteraan yang diinginkan. Namun, *well-being* juga terkait dengan pemenuhan diri, keseimbangan emosi positif dan negatif, dan kondisi hidup (Kosher et al., 2014).

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa *School well-being* memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan siswa. *Well-being* merupakan konstruksi multidimensional yang mencakup pemenuhan kebutuhan dasar, baik material maupun non-material, yang berkontribusi pada emosi positif dan kepuasan hidup. *School well-being* melibatkan hubungan sosial, kontrol diri, optimisme, dan tujuan hidup, yang semuanya dapat memengaruhi suasana hati dan kemampuan siswa untuk beradaptasi. Program *school well-being* ini sejalan dengan inisiatif WHO dalam memastikan kesehatan fisik dan psikis siswa di sekolah. Konsep ini juga merujuk pada kebahagiaan, keseimbangan emosi, dan kesejahteraan secara holistik. Dengan menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung, aman, dan nyaman, siswa dapat meraih keberhasilan belajar dan kesejahteraan secara menyeluruh.

2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *School Well Being*

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *school well-being* siswa yaitu (Bornstein et al., 2013):

- 1) Dukungan Sosial. Peran sosial remaja memainkan peran penting dalam mendukung penyesuaian dan hubungan sosial remaja terkait tugas-tugas sekolahnya. Oleh sebab itu, kondisi sekolah yang efektif sangat dibutuhkan siswa untuk menunjang performa mereka selama berada di sekolah. Dukungan sosial yang siswa dapatkan di lingkungan sekolah

menjadikan mereka memahami bagaimana pentingnya sebuah relasi sosial dalam kehidupannya, maka ketika siswa mampu memahami dan melakukan hubungan sosial mereka diharapkan kesejahteraan siswa juga akan meningkat. Oleh sebab itu, variabel dukungan sosial yang tepat sebagai faktor dalam membantu mengungkap *school well-being* siswa.

- 2) Teman dan Waktu Luang. Individu yang mendapatkan dukungan dari teman akan lebih merasakan kebahagiaan. Teman sebaya merupakan sumber status, persahabatan dan rasa saling memiliki yang penting dibutuhkan dalam situasi sekolah.
- 3) Peran Sosial. Remaja memiliki kebutuhan untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat. Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat bagi siswa untuk menjalani peran sosial melalui kegiatan-kegiatan yang ada. Peran sosial di lingkungan individu berada dapat meningkatkan *well-being* individu tersebut.
- 4) Kepribadian. Dalam hal ini terdapat faktor kepribadian seperti harga diri, resiliensi, *internal locus of control*, dan kecenderungan ekstrasversi mempengaruhi *well-being* siswa di sekolah. Selain itu juga ada tiga faktor utama yang mempengaruhi *school well being* positif adalah kemandirian, resiliensi, dan harga diri. Dan tiga faktor utama yang mempengaruhi kondisi *school wellbeing* negatif, yaitu fasilitas sekolah yang masih kurang, kegiatan yang terlalu padat dan monoton, serta pembina yang pemarah.

- 5) Kontrol Diri dan Sikap Optimis. Individu yang memiliki rasa optimis mampu menyesuaikan diri dengan baik pada situasi tertentu seperti saat pergi ke sekolah.
- 6) Tujuan dan Aspirasi. Bagi siswa di sekolah, pencapaian serta penghargaan terhadap prestasi yang dimiliki dapat meningkatkan kepuasan mereka terhadap kehidupan sekolah yang dijalani. Individu yang memiliki rasa optimis mampu menyesuaikan diri dengan baik pada situasi tertentu. Selain itu, individu yang optimis juga akan memiliki tingkat emosional *well-being* yang tinggi pula saat mengalami stres.

Selain itu Keyes et al (2002) merumuskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school well-being*, antara lain:

- 1) *Self-efficacy*. Keyakinan yang ada dalam diri setiap peserta didik dan dapat menjadikan peserta didik mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya.
- 2) *Optimism*. Rasa optimis merupakan suatu kondisi yang akan membawa peserta didik dapat lebih mudah merencanakan keputusan karir mereka ke depannya.
- 3) *Social support*. *Social support* diyakini berpengaruh terhadap hubungan baik dengan rekan dan pengembangan dirinya.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school well-being* individu yaitu *self-efficacy*, *optimism*, dan *social support* juga menjadi faktor yang mempengaruhi *school well-being*. Selanjutnya yang berasal dari eksternal seperti infrastruktur atau fasilitas, hubungan

dengan teman dan guru, manajemen sekolah, kurikulum, metode belajar, serta ekspektasi orangtua. Kemudian terdapat juga faktor internal yang berasal dari diri individu seperti kemampuan memahami oranglain dan mengekspresikan emosi, motivasi, disiplin, strategi belajar, dan prokrastinasi.

2.1.3 Aspek-aspek dalam *School Well Being*

Terdapat beberapa aspek dalam *school well being*, antara lain (Lathifah et al., 2021):

- 1) *Having*, didefinisikan sebagai kondisi sekolah, mencakup lingkungan fisik di sekitar sekolah dan lingkungan di dalam sekolah.
- 2) *Loving*, sebagai hubungan sosial, mengacu pada lingkungan belajar sosial, di mana kebutuhan cinta mencakup hubungan siswa-guru, hubungan dengan teman sekolah, dinamika kelompok, perundungan, kerja sama antara sekolah dan rumah, pengambilan keputusan di sekolah, dan organisasi suasana sekolah secara keseluruhan.
- 3) *Being defined as the need for self-fulfillment*, mengacu pada kebutuhan akan pemenuhan diri. Jika diterapkan di lingkungan sekolah, dapat dilihat sebagai cara sekolah menyediakan sarana pemenuhan diri.
- 4) *Health status*, yang didefinisikan sebagai status kesehatan. Ini termasuk gejala fisik dan mental, demam, sakit, dan penyakit lainnya.

Disamping itu, *School well being* juga memiliki aspek lain yang dijelaskan oleh Selain itu, menurut Akhtar (2019) untuk mengukur kesejahteraan psikologis terdiri dari dua afeksi, yaitu afeksi positif dan afeksi negatif.

- 1) Afeksi Positif. Afeksi yang positif adalah afeksi yang senang. Perasaan positif individu dalam kelompok kerja memiliki daya tarik-menarik dengan individu lainnya. Semakin banyak afeksi positif pada individu dalam kelompok kerja maka semakin besar afeksi ini terjalin dalam kelompok kerja tersebut. Karakteristik-karakteristik yang sering dihubungkan dengan afek positif adalah kepercayaan diri, optimisme dan keyakinan diri, mudah disukai dan mudah menyesuaikan diri dengan orang lain, aktif, enerjik, perilaku prososial, kekebalan dan kesehatan tubuh, mengatasi tantangan dan stress dengan efektif, orijinalitas dan fleksibilitas.
- 2) Afeksi Negatif. Afeksi negatif adalah afeksi yang tidak menyenangkan. Objek dapat menimbulkan berbagai macam sikap, dapat menimbulkan berbagai macam tingkatan afeksi pada seseorang. Keadaan umum dari tekanan subjektif dan kondisi yang tidak menyenangkan meliputi kemarahan, penghinaan dan gugup. Afeksi negatif terjadi karena coping stress yang kurang baik terhadap peristiwa kerja terkait dengan berbagai jenis hasil yang berhubungan dengan pekerjaan. Orang-orang yang mengekspresikan afeksi negatif yang tinggi memandang diri mereka sendiri dan berbagai aspek dunia di sekitar secara umum negatif.

Kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti infrastruktur sekolah yang mendukung kenyamanan dan pembelajaran, kedisiplinan dan motivasi tinggi yang membentuk modal individu yang kuat, serta pengelolaan desain pembelajaran yang efektif. Interaksi sosial yang positif antara siswa, guru, dan lingkungan sekolah menciptakan dinamika kelompok

yang sehat. Selain itu, dukungan orang tua juga memegang peranan penting dalam membantu siswa mencapai prestasi dan kesejahteraan belajar. Dalam konteks psikologis, afeksi positif seperti optimisme dan fleksibilitas dapat meningkatkan daya tarik sosial, sementara afeksi negatif seperti kemarahan dan kecemasan sering terkait dengan kemampuan coping stress yang rendah.

2.2 *Self-Efficacy*

2.2.1 *Pengertian Self-Efficacy*

Menurut Ghufron dan Risnawita (2020) *self-efficacy* adalah keyakinan siswa mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan termasuk didalamnya perkiraan kejadian yang akan dihadapi.

Self efficacy adalah suatu keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu. *Self efficacy* berpengaruh besar terhadap perilaku. Pada dasarnya *self efficacy* adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Berdasarkan pengertian diatas kita menyadari bahwa *self efficacy* sangat penting dalam kehidupan manusia, karena *self efficacy* banyak menentukan dan mempengaruhi aspek-aspek kehidupan kita, diantaranya potensi menangani stressor, untuk menghadapi lingkungan baru dan prestasi kerja (Nuzulia, 2010).

Self Efficacy merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *selfknowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan termasuk di dalamnya perkiraan berbagai kejadian yang akan dihadapi. Efikasi diri yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif (Santrock, 2011).

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dikemukakan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya untuk melaksanakan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Keyakinan ini memengaruhi individu dalam mengambil keputusan dan memperkirakan hasil yang akan dihadapi. *Self-efficacy* merupakan hasil dari proses kognitif yang mencakup keyakinan atau harapan mengenai kemampuan diri dalam menyelesaikan suatu tugas. Pengaruhnya sangat besar terhadap perilaku, karena *self-efficacy* membantu individu dalam menghadapi tantangan, mengelola stres, dan mencapai prestasi. Selain itu, *self-efficacy* berperan penting dalam kehidupan sehari-hari, karena keyakinan ini menentukan bagaimana seseorang mengatasi situasi dan mencapai hasil positif.

2.2.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Self-Efficacy

Terdapat empat faktor yang mempengaruhi *self efficacy*, antara lain (Fauziana, 2022):

- 1) *Enactive mastery experiences (accomplishment)*. yang paling berpengaruh pada perubahan perilaku, penguasaan yang terkait dengan

melakukan, keberhasilan dan kegagalan, mengatasi rintangan yang datang. individu yang pernah mendapatkan prestasi akan terdorong untuk meningkatkan penilaian dan keyakinan terhadap efisiensi diri yang dimilikinya, dengan mengerahkan segala kemampuan, ketekunan, keuletan dan kegigihan untuk mencapai tujuannya terutama dalam proses belajar sehingga peluang untuk mencapai keberhasilan akademik semakin besar.

- 2) *Vicarious experience* merupakan Pengalaman yang disebabkan oleh orang lain yang diamati oleh individu tersebut. Self efficacy akan meningkat apabila individu tersebut merasa bahwa dia memiliki kemampuan yang setara atau bahkan lebih dari subjek belajarnya.
- 3) *Verbal persuasion* dapat mengarahkan individu untuk berusaha lebih tekun untuk mencapai tujuannya. Persuasi verbal berfungsi untuk memperkuat keyakinan seseorang bahwa dia memiliki kemampuan untuk mencapai tujuannya.
- 4) *Physiological and emotional state* dapat mempengaruhi efisiensi diri seseorang. Siswa yang memiliki keadaan fisiologis dan mental yang bagus akan memiliki keyakinan diri yang tinggi terhadap kemampuannya. mereka akan lebih mampu untuk menghadapi tugas dan tantangan.

Selain itu juga terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi efisiensi diri, antara lain (Anwar, 2009):

- 1) Budaya. Mempengaruhi *self-efficacy* melalui nilai (*value*), kepercayaan (*beliefs*), dan proses pengaturan diri (*self-regulation*)

process) yang berfungsi sebagai sumber penilaian *self-efficacy* dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan *self-efficacy*.

- 2) Jenis Kelamin. Perbedaan gender juga berpengaruh terhadap *self-efficacy*. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura yang menyatakan bahwa wanita efikasinya lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga, juga sebagai wanita karir akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi dibandingkan pria yang bekerja.
- 3) Sifat dari Tugas yang Dihadapi. Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Sebaliknya, jika individu dihadapkan pada tugas yang mudah dan sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.
- 4) Insentif Eksternal. Faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* adalah insentif yang diperolehnya. Bandura menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self-efficacy* adalah *competent contingens incentive*, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.
- 5) Status atau Peran Individu Dalam Lingkungan. Individu yang memiliki status lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga tinggi. Sedangkan individu yang memiliki status yang lebih rendah akan memiliki kontrol

yang lebih kecil sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga rendah.

- 6) Informasi Tentang Kemampuan Diri. Individu akan memiliki *self-efficacy* tinggi, jika individu tersebut memperoleh informasi positif mengenai dirinya. Sementara individu akan memiliki *self-efficacy* yang rendah, jika individu tersebut memperoleh informasi negatif mengenai dirinya.

Mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* mencakup beberapa aspek penting. Pertama, pengalaman langsung dan tidak langsung memainkan peran kunci dalam membentuk keyakinan individu terhadap kemampuannya. Selain itu, faktor budaya, jenis kelamin, sifat tugas, insentif eksternal, status atau peran dalam lingkungan, serta informasi mengenai kemampuan diri juga secara signifikan memengaruhi *self-efficacy*. Budaya membentuk nilai dan kepercayaan yang mempengaruhi penilaian individu, sementara perbedaan gender menunjukkan bahwa wanita cenderung memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi dalam peran ganda.

2.2.3 Aspek-aspek *Self-Efficacy*

Terdapat beberapa aspek dalam *self efficacy*, antara lain (Darmayanti et al., 2021) :

- 1) *Self-engagement*. mengacu pada kemampuan untuk menyelesaikan kesulitan-kesulitan.
- 2) *Self oriented decision making*. mengacu pada kemampuan untuk menemukan solusi dengan menggunakan diri mereka sendiri sebagai sumber bantuan.
- 3) *Others oriented problem solving*, mengacu pada keterampilan untuk

memecahkan masalah kritis dengan menggunakan orang lain untuk mendukung.

- 4) *Interpersonal climate*. kemampuan untuk menciptakan iklim prososial dan kolaboratif dalam hubungan interpersonal.

Aspek-aspek dalam efikasi diri menurut Zajacova et al (2005) yaitu Interaksi di sekolah (*interaction at school*) yaitu keyakinan tentang kemampuan individu dalam berinteraksi dengan teman, guru, staf yang berada di sekolah dan selalu berpartisipasi dalam diskusi kelas, keyakinan dalam setiap mengerjakan tugas akademik di luar kelas, keyakinan dalam memperoleh prestasi di kelas, dan kemampuan untuk meregulasi tugas, keluarga, serta sekolah.

- 1) Kinerja akademik di luar kelas (*academic performance out of class*) yaitu keyakinan individu dalam menampilkan kemampuan dirinya selama di luar kelas.
- 2) Kinerja akademik di dalam kelas (*academic performance in class*) yaitu kemampuan individu dalam menampilkan kemampuan dirinya dalam mengikuti pembelajaran di sekolah, seperti meraih peringkat yang diinginkan dan mengikuti kelas yang dianggap berat dengan baik.
- 3) Mengelola tugas, keluarga, dan sekolah (*managing work, family, and school*) yang merupakan keyakinan individu pada kemampuan dalam mengatur tugas, keluarga, dan sekolah secara efektif.

Dengan ini aspek-aspek dari *self-efficacy* dapat ditarik kesimpulan bahwa *Self-efficacy* mencakup berbagai aspek yang saling mendukung dalam mempengaruhi kinerja dan keputusan individu. Aspek seperti self-engagement, self-oriented decision making, dan others-oriented problem solving menekankan

pada kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan, mencari solusi secara mandiri, serta memanfaatkan dukungan orang lain dalam pemecahan masalah. Selain itu, interpersonal climate juga penting dalam menciptakan hubungan yang kolaboratif. Aspek lain yang mendalam terkait self-efficacy meliputi interaksi di sekolah, kinerja akademik di dalam dan luar kelas, serta kemampuan untuk mengelola tugas-tugas sekolah, keluarga, dan kehidupan pribadi secara efektif. Semua aspek ini berkontribusi pada keyakinan individu dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial, serta dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

2.3 Dukungan Sosial

2.3.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut Marni dan Yuniawati (2015) adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Kumalasari dan Ahyani (2012) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari pengaruh interpersonal. Ikatan dan persahabatan terhadap orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu.

Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan pada pengaruh interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial adalah suatu pemikiran terbaik sebagai suatu konstruk multidimensional yang terdiri dari komponen fungsional dan struktural. Dukungan sosial merujuk kepada tindakan yang orang lain lakukan ketika mereka menyampaikan bantuan (Kusrini & Prihartanti, 2013). Sedangkan menurut Samputri dan Sakti (2015) dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Handono (2013) berpendapat bahwa dukungan sosial (*sosial support*) didefinisikan sebagai sumber daya sosial yang dapat membantu individu dalam menghadapi kejadian yang menekan. Dukungan sosial juga diartikan sebagai suatu pola interaksi yang positif atau perilaku menolong yang diberikan pada individu yang membutuhkan dukungan. Sarason dan Sarason (dalam Marni,) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang didapat dari keakraban sosial (teman, keluarga, anak ataupun orang lain) berupa pemberian informasi, nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tidak nyata, tindakan yang bermanfaat sosial dan efek perilaku bagi penerima yang akan melindungi diri dari perilaku yang negatif.

Berdasarkan dari beberapa pengertian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati yang dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik dan sebagai

sumber daya sosial yang dapat membantu individu dalam menghadapi kejadian yang menekan yang didapat dari keakraban sosial (teman, keluarga, anak ataupun orang lain) berupa pemberian informasi, nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tidak nyata, tindakan yang bermanfaat sosial dan efek perilaku bagi penerima yang akan melindungi diri dari perilaku yang negatif.

2.3.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Tidak semua orang mendapatkan dukungan sosial seperti yang diharapkan. Setidaknya ada 3 faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan (Sarafino & Smith, 2014).

- 1) Potensi Penerima Dukungan. Tidak mungkin seseorang memperoleh dukungan sosial seperti yang diharapkan jika dia tidak sosial, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa dia sebenarnya memerlukan pertolongan. Beberapa orang tidak perlu *assertive* untuk meminta bantuan orang lain, atau merasa bahwa mereka seharusnya tidak tergantung dan menyusahkan orang lain.
- 2) Potensi Penyedia Dukungan. Seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan bisa saja tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain, atau mungkin mengalami stress sehingga tidak memikirkan orang lain, atau bisa saja tidak sadar akan kebutuhan orang lain.
- 3) Komposisi dan Struktur Jaringan Sosial. Maksud dari jaringan sosial adalah pengaruh yang dimiliki individu terhadap orang-orang dalam keluarga dan lingkungannya. Pengaruh ini dapat bervariasi dalam

ukuran (jumlah orang yang sering berpengaruh terhadap individu), frekuensi pengaruh (seberapa sering individu bertemu terhadap orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut keluarga, teman, rekan kerja, dan sebagainya), dan kedekatan pengaruh.

Sedangkan menurut Rokhmatica (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu:

- 1) Persepsi, yaitu tindakan yang harus dimiliki individu sebagai penerima dukungan sosial dari orang lain.
- 2) Pengalaman pribadi, yang merupakan segala sesuatu yang terjadi dalam kesadaran organisme individu pada suatu peristiwa tertentu.

Dari pembahasan mengenai faktor dukungan sosial di atas mengindikasikan bahwa tidak semua individu mendapatkan dukungan yang diharapkan, dan terdapat beberapa faktor kunci yang memengaruhi hal ini. Selain itu, persepsi individu tentang dukungan yang diterima dan pengalaman pribadi juga berperan penting dalam mempengaruhi dukungan sosial. Secara keseluruhan, faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial meliputi potensi penerima dan penyedia dukungan, serta komposisi dan struktur jaringan sosial, yang saling berinteraksi dalam menentukan sejauh mana seseorang dapat menerima dukungan yang diperlukan.

2.3.3 Aspek-aspek Dukungan Sosial

Aspek aspek dukungan sosial menurut (Sulistiani et al., 2022), antara lain:

- 1) Dukungan keluarga. Dalam hal ini yang berkontribusi dalam proses pengambilan keputusan maupun dalam memberikan dukungan emosional kepada individu.
- 2) Dukungan teman. Terdiri atas bantuan yang berkaitan dengan aktivitas harian serta bentuk dukungan lainnya yang relevan.
- 3) Individu yang istimewa. Seseorang yang penting akan tersedia ketika dibutuhkan, serta keyakinan bahwa terdapat orang-orang yang menyayangi, peduli, serta mau membantu, dan memberikan pengaruh yang positif bagi dirinya, khususnya ketika mereka sedang mengalami masalah atau kesulitan.

Menurut Tricahyani dan Wideasavitri (2016) pemberian dukungan sosial dapat berupa:

- 1) Dukungan emosional atau dukungan penghargaan yaitu berupa sikap empati dan pemberian penghargaan positif kepada individu.
- 2) Dukungan informasi berupa nasihat.
- 3) Dukungan kelompok berupa usaha bersama dalam menjalin kehidupan sesama individu lainnya.
- 4) Dukungan instrumental berupa pemberian fasilitas seperti memberikan makanan dan kebutuhan lainnya.

Sedangkan dukungan sosial didefinisikan oleh Handono (2013) sebagai transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih aspek-aspek berikut ini:

- 1) Dukungan Emosional, yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.

- 2) Dukungan Penghargaan, terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif bagi orang itu, dorongan maju atau persetujuan terhadap gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu terhadap orang lain.
- 3) Dukungan Instrumental, yaitu mencakup bantuan langsung untuk mempermudah perilaku yang secara langsung menolong individu. Misalnya bantuan benda, pekerjaan, dan waktu.
- 4) Dukungan Informatif, yaitu mencakup pemberian nasehat, saran-saran, atau umpan balik.

Berdasarkan berbagai pandangan, dukungan sosial merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh lingkungan sekitar individu, baik berupa dukungan emosional, informasi, instrumental, maupun penghargaan. Aspek-aspek dukungan ini dapat datang dari keluarga, teman, individu yang dianggap istimewa, maupun kelompok sosial lainnya. Dukungan tersebut berperan penting dalam membantu individu menghadapi permasalahan, mengambil keputusan, menjalani aktivitas harian, serta membangun rasa aman, dihargai, dan didukung secara emosional maupun praktis.

2.4 Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well Being*

Sekolah merupakan sarana yang potensial dalam membentuk kepribadian individu. Suasana sekolah bisa mempengaruhi perkembangan anak antara lain pada aspek identitas diri, keyakinan akan kemampuan diri, gambaran mengenai kehidupan, hubungan antar pribadi, batasan norma antara yang baik dan buruk, serta konsep akan sistem sosial (Ahmad, 2010). Mullins dan Irvin (2000) menemukan bahwa selama masa sekolah, siswa pasti mengalami penilaian pada kepuasan di sekolah serta menunjukkan perilaku yang berkaitan dengan permasalahan akademis maupun non akademis secara negatif. Penilaian subjektif siswa tentang sekolah dalam hal ini yaitu tentang pelayanan dan fasilitas sekolah, hubungan sosial, kesempatan yang diberikan sekolah, dan kondisi kesehatan remaja di sekolah. Oleh karena itu penting bagi sekolah untuk menciptakan kondisi dimana siswa memiliki persepsi yang baik terhadap lingkungan sekolah sehingga menciptakan kesejahteraan yang baik pada remaja di sekolah.

Menurut Keyes et al (2002) kesejahteraan pada anak biasanya ditandai dengan adanya perilaku positif yang berhubungan dengan baiknya performa akademik anak, hubungan interpersonal yang baik, serta tidak adanya masalah perilaku pada anak seperti penurunan prestasi, ketidakhadiran di kelas, kurangnya perilaku prososial serta masalah kesehatan mental siswa. Konu dan Rimpela (2002) mendefinisikan *school well-being* sebagai sebuah keadaan sekolah yang memungkinkan individu memuaskan kebutuhan dasarnya, baik kebutuhan material maupun non-material. Konsep *well-being* yang kemudian mengembangkan *well-being* dalam konteks sekolah yang dinamakan *school well-being* yang didalamnya

terdapat dimensi *having*, *loving*, *being*, dan *health*. Keempat dimensi *school well-being* sudah menyeluruh untuk menggambarkan *well-being* siswa selama di sekolah.

Kesejahteraan di sekolah atau dikenal dengan istilah *school well-being* merupakan masalah yang jarang diperhatikan pendidik, karena banyak pendidik yang memaknai kesejahteraan hanya dari terpenuhinya kebutuhan sandang dan pangan pada anak, padahal *school well-being* dapat meningkatkan afeksi yang baik terhadap sekolah dan kegiatan belajarnya. Pemenuhan kebutuhan anak dan hubungan baik antara guru dengan siswa dapat meningkatkan kesehatan mental anak (Wyn et al., 2000). Faktor-faktor yang mempengaruhi *school well-being* berdasarkan teori Keyes dan Waterman (2003) yang telah disesuaikan dengan konteks siswa di sekolah, antara lain: (1) Jenis Kelamin. (2) Tujuan dan Aspirasi. (3) Karakteristik Kepribadian; resiliensi, *self efficacy*, (4). Faktor internal; optimisme, kecerdasan emosi, (5) Teman dan Waktu Luang. (6) Peran Sosial. (7) Hubungan dan Ikatan Sosial. Dari faktor-faktor tersebut peneliti memfokuskan pada faktor resiliensi dan *self efficacy*.

Menurut Alwisol (2018) sumber pengontrol tingkah laku adalah resiprokal antara lingkungan, tingkah laku dan pribadi. Efikasi diri merupakan variabel pribadi yang penting, yang digabung terhadap tujuan-tujuan spesifik dan pemahaman mengenai prestasi, akan menjadi penentu tingkah laku mendatang yang penting. Setiap individu mempunyai efikasi diri yang berbeda-beda pada situasi yang berbeda, tergantung kepada: (1) Kemampuan yang dituntut oleh situasi yang berbeda itu. (2) Kehadiran orang lain, khususnya saingan dalam situasi itu. (3) Keadaan fisiologis dan emosional, kelelahan, kecemasan, apatis, murung. Efikasi

yang tinggi atau rendah, dikombinasikan terhadap lingkungan yang responsif atau tidak responsif, akan menghasilkan kemungkinan prediksi tingkah laku.

Dengan ini dapat disimpulkan bahwa *school well being* merupakan faktor penting dalam membentuk kepribadian dan kesejahteraan siswa, namun sering kali kurang mendapat perhatian. Lingkungan sekolah yang positif dapat memengaruhi identitas diri, keyakinan, hubungan sosial, serta kesehatan mental siswa. Kesejahteraan sekolah mencakup pemenuhan kebutuhan material dan non-material, yang melibatkan aspek *having, loving, being, dan health*. Faktor-faktor seperti resiliensi dan *self-efficacy* berperan dalam menentukan kesejahteraan siswa, di mana efikasi diri berkontribusi terhadap perilaku, motivasi, serta pencapaian akademik. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan siswa secara holistik demi kesejahteraan mereka.

2.5 Pengaruh *Self-Efficacy* dengan *School Well Being*

Sekolah ideal merupakan sekolah yang mampu mengaktualisasikan potensi siswa secara holistik sehingga membuat siswa-siswanya merasa sejahtera (*well-being*) karena kesejahteraan siswa (*well-being*) mempengaruhi hampir seluruh aspek bagi optimalisasi fungsi siswa di sekolah (Frost, 2010). Siswa merasa sejahtera ketika merasa aman, nyaman, bahagia dan sehat ketika di sekolah. Sagone dan Caroli (2014) terbukti terdapat hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan *psychological well-being*, khususnya berkenaan dengan mastery learning, personal growth, dan self-acceptance. Roos (2013) menemukan bahwa *self-efficacy* sebagai salah satu prediktor *psychological well being*, Individu yang memiliki efikasi (diri maupun kelompok) yang tinggi akan memiliki tingkat *psychological*

well-being dan kemampuan beradaptasi yang tinggi. Singh dan Udainiya (2009) mengemukakan bahwa tidak ada hubungan tipe-tipe keluarga dengan psychological *well-being* namun berpengaruh pada tingkat self-efficacy yang dimiliki oleh remaja. Individu yang memiliki skor self-efficacy yang tinggi diprediksi juga memiliki skor yang tinggi pada aspek psychological *well-being*, regulation of stress, self-esteem, kondisi fisik dan kemampuan adaptasi selama proses recovery (Costa, 2013).

Menurut Konu (2002) konsep *well-being* didasarkan pada teori sosiologi tentang kesejahteraan (*having, loving dan Being*). Kesejahteraan dan terkait konsep telah diukur menggunakan berbagai instrument yaitu indeks kepuasan hidup, kuesioner kesehatan umum, *general well-being*, dan Kebahagiaan Oxford. Konu dan Rimpela (2002) menjelaskan empat hal yang mempengaruhi SWB di sekolah yaitu kondisi lingkungan sekolah (fisik dan organisasi, layanan dan keamanan), relasi sosial (murid, guru, staf sekolah), pemenuhan diri (kesempatan belajar sesuai dengan kapabilitas, mendapatkan umpan balik, semangat), serta status kesehatan. Konsep *school well-being* merupakan konsep yang aplikatif digunakan pada dunia pendidikan. Empat dimensi School *well-being* belum dipahami oleh pengelola pendidikan dasar dan menengah secara holistic. Walaupun ini sudah dilaksanakan namun belum sistematis dan terencana dalam penerapan *school well-being*.

Kesejahteraan siswa sangat penting karena mempengaruhi hampir semua aspek fungsi siswa di sekolah, termasuk keamanan, kenyamanan, kebahagiaan, dan kesehatan. Menurut Konu (2002) konsep *well-being* mencakup beberapa dimensi, yaitu kondisi lingkungan sekolah, relasi sosial, pemenuhan diri, dan status kesehatan. Meskipun beberapa sekolah telah mengimplementasikan konsep

kesejahteraan ini, penerapannya masih belum sistematis dan terencana. Resiliensi juga merupakan faktor kunci dalam menjaga kesejahteraan psikologis siswa, karena membantu mereka beradaptasi dengan tantangan dan mengatasi kesulitan.

Meskipun konsep *school well-being* sudah diterapkan di beberapa sekolah, implementasinya masih belum sepenuhnya sistematis dan terencana. Oleh karena itu, penting bagi pengelola pendidikan untuk lebih memperhatikan dan merencanakan penerapan kesejahteraan sekolah secara menyeluruh dan terintegrasi. Dengan demikian, sekolah yang ideal adalah sekolah yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga memperhatikan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial siswa. Kesejahteraan siswa yang terjaga dengan baik akan mendukung mereka dalam mengembangkan potensi secara maksimal, serta membentuk individu yang tangguh, sehat, dan bahagia, siap menghadapi tantangan masa depan.

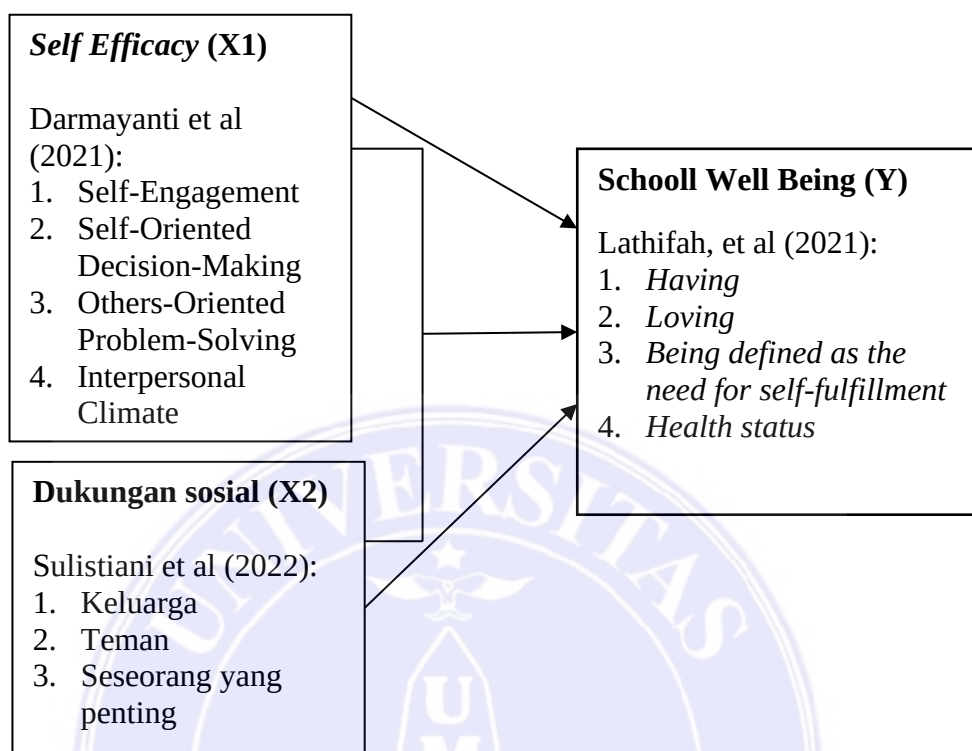
2.6 Pengaruh Dukungan Sosial dengan *School Well Being*

School well-being merupakan sebuah konsep teori *well-being* bahwa *well-being* merupakan suatu kondisi ketika kebutuhan-kebutuhan dasar dari seseorang dapat dipenuhi dengan baik, seperti kebutuhan berupa material dan non material (Hongwidjojo et al., 2018). Tian (2015) menerangkan bahwa *well-being* adalah konstruk multidimensional yang berdampak pada sikap positif seperti emosi yang positif peserta didik. Kemudian jika *Well-being* negatif maka akan mempengaruhi emosi yang negative, misalnya kecemasan. Siswa yang memiliki *Well-Being* yang tinggi akan berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup dan emosional positif.

Bornstein et al (2013) menjelaskan bahwa *school well-being* merupakan dukungan sosial, teman dan waktu luang, *volunteering*, peran sosial, karakteristik kepribadian, kontrol diri dan sikap optimis, serta tujuan dan aspirasi. Individu yang memiliki rasa optimis mampu menyesuaikan diri dengan baik pada situasi tertentu seperti saat pergi ke sekolah. Konsep tersebut memiliki harapan bahwa kesejahteraan sekolah siswa sangat penting. Hal ini perlu diperhatikan seperti perasaan siswa dalam menilai kelayakan sekolah dalam proses belajar mengajar yang mampu memberikan dukungan, rasa aman, dan nyaman. Selain itu, keadaan rumah siswa dan lingkungan sekitar juga berpengaruh terhadap sekolah sehingga terbentuklah sebuah model *school well-being*.

Dengan ini dapat disimpulkan bahwa rasa optimis memainkan peran penting dalam membantu siswa beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, kesejahteraan siswa perlu diperhatikan melalui pengalaman mereka di sekolah, yang harus dapat memberikan dukungan, rasa aman, dan kenyamanan. Selain itu, kondisi rumah dan lingkungan sekitar juga berkontribusi terhadap *school well-being*, sehingga penting untuk mengembangkan model kesejahteraan yang holistik. Keseluruhan aspek ini menunjukkan bahwa *school well-being* tidak hanya bergantung pada faktor internal siswa, tetapi juga pada lingkungan sosial dan fisik yang mengelilinginya.

2.7 Kerangka konseptual



Gambar 1: Kerangka Konsptual

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam bab ini akan diuraikan beberapa hal yang meliputi tempat penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel penelitian, subjek penelitian, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas alat ukur, dan metode analisis data.

3.1. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan di pasantren yang berada di Kota Kutacanne. Sedangkan waktu pelaksanaan penelitian direncanakan akan dimulai pada bulan Oktober 2024.

3.2. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang akan diteliti. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui instrumen skala. Menurut Azwar (2015) skala psikologi adalah alat ukur yang mengukur aspek atau atribut sampel psikologis melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam aitem-aitem pertanyaan atau pernyataan. Stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkapkan atribut yang hendak diukur, melainkan mengungkap indikator perilaku dan atribut yang bersangkutan. Dalam penelitian ini, akan digunakan tiga (3) macam skala, yaitu skala *self efficacy*, dukungan sosial, dan *school well being*.

3.2.1 Rancangan alat ukur *self Efficacy*

Skala ini mengukur *self efficacy* yang dirasakan dalam konteks akademis dan mencakup 25 item, masing-masing nilai pada skala Likert 7 poin yang berkisar dari 1 (sama sekali tidak efisien) hingga 7 (sangat efisien). Selain itu, terdapat empat aspek, yaitu (*self-engagement*) mengacu pada kemampuan untuk menyelesaikan kesulitan keterlibatan pribadi. Aspek kedua (pengambilan keputusan yang berorientasi pada diri sendiri) mengacu pada kemampuan menemukan solusi dengan menggunakan diri sendiri sebagai sumber bantuan. Aspek ketiga (pemecahan masalah yang berorientasi pada orang lain) mengacu pada keterampilan memecahkan masalah kritis dengan menggunakan orang lain sebagai pendukung, dan aspek terakhir (iklim interpersonal) adalah kemampuan untuk menciptakan iklim prososial dan kolaboratif dalam hubungan interpersonal (Darmayanti et al., 2021).

Tabel 1. Rancangan Alat Ukur *Self Efficacy*

Variabel	Aspek	butir positif	butir negatif
<i>self efficacy</i>	Self-Engagement	1.2.3.4.5.6.7	Tidak ada
	Self-Oriented Decision-Making	8.9.10.11. 12.13.14.	Tidak ada
	Others-Oriented Problem-Solving	15.16.17.18. 19.20.21	Tidak ada
	Interpersonal Climate	22.23.24.25.	Tidak ada

3.2.2 Rancangan alat ukur dukungan sosial

Skala Multidimensi Dukungan Sosial (MSPSS) terdiri dari 12 item yang terdiri dari tiga subskala yaitu dukungan dari keluarga (item 3, 4, 8, dan 11; $\alpha = 0,929$), teman (item 6, 7, 9, dan 12; $\alpha = 0,942$), dan signifikan lainnya (item 1, 2, 5, dan 10; $\alpha = 0,941$), masing-masing subskala berisi empat item. Setiap item dinilai menggunakan skala Likert dengan skor mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7

(sangat setuju) (Sulistiani et al., 2022).

Tabel 2. Rancangan Alat Ukur Dukungan Sosial

Variabel	Aspek	butir positif	butir negatif
Dukungan sosial	Keluarga	1.2.3.4.	Tidak ada
	Teman	5.6.7.8.	Tidak ada
	Seseorang yang penting	9.10.11.12	Tidak ada

3.2.3 Rancangan alat ukur *school well being*

Skala ini mengukur *school well being* yang sudah tervalidasi ke dalam konteks budaya indonesia. Skala ini memiliki empat aspek yang membentuk *school well being*, yaitu *having*, *loving*, *being defined as the need for self-fulfillment*, dan *health status* (Lathifah et al., 2021). Dengan jumlah total 26 butir yang akan direspon dengan 4 pilihan jawaban dari nilai 1 = sangat tidak setuju sampai dengan nilai 4 = sangat setuju.

Tabel 3. Rancangan Alat Ukur *School Well Being*

Variabel	aspek	Butir positif	Butir negatif	Total
School well being	<i>Having</i>	17, 25, 33, 41	8	5
	<i>Loving</i>	7, 15, 23, 31, 39	18, 34, 42	8
	<i>Being</i>	3, 11, 27, 35, 43	22, 30	7
	<i>Health status</i>	3, 37	4, 20, 28, 44	6
Total		16	10	26

3.3. Metode penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

3.4. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel penelitian perlu ditentukan terlebih dahulu sebelum pengumpulan data dan analisis data. Dengan melakukan identifikasi variabel akan membantu peneliti dalam menentukan alat pengumpulan data dan analisis data yang akan digunakan. Adapun variabel penelitian yang digunakan dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

- 1) Variabel terikat : *School Well Being* (Y)
- 2) Variabel bebas : *Self Efficacy* (X1)
- 3) Variabel bebas : Dukungan Sosial (X2)

3.5. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk memperjelas arti variabel-variabel yang diinginkan dalam suatu penelitian, maka perlu dikemukakan definisi secara operasional untuk tiap variabel yang digunakan, definisi diuraikan berdasarkan kumpulan beberapa teori.

3.5.1. *Self Efficacy*

Self efficacy adalah keyakinan atau kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki individu untuk memotivasi dirinya ketika menyelesaikan tugas, bertindak, menghadapi hambatan dan mencapai tujuan dalam bidang akademik. Dalam penelitian ini tugas yang dimaksud adalah tugas-tugas akademik. *Academic self efficacy* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang terdiri dari empat aspek yaitu pertama aspek *Self-Engagement*, kedua aspek *Self-Oriented Decision-Making*, Ketiga aspek *Others-Oriented Problem-Solving* dan Keempat aspek *Interpersonal Climate* yang dikemukakan oleh Darmayanti dkk (2021).

3.5.2. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah sumber daya sosial yang dapat membantu individu yang didapatkan dari interaksi dan umpan balik dengan orang lain, baik dalam bentuk fisik maupun psikologis, seperti bantuan, kepedulian, penghargaan, dan perhatian. Dalam penelitian ini individu yang dimaksud adalah siswa. Dukungan sosial dalam penelitian ini dapat diukur melalui skala dukungan sosial yang terdiri dari tiga aspek yaitu aspek keluarga, aspek teman dan aspek seseorang yang penting oleh Sulistiani dkk (2022).

3.5.3. *School well being*

Kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti infrastruktur sekolah yang mendukung kenyamanan dan pembelajaran, kedisiplinan dan motivasi tinggi yang membentuk modal individu yang kuat, serta pengelolaan desain pembelajaran yang efektif. Interaksi sosial yang positif antara siswa, guru, dan lingkungan sekolah menciptakan dinamika kelompok yang sehat. Selain itu, dukungan orang tua juga memegang peranan penting dalam membantu siswa mencapai prestasi dan kesejahteraan belajar. Dalam konteks psikologis, afeksi positif seperti optimisme dan fleksibilitas dapat meningkatkan daya tarik sosial, sementara afeksi negatif seperti kemarahan dan kecemasan sering terkait dengan kemampuan coping stress yang rendah.

3.6. Teknik Pengambilan Sampel

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *teknik total sampling*. Teknik total sampling merupakan teknik yang digunakan dimana seluruh total populasi dijadikan sampel penelitian. Karena sampel yang besar cenderung memberikan atau lebih mendekati nilai sesungguhnya terhadap populasi atau dapat

dikatakan semakin kecil pula kesalahan atau penyimpangan terhadap nilai populasi (Arikunto, 2013).

3.7. Populasi dan Sampel

3.7.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Sedangkan menurut Azwar (2015) populasi merupakan sekelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitiannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa pesantren yang berjumlah 300 siswa.

Table 4. Populasi

Kelas	Jumlah
1A	50 Siswa
1B	50 Siswa
2A	50 Siswa
2B	50 Siswa
3A	50 Siswa
3B	50 Siswa
Total	300 Siswa

3.7.2. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2017) adalah subjek atau wakil dari populasi yang diteliti. Besar anggota sampel harus dihitung berdasarkan teknik-teknik tertentu agar sampel yang digunakan yang diambil dari populasi dapat dipertanggung jawabkan. Sampel penelitian ini berjumlah 300 siswa.

3.8. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.8.1 Validitas

Validitas adalah alat ukur yang menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat mengukur apa yang perlu diukur (Azwar, 2007). Kesahihan atau validitas dibatasi tingkat kemampuan suatu alat ukur untuk mengungkap sesuatu yang menjadi sasaran pokok pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur tersebut. Suatu alat ukur dinyatakan sah jika alat ukur itu mampu mengukur apa saja yang hendak diukurnya, mampu mengungkapkan apa yang hendak diungkapkan, atau dengan kata lain memiliki ketetapan dan kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2015).

Validitas isi menunjukkan sejauh mana *item-item* yang dilihat dari isinya dapat mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur. Validitas isi alat ukur ditentukan melalui pendapat profesional (*professional judgement*) dalam proses telaah soal sehingga *item-item* yang telah dikembangkan memang mengukur (representatif bagi) apa yang dimaksudkan untuk diukur.

3.8.2 Reliabilitas

Reliabilitas dari suatu alat ukur diartikan sebagai keajegan atau konsistensi dari alat ukur yang pada prinsipnya menunjukkan hasil-hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek yang sama (Azwar, 2007). Reliabilitas mengacu pada konsistensi, keajegan, dan kepercayaan alat ukur. Secara empirik tinggi rendahnya reliabilitas ditunjukkan melalui koefisien reliabilitas (Azwar, 2015).

Pada prinsipnya, suatu alat ukur dikatakan reliabel apabila alat tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukurannya memberi hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama. Relatif sama berarti

tetap ada toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan tidak reliabel.

Uji reliabilitas skala penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal, dimana tes dikenakan sekali saja pada sekelompok subyek. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien realibilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1. Koefisien reliabilitas yang semakin mendekati angka 1 menandakan semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya, koefisien yang semakin mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas yang dimiliki (Azwar, 2015). Teknik estimasi reliabilitas yang digunakan adalah teknik koefisien *Alpha Cronbach*.

3.9. Prosedur Penelitian

3.9.1 Tahap Persiapan Penelitian (pra lapangan)

Tahap pra-lapangan dilakukan untuk mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian:

- 1) Mengumpulkan informasi dan teori-teori mengenai penelitian dan juga mengumpulkan teori yang mendukung dalam penelitian ini.
- 2) Agar pengambilan data berjalan dengan baik maka perlu dipersiapkan skala yang disusun berdasarkan teori yang ada, untuk selanjutnya hasil dari skala akan diukur dengan bantuan program JASP.
- 3) Setelah peneliti mendapatkan izin maka akan dibicarakan untuk menjelaskan tentang penelitian yang dilakukan dan menanyakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian. Apabila calon responden bersedia,

peneliti kemudian menyepakati waktu untuk melakukan penyebaran skala secara langsung.

3.9.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap pra-lapangan dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pekerjaan lapangan, yaitu

- 1) Sebelum pengisian skala dilakukan, peneliti mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat yang sebelumnya telah disepakati bersama dengan responden. Konfirmasi ulang ini dilakukan sehari sebelum pengisian skala dilakukan dengan tujuan agar memastikan responden dengan keadaan sehat dan tidak berhalangan dalam melakukan pengisian skala.
- 2) Setelah responden terkumpul maka dilakukan pengambilan data dengan cara memberikan tiga skala kepada setiap responden.
- 3) Setelah semua data telah selesai di isi, maka peneliti melanjutkannya dengan menganalisis data dengan bantuan program komputer
- 4) Berdasarkan data yang telah dianalisis maka peneliti mengambil kesimpulan berdasarkan data dan informasi yang diperoleh. Selanjutnya peneliti akan mengadakan diskusi mengenai hasil yang telah diperoleh dan membuat saran sesuai dengan kebutuhan yang harus diperoleh responden.

3.10. Teknik Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengolah data, menganalisa data hasil penelitian untuk diuji kebenarannya, kemudian akan diperoleh suatu kesimpulan dari penelitian tersebut. Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan regresi berganda (Newman, 2013). Penelitian ini akan melihat fungsi variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 1) Hasil pengujian hipotesis pertama dapat dijelaskan berdasarkan hasil analisis regresi didapatkan nilai besaran regresi yaitu 0.154, nilai tersebut sama dengan 15.4% artinya terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap *school well being*, dengan besaran pengaruh 15.4%. Signifikansi menjelaskan bahwa pengaruh *self efficacy* terhadap *school well being* memiliki nilai yang signifikan dikarenakan nilai $p = < .050$ yaitu $< .001$.
- 2) Hasil pengujian hipotesis kedua dapat dijelaskan berdasarkan hasil analisis regresi didapatkan nilai besaran regresi yaitu 0.027, nilai tersebut sama dengan 0.3% artinya terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *school well being*, dengan besaran pengaruh 0.3%. Signifikansi menjelaskan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap *school well being* bersifat signifikan dikarenakan nilai $p = < 0.050$ yaitu $0.004 < 0.050$.
- 3) Hasil pengujian hipotesis ketiga dapat dijelaskan berdasarkan nilai analisis regresi berganda didapatkan nilai besaran regresi yaitu 0.162, nilai tersebut sama dengan 16.2% artinya terdapat pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well being* dengan besaran pengaruh 16.2%. Signifikansi menjelaskan bahwa pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well being* bersifat signifikan dikarenakan nilai $p < 0.050$ yaitu $< 0.001 < 0.050$.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Siswa

Beberapa saran yang dapat diberikan peneliti adalah meningkatkan hubungan yang baik di antara siswa dengan cara mendorong kolaborasi dan saling dukung dalam kegiatan pembelajaran maupun kegiatan pesantren lainnya. Hal ini dapat membantu menciptakan lingkungan sosial yang kondusif untuk kesejahteraan siswa. Selain itu, siswa juga diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang sportif agar dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Dengan begitu, keyakinan untuk berprestasi akan tumbuh ketika siswa diberi peluang yang sesuai dengan kemampuannya .

5.2.2 Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat menyelenggarakan program-program yang mendukung peningkatan kepercayaan diri peserta didik, seperti pelatihan keterampilan belajar, seminar motivasi, dan pengelolaan waktu. Program ini bertujuan membantu siswa merasa lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka. Pesantren perlu memastikan keseimbangan antara tuntutan akademik dan waktu istirahat untuk menjaga kesejahteraan psikologis peserta didik. Jadwal kegiatan yang terstruktur dengan waktu istirahat yang cukup dapat membantu siswa merasa lebih nyaman dan produktif dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan populasi yang lebih beragam, baik dari segi wilayah geografis, jenis pesantren (salafiyah atau modern), maupun jenjang pendidikan peserta didik, agar hasil penelitian lebih generalis. Disarankan untuk menambahkan variabel lain yang juga dapat memengaruhi school well-being, seperti stres akademik, motivasi belajar, atau keterlibatan orang tua. Variabel tambahan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan siswa. Selain peserta didik, peneliti selanjutnya dapat melibatkan guru dan orang tua sebagai subjek penelitian untuk memahami peran mereka dalam mendukung self-efficacy dan kesejahteraan siswa di lingkungan pesantren. Dengan mempertimbangkan saran-saran ini, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dan mendalam dalam memahami pengaruh self-efficacy dan dukungan sosial terhadap school well-being, khususnya dalam konteks peserta didik pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S. (2015). Keterkaitan Self Efficacy dan Self Esteem Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2). <https://doi.org/10.52657/jfk.v1i2.101>
- Ahmad, A. (2010). *Ilmu Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Akhatar, H. (2019). Evaluasi Properti Psikometris Dan Perbandingan Model Pengukuran Konstruk Subjective Well-Being. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 29. <https://doi.org/10.14710/jp.18.1.29-40>
- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). Bahagia dalam Meraih Cita-cita: Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Teknik Arsitektur Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Efikasi Diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357>
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). UMM Press. Caesari.
- Anggreni, N. M. S., & Immanuel, A. S. (2020). Model School Well-Being Sebagai Tatanan Sekolah Sejahtera Bagi Siswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 146. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i3.9848>
- Anwar, M. N. (2009). Self-Efficacy Of Formally and Non-Formally Trained Public Sector Teachers. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 10(3), Article 3.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Bornstein, M. H., Hahn, C.-S., & Suwalsky, J. T. D. (2013). Developmental Pathways Among Adaptive Functioning and Externalizing and Internalizing Behavioral Problems: Cascades From Childhood Into Adolescence. *Applied Developmental Science*, 17(2), 76–87. <https://doi.org/10.1080/10888691.2013.774875>
- Chan, G., Miller, P. W., & Tcha, M. (2015). Happiness In University Education. *International Review of Economics Education*, 4(1), 20–45. [https://doi.org/10.1016/S1477-3880\(15\)30139-0](https://doi.org/10.1016/S1477-3880(15)30139-0)
- Costa, F. J. (2013). Housing-related Well-being in Older People: The Impact of Environmental and Financial Influences. *Urban Studies*, 50(4), 657–673. <https://doi.org/10.1177/0042098012456247>
- Darmayanti, K. K. H., Anggraini, E., Winata, E. Y., & Mardianto, M. F. F. (2021a). Confirmatory Factor Analysis of the Academic Self-Efficacy Scale: An Indonesian Version. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 10(2), 118–132. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v10i2.19777>
- Darmayanti, K. K. H., Anggraini, E., Winata, E. Y., & Mardianto, M. F. F. (2021b). Confirmatory Factor Analysis of the Academic Self-Efficacy Scale: An Indonesian Version. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 10(2), 118–132. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v10i2.19777>
- Faturochman, Saptandari, W., Istiqomah, N. A., & et al. (2012). *Psikologi Untuk Kesejahteraan Masyarakat*. (Cetakan 1). Pustaka Belajar.

- Fauziana, F. (2022). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah IPA. *PIONIR: Jurnal Pendidikan*, 11(1), Article 1. <https://doi.org/10.22373/pjp.v11i1.13138>
- Frost, D. P. (2010). *The Effectiveness of Student Wellbeing*.
- Gerbino, M. (2020). Self-efficacy. In B. J. Carducci, C. S. Nave, & C. S. Nave (Eds.), *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (1st ed., pp. 387–391). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch243>
- Ghufron & Risnawita. (2020). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruuz Media.
- Hemasti, R. A. G., Sadijah, N. A., Azzahra, F., & Khoirunnisa, K. (2024). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Self Regulated Learning Di Sma N 1 Telukjambe. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(4), 16497–16502. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/37733>
- Hemasti, R. A. G., Sadijah, N. A., Gojali, A. P., & Pratiwi, K. (2024). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Student Well Being Di SMA N 4 Karawang. *Journal on Education*, 6(2), Article 2. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/4971>
- Hongwidjojo, M. P., Monika, M., & Wijaya, E. (2018). Relation of Student-Teacher Trust with School Well-Being to High School Students. *PSIKODIMENSIA*, 17(2), 162. <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i2.1664>
- Kartasasmita, S. (2017). Hubungan antara School Well-Being dengan Rumination. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(1), 248. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.358>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Keyes, C. L., & Waterman, M. B. (2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. In *Well-being* (pp. 477–497). Psychology Press.
- Konu, A. I. (2002). Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155–165. <https://doi.org/10.1093/her/17.2.155>
- Konu, A., & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: A conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87. <https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79>
- Kosher, H., Jiang, X., Ben-Arieh, A., & Huebner, E. S. (2014). Advances in children's rights and children's well-being measurement: Implications for school psychologists. *School Psychology Quarterly*, 29(1), 7–20. <https://doi.org/10.1037/spq0000051>
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 246484. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/view/33>
- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2013). *Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa inggris siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 15(2). <https://journals.ums.ac.id/index.php/humaniora/article/view/673>

- Lathifah, N., Adi, A. H., & Na'imah, T. (2021). An Overview of School Well-Being Scale at Students of Muhammadiyah Vocational High School: A Pilot Study. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 2, 97–104. <https://doi.org/10.30595/pssh.v2i.111>
- Liu, W., Mei, J., Tian, L., & Huebner, E. S. (2016). Age and Gender Differences in the Relation Between School-Related Social Support and Subjective Well-Being in School Among Students. *Social Indicators Research*, 125(3), 1065–1083. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0873-1>
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3008>
- Maspupah, R., Violina, S. S., Diva, V. V., & Rahman, S. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Dan School Well Being Pada Pelajar Di Indonesia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 18–25. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.71>
- Masthura, C. P., Julistia, R., & Astuti, W. (2023). Hubungan Self Determination dengan School Well Being pada Siswa/i di SMP Alam Bireuen. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.2910/insight.v1i2.12428>
- Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 27–38. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10374>
- Mufidha, A. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor Psychological Well-Being pada Remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>
- Mullins, E. R., & Irvin, J. L. (2000). Transition into Middle School. *Middle School Journal*, 31(3), 57–60. <https://doi.org/10.1080/00940771.2000.11494629>
- Newman, D. (2013). How Shifting Communication Trends Are Impacting Digital Transformation. *Research Centre of Business Administration in The Bucharest University of Economic Studies, Romania*.
- Nuzulia, S. (2010). Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping. *Semarang. Penerbit UNDIP*.
- O'Brien, C. (2008). Sustainable happiness: How happiness studies can contribute to a more sustainable future. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 49(4), 289–295. <https://doi.org/10.1037/a0013235>
- Rahman, R. D. (2019). Pengaruh motivasi berprestasi, self efficacy, dan dukungan sosial terhadap prestasi akademis mahasiswa. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 4(2). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10839>
- Randwitya, A. G. H., Nur, A. S., Ahmad Paisal Gojali, & Kurnia Pratiwi. (2024). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Student Well Being Di SMA N 4 Karawang. 6(2). <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/4971>

- Rasyid, A. (2020a). Konsep dan Urgensi Penerapan School Well-Being Pada Dunia Pendidikan. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 376–382. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.705>
- Riansyah, I. R. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa. *IJBITH Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities*, 1(1), 403–418 Article 1. <https://journal.drafpublisher.com/index.php/ijith/article/view/184>
- Rokhmatika, L. (2013). Hubungan antara Persepsi terhadap Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri di Sekolah pada Siswa Kelas Unggulan. *Jurnal BK UNESA*, 1(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/1940>
- Roos, J. (2013). The benefits and limitations of leadership speeches in change initiatives. *Journal of Management Development*, 32(5), 548–559. <https://doi.org/10.1108/02621711311328318>
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2014). Relationships between Psychological Well-being and Resilience in Middle and Late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>
- Sahari, S. (2018). Fullday School dalam Sorotan Ilmu Sosiologi, Psikologi, dan Ekonomi. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, 11(1). <https://doi.org/10.30984/jii.v11i1.575>
- Samputri, S. K., & Sakti, H. (2015). Dukungan Sosial Dan Subjective Well Being Pada Tenaga Kerja Wanita Pt. Arni Family Ungaran. *Jurnal EMPATI*, 4(4), Article 4. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14321>
- Santrock, J. (2011). *Educational psychology*. McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011). *Psikologi Pendidikan* (Edisi kedua). Kencana.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, T., & Schlechter, A. D. (2020). Positive Psychology: An Introduction. In E. Messias, H. Peseschkian, & C. Cagande (Eds.), *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology* (pp. 33–46). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-33264-8_3
- Satria, I. G. I. J., & Kurniawati, M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (studi pada mahasiswa perantau). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), Article 6. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i6.16467>
- Septhiani, S. (2022). Analisis Hubungan Self-Efficacy Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(3), 3078–3086. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v6i3.1423>
- Singh, B., & Udainiya, R. (2009). Self-Efficacy and Well-Being of Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psycholog*, 35(2), 227–232. <https://jiaap.in/wp-content/uploads/2009/08/6.pdf>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian bisnis: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Sulistiani, W., Fajrianthi, F., & Kristiana, I. F. (2022a). Validation of the Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch Model Approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103. <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>

- Sulistiani, W., Fajrianthi, F., & Kristiana, I. F. (2022b). Validation of the Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch Model Approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103. <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Syahril, D. R., & Fitriani, Y. (2025). Self Efficacy Sebagai Prediktor School Well-Being Siswa Smp Islam Di Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Kearifan Lokal*, 5(1), 229-242 Article 1. <https://www.jipkl.com/index.php/JIPKL/article/view/227>
- Thohiroh, H., Novianti, L. E., & Yudiana, W. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif di Sekolah pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131–144. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.5323>
- Tian, L., Zhao, J., & Huebner, E. S. (2015). School-related social support and subjective well-being in school among adolescents: The role of self-system factors. *Journal of Adolescence*, 45(1), 138–148. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.09.003>
- Tricahyani, I. A. R., & Wideasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 168–176.
- Utami, K. D., Sumiyarini, R., & Syah, M. E. (2024). Analisis School Well Being Pada Mahasiswa Keperawatan di Yogyakarta Melalui Peer Mentoring. *Jurnal Diversita*, 10(2), 212–218. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i2.12958>
- Widyaningsih, W., & Budiningsih, T. E. (2016). Perbedaan Academic Self Efficacy Ditinjau dari Jenis Goal Orientation. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v8i2.8626>
- Wyn, J., Cahill, H., Holdsworth, R., Rowling, L., & Carson, S. (2000). MindMatters, a Whole-School Approach Promoting Mental Health and Wellbeing. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(4), 594–601. <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2000.00748.x>
- Yuniawati, R., & Tarnoto, N. (2019). Pemaknaan School Well-being pada Siswa SMP: Indigenous Research. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(2). <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i2.4408>
- Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-Efficacy, Stress, and Academic Success in College. *Research in Higher Education*, 46(6), 677–706. <https://doi.org/10.1007/s11162-004-4139-z>



LAMPIRAN
ALAT UKUR PENELITIAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Salam hormat,
Semoga anda selalu dalam keadaan sehat jiwa dan raga.
Terima kasih telah membaca prosedur ini sebelum melakukan persetujuan.

Saya peneliti dari bidang Psikologi ingin melakukan survei kecil. Bersama ini saya mengajak anda untuk memberikan tanggapan dalam riset saya. Segala tanggapan anda dalam survei ini tidak menunjukkan salah atau benar, sehingga isilah pernyataan ini secara jujur dan terbuka. Tidak ada dampak serius yang ditimbulkan dalam mengisi survei ini, baik dari fisik maupun psikis. Kami tidak meminta data sensitif yang bersifat pribadi (nomor KTP, nomor PIN, dll). Semua data yang diisi oleh responden bersifat rahasia dan berada dibawah hukum UU Peraturan Menteri no. 20 tahun 2016 tentang Perlindungan Data Pribadi (PDP) serta tidak dipublikasikan.

Bila anda memiliki pertanyaan atau tanggapan serta kritik maupun saran seputar kegiatan ini, anda dapat menghubungi kami

Dengan menandatangani surat persetujuan ini, Anda menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian

Hormat saya

Peneliti

1 (sama sekali tidak efisien) hingga 7 (sangat efisien)

Tampilan Alat Ukur <i>Self Efficacy</i>								
No	Butir	1	2	3	4	5	6	7
1.	Saya dapat menjaga perhatian saya selama guru mengajar di kelas							
2.	Saya dapat membuat strategi yang berguna untuk mempelajari mata pelajaran yang belum pernah dipelajari sebelumnya							
3.	Saya dapat bereaksi secukupnya dalam menghadapi suatu kegagalan							
4.	Saya mampu mengungkapkan keraguan dan ketidakpastian tentang materi yang disampaikan guru							
5.	Saya mampu membangun hubungan yang baik dengan teman-teman sekolah							
6.	Saya dapat mempersiapkan mata pelajaran yang diharapkan dalam sebuah program pelatihan							
7.	Saya dapat mengaitkan berbagai topik dari berbagai mata pelajaran yang berbeda							
8.	Saya dapat mengungkapkan ketidaksetujuan saya terhadap ide-ide guru							
9.	Saya mampu belajar tanpa bantuan orang lain							
10.	Saya dapat membicarakan berbagai kesulitan dengan guru-guru saya							
11.	Saya dapat memahami alasan dibalik kegagalan yang saya alami							
12.	Saya mampu mengelola situasi yang sulit							
13.	Saya dapat meminta bantuan guru untuk menyelesaikan masalah di Sekolah							
14.	Saya mampu bekerja sama dalam kegiatan kelompok							
15.	Saya dapat berusaha untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan							
16.	Saya dapat menghindari dari situasi yang tidak menyenangkan							
17.	Saya mampu membaca situasi dan memilih hal yang terbaik untuk saya							
18.	Saya dapat menjadikan cita-cita saya selaras dengan pilihan profesi saya							
19.	Saya mampu mengambil keputusan dengan memikirkan resikonya							

20.	Saya dapat menghindari pengaruh orang lain dalam pengambilan keputusan di masa yang akan datang							
21.	Saya mampu berusaha dengan baik walau pada mata pelajaran yang tidak saya sukai							
22.	Saya dapat meminta bantuan orang lain bila mengalami kesulitan							
23.	Saya dapat membahas penilaian belajar yang tidak sesuai dengan yang seharusnya saya dapatkan							
24.	Saya dapat membangun suasana positif saat menjalin hubungan dengan teman-teman sekolah							
25.	Saya mampu menghindari konflik							

1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju)

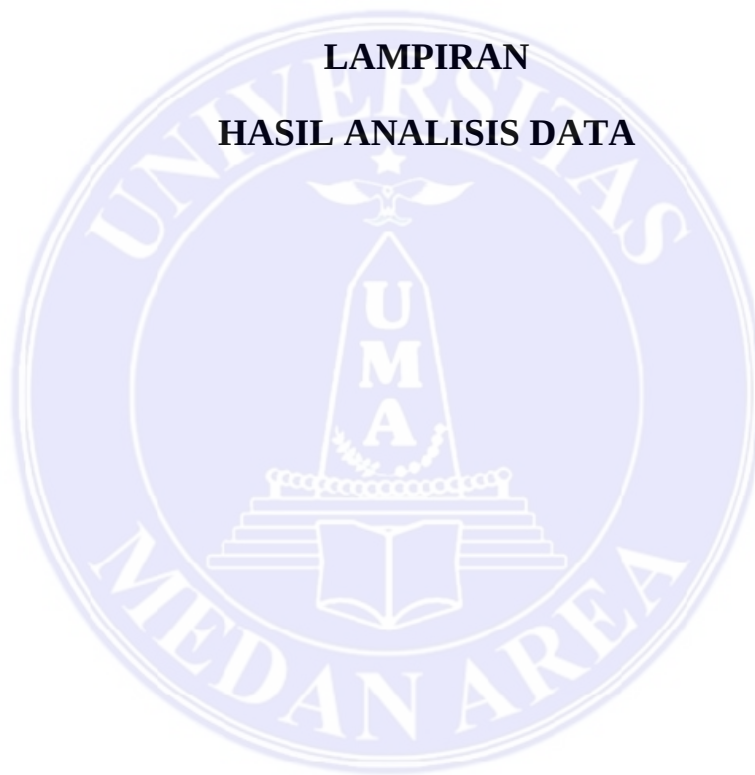
Tampilan Alat Ukur Dukungan Sosial								
No	Butir	1	2	3	4	5	6	7
1	Keluarga saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya.							
2	Saya mendapatkan bantuan emosional dan dukungan yang saya butuhkan dari keluarga saya							
3	Saya dapat membicarakan masalah-masalah saya dengan keluarga saya.							
4	Keluarga saya bersedia untuk membantu saya dalam mengambil keputusan.							
5	Teman-teman saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya.							
6	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika sesuatu berjalan tidak seperti yang seharusnya							
7	Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka.							
8	Saya dapat membicarakan masalah-masalah saya dengan teman-teman saya.							
9	Ada seorang yang spesial di sekitar saya ketika saya membutuhkan.							
10	Ada seorang yang spesial yang menjadi tempat saya berbagi suka dan duka.							
11	Saya memiliki seorang yang spesial yang menjadi sumber nyata kenyamanan bagi saya.							

12	Ada seseorang special dalam kehidupan saya, yang peduli dengan perasaan-perasaan saya.							
----	--	--	--	--	--	--	--	--

Tampilan Alat Ukur <i>School Well Being</i>					
No	Butir	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak ada masalah dalam mempersiapkan ujian.				
2.	Selama enam bulan terakhir saya mengalami merasa lelah atau lemah.				
3.	Alat indera saya cukup baik dan sehat dalam mengikuti pembelajaran di sekolah				
4.	Guru tertarik dengan apa yang saya lakukan.				
5.	Temperatur dalam kelas saya mengganggu pelajaran.				
6.	Saya tidak ada masalah setelah pembelajaran.				
7.	Guru memperlakukan saya sebagai murid dengan adil.				
8.	Lingkungan sekolah dan ruang kelas saya bersih dan rapi.				
9.	Guru sering tidak memperdulikan saya.				
10.	Selama enam bulan terakhir saya mengalami sakit kepala.				
11.	Saya tidak pernah di puji oleh guru jika mendapatkan prestasi baik.				
12.	Teman-teman di kelas saya menikmati kebersamaan.				
13.	Ruangan dalam kelas saya luas, sehingga nyaman untuk belajar.				
14.	Guru tidak membebani saya dalam memberikan tugas.				
15.	Selama enam bulan terakhir saya mengalami nyeri leher atau bahu.				
16.	Sekolah tidak memberikan penghargaan kepada saya jika memperoleh				
17.	Saya berhubungan baik dengan guru saya.				
18.	Disekolah saya terdapat ruang ganti yang layak.				
19.	Saya sering mendapatkan masalah ketika bekerja dalam kelompok.				
20.	Saya selalu mengikuti pembelajaran selama pelajaran.				
21.	Saya merasa sehat dalam enam bulan terakhir.				
22.	Di sekolah saya tidak pernah terjadi bullying.				
23.	Kualitas ventilasi dalam kelas saya baik atau udara ruangan yang baik.				
24.	Saya tidak berkomunikasi dengan baik dengan guru.				
25.	Saya tidak ada masalah dalam mengerjakan pekerjaan rumah atau tugas yang guru berikan.				
26.	Selama enam bulan terakhir saya mengalami sakit perut.				



LAMPIRAN
HASIL ANALISIS DATA



Results

Descriptive Statistics

Descriptive Statistics

	Valid	Missing	Mean	Std. Deviation
SE25	300	0	76.517	12.032
MSPSS12	300	0	63.387	11.187
SWB	300	0	79.717	10.291

Validitas self-efficacy

Model fit

Chi-square test

Model	X ²	df	p
Baseline model	3120.117	300	
Factor model	944.361	275	< .001

Note. The estimator is ML.

Parameter estimates

Factor loadings

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval		Std. Est. (all)
						Lower	Upper	
Factor 1	SE25-1	0.415	0.045	9.186	< .001	0.327	0.504	0.513
	SE25-2	0.455	0.046	9.932	< .001	0.365	0.545	0.548
	SE25-3	0.385	0.047	8.221	< .001	0.293	0.476	0.465
	SE25-4	0.456	0.046	9.927	< .001	0.366	0.546	0.548
	SE25-5	0.326	0.043	7.560	< .001	0.242	0.411	0.432
	SE25-6	0.482	0.045	10.731	< .001	0.394	0.570	0.585
	SE25-7	0.404	0.040	10.089	< .001	0.326	0.483	0.556
	SE25-8	0.429	0.048	8.942	< .001	0.335	0.523	0.501
	SE25-9	0.470	0.057	8.301	< .001	0.359	0.581	0.470
	SE25-10	0.446	0.050	8.980	< .001	0.349	0.544	0.504
	SE25-11	0.446	0.044	10.168	< .001	0.360	0.533	0.558
	SE25-13	0.494	0.046	10.770	< .001	0.404	0.583	0.586
	SE25-14	0.481	0.047	10.215	< .001	0.389	0.573	0.561
	SE25-15	0.512	0.039	13.190	< .001	0.436	0.589	0.688
	SE25-16	0.512	0.038	13.557	< .001	0.438	0.586	0.701
	SE25-17	0.457	0.048	9.499	< .001	0.363	0.551	0.527
	SE25-18	0.524	0.047	11.121	< .001	0.432	0.617	0.601
	SE25-19	0.475	0.044	10.845	< .001	0.389	0.561	0.589
	SE25-20	0.470	0.045	10.410	< .001	0.381	0.558	0.570
	SE25-21	0.434	0.044	9.953	< .001	0.349	0.520	0.549

Factor loadings

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval		Std. Est. (all)
						Lower	Upper	
	SE25-22	0.543	0.042	12.888	< .001	0.460	0.625	0.675
	SE25-23	0.451	0.043	10.398	< .001	0.366	0.536	0.570
	SE25-26	0.532	0.044	12.104	< .001	0.446	0.618	0.643
	SE25-27	0.428	0.043	9.976	< .001	0.344	0.512	0.551
	SE25-28	0.479	0.045	10.676	< .001	0.391	0.566	0.582

Reliabilitas self efficacy**Frequentist Scale Reliability Statistics**

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.921
95% CI lower bound	0.907
95% CI upper bound	0.933

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	Cronbach's α	Item-rest correlation
SE25-1	0.919	0.490
SE25-2	0.918	0.539
SE25-3	0.919	0.461
SE25-4	0.918	0.541
SE25-5	0.920	0.417
SE25-6	0.917	0.570
SE25-7	0.918	0.555
SE25-8	0.919	0.489
SE25-9	0.919	0.454
SE25-10	0.918	0.500
SE25-11	0.918	0.534
SE25-13	0.917	0.562
SE25-14	0.918	0.540
SE25-15	0.916	0.643
SE25-16	0.916	0.661
SE25-17	0.918	0.503
SE25-18	0.917	0.558
SE25-19	0.917	0.560
SE25-20	0.918	0.544
SE25-21	0.918	0.510
SE25-22	0.916	0.638
SE25-23	0.918	0.530
SE25-26	0.917	0.615
SE25-27	0.918	0.515

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	Cronbach's α	Item-rest correlation
SE25-28	0.917	0.559

Validitas dukungan sosial**Model fit****Chi-square test**

Model	X ²	df	p
Baseline model	1844.425	66	
Factor model	662.821	54	< .001

Note. The estimator is ML.

Parameter estimates**Factor loadings**

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval		Std. Est. (all)
						Lower	Upper	
Factor 1	MSPSS12-1	0.265	0.061	4.321	< .001	0.145	0.385	0.358
	MSPSS12-2	0.258	0.087	2.980	0.003	0.088	0.427	0.379
	MSPSS12-3	0.481	0.087	5.510	< .001	0.310	0.653	0.325
	MSPSS12-4	0.326	0.071	4.573	< .001	0.186	0.466	0.373
	MSPSS12-5	0.662	0.078	8.466	< .001	0.509	0.816	0.489
	MSPSS12-6	0.918	0.088	10.427	< .001	0.746	1.091	0.585
	MSPSS12-7	0.985	0.087	11.323	< .001	0.815	1.156	0.625
	MSPSS12-8	1.042	0.091	11.470	< .001	0.864	1.220	0.633
	MSPSS12-9	1.317	0.075	17.556	< .001	1.170	1.464	0.842
	MSPSS12-10	1.283	0.076	16.947	< .001	1.134	1.431	0.828
	MSPSS12-11	1.329	0.077	17.304	< .001	1.179	1.480	0.839
	MSPSS12-12	1.155	0.080	14.519	< .001	0.999	1.310	0.742

Reliabilitas dukungan sosial**Frequentist Scale Reliability Statistics**

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.860
95% CI lower bound	0.834
95% CI upper bound	0.882

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	Cronbach's α	Item-rest correlation
MSPSS12-1	0.860	0.359
MSPSS12-2	0.866	0.347
MSPSS12-3	0.856	0.406
MSPSS12-4	0.858	0.385
MSPSS12-5	0.848	0.550
MSPSS12-6	0.844	0.622
MSPSS12-7	0.843	0.639
MSPSS12-8	0.842	0.654
MSPSS12-9	0.839	0.697
MSPSS12-10	0.843	0.650
MSPSS12-11	0.841	0.672
MSPSS12-12	0.845	0.612

Validitas school well being**Model fit****Chi-square test**

Model	X ²	df	p
Baseline model	29995.554	325	
Factor model	27788.767	299	< .001

Note. The estimator is ML.

Parameter estimates

Factor loadings

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval		Std. Est. (all)
						Lower	Upper	
Factor 1	SWB1	0.227	0.042	5.376	< .001	0.144	0.310	0.313
	SWB2	0.238	0.037	6.518	< .001	0.166	0.310	0.376
	SWB3	0.234	0.038	6.107	< .001	0.159	0.309	0.356
	SWB4	0.273	0.045	6.123	< .001	0.186	0.361	0.357
	SWB5	0.346	0.038	9.095	< .001	0.271	0.420	0.508
	SWB6	0.254	0.042	6.034	< .001	0.171	0.336	0.351
	SWB7	0.251	0.042	5.932	< .001	0.168	0.334	0.346
	SWB8	0.233	0.048	4.852	< .001	0.139	0.327	0.385
	SWB9	0.214	0.048	4.470	< .001	0.120	0.309	0.365
	SWB10	0.182	0.050	3.666	< .001	0.085	0.279	0.319
	SWB11	0.396	0.043	9.230	< .001	0.312	0.480	0.514
	SWB12	0.396	0.038	10.320	< .001	0.321	0.472	0.564
	SWB13	0.479	0.042	11.482	< .001	0.397	0.561	0.616
	SWB14	0.497	0.036	13.834	< .001	0.427	0.568	0.710
	SWB15	0.411	0.043	9.629	< .001	0.328	0.495	0.533
	SWB16	0.401	0.047	8.524	< .001	0.308	0.493	0.479
	SWB17	0.466	0.035	13.476	< .001	0.398	0.534	0.702
	SWB18	0.413	0.036	11.450	< .001	0.342	0.484	0.621
	SWB19	0.369	0.035	10.617	< .001	0.301	0.437	0.581
	SWB20	0.574	0.035	16.233	< .001	0.504	0.643	0.809
	SWB21	0.381	0.032	11.797	< .001	0.318	0.445	0.633
	SWB22	0.466	0.035	13.476	< .001	0.398	0.534	0.702
	SWB23	0.413	0.036	11.450	< .001	0.342	0.484	0.621
	SWB24	0.369	0.035	10.617	< .001	0.301	0.437	0.581
	SWB25	0.574	0.035	16.233	< .001	0.504	0.643	0.809
	SWB26	0.381	0.032	11.797	< .001	0.318	0.445	0.633

Reliabilitas school well being

Frequentist Scale Reliability Statistics

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.912
95% CI lower bound	0.897
95% CI upper bound	0.926

Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	If item dropped	
	Cronbach's α	Item-rest correlation
SWB1	0.913	0.317
SWB2	0.911	0.381
SWB3	0.911	0.413
SWB4	0.910	0.486
SWB5	0.908	0.580
SWB6	0.910	0.458
SWB7	0.911	0.435
SWB8	0.911	0.400
SWB9	0.911	0.404
SWB10	0.912	0.368
SWB11	0.909	0.516
SWB12	0.909	0.489
SWB13	0.908	0.566
SWB14	0.906	0.651
SWB15	0.909	0.526
SWB16	0.910	0.440
SWB17	0.908	0.584
SWB18	0.908	0.587
SWB19	0.908	0.535
SWB20	0.906	0.672
SWB21	0.909	0.527
SWB22	0.908	0.584
SWB23	0.908	0.587
SWB24	0.908	0.535
SWB25	0.906	0.672
SWB26	0.909	0.527

Normalitas

Descriptive Statistics

	Skewness	Std. Error of Skewness	Kurtosis	Std. Error of Kurtosis
SE25	1.297	0.141	1.576	0.281
MSPSS12	-0.695	0.141	-0.036	0.281
SWB	0.531	0.141	1.283	0.281

Linear Regression efficacy-school well being

Model Summary - SWB

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	10.291
H ₁	0.392	0.154	0.151	9.484

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	4861.540	1	4861.540	54.051	< .001
	Residual	26803.377	298	89.944		
	Total	31664.917	299			

Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H ₀	(Intercept)	79.717	0.594		134.170	< .001
H ₁	(Intercept)	54.073	3.531		15.315	< .001
	SE25	0.335	0.046	0.392	7.352	< .001

Linear Regression dukungan-school well being

Model Summary - SWB

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	10.291
H ₁	0.166	0.027	0.024	10.166

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	868.794	1	868.794	8.407	0.004
	Residual	30796.122	298	103.343		
	Total	31664.917	299			

Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H ₀	(Intercept)	79.717	0.594		134.170	< .001
H ₁	(Intercept)	70.058	3.382		20.713	< .001
	MSPSS12	0.152	0.053	0.166	2.899	0.004

Linear Regression efficacy-dukungan-school well being**Model Summary - SWB**

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	10.291
H ₁	0.402	0.162	0.156	9.455

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	5114.443	2	2557.221	28.606	< .001
	Residual	26550.474	297	89.396		
	Total	31664.917	299			

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Coefficients

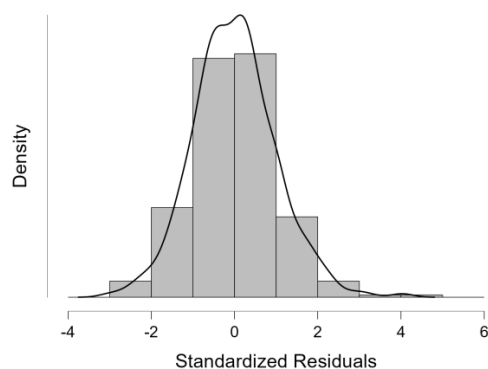
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p	Collinearity Statistics	
							Tolerance	VIF
H ₀	(Intercept)	79.717	0.594		134.170	< .001		
H ₁	(Intercept)	49.944	4.291		11.639	< .001		
	SE25	0.320	0.046	0.374	6.892	< .001	0.960	1.041
	MSPSS12	0.084	0.050	0.091	1.682	0.094	0.960	1.041

Collinearity Diagnostics

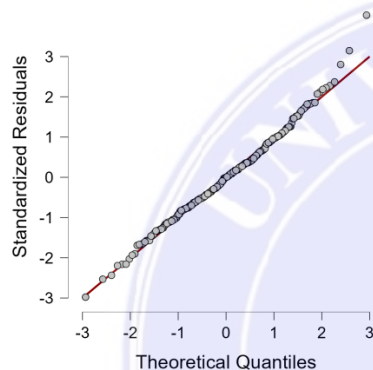
Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Intercept)	SE25	MSPSS12
H ₁	1	2.967	1.000	0.002	0.003	0.003
	2	0.022	11.612	0.012	0.421	0.765
	3	0.011	16.693	0.986	0.576	0.232

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Standardized Residuals Histogram



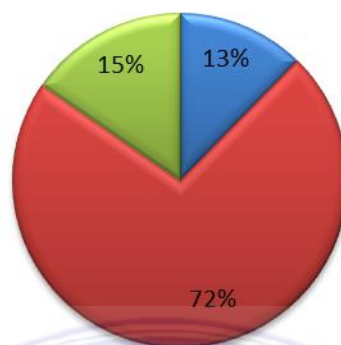
Q-Q Plot Standardized Residuals



Kategorisasi self efisiensi	Batas nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	<64.485	37	12%
Sedang	>64.485 - x - <88.549	217	72%
Tinggi	>88.549	46	15%
Total		300	100%

Self efficacy

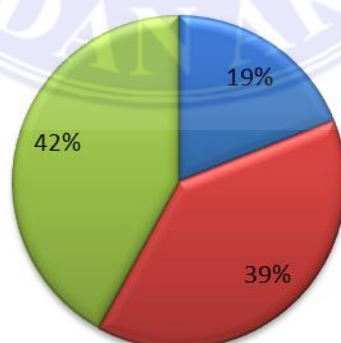
■ Rendah ■ Sedang ■ Tinggi



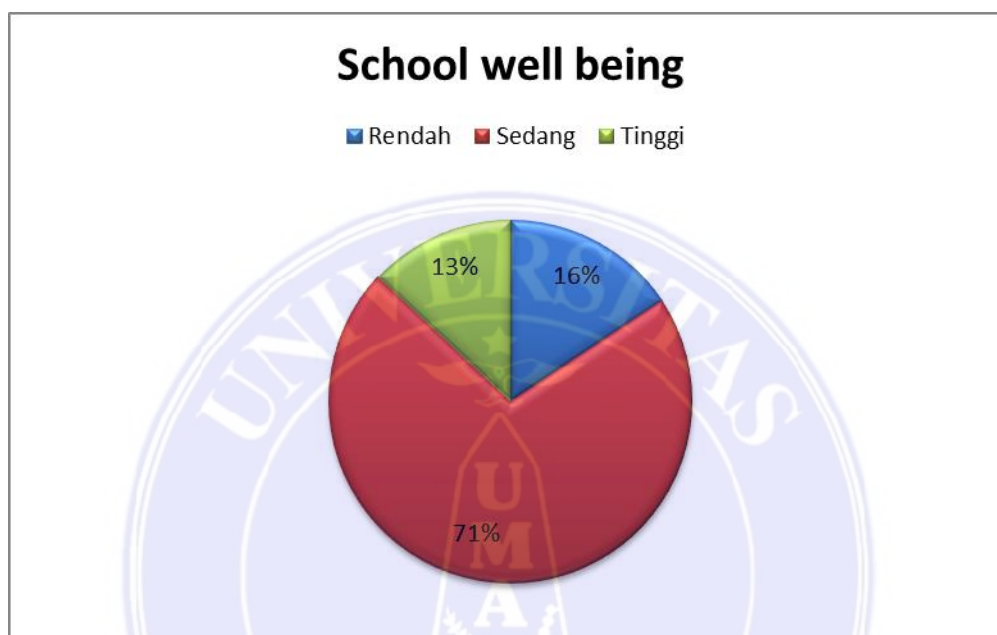
Kategorisasi dukungan sosial	Batas nilai	Frekuensi	Persentasi
Rendah	<52.2	57	19%
Sedang	>52.2 - x - <74.574	117	39%
Tinggi	>74.574	126	42%
Total		300	100%

Dukungan sosial

■ Rendah ■ Sedang ■ Tinggi



Kategorisasi school well being	Batas nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	<69.426	47	16%
Sedang	>69.426 - x - <90.008	214	71%
Tinggi	>90.008	39	13%
Total		300	100%



Linear Regression

Model Fit Measures

Model	R	R ²
1	0.40	0.16

Model Coefficients - SWB

Predictor	Estimate	SE	t	p	Stand. Estimate
Intercept	49.94	4.29	11.64	<.001	
SE25	0.32	0.05	6.89	<.001	0.37
MSPSS12	0.08	0.05	1.68	0.094	0.09

Assumption Checks

Normality Tests

	Statistic	p
Shapiro-Wilk	0.99	0.072
Kolmogorov-Smirnov	0.04	0.603
Anderson-Darling	0.54	0.168

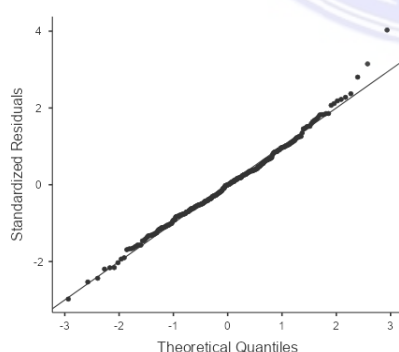
Heteroskedasticity Tests

	Statistic	p
Breusch-Pagan	16.76	<.001
Goldfeld-Quandt	1.13	0.238
Harrison-McCabe	0.47	0.230

Collinearity Statistics

	VIF	Tolerance
SE25	1.04	0.96
MSPSS12	1.04	0.96

Q-Q Plot





LAMPIRAN
SURAT PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

PASCASARJANA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79B/Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id | www.pasca.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2040/PPS-UMA/D/01/XII/2024

Lamp : -

Hal : Pengambilan Data

2 Desember 2024

Kepada Yth. Bapak/Ibu:
Kepala Sekolah SMP Swasta IT Darul Azhar
Jl. Kutacane Blangkejeren Desa Deleng Megakhe,
Kec. Badar, Kab. Aceh Tenggara
 Di -
 Tempat

Dengan hormat,
 Sehubungan dengan adanya Tugas Akhir mahasiswa Program Magister Psikologi Universitas Medan Area, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : Fitriani
 NPM : 221804061
 Program Studi : Magister Psikologi

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

“Pengaruh Self-Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap School Well-Being Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane”

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



Direktur,



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K, MS







YAYASAN DARUL AZHAR SEJAHTERA
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA SWASTA
SMP SWASTA IT DARUL AZHAR
KABUPATEN ACEH TENGGARA

NPSN : 10110794 NSS : 202060807005

Jln Kutacane Blangkejeren Desa Diding Manggalas Kec. Bodek Kab. Aceh Tenggara Kodepos : 24652 Email : smpitdarulazhar@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor: 160/YDAS_DA/I/2025

Kepala Sekolah SMP Swasta IT Darul Azhar Kutacane Aceh Tenggara menerangkan bahwa:

Nama : Fitriani
 NPM : 221804061
 Prodi : Magister Psikolog
 Judul Penelitian : *Pengaruh Self-Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap School Well-Being Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane*

Benar telah melaksanakan penelitian dari tanggal 02-12 Desember 2024 di SMP Swast IT Darul Azhar Kutacane.

Aceh Tenggara, 30 Desember 2024
 Kepala Sekolah

Muji Yusnandar, Lc