



## Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya

Umi Anugerah Izzati\*, Olievia Prabandini Mulyana, Ni Wayan Sukmawati  
Puspitadewi

Jurusan Psikologi FIP Universitas Negeri Surabaya

\*umianugerah@unesa.ac.id

### Abstrak

Kesejahteraan psikologis merupakan hal penting untuk dimiliki setiap individu. Kesejahteraan psikologis dianggap penting karena berkaitan dengan kehidupan individu selama rentang waktu kehidupannya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis salah satunya yang menjadi fokus pada penelitian ini adalah efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi. Subyek penelitian ini adalah 360 siswa baru salah satu Sekolah Menengah Kejuruan Swasta di Surabaya yang terdiri dari siswa jurusan akuntansi dan keuangan lembaga, otomatisasi dan tata kelola perkantoran dan multimedia. Instrumen yang digunakan menggunakan skala efikasi diri dan skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan peneliti. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada siswa baru SMK.

**Kata kunci:** Efikasi Diri, Kesejahteraan Psikologis, Siswa, SMK

### Pendahuluan

Sekolah adalah suatu organisasi yang memiliki sistem pendidikan formal yang berperan dalam mencerdaskan generasi penerus bangsa (Sholikha & Izzati, 2021). Sekolah juga dapat berpengaruh pada pemilihan karir individu di masa yang akan datang serta sarana pembelajaran individu dalam mendapatkan pengetahuan (Prabowo, 2016). Salah satu jenjang sekolah yang ada di Indonesia adalah Sekolah Menengah Kejuruan. Sekolah Menengah Kejuruan adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang membentuk peserta didik berkualitas untuk siap menuju dunia kerja (Basito et al., 2018).

Sekolah merupakan elemen penting dalam perkembangan individu khususnya bagi siswa baru. Masa transisi dari Sekolah Menengah Pertama menuju Sekolah Menengah Kejuruan, membuat siswa baru mulai mencari jati dirinya. Sekolah dapat melakukan intervensi kesejahteraan kepada siswa sehingga siswa dapat meningkatkan regulasi dirinya, selain itu juga siswa juga dapat menurunkan tingkat kecemasan dan stress yang dialaminya (Prabowo, 2016). Dalam rangka mempersiapkan masa perkembangan remaja, penting bagi siswa baru untuk dapat fokus pada kesejahteraan psikologisnya

Kesejahteraan psikologis merupakan hal penting yang harus diperhatikan dalam perkembangan diri siswa (Linayaningsih & Nawangsih, 2017). Kesejahteraan psikologis dapat membantu siswa baru dalam membangun emosi positif, merasakan kepuasan dan kebahagiaan dalam hidup, serta mengurangi stres, depresi, dan perilaku-perilaku negatif lainnya.

Ryff (1989) mengemukakan kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu dalam menerima diri sendiri, sadar akan potensi yang dimiliki dan mampu menyalurkan potensi tersebut secara berkelanjutan, kemampuan dalam mengontrol lingkungan eksternal, menghadapi tekanan sosial, melakukan interaksi sosial dan menciptakan hubungan positif serta memiliki target dalam hidup sehingga individu merasakan kehidupan yang bermakna.



Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu dalam menerima dirinya sendiri baik dalam hal positif maupun negatif dimana individu mampu mengembangkannya serta mampu menyeimbangkan antara diri sendiri dengan lingkungan sosialnya sehingga membuat individu merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya.

Menurut Ryff (1989) terdapat enam aspek kesejahteraan psikologis diantaranya adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan kemandirian. 1) Penerimaan diri mengacu pada kemampuan individu dalam mengakui dan menerima dirinya sendiri pada masa lalu maupun masa sekarang. 2) Hubungan positif dengan orang lain mengacu pada kemampuan individu dalam menyampaikan kasih sayang kepada orang lain, menjalin erat persahabatan, dan memiliki rasa empati yang tinggi terhadap orang lain. 3) Tujuan hidup mengacu pada niat positif yang dimiliki individu dalam mencapai tujuan kehidupan yang bermakna. 4) Perkembangan diri mengacu pada kemampuan individu dalam menyadari potensi yang ada pada dirinya dan memiliki keinginan untuk terus berkembang dengan terbuka menerima masukan dan pengalaman. 5) Penguasaan lingkungan mengacu pada kemampuan individu dalam memilih, menciptakan, dan menyesuaikan lingkungan dengan kondisi psikis yang ada dalam dirinya. 6) Otonomi mengacu pada kemampuan individu dalam menentukan kehidupannya dengan bersikap mandiri dan mengatur perilaku individu tersebut.

Studi pendahuluan dilakukan dengan melakukan wawancara dengan kepala sekolah, wakil kepala sekolah dan tiga perwakilan guru dari jurusan akuntansi dan keuangan lembaga, otomatisasi dan tata kelola perkantoran serta multimedia di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan Swasta di Surabaya. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan ada beberapa informasi yang diperoleh berkaitan dengan kondisi siswa baru disekolah tersebut diantaranya sebagian siswa baru masih belum dapat memahami kelebihan dan kekurangan dirinya. Ada beberapa siswa baru diketahui belum dapat menjalin hubungan sosial dengan temannya, ada juga yang belum mengetahui cita-cita yang ingin dicapai, ada yang sudah mengetahui cita-citanya akan tetapi belum menunjukkan upaya untuk mencapai cita-citanya. Selain itu, ada siswa yang belum bisa mandiri dalam melaksanakan tugas dari sekolah dan ada juga yang belum memiliki keinginan untuk mengembangkan potensi dirinya pada kemampuan tertentu.

Menurut Ryff & Keyes (1995) kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu usia, jenis kelamin, kepribadian, dukungan sosial dan status sosial ekonomi. Sementara itu dalam hasil penelitian Rahmawati, dkk (2017), Salimirad dan Srimathi (2016), Siddiqui (2015) menunjukkan efikasi diri memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Pada penelitian ini memfokuskan pada salah satu variabel yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu efikasi diri.

Bandura (1997) mengemukakan efikasi diri merupakan kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan berbagai tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai suatu hasil. Baron dan Byrne (dalam Basito et al., 2018) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan evaluasi individu mengenai kemampuan dan kompetensi yang ada pada diri individu dalam melakukan tugas, mengatasi hambatan dan mencapai tujuan.

Bandura (1997) menyatakan bahwa terdapat tiga aspek efikasi diri diantaranya adalah *magnitude*, *strength*, dan *generality*. *Magnitude* mengacu pada tingkat kesulitan tugas akan mempengaruhi perilaku individu. *Strength* mengacu pada keyakinan individu terkait kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut. *Generality* mengacu pada keyakinan individu terkait cakupan perilaku yang mampu dilaksanakan individu.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan perwakilan enam guru dari masing-masing jurusan yang ada di sekolah tersebut menunjukkan beberapa siswa baru mudah putus asa dan mudah menyerah bila mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, ada yang



kurang yakin pada kemampuan yang dimiliki dan beberapa siswa baru mengalami keraguan dalam bertindak saat mendapatkan tugas dari sekolah.

Kondisi siswa baru pada salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya menunjukkan bahwa penelitian kesejahteraan psikologi tepat dilakukan di sekolah tersebut. Hal ini dapat membuat siswa baru mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya, sehingga siswa baru mampu menjalankan kehidupan yang bahagia dan sejahtera mulai dari awal masa sekolah menengah kejuruan.

Beberapa penelitian terdahulu telah dilakukan dengan menggunakan variabel lain yang terdiri dari penelitian yang dilakukan oleh Linawati dan Desiningrum (2017) tentang Hubungan antara Religiusitas dan *Psychological Well-Being* pada Siswa SMP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dan *psychological well-being*. Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggarwati dan Thamrin (2019) yang berjudul “*Work Family Conflict* dan *Psychological Well-Being* pada Ibu Bekerja”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *work family conflict* dan *psychological well-being* pada ibu yang bekerja. Penelitian yang dilakukan Rosalina dan Siswati (2018) dengan judul “Hubungan antara *Psychological Capital* dengan *Psychological Well-Being* pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *psychological capital* dengan *psychological well-being*.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahama & Izzati (2021) berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Karyawan”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang searah artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula *psychological well-being*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *psychological well-being*.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini adalah terletak pada variabel *antecedent* dan subjek penelitian. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya dimana pada penelitian terdahulu, sepengetahuan peneliti belum ada penelitian yang menggunakan subjek siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan dalam penelitian serupa. Selain itu, perbedaan terletak pada variabel *antecedent* dimana pada penelitian terdahulu diatas, variabel yang digunakan diantaranya adalah religiusitas, *work family conflict*, *psychological capital*, dan dukungan sosial, sedangkan variabel dalam penelitian ini adalah efikasi diri.

Penelitian ini memiliki fokus pada variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini dilakukan mengingat pentingnya efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa baru pada Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Selain itu, penelitian terkait dengan hubungan efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa baru juga belum pernah dilakukan di tempat penelitian.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan serta didukung penelitian terdahulu, peneliti tertarik untuk mengetahui “apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya?”.

## Metode

Jenis penelitian yang digunakan ini adalah penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 360 siswa baru di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan Swasta di Surabaya yang terdiri dari siswa jurusan akuntansi dan keuangan lembaga, otomatisasi dan tata kelola perkantoran dan multimedia. Teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi. Pada penelitian ini 30 siswa baru SMK diminta untuk mengisi skala yang datanya digunakan sebagai uji coba instrumen, dan 330 siswa baru SMK sebagai subjek penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan tim peneliti. Skala kesejahteraan psikologis dikembangkan berdasarkan teori kesejahteraan psikologis Ryff (1989). Skala efikasi diri dikembangkan berdasarkan teori Bandura (1997).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Uji asumsi klasik terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan *software SPSS for Windows*.

## Hasil

Data penelitian yang telah didapatkan dari hasil penyebaran kuesioner kepada 330 subjek penelitian, dideskripsikan responden yang berjenis kelamin wanita lebih banyak dibandingkan dengan responden pria. Responden berjenis kelamin pria sebanyak 114 siswa dengan persentase 34,5% dan responden berjenis kelamin wanita sebanyak 216 siswa dengan persentase 65,5%. Berdasarkan usia responden, sebanyak 110 siswa berusia 15 tahun dengan persentase 33,3%, 201 siswa berusia 16 tahun dengan persentase 60,9%, 14 siswa berusia 17 tahun dengan persentase 4,2%, dan 5 siswa berusia 18 tahun dengan persentase 1,5%. Berdasarkan jurusan, sebanyak 120 siswa jurusan Multimedia dengan persentase 36,4%, 126 siswa jurusan Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran dengan persentase 38,2%, serta 84 siswa jurusan Akuntansi dan Keuangan Lembaga dengan persentase 25,5%.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software SPSS for windows*. Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut :

Tabel 1. Statistik deskriptif variabel Efikasi Diri dan Kesejahteraan Psikologis

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviasi
Efikasi Diri	330	68	111	89.57	7.712
Kesejahteraan Psikologis	330	49	90	69.57	6.868

Berdasarkan tabel 1 statistik deskriptif variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis diatas diketahui bahwa jumlah responden sebanyak 330. Nilai rata-rata variabel efikasi diri sebesar 89,57 dan kesejahteraan psikologis sebesar 69,57. Standar deviasi efikasi diri diketahui sebesar 7,712 dan kesejahteraan psikologis sebesar 6,868. Pada variabel efikasi diri diketahui nilai minimum sebesar 68 dan maksimum sebesar 111, sedangkan variabel kesejahteraan psikologis diketahui nilai minimum sebesar 49 dan maksimum sebesar 90.

## Hasil Uji Asumsi :

Analisis data yang dilakukan selanjutnya adalah uji asumsi dengan melakukan uji normalitas dan uji linearitas. Hasil uji normalitas variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis penelitian ini diperoleh sebagai berikut :

Hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi variabel efikasi diri sebesar 0,075 dan variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,055. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $> 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada penelitian ini memiliki data yang berdistribusi normal.

Uji linearitas adalah analisis data yang digunakan untuk mengetahui linear atau tidaknya variabel dalam penelitian. Uji linearitas variabel dalam penelitian dapat diketahui dengan melihat nilai *linearity* atau *deviation from linearity* yang tertera pada tabel hasil uji linearitas.

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity* variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis adalah 0,000. Hal ini menunjukkan nilai signifikansi



tersebut kurang dari 0,05 artinya variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki data yang linear apabila dilihat melalui *linearity*. Berdasarkan tabel tersebut juga diketahui bahwa nilai signifikansi *deviation from linearity* variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis adalah 0,100. Hal ini menunjukkan nilai signifikansi tersebut lebih dari 0,05 artinya variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki data yang linear apabila dilihat melalui *deviation from linearity*. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini memiliki data yang linear baik berdasarkan nilai *linearity* ataupun *deviation from linearity*

### Hasil Uji Hipotesis :

Hasil pengujian korelasi *pearson product moment* antara variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai korelasi diketahui sebesar 0,604. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel efikasi diri dengan variabel kesejahteraan psikologis. Nilai R-square diketahui sebesar 0,365 artinya variabel efikasi diri memiliki kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 36,5%.

### Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Penelitian ini mengusulkan hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Uji hipotesis yang dilakukan untuk menganalisis hipotesis yang telah diusulkan tersebut dengan menggunakan uji korelasi *product moment*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software SPSS for windows*. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* diketahui nilai korelasi sebesar 0,604 artinya terdapat hubungan yang kuat antara variabel efikasi diri dengan variabel kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada siswa baru sekolah menengah kejuruan yang ada di Surabaya. Selain itu hasil penelitian ini juga didukung dengan beberapa penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmawati et al. (2017) yang berjudul *Relation of Emotional Intelligence, Self-Esteem, Self Efficacy and Psychological Well Being Students of State Senior High School*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara self efikasi dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian lain yang dilakukan Siddiqui (2015) berjudul *Impact of Self-Efficacy on Psychological Well Being among Undergraduate Students*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa sarjana. Selain itu, penelitian yang dilakukan Salimirad dan Srimathi (2016) yang berjudul *The Relationship between, Psychological Well-Being and Occupational Self-Efficacy among Teachers in the City of Mysore, India* juga menunjukkan ada hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada guru.

### Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa baru di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan Swasta di Surabaya yang terdiri dari siswa jurusan akuntansi dan keuangan lembaga, otomatisasi dan tata kelola perkantoran dan multimedia. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh penulis. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* diketahui nilai korelasi sebesar 0,604 yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara variabel efikasi diri



dengan variabel kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya ini, peneliti memiliki beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk kesempurnaan penelitian selanjutnya, diantaranya adalah sebagai berikut :

- a. Penelitian ini berfokus pada hubungan efikasi diri dan kesejahteraan psikologis. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan variabel lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis selain efikasi diri.
- b. Tempat penelitian terbatas pada salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya, sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian di sekolah atau tempat penelitian yang lain.
- c. Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terkait dengan efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa baru.

### Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini tidak terlepas dari adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak dalam terselesaikannya penelitian ini. Oleh sebab itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya dan Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa Siswi salah satu Sekolah Menengah Kejuruan swasta yang ada di Surabaya yang telah bekerja sama memberikan izin dan ikut aktif terlibat dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang mendukung dan membantu selama proses penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

### Daftar Pustaka

- Anggarwati, P. I., & Thamrin, W. P. (2019). Work Family-Conflict Dan Psychological Well-Being Pada Ibu Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 200–212. <https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i2.2444>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the Exercise of Control*. Freeman: New York.
- Basito, M. D., Arthur, R., & Daryati, D. (2018). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan Pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik. *Jurnal Pendidikan Teknik Sipil*, 7(1), 1–14. <https://doi.org/10.21009/pensil.7.1.3>
- Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3), 105–109.
- Linayaningsih, F., & Nawangsih, S. K. (2017). Pengaruh Achievement Grouping dan Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Karakter*, 2(2), 1–5.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 04(02), 246–260.
- Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94–106.
- Rahmawati, N. R., Handarini, D. M., & Triyono, T. (2017). Relation of Emotional Intelligence, Self-esteem, Self-efficacy, and Psychological Well-Being Students of State Senior High School. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 5(1), 40–46. <https://doi.org/10.17977/um030v5i12017p040>
- Rosalina, R., & Siswati. (2018). Hubungan antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 291–296.



- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Salimirad F, N. L. Srimathi (2016). The Relationship between, Psychological Well-Being and Occupational Self-Efficacy among Teachers in the City of Mysore, India. The International Journal of Indian Psychology. Volume 3, Issue 2, No.3, <http://www.ijip.in>
- Sholikha, S., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Keterlibatan Kerja Dengan Organizational Citizenship Behavior pada Guru. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(03), 88–100.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *International Journal of Indian Psychology*, 2(3). <https://doi.org/10.25215/0203.040>