PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SISWA SMKS ISLAM ASSA'ADATUL ABADIYAH JAKARTA BARAT

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

Andra Arman Ramadhan
46122010138

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

lib.mercubuana.ac.id

PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SISWA SMKS ISLAM ASSA'ADATUL ABADIYAH JAKARTA BARAT

TUGAS AKHIR
SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1)
pada Program Studi Psikologi

Andra Arman Ramadhan
46122010138

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2026

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Andra Arman Ramadhan

NIM : 46122010138

Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

"Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap *Psychological Well-Being* pada Siswa SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah Jakarta Barat"

Adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apa pun serta tidak melanggar hukum maupun hak pihak mana pun.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum. Saya juga bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 08 September 2026



Andra Arman Ramadhan

lib.mercubuana.ac.id

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama	: Andra Arman Ramadhan
NIM	: 46122010138
Program Studi	: S1 Psikologi

dengan judul
" PENGARUH SELF-EFFICACY TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA SISWA SMKS ISLAM ASSA'ADATUL ABADIYAH JAKARTA BARAT ", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 14 Agustus 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 29 %.

Jakarta, 15 Agustus 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Andra Arman Ramadhan
NIM : 46122010138
Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada siswa SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah Jakarta Barat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 24 Agustus 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:
Pembimbing

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0324068701

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Jakarta, 24 Agustus 2026
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi	Ketua Program Studi Psikologi
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D	Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0316058002	NIDN/NUPTK: 0324068701

lib.mercubuana.ac.id

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, serta kemudahan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul " Pengaruh self-efficacy terhadap psychological well-being pada siswa smks Assadatul abadiyah"

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta. Penelitian ini di harapkan dapat memberi kontribusi dalam bidang psikologi pendidikan dan pengembangan ilmu psikologi, Serta menjadi masukan untuk pihak sekolah dalam membantu siswa memahami pentingnya keyakinan diri dan kesejaterahan psikologi

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan, arahan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. Selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani,. Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, S. Psi. M. Psi. Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana sekaligus Dosen Pembimbing, yang dengan penuh kesabaran, perhatian, dan dedikasi telah memberikan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan tugas akhir ini. Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas ilmu, arahan, masukan, dukungan, serta waktu yang telah Ibu berikan selama proses bimbingan. Merupakan suatu kehormatan dan kebanggaan tersendiri bagi penulis dapat memperoleh kesempatan untuk menjadi mahasiswa bimbingan Ibu.
5. Kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, saya mengucapkan terima kasih atas ilmu, bimbingan, serta segala bentuk dukungan yang telah diberikan selama masa studi.

lib.mercubuana.ac.id

6. Kepada orang tua saya, terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala kasih sayang, doa, serta dukungan moral dan material yang selalu diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
7. Terima kasih saya sampaikan kepada SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah yang telah berkenan memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
8. Kepada teman-teman Sekilas Info, yaitu Farhan Akbar, Nabil Khawarizmi, Andhika Nugraha Kusuma, Adhiya Faiz Aqmal, Miftah Farid, serta almarhum Dicky Rayhans, yang telah memberikan bantuan, dukungan, semangat, dan kebersamaan kepada penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan penelitian ini.
9. Kepada Anantyo Satrio Nugroho, Muhamad Rava, Kesar William, Sufyaan Gymnastiar, Mahardika Putra Nazza, dan Harif Fadilah, yang telah memberikan arahan, masukan, dukungan, serta berbagi pengalaman yang membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu- persatu, terima kasih sudah membantu penulis. Semoga kebaikan kalian dibalas oleh Tuhan Yang Maha Esa.
11. Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri atas usaha, ketekunan, dan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini hingga tepat waktu.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat untuk kita semua, aamiin.

Jakarta, 20 Juli 2026

Andra Arman Ramadhan

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Andra Arman Ramadhan
NIM	: 46122010138
Program Studi	: Psikologi
Judul Tugas Akhir	: Pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada siswa SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah Jakarta Barat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Jakarta, 08 September 2026

Yang menyatakan,



Andra Arman Ramadhan

lib.mercubuana.ac.id

PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA SISWA SMKS ISLAM ASSA'ADATUL ABADIYAH
JAKARTA BARAT

Andra Arman Ramadhan

ABSRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* serta mengetahui besarnya kontribusi *self-efficacy* dalam menjelaskan variasi *psychological well-being* pada siswa SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah Jakarta Barat. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional-prediktif dan melibatkan 285 siswa kelas X, XI, dan XII. Data dikumpulkan menggunakan *General Self-Efficacy Scale (GSES)* dari Schwarzer dan Jerusalem (1995) serta *Psychological Well-Being Scale* dari Ryff dan Keyes (1995). Reliabilitas instrumen menunjukkan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,877 untuk *self-efficacy* dan 0,918 untuk *psychological well-being*. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana serta analisis korelasi dan regresi pada masing-masing dimensi *psychological well-being*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* secara positif dan signifikan memprediksi *psychological well-being* ($B = 0{,}755$; $t = 10{,}038$; $p < 0{,}001$) dengan nilai R^2 sebesar 0,263, yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* menjelaskan 26,3% variasi *psychological well-being*. *Self-efficacy* juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan seluruh dimensi *psychological well-being*. Hubungan dan kemampuan prediktif paling kuat ditemukan pada dimensi *personal growth* ($r = 0{,}462$; $R^2 = 0{,}213$). Dengan demikian, semakin tinggi *self-efficacy* siswa, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang diprediksi, dengan keterkaitan paling kuat pada dimensi *personal growth.*

Kata kunci: *self-efficacy*, *psychological well-being*, *personal growth*, siswa SMK,

lib.mercubuana.ac.id

PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA SISWA SMKS ISLAM ASSA'ADATUL ABADIYAH
JAKARTA BARAT

Andra Arman Ramadhan

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of self-efficacy on psychological well-being and to determine the contribution of self-efficacy in explaining the variance in psychological well-being among students of SMKS Islam Assa'adatul Abadiyah, West Jakarta. The study employed a non-experimental quantitative approach with a correlational-predictive design and involved 285 students from grades X, XI, and XII. Data were collected using the General Self-Efficacy Scale (GSES) developed by Schwarzer and Jerusalem (1995) and the Psychological Well-Being Scale developed by Ryff and Keyes (1995). Instrument reliability showed Cronbach's alpha values of 0.877 for self-efficacy and 0.918 for psychological well-being. Data were analyzed using simple linear regression, as well as correlation and regression analyses for each dimension of psychological well-being. The results showed that self-efficacy positively and significantly predicted psychological well-being ($B = 0.755$; $t = 10.038$; $p < 0.001$), with an R^2 value of 0.263, indicating that self-efficacy explained 26.3% of the variance in psychological well-being. Self-efficacy was also positively and significantly related to all dimensions of psychological well-being. The strongest relationship and predictive contribution were found in the personal growth dimension ($r = 0.462$; $R^2 = 0.213$). Thus, higher self-efficacy was associated with higher levels of predicted psychological well-being, with the strongest association found in the personal growth dimension.

Keywords: self-efficacy, psychological well-being, personal growth, vocational high school students.

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL **0**
HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI ..... **ii**
PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK* ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB ..... **vii**
ABSRAK ..... **viii**
ABSTRACT ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 3
1.3 Tujuan Penelitian 3
1.4 Manfaat Penelitian 3
1.4.1 Manfaat Teoritis 3
1.4.2 Manfaat Praktis 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **5**
2.1 *Psychological Well-Being* 5
2.1.1 Definisi *Psychological Well-Being* 5
2.1.2 Dimensi *Psychological Well-Being* 6
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being* 7
2.2 *Self-Efficacy* 9
2.2.1 Definisi *Self-Efficacy* 9
2.2.2 Dimensi *Self-Efficacy* 10
2.2.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Self-Efficacy 11
2.3 Penelitian Terdahulu 12
2.4 Dinamika Penelitian 17

lib.mercubuana.ac.id

2.5 Kerangka Berpikir 20
2.6 Hipotesis Penelitian 20
BAB III METODE PENELITIAN 21
3.1 Desain Penelitian 21
3.1.1 Pendekatan 21
3.1.2 Variabel Penelitian 21
3.2 Populasi, Sampel, Teknik Sampling Dan Teknik pengumpulan data 21
3.2.1 Populasi 21
3.2.2 Sampel 22
3.2.3 Teknik Sampling 23
3.3 Definisi Oprasional 24
3.4 Instrumen Penelitian 25
3.4.1 Instrumen *Self-Efficacy* 25
3.4.2 Instrumen *Psychological Well-Being* 26
3.5 Validitas dan Reliabilitas Instrumen 27
3.5.1 Uji Validitas 27
3.5.2 Reliabilitas & Analisis Item 28
3.5.3 Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur 29
3.6 Analisis Data yang digunakan 30
3.6.1 Analisis Deskriptif 30
3.6.2 Uji Asumsi 30
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN 32
4.1 Gambaran Umum Subjek 32
4.2 Hasil 34
4.2.1 Analisis Deskriptif Dan Katagorisasi 34
4.2.2 Uji Asumsi Klasik 35
4.2.3 Uji Hipotesis 37
4.2.4 Analisis tambahan 40
4.3 Pembahasan 45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 49
5.1 Kesimpulan 49
5.2 Keterbatasan Penelitian 49

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

5.3 Saran 50
5.3.1 Saran Praktis 50
5.3.2 Saran Teoritis 51
DAFTAR PUSTAKA 52
LAMPIRAN 55

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Hasil Penelitian Sebelumnya 12
Tabel 3. 1 Cetak Biru Alat Ukur (Blue Print) GSES 25
Tabel 3. 2 Cetak Biru Alat Ukur (Blue Print) Psychological Well-Being.....26
Tabel 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen (GSES) 28
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen (PWB) 29
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 32
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia..... 32
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas..... 33
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Jurusan..... 33
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian..... 34
Tabel 4. 6 Kategorisasi Self-Efficacy 34
Tabel 4. 7 Kategorisasi Psychological Well-Being..... 35
Tabel 4. 8 Test of Normalitas..... 35
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas 36
Tabel 4. 10 Hasil Uji Heteroskedastisitas Glejser..... 37
Tabel 4. 11 Hasil Koefisien Determinasi 38
Tabel 4. 12 Hasil Uji F..... 38
Tabel 4. 13 Hasil Uji T..... 39
Tabel 4. 14 Hasil Persamaan Regresi..... 39
Tabel 4. 15 Hasil korelasi SE dengan dimensi PWB..... 40
Tabel 4. 16 Hasil Korelasi Antar Dimensi PWB 41
Tabel 4. 17 Hasil Regresi Linear Sederhana SE terhadap Dimensi PWB 42
Tabel 4. 18 Hasil Regresi Linear Sederhana SE terhadap Dimensi PWB 43
Tabel 4. 19 Hasil Uji Beda Berdasarkan Tingkat Kelas 44
Tabel 4. 20 Hasil Uji Beda Dimensi PWB Berdasarkan Jurusan 44

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 20
Gambar 4. 1 Scatterplot Uji Linearitas Self-Efficacy dan Psychological Well-Being 36

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id