

ABSTRAK

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menghadapi berbagai tuntutan akademik yang dapat memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kesejahteraan psikologis adalah efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai tantangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis. Partisipan penelitian berjumlah 108 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Psychological Well-Being Short Scale* yang diadaptasi oleh Humaidah dan Mulyono (2025) serta *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Novrianto dkk. (2019). Data dianalisis menggunakan teknik korelasi *Product Moment* Pearson dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis ($r = 0,527$; $p = 0,000$). Artinya, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 27,8% terhadap kesejahteraan psikologis, sedangkan 72,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Kata kunci: efikasi diri, kesejahteraan psikologis, mahasiswa, skripsi

ABSTRACT

Students who are completing their undergraduate thesis often face various academic demands that may affect their psychological well-being. One faktor that is assumed to be related to psychological well-being is self-efficacy, which refers to an individual's belief in their ability to cope with and accomplish various challenges. This study aimed to examine the relationship between self-efficacy and psychological well-being among students who were completing their undergraduate thesis. The proposed hypothesis stated that there is a positive relationship between self-efficacy and psychological well-being. The participants consisted of 108 undergraduate students who were completing their thesis. Data were collected using the Psychological Well-Being Short Scale adapted by Humaidah and Mulyono (2025) and the General Self-Efficacy Scale (GSES) developed by Schwarzer and Jerusalem (1995), which has been adapted into Indonesian by Novrianto et al. (2019). Data were analyzed using the Pearson Product-Moment correlation with the assistance of SPSS version 26. The results showed a significant positive relationship between self-efficacy and psychological well-being ($r = 0.527$, $p = 0.000$). This finding indicates that students with higher self-efficacy tend to have higher psychological well-being. Self-efficacy contributed 27.8% to psychological well-being, while the remaining 72.2% was influenced by other faktors not examined in this study.

Keywords: psychological well-being, self-efficacy, students, undergraduate thesi

