



HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA MAHASISWA BARU DI ETNIS TIMUR (IKMASTI) DI SALATIGA

Junaldi Bistolen¹, M. Erna Setianingrum²

Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia^{1,2}

Email: bistolenjunaldi@gmail.com¹, fpsi@adm.uksw.edu²

Abstract

Education is one of the important needs for people in living their lives. In the eastern region of NTT, education has started to become a top priority, many students choose to migrate to get a good education, but in the transition and overseas life when students are unsure of their abilities, it will have an impact on student life satisfaction in overseas areas and lectures. This research aims to determine the relationship between self efficacy and subjective well-being in ethnic Ikmasti students in Salatiga, this study uses a sampling technique saturated with participants involved 60 people taken from Ikmasti students. Data collection was carried out for 1 week. The self efficacy variable was composed by Albert Bandura (1997) consisting of 40 items and subjective well-being Diener (1984) and Watson & Telegen (1988) consisting of 40 items. The method used in this study for data collection uses a scale method, namely the scale of self efficacy and subjective well-being scale. Data analysis using product moment correlation analysis techniques and the results obtained by correlation coefficient 0.525 with sig. = 0,000 ($p < 0,001$). The results showed a positive relationship between self-efficacy and subjective well-being in ethnic Ikmasti students in Salatiga.

Keywords: Self efficacy, Subjective well-being, Student Ikmasti Salatiga.

Abstrak

Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia adalah melalui upaya untuk meningkatkan Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan penting bagi masyarakat dalam menjalani kehidupannya, di daerah timur NTT, pendidikan sudah mulai menjadi prioritas utama banyak siswa/mahasiswa banyak yang memilih untuk merantau guna memperoleh pendidikan yang baik, namun pada masa transisi dan kehidupan di rantau saat mahasiswa/siswa tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki maka akan berdampak pada kepuasan kehidupan mahasiswa di daerah perantauan dan perkuliahannya. Penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa etnis Ikmasti di Salatiga, penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh dengan partisipan yang terlibat 60 orang di ambil dari mahasiswa Ikmasti. Pengambilan data dilakukan selama 1 minggu. Variabel *self efficacy* disusun oleh Albert Bandura (1997) yang terdiri dari 40 item dan variabel *subjective well-being* Diener (1984) dan Watson & Telegen (1988) yang terdiri dari 40 item. Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk pengumpulan data menggunakan metode skala, yaitu skala *self efficacy* dan *subjective well-being* scale. Analisis data menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dan hasil yang diperoleh koefisien korelasi 0,525 dengan nilai sig. = 0,000 ($p < 0,001$). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa etnis Ikmasti di Salatiga.

Kata Kunci : *Self efficacy, Subjective well-being, Mahasiswa Ikmasti Salatiga*

@Jurnal Basicedu Prodi PGSD FIP UPTT 2020

✉ Corresponding author :

Address :-

Email :-

Phone :-

ISSN 2580-3735 (Media Cetak)

ISSN 2580-1147 (Media Online)

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan di Indonesia telah mengalami perubahan dan perkembangan yang begitu pesat, berbagai perubahan dapat terlihat dalam kehidupan sekarang ini baik itu dalam bidang industri, dan bidang pendidikan. Pendidikan merupakan salah satu modal yang sangat penting untuk menjalani kehidupan bermasyarakat karena dengan adanya pendidikan kita dapat memahami berbagai informasi. Di daerah NTT (Nusa Tenggara Timur) perkembangan pendidikan sudah mulai berkembang dengan baik, banyak individu yang sudah berlomba- lomba untuk mempersiapkan dirinya untuk mendapatkan pendidikan yang tinggi. banyak siswa yang setelah menyelesaikan studinya di bangku SMA memutuskan untuk melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi. Mereka memutuskan untuk merantau ke pulau Jawa guna memperoleh pendidikan yang semakin tinggi, karena pendidikan di daerah Jawa sudah berkembang lebih maju di bandingkan dengan daerah Timur dan Memperoleh Gelar Sarjana. Di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), telah banyak mahasiswa dari timur NTT (Ikmasti) yang merantau untuk memperoleh pendidikan yang baik. Dengan pendidikan yang baik mereka dapat memperoleh kesejahteraan dalam kehidupannya.

IKMASTI merupakan suatu Komunitas yang berada di Salatiga dan beranggotakan mahasiswa timur yang merantau dan berada di Salatiga. Mahasiswa Ikmasti memutuskan untuk merantau dan mulai hidup mandiri atau mulai tidak terlalu bergantung pada orang tua. Mahasiswa-mahasiswa ini juga dihadapkan dengan berbagai tuntutan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dan tempat tinggal yang baru. Mereka harus membiasakan diri untuk hidup mandiri. baik itu mereka mandiri secara sosial dan mandiri secara emosi. Menurut Siregar (2012) mahasiswa akan mengalami masa transisi dari kondisi kehidupan yang bergantung pada keluarganya dan memasuki kehidupan mandiri secara sosial dan emosi sehingga

dalam situasi yang banyak menuntut perubahan biasanya mahasiswa akan menemui beberapa masalah.

Masalah-masalah yang dijumpai oleh mahasiswa, yaitu mereka harus berhasil dalam studinya atau perkuliahan, tuntutan ini harus mampu dipenuhi oleh mahasiswa yang merantau guna membahagiakan orang tuanya sehingga mahasiswa yang tidak yakin akan dirinya dapat mengalami kecemasan atau stres, uang bulanan yang diterima mahasiswa, tugas- tugas perkuliahan, kecemasan melakukan presentasi di kelas, dan penyesuaian pada lingkungan dan perkuliahan dapat menjadi masalah karena ini merupakan masa transisi dari masa SMA ke perkuliahan, yang mana pada masa SMA siswa dapat memperoleh perhatian dan bantuan dari guru sedangkan pada dunia perkuliahan mereka harus lebih aktif dan inisiatif sendiri sehingga dapat menjadi suatu masalah, atau bahkan marah pada diri sendiri atau orang lain. Masalah-masalah yang sering dialami dapat membuat mahasiswa mengalami perasaan negatif seperti stress, perasaan tidak senang, tertekan dan kecewa, ini muncul dari perasaan tidak yakin akan kemampuan diri sehingga dapat mempengaruhi daya juang mahasiswa untuk melanjutkan dan menyelesaikan perkuliahannya di semester berikutnya dengan maksimal.

Dari penjelasan diatas maka dibutuhkan keyakinan agar mahasiswa mampu dalam menghadapi segala tuntutan akademis dan penyesuaian kehidupannya di perantauan. Bila mahasiswa memiliki keyakinan maka masalah dimasa transisi akan dihadapi sebagai tantangan bukan beban dan nantinya akan berdampak pada subjective well-being mahasiswa baru. *Subjective well-being* merupakan evaluasi subyektif seseorang mengenai kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan dan pekerjaan, tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2003).

Faktor yang mempengaruhi *subjective well being* yaitu usia, jenis kelamin, kepribadian, tujuan, spiritualitas, dan kualitas hubungan sosial. diantaranya

kepribadian merupakan hal yang lebih berpengaruh pada *subjective well being*. hal ini dikarenakan beberapa variabel kepribadian menunjukkan konsistensi dengan *subjective well being* diantaranya *self esteem* dan *self efficacy* (Campbell dalam Diener, 1984). *Self esteem* merupakan predictor terhadap kepuasan hidup, namun *self esteem* akan menurun selama masa ketidak bahagiaan. Selain *self esteem*, *self efficacy* yang merupakan komponen yang ada dalam diri individu yang merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri mengendalikan keberfungsian diri dan lingkungan. (Bandura, 1997 dalam Karademas 2006). Individu dengan *self efficacy* yang tinggi biasanya memiliki sikap yang memungkinkan mereka untuk melihat tantangan bukan sebagai masalah. Bagi individu dengan tingkat *self efficacy* yang rendah biasanya melihat tugas yang sulit melalui lensa ketakutan sehingga kurang kepercayaan terhadap kemampuan diri.

Sesuai dengan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 19 Februari 2019 subjek mengatakan bahwa ia merasakan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, subjek merasakan kecemasan pada saat mengikuti OMB yang mana ia harus berinteraksi dengan orang-orang baru yang belum pernah ia temui. subjek juga mengatakan bahwa tugas perkuliahan yang banyak membuatnya merasa terbebani dan terkadang marah pada saat tidak mampu mengerjakan tugas-tugas, kemudian subjek juga merasakan kecemasan, gugup pada saat melakukan presentasi di depan kelas, sehingga dapat mempengaruhi atau membuat subjek terhambat dalam melanjutkan ke semester berikut. Subjek kemudian mengatakan bahwa ia terkadang merasa marah pada saat mendapatkan/menerima uang kiriman dari orang tua terlambat. Subjek juga mengatakan bahwa ia sering merasa sedih pada saat hari perayaan natal atau liburan orang tua tidak membolehkan subjek untuk pulang ke rumah atau kampung halaman. kemudian subjek juga mengatakan ia terkadang merasa malu pada saat

berinteraksi dengan lawan jenis atau orang lain yang belum ia kenal, sehingga subjek lebih banyak diam pada saat bertemu. sedangkan Subjek yang lain mengatakan bahwa mereka merasa tugas-tugas atau pada saat melakukan presentasi sebagai suatu tantangan bukan sebuah beban sehingga berdampak pada *subjective well-being* mahasiswa. Subjek juga mengatakan bahwa ia merasa senang, antusias dan tidak mengalami kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan baru pada saat perkuliahan.

Dari fenomena di atas dan berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa baru pada organisasi IKMASTI

METODE

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan penelitian secara kuantitatif jenis korelasional (Sugiyono, 2011). Pendekatan penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara *self efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa baru di etnis Timur (IKMASTI).

Variabel Y (*Self Efficacy*) variabel Y atau variabel bebas digunakan untuk memprediksi, sedangkan Variabel X (*Subjective well-being*) variabel X atau variabel terikat merupakan variabel yang diprediksi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa baru UKSW di etnis Timur (IKMASTI) dengan jumlah 60 orang. dengan karakteristik yaitu Mahasiswa aktif berkuliah, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dan keseluruhan mahasiswa orang mabaruk UKSW yang tergabung dalam perkumpulan komunitas etnis Ik masti hasiswa.

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh anggota dari jumlah populasi sampel yakni 60 orang mahasiswa baru UKSW yang tergabung dalam etnis Timur (IKMASTI) sehingga, dapat disebut *sampling jenuh (saturation sampling)* yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik pengumpulan sampel

menggunakan metode non-probability sampling dengan teknik pengambilan sampel adalah sampling jenuh (sugiyono, 2001).

Pengambilan semua sampel dikarenakan jumlah sampel terbatas.

Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan skala psikologi berupa kuisioner. Skala *Self Efficacy* disusun oleh Albert Bandura (1997) sebagai alat ukur. Skala *Subjective well-being* disusun oleh Diener (1984) “*Satisfaction With Life Scale*” dan Watson & Telegen (1988) “*Positive And Negative Affect Schedule (PANAS-SF)*”. *Self efficacy* terdiri dari 40 item. Terdapat 12 item gugur dan 28 item berdiskriminasi baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui hubungan positif antara *self efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Ikmasti. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari perhitungan uji hipotesis atau *pearson correlation* sebesar 0,525 Dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yang mana dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima, yang dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* dan *subjektif well-being* terdapat hubungan yang signifikan. *Self efficacy* sangat diperlukan untuk dapat mencapai tujuan, memperoleh kepuasan hidup, dan emosi yang positif, dengan *self efficacy* yang tinggi akan kuat mencapai *subjective well-being*, Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri & Veronika (2014) yang mengungkapkan bahwa untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* dilakukan dengan mengatasi perasaan negatif dalam diri yaitu dengan meningkatkan *self efficacy*.

Self efficacy sendiri terdiri dari beberapa aspek, diantaranya yaitu *magnitude, generality, strength* (Bandura 1997, h.42). Hasil Penelitian ini sesuai dengan seperti hasil penelitian Karademas (2005) bahwa dengan *Self-efficacy* sebagai kemampuan untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan

untuk menghasilkan sesuatu yang ingin dicapai, pada akhirnya dapat memberikan kepuasan hidup yang merupakan indikator dari *Subjective well-being*. Hasil penelitian lain yang mendukung penelitian ini dilakukan oleh Agustin dan Afriyeni (2016) terkait tentang pengaruh *Self efficacy* terhadap *Subjective well-being* kepada guru Sekolah Luar Biasa di kota Padang. Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa kedua variabel tersebut berpengaruh secara signifikan hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat *Self-efficacy* maka semakin tinggi pula *Subjective well-being*, dan juga sebaliknya. Berdasarkan hasil identifikasi data yang diperoleh menunjukkan *mean* atau rata-rata dari *self efficacy* sebesar 114,27 yang berada pada kategori sangat tinggi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* salah satunya adalah *self efficacy, self efficacy* yang dimiliki oleh individu juga berkenaan dengan rasa optimis untuk menghadapi tantangan, tugas atau persoalan, individu yang memiliki *self efikasi* yang tinggi cenderung lebih melihat segala sesuatunya secara positif dan menganggap suatu persoalan atau masalah harus di selesaikan bukan sesuatu yang harus di hindari sehingga dapat berpengaruh pada *subjective well-being individu* tersebut. Maujean 21 dan Davis (2013) yang menunjukkan bahwa efikasi diri individu yang tinggi dapat meningkatkan perasaan positif dari individu, memberikan hubungan yang positif dengan kepuasan hidup dan memiliki hubungan yang negatif dengan perasaan negative. hasil dari perhitungan rata-rata atau *mean* dari *subjective well-being* sebesar 124,67 yang berada pada kategori sangat tinggi.

Menurut Bandura (1997) Bandura juga menjelaskan *Self-efficacy* memiliki ruang lingkup dan fungsi di dalam belajar, bekerja, berolahraga, kesehatan, penyesuaian diri, dan kesejahteraan. Singh dan Udainaya (2009) juga menyatakan bahwa perasaan *self efficacy* yang kuat meningkatkan *well-being* orang-orang dalam banyak cara. tingginya tingkat *self efficacy* berkontribusi terhadap tingginya tingkat engagement dan kepuasan hidup. sesuai dengan penelitian ini dimana *sefl efficacy* memberikan

kontribusi terhadap tingkat *subjektif well-being* pada mahasiswa Ikmasi. Mahasiswa baru yang sedang mengalami masa transisi pada saat berhadapan dengan lingkungan yang baru atau tugas-tugas perkuliahan yang belum pernah di ditemui, akan mengalami perasaan negative, ini sering dialami oleh mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah, perasaan negative ini dapat di hilangkan dengan cara mahasiswa merasa yakin dengan kemampuan yang di miliki, dimana mahasiswa akan melihat tugas perkuliahan atau persoalan sebagai suatu tantangan yang harus di selesaikan.

Sebanyak 60 subjek yang terlibat menunjukkan kategori sangat tinggi 100% yang memiliki *self efficacy* tinggi, ini dikarenakan subjek merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki, mampu untuk meraih tujuan yang diinginkan dan dapat berusaha untuk menyelesaikan suatu tugas atau masalah, yang dapat berdampak pada *subjective well-being* subjek. Yang mana kategori *subjective well-being* berada pada kategori 100% sangat tinggi.

Hasil dari analisis yang yang di peroleh, yaitu analisis deskriptif yang menunjukkan *mean self efficacy* dan *subjective well-being* yang menunjukkan kategori sangat tinggi. *Self efficacy* yang tinggi diperoleh dari bagaimana individu menilai seberapa baik individu tersebut dapat bertindak atau sikap yang melihat sesuatu sebagai tantangan dan pengalaman sosialnya atau prestasi yang pernah diperoleh. dari hasil wawancara yang dilakukan sebagian besar subjek mahasiswa Ikamasti merasa perkuliahan yang dijalankan sebagai suatu yang sangat menantang bagi mereka dan menjalani kehidupan perkuliahan di perantauan merupakan tujuan mereka sejak awal.

Dari hasil analisis yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki bagian dalam meningkatkan *subjective well-being* pada individu, artinya jika individu memiliki keyakinan terhadap kemampuannya maka akan berpengaruh pada kepuasan hidup individu tersebut. Saat individu merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki

maka akan memiliki berbagai cara untuk meraih tujuan atau menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan melihat sebagai suatu tantangan, individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan berdampak pada kepuasan hidupnya.

Pada setiap aspek yang dimiliki oleh *self efficacy* memiliki peran yang mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa Ikmasi di Salatiga. *self efficacy* memberikan sumbangan efektif terhadap *subjective well-being* sebesar 27,56% yang dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi. Hubungan *self-efficacy* dengan *subjective well-being* secara garis besar membuktikan bahwa *self-efficacy* mempengaruhi kesehatan, prestasi dan kesuksesan beradaptasi, serta memberikan kontribusi terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan siswa (Bandura, 1997).

Tabel .1 Blue Print Skala *Self efficacy*

General Self Efficacy Scale (GSE)				
Aspek-aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Total
<i>Magnitude</i>	Aspek pertama ini berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dilakukan.	4, 9, 19, 21.	12, 20, 24, 33.	8
<i>Generality</i>	berhubungan dengan luas bidang tugas atau tingkah laku.	7	13, 16, 17, 28.	5
<i>Strenght</i>	berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinannya.	2, 3, 5, 6, 8, 10, 22, 30, 31, 32.	11, 15, 18, 23, 36.	15
Jumlah item dengan diskriminasi baik				28

Tabel 2 Blue Print Skala Subjective well being

Positive and Negative Affect Schedule (PANAS-SF) Watson and Tellegen (1985)				
Aspek-aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Total
Afek menyenangkan.	menjadi kegembiraan, afeksi dan penghargaan.	1, 7, 9, 15, 19, 27, 29, 31, 33, 35, 37, 39.	3.	13
Afek yang tidak menyenangkan.	menjadi malu, bersalah, sedih, marah dan cemas	4, 10, 12, 18, 26, 30, 32, 38.	16, 40.	10
Jumlah item dengan diskriminasi baik			23	

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik korelasi *product moment*. Uji digunakan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa etnis Ikmati di Salatiga

Tabel 3. Uji Korelasi

Correlations		
	TOTAL X	TOTAL Y
TOTALX	Pearson Correlation Sig. (1-tailed) N	1 .525** 60
TOTALY	Pearson Correlation Sig. (1-tailed) N	.525** 1 60

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

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang positif antara variabel *self efficacy* dengan variabel *subjective well-being* pada mahasiswa Ikmati di Salatiga, artinya semakin tinggi seseorang merasa yakin dengan kemampuannya maka meningkatkan kepuasan hidup individu tersebut yang mana lebih sering merasakan perasaan positif. Tingkat *self efficacy* mahasiswa Ikmati Salatiga berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan pada *subjective well-being* juga berada pada kategori sangat tinggi. Sumbangan efektif dari *self efficacy* terhadap *subjective well-being* sebesar 27,56%, yang artinya masih terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi. Penulis memberikan saran yang bertujuan untuk kebaikan dan kemajuan bagi setiap orang yang membaca, sebagai berikut : Saran untuk mahasiswa baru diharapkan untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baru terutama di perantauan dan masa transisi yang dialami oleh mahasiswa Timur (Ikmati) dari SMA ke perkuliahan. Ketika memasuki dunia perkuliahan akan banyak pengalaman baru yang akan dijumpai, diharapkan agar mahasiswa memperoleh kesuksesan yang akan berdampak juga pada *self efficacy* dan kepuasan hidup di perantauan.

DAFTAR PUSTAKA

Bandura, A. (1986). The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal of social and clinical psychology*, 4(3), 359-373.

Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational psychologist*, 28(2), 117-148.

Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman & Company. SMP Negeri 18 Medan. *Journal of Physics Education*. Vol 1 (1): 33-38.

Carr, A. (2004). The science of happiness and human strengths. *New York: Brunner-Routledge*.

Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social indicators research, 31*(2), 103-157.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social indicators research, 31*(2), 103-157.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social indicators research, 40*(1-2), 189-216.
- Diener, E. (2003). What is positive about positive psychology: The curmudgeon and Pollyanna. *Psychological Inquiry, 14*(2), 115-120.
- Diener, E. & Ryan, K. (2008). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal of Psychology, 39*(4), 391-406.
- Diener, E. (2008). Myths in the science of happiness, and directions for future research.
- Dian Ayusta Putri, Veronika Suprapt, Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi 144 Vol. 3 No. 3, (Desember 2014).
- Eddington, N., & Shuman, R. (2005). Subjective well-being (happiness). *Continuing psychology education, 6*.
- Ghufron, M. N., & Rini Risnawita, S. (2010). Teori-Teori Psikologi, Yogyakarta. Ar-Ruzz Media. SMP Negeri 18 Medan. Journal of Physics Education. Vol 1 (1): 33-38.
- Hergenhahn, B. R., & Olson, M. H. (2008). Theories of Learning (teori belajar). Tri Wibowo BS (Alih bahasa). Jakarta: Kencana Prenada Media Group..
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw-Hill Education (UK)
- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and individual differences, 40*(6), 1281-1290.
- Ningsih, D. A. (2013). Subjective well being ditinjau dari faktor demografi (status pernikahan, jenis kelamin, pendapatan). *Cognicia, 1*(2).
- Pramudita, R & Pratisti, D, W. (2015). Hubungan antara Self efficacy dengan Subjective well being pada Siswa SMA Negeri 1 Belitang. Psychology Forum UMM, ISBN: 978-979-796-324-8.
- Singh, B., & Udainiya, R. (2009). Self-efficacy and well-being of adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 35*(2), 227-232.
- Siregar, J.R. (2012). *Pintar Saja Tidak Cukup, tapi Harus Miliki Nilai-nilai Perilaku yang Baik*. Diunduh pada tanggal 23 Desember 2012.
- Tay, L., & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of personality and social psychology, 101*(2), 354.
- Vittersø, J., & Nilsen, F. (2002). The conceptual and relational structure of subjective well-being, neuroticism, and extraversion: Once again, neuroticism is the important predictor of happiness. *Social Indicators Research, 57*(1), 89-118.
- Zimmerman, B. J. (1995). Self-efficacy and educational development. *Self-efficacy in changing societies, 1*, 202-231.