

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA KELAS UNGGULAN  
SMA DI LAMPUNG DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN  
SEBAYA DAN EFIKASI DIRI AKADEMIK**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya  
Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh:

Nadhila Safitri

14320149

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA  
2018**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul

### **KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA KELAS UNGGULAN SMA DI LAMPUNG DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN EFIKASI DIRI AKADEMIK**

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi



Mengesahkan

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi,



Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi

Dewan Penguji

1. Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi
2. Dr. Hesti Wahyuningsih, S.Psi., M.Psi
3. Hazhira Qudsy, S.Psi., MA.

Tanda Tangan

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Nadhila Safitri  
No. Mahasiswa : 14320149  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Kelas Unggulan SMA di Lampung Ditinjau dari Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Akademik

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 8 Januari 2018

Yang menyatakan



Nadhila Safitri

## HALAMAN PERSEMBAHAN

**Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang**

Syukur Alhamdulillah atas segala RahmatNya sehingga karya ini dapat  
terselesaikan

Terima kasih kepada orang-orang terkasih yang senantiasa memberi doa dan  
dukungan yang tak pernah putus

Abi dan Umi tercinta

**Ir.H.Saptono Rudianto dan Dra. Hj. Mahdalena**

Sebagai orangtua terbaik yang tiada hentinya memberikan kebaikan dan rela  
mengorbankan segalanya demi anak tercinta. Sebagai motivator terbesar dalam  
hidup penulis dan yang selalu memberikan doa dan dukungan.

Kakak dan Adik terkasih

**Ivan Almera Farisy dan Zhafira Alfi Khalisa**

Tidak hanya sebagai kakak dan adik, tetapi juga *partner* hidup yang seru, penuh  
warna, dan saling mengasihi.

Pendidik dan Pembimbing

**Guru-guru serta Dosen-Dosen**

Yang selama ini memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang luar biasa,  
semoga dapat bermanfaat bagi bangsa, agama, dan negara.

Saudara-Saudari Seperjuangan

**Sahabat dan Teman-teman**

Yang selama ini telah menjadi bagian dari teman seperjuanganku dan telah  
mengajarkan berbagai macam pelajaran hidup.

## HALAMAN MOTTO

“Barang siapa keluar untuk mencari ilmu maka dia berada di jalan Allah ‘

(HR.Turmudzi)

“Dunia ini adalah episode singkat kehidupan, nikmati skenario hidup dan jangan pernah menyia-nyiakannya”

“Belajarlh menjadi.. Orang yang tetap sejuk ditempat yang teramat panas, tetap manis ditempat yang begitu pahit, tetap merasa kecil meskipun telah menjadi besar, dan.. tetap tenang ditengah badai yang teramat dahsyat.”

-No name-

*“a negative mind will never give you a positive life”*

-No name-

## PRAKATA

*Bismillahirrahmanirrahiim*

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam. Atas segala rahmat dan karuniaNya, kita diberikan kesempatan untuk merasakan nikmat iman, islam, dan ikhsan. Shalawat beserta salam semoga selalu tercurahkan kepada uswatun khasanah kita semua, baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, tabi'in, dan tabi'at serta umat beliau yang senantiasa istiqomah.

Penulis menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini bukanlah apa-apa tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak serta doa yang senantiasa dipanjatkan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orangtuaku, abi Ir. H. Saptono Rudianto dan umi Dra. Hj. Mahdalena, yang tiada hentinya memberikan doa, dukungan dari segi apapun, dan telah menjadi kedua orangtua terbaik bagiku.
2. Kakakku Ivan Almera Farisy dan Adikku Zhafira Alfi Khalisa yang telah menjadi *partner* terasik dan terseru selama aku hidup.
3. Bapak Nandang Sutrisno S.H.,M.H.,LLM.,Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Indonesia. Terimakasih atas doa dan dukungan kepada seluruh mahasiswanya.
4. Bapak Dr.rer.nat Arief Fahmi, MA.,HRM.,Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, terimakasih telah memberikan izin penelitian serta doa dan dukungannya.

5. Ibu Mira Aliza Rachmawati S.Psi, M.Psi., selaku dosen pembimbing skripsi. Terimakasih atas bimbingannya selama ini, terimakasih Ibu telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya demi membantu kelancaran pengerjaan skripsi ini.
6. Ibu Resnia Novitasari S.Psi.,M.A., selaku DPA (Dosen Pembimbing Akademik), terima kasih atas semua doa, saran, dukungan, dan motivasi Ibu selama saya menjalani proses perkuliahan di Psikologi UII.
7. Seluruh dosen Psikologi UII yang selama ini telah bermurah hati untuk memberikan ilmu dan pelajaran hidup serta meberikan pengalaman-pengalaman yang berkesan kepada saya. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan Bapak dan Ibu dosen sekalian.
8. Keluarga besar di Lampung, Neng, Uak, Ujang, Cek, Mot, sepupu-sepupu, dan saudara yang tidak pernah berhenti mendoakan dan memberi dukungan kepadaku selaku anak rantau yang menimba ilmu di Jogja.
9. Keluarga besar yang tersebar di Pulau Jawa, Pakde Bude, Om Tante, sepupu, dan saudara-saudara. Terimakasih atas doa dan dukungannya selama ini.
10. Teman-teman seperjuanganku tercinta, teman curhat, teman rumpi selama aku kuliah di UII dan semoga sampai tua nanti, Diah Zahra Talitha, kalian super sekali.
11. Teman-teman, kakak-kakak, dan adik-adik di JAFANA FPSB UII. Terimakasih telah memberiku kesempatan untuk berorganisasi dan



mengenal keluarga seperti kalian yang penuh cinta dan kebaikan karena Allah SWT.

12. Teman-teman, kakak-kakak, dan adik-adik di KOMUNITAS PIALA FPSB UII. Terimakasih atas pengalaman berharga dan keseruannya, aku bisa beberapa kali mewakili UII untuk mengikut Lomba Cerdas Cermat di Kancan Nasional.
13. Teman hidup selama 5 hari di Jepang, Ade dan Diah. Terimakasih telah memberikan pengalaman yang sangat berharga dan berkesan saat Konferensi dan Liburan di Jepang. *Wish us can get the trip again!*
14. Teman-teman KKN Angkatan 55 unit 307, terimakasih atas segala dukungan dan pengalaman tak terlupakan bersama kalian.
15. Teman-teman psikologi angkatan 2014 yang tidak bisa disebutkan satu-persatu. Kalian semua luar biasa, terimakasih telah menjadi bagian dari skenario hidupku.
16. Teman-temanku grup “KITA” yang sejak SMA sampai sekarang tak pernah berubah, teman curhat, teman bercanda, dan teman sampai tua nanti. Terimakasih atas segala dukungan kalian selama ini.
17. Teman-teman SDIT dan SMPIT Bustanul Ulum Lampung, terimakasih atas doa dan dukungannya selama ini.
18. Kucing-kucingku, onet, onel, ncun, ncin, cenut, bubuy, pupuy, apin, kusi, obit, sip, ikip, geet, dan seluruh kucing di dunia. Terimakasih telah menghiburku dan telah menjadi penyemangatku selama mengerjakan skripsi ini.

19. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan baik secara langsung ataupun tidak demi kelancaran skripsi ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Yogyakarta, 8 Januari 2018

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke extending to the left.

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENGANTAR</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	10
C. Manfaat Penelitian .....	10
D. Keaslian Penelitian .....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>16</b>
A. Kesejahteraan Psikologis .....	16
1. Definisi Kesejahteraan Psikologis .....	16
2. Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis .....	18
3. Faktor-Faktor Kesejahteraan Psikologis .....	22
B. Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	25
1. Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	25
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	27
C. Efikasi Diri Akademik .....	30
1. Definisi Efikasi Diri Akademik .....	30
2. Aspek-Aspek Efikasi Diri Akademik .....	32

D. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya, Efikasi Diri Akademik, dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Kelas Unggulan SMA .....	34
E. Hipotesis Penelitian.....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian .....	40
1. Variabel Tergantung .....	40
2. Variabel Bebas .....	40
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	40
1. Kesejahteraan Psikologis .....	40
2. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	41
3. Efikasi Diri Akademik .....	41
C. Subjek Penelitian .....	42
D. Metode Pengumpulan Data .....	42
1. Skala Kesejahteraan Psikologis .....	42
2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	43
3. Skala Efikasi Diri Akademik .....	45
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	46
F. Metode Analisis Data.....	48
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	50
1. Orientasi Kacah.....	50
2. Persiapan Penelitian .....	46
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	55
C. Hasil Penelitian.....	57
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	57

2. Deskripsi Data Penelitian.....	58
3. Uji Asumsi .....	61
4. Uji Hipotesis .....	64
D. Pembahasan.....	66
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan .....	70
B. Saran.....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1	Distribusi aitem skala kesejahteraan psikologis.....	43
Tabel 2	Distribusi aitem skala dukungan sosial teman sebaya.	44
Tabel 3	Distribusi aitem skala efikasi diri akademik.....	45
Tabel 4	Distribusi butir skala kesejahteraan psikologis.....	53
Tabel 5	Distribusi butir skala dukungan sosial teman sebaya..	54
Tabel 6	Distribusi butir skala efikasi diri akademik.....	55
Tabel 7	Deskripsi subjek penelitian.....	57
Tabel 8	Deskripsi data penelitian.....	58
Tabel 9	Norma kategorisasi.....	59
Tabel 10	Kategorisasi skala kesejahteraan psikologis.....	59
Tabel 11	Kategorisasi skala dukungan sosial teman sebaya...	60
Tabel 12	Kategorisasi skala efikasi diri akademik.....	61
Tabel 13	Uji Normalitas.....	62
Tabel 14	Uji linieritas 1.....	63
Tabel 15	Uji linieritas 2.....	63
Tabel 16	Uji Hipotesis 1.....	64
Tabel 17	Uji Hipotesis 2.....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

		<b>Halaman</b>
Lampiran 1	Skala <i>Try Out</i> .....	76
Lampiran 2	Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	93
Lampiran 3	Hasil Analisis Item .....	112
Lampiran 4	Skala Penelitian .....	116
Lampiran 5	Tabulasi Data Penelitian .....	132
Lampiran 6	Data Subjek <i>Try Out</i> dan Penelitian .....	163
Lampiran 7	Hasil Uji Asumsi .....	173
Lampiran 8	Hasil Uji Hipotesis.....	174
Lampiran 9	Penormaan .....	175
Lampiran 10	Surat Ijin Penelitian .....	181
Lampiran 11	Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	184

# **KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA KELAS UNGGULAN SMA DI LAMPUNG DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN EFIKASI DIRI AKADEMIK**

Nadhila Safitri

Mira Aliza Rachmawati, S. Psi, M. Psi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis ditinjau dari dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri akademik pada siswa kelas unggulan SMA di Lampung. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan skala likert. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah 125 siswa kelas unggulan dari SMA Al-Kautsar Bandar Lampung, SMAN 1 Kotagajah Lampung Tengah, dan MAN 1 Lampung Tengah, Lampung. Pengukuran terhadap variabel-variabel penelitian ini menggunakan alat ukur yang diadaptasi dari teori kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989), skala dukungan sosial teman sebaya dari teori Sarafino (1998), dan skala efikasi diri akademik dari teori Bandura (1997). Berdasarkan hasil analisis data terhadap dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman*, didapatkan nilai signifikansi = 0.182 ( $p > 0,05$ ) dengan nilai koefisien korelasi = 120, sehingga hipotesis ditolak. Artinya, tidak ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis. Sedangkan analisis data terhadap efikasi diri akademik dan kesejahteraan psikologis menggunakan analisis korelasi *product moment Pearson*. Analisis tersebut menghasilkan nilai signifikansi = 0.000 ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis diterima. Nilai koefisien korelasi = 0,444 termasuk kedalam kategori cukup kuat (moderat). Artinya, semakin tinggi efikasi diri akademik maka semakin baik kesejahteraan psikologis siswa.

**Kata Kunci :** Kesejahteraan Psikologis, dukungan sosial teman sebaya, Efikasi Diri Akademik, siswa kelas unggulan



***PSYCHOLOGICAL WELL BEING AMONG STUDENTS OF 'EXCELLENT CLASS' AT SENIOR HIGH SCHOOL IN LAMPUNG IN TERMS OF PEER SUPPORT AND ACADEMIC SELF EFFICACY***

Nadhila Safitri

Mira Aliza Rachmawati, S. Psi, M. Psi

*This research was conducted to investigate the correlation between peer support and academic self efficacy toward psychological well being among students of 'excellent class' at Senior High School in Lampung Province. This study used quantitative method with likert scale. Participants of this research are 125 students of 'excellent class' from Al-Kautsar Senior High School Bandar Lampung, SMAN 1 Kotagajah, and MAN 1 Lampung Tengah. The measurement for variables in this research used psychological well being's scale based on Ryff's theory (1989), peer support's scale based on Sarafino's theory (1998), and academic self efficacy's scale based on Bandura's Theory (1997). Data analysis to test peer support and psychological well being used correlation technique from Spearman. As a result showed that hypothesis is rejected with significant score 0.182 ( $p > 0.05$ ) with correlation coefficient value = 0.120. It means, there is no correlation between peer support and psychological well being among students of 'excellent class' at Senior High School. While, data analysis to test academic self efficacy and psychological well being used correlation technique product moment Pearson. The result showed that hypothesis is accepted with 0,00 ( $p < 0,05$ ) significance's score. Correlation coefficient value is 0.444 which means that the result classification is moderate. It means that there is significant positive correlation academic self efficacy and psychological well being among students of 'excellent class' at Senior High School.*

*Keywords : Psychological wellbeing, peer support, academic self efficacy, students of excellent class*