



DOI: <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i2>  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well-Being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane

Fitriani<sup>1\*</sup>, Hasanuddin<sup>2</sup>, Salamiah Sari Dewi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Medan Area, Medan, Indonesia, [fitriummwafa@gmail.com](mailto:fitriummwafa@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Medan Area, Medan, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Medan Area, Medan, Indonesia

\*Corresponding Author: [fitriummwafa@gmail.com](mailto:fitriummwafa@gmail.com)

**Abstract:** *This study aims to determine the Influence of Self Efficacy and Social Support on School Well-Being of Islamic Boarding School Students in Kutacane City. The research method uses quantitative non-experimental. The population in this study was 300 students, using the total sampling technique. The data analysis technique used was the multiple regression analysis technique with the assumption that the data was normally distributed and linear. The results of the first hypothesis test stated that the alternative hypothesis was accepted because the significance value was below 0.050 with a regression magnitude of 15.4%. This means that there is a significant influence of self efficacy on school well-being. The results of the second hypothesis test stated that the alternative hypothesis was accepted because the significance value was below 0.050 with a regression magnitude of 0.3%. This means that there is an influence of social support on school well-being. While the results of the third hypothesis test stated that the alternative hypothesis was accepted because the significance value was less than 0.050 with a regression magnitude of 16.2%. With this, together self efficacy and social support can affect school well-being.*

**Keywords:** *Self-Efficacy, Social Support, School Well Being*

**Abstrak:** Penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh *Self-Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap *School Well-Being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane. Metode penelitian menggunakan kuantitatif non eksperimen. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 300 siswa, dengan menggunakan Teknik *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan ialah teknik analisis regresi berganda dengan asumsi data berdistribusi normal serta linier. Hasil pengujian hipotesis pertama dinyatakan diterima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi di bawah dari 0.050 dengan besaran regresi 15,4%. Artinya ada pengaruh yang signifikan *self-efficacy* terhadap school well being. Hasil pengujian hipotesis kedua dinyatakan menerima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi di bawah dari 0.050 dengan besaran regresi 0,3%. Artinya artinya terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap school well being. Sedangkan hasil pengujian hipotesis ketiga dinyatakan menerima hipotesis alternatif karena nilai signifikansi kurang dari 0.050 dengan besaran regresi 16,2%. Dengan ini, secara bersama *self efficacy* dan dukungan sosial dapat mempengaruhi *school well-being*.

---

**Kata Kunci:** *Self-Efficacy*, Dukungan Sosial, *School Well-Being*

---

## PENDAHULUAN

Kesejahteraan siswa di sekolah atau biasa yang disebut dengan istilah *school well being* merupakan hal terpenting yang akan mempengaruhi proses studi siswa, dengan ini dapat membantu siswa dalam mencapai kesuksesan yang akan mendatang. Pengalaman di lingkungan sekolah yang kurang menyenangkan akan menjadi sumber stres dan bisa mengurangi kualitas hidup pada siswa. Dengan itu, penting bagi siswa memiliki kesejahteraan yang baik agar dapat mendukung proses pembelajaran secara optimal, penting untuk memperhatikan kesehatan mental siswa. Tuntutan belajar yang tinggi sering kali berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka (Utami et al., 2024).

*School well-being* merupakan faktor penting yang berperan dalam mendukung perkembangan hidup yang lebih positif. Hal ini berkaitan dengan fungsi sosialnya yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan interpersonal di kalangan remaja di lingkungan sekolah (Anggreni & Immanuel, 2020). Namun dalam praktiknya, *school well being* bukan hanya difokuskan pada pemenuhan kesejahteraan siswa semata, tetapi juga mencakup pencapaian prestasi, pengembangan potensi masa depan, serta peningkatan kemampuan fisik dan mental siswa (Yuniawati & Tarnoto, 2019). *School well-being* adalah suatu kondisi atau situasi ketika orang dapat memenuhi kebutuhan dasarnya di lingkungan pendidikan baik itu sekolah maupun perguruan tinggi, yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar. Hal ini menunjukkan bahwa *school well-being* adalah penilaian diri individu yang berkaitan dengan keadaan lingkungan sekolah atau perguruan tinggi untuk memenuhi kebutuhan dasar (Kartasasmita, 2017).

*School well-being* merupakan sudut pandang siswa dapat menjadi terobosan pengembangan evaluasi sekolah karena siswa adalah konsumen dalam pelayanan pendidikan yang terdiri dari empat aspek yaitu *having* (kondisi sekolah), *loving* (hubungan sosial), *being* (pemenuhan diri), dan *health* (kesehatan). Konsep tersebut memiliki harapan bahwa kesejahteraan sekolah siswa/siswi adalah sangat penting (Lathifah et al., 2021). Sari dan Schlechter (2020) berpendapat bahwa penting bagi sekolah untuk menjadi institusi positif yang dengan sengaja berusaha untuk menumbuhkan kesejahteraan siswa saat ini, mengingat bahwa para siswa ini adalah generasi penerus yang akan terus membentuk masyarakat, sehingga dituntut sekolah yang mampu menciptakan perubahan yang positif menjadi sekolah sejahtera dengan merancang untuk mendorong warganya, kebijakan-kebijakan dan keputusan demi kesejahteraan siswa di sekolah.

Chan et al., (2015) menjelaskan bahwa tugas sekolah dan manajemen waktu sebagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mereka di sekolah, kekhawatiran siswa tentang berapa banyak waktu dan usaha yang dituntut dari mereka. Siswa yang mengharapkan keberhasilan dalam hidup bekerja lebih keras untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Sebaliknya, siswa yang mengira dirinya akan gagal cenderung mengabaikan target yang mereka inginkan. Jika mereka tidak menyadari hal ini, maka siswa tersebut akan menyia-nyaiakan waktunya dan mengakibatkan ketidakpuasan pada kehidupan. Membentuk hubungan yang baik dengan sesama teman juga merupakan komponen yang sangat penting dalam meraih kepuasan di lingkungan sekolah. Lanjutnya, siswa yang puas dengan tugas sekolahnya, yang memiliki hubungan baik dengan teman sekolah, yang mengatur waktu dengan baik, memiliki reputasi di sekolah dan lingkungan sekolah, akan merasakan kesejahteraan.

Konu dan Rimpela (2002) mengembangkan model *school well being* dengan melihat kesejahteraan dari sudut pandang siswa yaitu perasaan siswa dalam menilai kelayakan sekolah mereka sebagai lingkungan belajar yang mampu memberikan dukungan, rasa aman, dan

nyaman. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school well-being*, yaitu *self efficacy*, *optimism*, dan *social support* (C. L. M. Keyes et al., 2002).

Hal ini yang mendasari peneliti ingin meneliti *self efficacy* yang berpengaruh terhadap *school well being*. *Self-efficacy* juga sebagai mediator yang mempunyai pengaruh yang cukup besar kepada siswa untuk menentukan dalam memilih minat yang diinginkan, baik dalam bidang akademis maupun yang yang bukan akademis. Bila siswa merasa mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam hal memutuskan untuk memilih sesuatu, maka biasanya siswa akan mampu memutuskan terhadap segera. Siswa yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi, maka akan berusaha terhadap kerasa untuk menyelesaikan kesulitan yang dhadapi dan berusaha untuk bertahan dalam menyelesaikan suatu tugas, namun sebaliknya remaja yang *self-efficacy* yang rendah, ketika mendapatkan tugas dan merasa mengalami suatu kesulitan, maka ia akan mudah merasa terganggu dan akan terhadap mudah menyerah untuk menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya.

*Self-efficacy* merupakan penilaian diri apakah diri sendiri mampu melakukan sesuatu dengan baik atau buruk, benar atau salah, bisa atau tidak bisa melakukan melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dibutuhkan (Alwisol, 2018). *Self efficacy* adalah keyakinan akan kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu. Sehingga dapat mencapai suatu hasil sesuai dengan yang diharapkan. Diantara efek dari *self efficacy* adalah bentuk evaluasi diri yang berkaitan dengan persepsi seseorang terhadap kompetensi dan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu. *Self efficacy* diartikan juga sebagai evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. *Self efficacy* merupakan sebuah konsep untuk mengkategorikan bagian-bagian dari teori yang lebih luas tentang semangat dan cara berpikir. *Self efficacy* berupa penilaian terhadap konten spesifik kompetensi dalam pembentukan khusus yang meliputi kemampuan untuk melakukan sesuatu dalam situasi yang berbeda (Adiputra, 2015).

Seperti yang dikatakan oleh Santrock (2011) bahwa salah satu yang mempengaruhi keyakinan siswa adalah orang tua. Seberapa yakin orang tua terhadap siswa membuat siswa memiliki *self-efficacy* yang berbeda-beda. Pada siswa *self-efficacy* sudah muncul pada usia 11 tahun. Kepercayaan akan kemampuan diri sendiri (yang biasa disebut *self-efficacy*) dipengaruhi oleh banyak hal antara lain yaitu adanya pengaruh kepercayaan dari orang tua, status sosial ekonomi, pengaruh teman dan prestasi yang diperoleh. Orang tua yang mempercayai kemampuan yang dipunyai oleh siswa, akan mempengaruhi kesuksesan siswa.

Widyaningsih dan Budiningsih (2016) menyatakan bahwa tujuan orientasi seseorang sangat dipengaruhi oleh *self-efficacy*. *Self-efficacy* juga mempengaruhi ketekunan remaja dalam menyelesaikan masalahnya. Masalah-masalah yang terjadi dikalangan remaja ketika berada di sekolah berorientasi pada prestasi yang ingin dicapai oleh remaja, seperti menginginkan nilai yang terbaik dibandingkan terhadap teman-temannya, remaja mengharapkan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan, dan masih banyak lagi. Menurut Septhiani (2022) siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi adalah siswa yang percaya bahwa dia dapat menguasai tugas-tugas dan meregulasikan cara belajarnya sendiri. Hal tersebut dikarenakan siswa tersebut akan selalu merasa mampu dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

Permasalahan *self-efficacy* pada siswa juga ditunjukkan terhadap banyaknya siswa yang tidak nyaman dalam belajar, yang akhirnya siswa kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Selama menjalani kehidupannya, siswa tidak memiliki arah dan target yang jelas melainkan hanya mengalir dalam kegiatan-kegiatannya. Siswa juga kurang mampu mengatur atau mengendalikan pengaruh dari luar sehingga siswa mudah terpengaruh oleh teman-temannya. Selain *self efficacy*, dukungan sosial juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *school well being*. Seperti yang dikatakan oleh Mufidha (2021) bahwa salah

satu faktor yang mempengaruhi *scholl well being* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungannya, seperti dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang, dapat membuat remaja merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain.

Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat berbagai sumber, diantaranya, keluarga, teman, maupun organisasi sosial. Individu yang menerima dukungan sosial akan merasa diterima dan dihargai secara positif. Hal ini mendorong individu untuk membangun sikap positif terhadap dirinya sendiri, lebih mampu menerima dan menghargai diri, serta mengoptimalkan potensi yang dimilikinya (Riansyah, 2024). Dukungan sosial juga bentuk keterlibatan individu dengan lingkungannya, yang menciptakan dorongan dan dukungan yang memberikan rasa nyaman, dihargai, dan dipedulikan oleh orang-orang di sekitarnya. Khususnya, dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis (Satria & Kurniawati, 2024). Dukungan sosial memainkan peran krusial dalam meningkatkan *school well-being* siswa. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa persepsi siswa terhadap dukungan sosial, baik dari teman sebaya maupun guru, berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan subjektif mereka di lingkungan sekolah (Thohiroh et al., 2019).

Kombinasi antara efikasi diri yang tinggi dan dukungan sosial yang memadai dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif. Siswa yang percaya pada kemampuannya dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya akan lebih mudah beradaptasi, memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan mampu mengatasi stres akademik. Hal ini secara keseluruhan meningkatkan kesejahteraan mereka di sekolah (Rahman, 2019). Dengan demikian, penting bagi sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, di mana siswa merasa mendapatkan dukungan sosial yang memadai. Hal ini dapat dilakukan melalui interaksi positif antara siswa dan guru, serta mendorong hubungan yang harmonis antar siswa. Upaya ini akan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan sekolah dan, pada akhirnya, prestasi akademik siswa. Terutama bagi sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran Pesantren.

Pesantren selain bertujuan sebagai salah satu upaya pembentukan akidah dan akhlak siswa dan menanamkan nilai-nilai positif. Pesantren merupakan suatu sistem pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktifitas anak banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah. Konsep dasar dari Pesantren adalah *Integrated Curriculum dan Integrated Activity* yang merupakan bentuk pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk seorang anak (siswa) berintelektual tinggi yang dapat memadukan aspek keterampilan dan pengetahuan dengan sikap yang baik (Sahari, 2018). Lanjutnya, Sahari juga menjelaskan bahwa pendidikan merupakan penerapan dari psikologi yang tidak boleh salah satu fungsi saja dari kejiwaan anak, misalnya, fungsi pikir saja, atau fungsi rasa saja, karena akan berakibat pada perkembangan psikologis yang tidak seimbang.

Fenomena yang peneliti amati adalah perlu upaya menyatukan atau mengintegrasikan semua fungsi kejiwaan anak tersebut, khususnya dalam belajar mengajar di pesantren. Terlihat siswa kurang sejahtera, cenderung tertutup, dan sibuk dengan target-target pekerjaan rumah, kurang dekat dengan orang tua. Kemungkinan kondisi tersebut dapat diakibatkan oleh anak yang lelah dari sekolah, juga orang tua yang lelah dari bekerja, sehingga enggan untuk berinteraksi secara pribadi dengan anaknya. Pulang bekerja, orang tua lelah kemudian istirahat. Anak yang mungkin ingin menceritakan sesuatu kepada orang tuanya mengenai apa yang ia pikirkan, tidak mendapatkan wadahnya. Keadaan ini yang mendorong peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *School well Being* Peserta Didik Pesantren di Kota Kutacane.

Oleh karena itu, hipotesis penelitian ini (1) Ada pengaruh *self- efficacy* terhadap *school well-being*, (2) Ada pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being*, (3) Ada pengaruh secara bersama antara *self- efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well-being*.

**METODE**

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif non eksperimen dengan melakukan survey ke lapangan. Data dikoleksi di Pondok Pesantren Modern Al-Azhar dengan Teknik pengambilan semua populasi menjadi sampel yang berjumlah 300 siswa. Pengambilan data dimulai dari bulan Oktober 2024 sampai dengan November 2024.

Data diambil menggunakan 3 skala yaitu skala *self- efficacy* dari Darmayanti et al., (2021) yang terdiri dari 25 butir dengan 7 respon jawaban likert. Kemudian skala dukungan sosial dari Sulistiani et al., (2022) yang terdiri dari 12 butir dengan 7 respon jawaban likert. Kemudian skala *school well-being* dari (Lathifah et al., 2021) yang terdiri dari 26 butir dengan 4 respon jawaban. Adapun validitas konstruk dilakukan untuk melihat butir yang membentuk model fit berdasarkan nilai factor loading. Sedangkan konsistensi butir dan skala akan menggunakan reliabilitas internal dan Teknik analisis data akan menggunakan regresi dengan asumsi yang akan dipenuhi.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil validitas dapat diketahui bahwa butir skala *self- efficacy* bergerak dari nilai 0.5 sampai dengan 0.6 dan semua butir membentuk model skala yang fit. Sedangkan reliabilitas berkisar  $\alpha= 0.921$  dengan nilai prediksi terendah  $\alpha= 0.907$  dan tertinggi  $\alpha= 0.933$ . Kemudian untuk skala dukungan sosial nilai standar estimasi bergerak dari nilai 0.3 sampai dengan 0.8. Sedangkan reliabilitasnya berkisar  $\alpha= 0.860$  dengan nilai prediksi terendah  $\alpha= 0.834$  dan tertinggi  $\alpha= 0.882$ . Pada skala *school well-being* nilai standar estimasi bergerak dari nilai 0.3 sampai dengan 0.8. Sedangkan reliabilitasnya berkisar  $\alpha= 0.912$  dengan nilai prediksi terendah  $\alpha= 0.897$  dan tertinggi  $\alpha= 0.926$ .

**Tabel 1. Signifikansi Hipotesis Pertama**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	4861.540	1	4861.540	54.051	< .001
	Residual	26803.377	298	89.944		
	Total	31664.917	299			

Pengaruh *self- efficacy* terhadap *school well-being* diketahui memiliki pengaruh yang signifikan karena memiliki nilai  $p = <.001$  dengan tingkat kepercayaan 95%. Artinya setiap kenaikan variable *self- efficacy* maka akan meningkatkan *school well-being*.

**Tabel 2. Signifikansi Hipotesis Kedua**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	868.794	1	868.794	8.407	0.004
	Residual	30796.122	298	103.343		
	Total	31664.917	299			

Sedangkan pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being* diketahui memiliki pengaruh yang signifikan karena memiliki nilai  $p = 0.004$  dengan tingkat kepercayaan 95%. Artinya setiap kenaikan variable dukungan sosial maka akan meningkatkan *school well-being*.

**Tabel 3. Signifikansi Hipotesis Ketiga**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	5114.443	2	2557.221	28.606	< .001

---

Residual	26550.474	297	89.396
Total	31664.917	299	

---

Kemudian pengaruh secara bersama antara *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well-being* diketahui memiliki pengaruh yang signifikan karena memiliki nilai  $p = <.001$  dengan tingkat kepercayaan 95%. Artinya setiap kenaikan variable *self-efficacy* dan dukungan sosial maka akan meningkatkan *school well-being*.

Kesejahteraan sekolah atau *school well-being* merupakan aspek krusial dalam perkembangan peserta didik, terutama di lingkungan pesantren yang memiliki dinamika tersendiri. Dua faktor yang berperan signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan sekolah adalah *self-efficacy* dan dukungan sosial. *Self efficacy* merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan tertentu, sementara dukungan sosial mencakup bantuan emosional, informasi, dan material yang diterima dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan guru.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hemasti et al (2024) bahwa siswa yang memiliki *self-efficacy* yang cukup baik maka siswa akan mampu dalam memiliki keyakinan yang baik akan kompetensi diri yang dimilikinya. Hal ini yang akan mendukung siswa dalam melakukan pengerjaan tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan sehingga individu akan terus berusaha lebih keras dan tidak akan menyerah ketika mengalami suatu kegagalan dalam proses belajarnya.

Penelitian tersebut sejalan dengan Ghufro dan Risnawita (2020) yang mengatakan bahwa *self-efficacy* merupakan Kemampuan yang dimiliki seseorang dapat dianggap baik apabila mencakup tiga dimensi utama. Pertama, dimensi tingkat (*level*), yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi berbagai tingkat kesulitan tugas. Kedua, dimensi kekuatan (*strength*), yang merujuk pada keyakinan atau keteguhan individu mengenai kemampuan dirinya. Ketiga, dimensi keluasan (*generality*), yakni keyakinan individu terhadap kemampuan untuk menjalankan tugas dalam berbagai aktivitas.

Selain *self-efficacy*, dukungan sosial juga memainkan peran penting dalam kesejahteraan sekolah. Dukungan dari teman sebaya, pengasuh, dan keluarga dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi peserta didik, yang pada gilirannya meningkatkan penyesuaian diri dan kesejahteraan mereka. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan signifikan dengan penyesuaian diri santri di pesantren (Maimunah, 2020). Sejalan dengan itu, Sarafino dan Smith (2014) menyatakan bahwa dukungan sosial yang baik apabila individu tersebut mampu memiliki dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informative, dukungan kebersamaan dan dukungan persahabatan oleh orang sekitarnya.

Kombinasi antara efikasi diri yang tinggi dan dukungan sosial yang memadai dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi peserta didik di pesantren. Dengan keyakinan akan kemampuan diri dan dukungan dari lingkungan sekitar, peserta didik lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik dan sosial, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan mereka di sekolah. Namun, tantangan tetap ada, terutama di kota Kutacane, di mana akses terhadap sumber daya pendidikan dan dukungan sosial mungkin terbatas. Oleh karena itu, penting bagi pengelola pesantren untuk secara proaktif menyediakan program yang memperkuat efikasi diri peserta didik dan membangun jaringan dukungan sosial yang kuat. Langkah-langkah seperti pelatihan keterampilan sosial, konseling, dan kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi sarana efektif untuk mencapai tujuan tersebut.

Implementasi kebijakan yang mendukung pengembangan *self-efficacy* dan dukungan sosial di lingkungan pesantren juga diperlukan. Kebijakan tersebut dapat mencakup pelatihan bagi staf pengajar mengenai pentingnya dukungan sosial dan strategi untuk meningkatkan efikasi diri peserta didik, serta penyediaan fasilitas yang mendukung interaksi sosial positif di

antara peserta didik. Secara keseluruhan, peningkatan efikasi diri dan dukungan sosial merupakan kunci dalam meningkatkan kesejahteraan sekolah peserta didik di pesantren, khususnya di kota Kutacane. Melalui upaya bersama dari pengelola pesantren, pengasuh, guru, dan komunitas sekitar, diharapkan peserta didik dapat mencapai kesejahteraan optimal yang mendukung perkembangan akademik dan personal mereka.

Dengan ini, kesejahteraan sekolah di lingkungan pesantren kota Kutacane merupakan elemen penting dalam mendukung perkembangan peserta didik, yang dipengaruhi oleh dua faktor utama: *self-efficacy* dan dukungan sosial. *Self-efficacy*, yakni keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan, terbukti meningkatkan ketekunan dan motivasi peserta didik untuk mencapai tujuan mereka. Di sisi lain, dukungan sosial yang mencakup bantuan emosional, informasi, dan material dari keluarga, teman, dan guru, memberikan rasa aman dan mendorong penyesuaian diri yang lebih baik. Kombinasi keduanya menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, meningkatkan partisipasi akademik dan sosial peserta didik. Namun, untuk mengatasi keterbatasan sumber daya di Kutacane, pengelola pesantren perlu menginisiasi program seperti pelatihan keterampilan sosial, konseling, dan kegiatan ekstrakurikuler, serta kebijakan yang memperkuat efikasi diri dan jejaring dukungan sosial. Dengan sinergi antara pengelola, guru, dan komunitas, kesejahteraan peserta didik dapat terwujud optimal, mendukung perkembangan akademik dan personal mereka.

## KESIMPULAN

Hasil pengujian menjelaskan bahwa terdapat pengaruh antara *self-efficacy* terhadap *school well being*, dengan besaran pengaruh 15.4%. Kemudian pada pengujian hipotesis kedua diketahui bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *school well being*, dengan besaran pengaruh 0.3%. Sedangkan pada pengujian ketiga terdapat pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *school well-being* dengan besaran pengaruh 16.2%.

Adapun kelemahan dalam penelitian ini dapat diketahui dari desain penelitian studi kasus yang hanya menjelaskan lapangan penelitian dan tidak masuk dalam statistik parameter. Kemudian hasil kuantitatif tentu tidak memiliki data yang dapat menjelaskan setiap individu secara spesifik. Oleh karena itu, saran untuk penelitian selanjutnya dapat melakukan statistik parameter untuk dapat menggeneralisasi hasil statistik. Selanjutnya juga dapat melakukan penelitian terkait *school well-being* dengan Teknik pendalaman individu melalui metode kualitatif agar diketahui secara detail gambaran *efficacy* dan dukungan sosial setiap orang.

## REFERENSI

- Adiputra, S. (2015). Keterkaitan Self Efficacy dan Self Esteem Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2). <https://doi.org/10.52657/jfk.v1i2.101>
- Ahmad, A. (2010). *Ilmu Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Akhtar, H. (2019). evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk subjective well-being. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 29–40.
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). UMM Press. Caesari.
- Anggreni, N. M. S., & Immanuel, A. S. (2020). Model School Well-Being Sebagai Tatanan Sekolah Sejahtera Bagi Siswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 146. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i3.9848>
- Anwar, M. N. (2009). Self-Efficacy Of Formally and Non-Formally Trained Public Sector Teachers. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 10(3), Article 3.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Bornstein, M. H., Hahn, C.-S., & Suwalsky, J. T. D. (2013). Developmental Pathways Among Adaptive Functioning and Externalizing and Internalizing Behavioral Problems:

- Cascades From Childhood Into Adolescence. *Applied Developmental Science*, 17(2), 76–87. <https://doi.org/10.1080/10888691.2013.774875>
- Chan, G., Miller, P. W., & Tcha, M. (2015). Happiness In University Education. *International Review of Economics Education*, 4(1), 20–45. [https://doi.org/10.1016/S1477-3880\(15\)30139-0](https://doi.org/10.1016/S1477-3880(15)30139-0)
- Darmayanti, K. K. H., Anggraini, E., Winata, E. Y., & Mardianto, M. F. F. (2021a). Confirmatory Factor Analysis of the Academic Self-Efficacy Scale: An Indonesian Version. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 10(2), 118–132. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v10i2.19777>
- Darmayanti, K. K. H., Anggraini, E., Winata, E. Y., & Mardianto, M. F. F. (2021b). Confirmatory Factor Analysis of the Academic Self-Efficacy Scale: An Indonesian Version. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 10(2), 118–132. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v10i2.19777>
- Faturochman, Saptandari, W., Istiqomah, N. A., & et al. (2012). *Psikologi Untuk Kesejahteraan Masyarakat*. (Cetakan 1). Pustaka Belajar.
- Fauziana, F. (2022). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah IPA. *PIONIR: Jurnal Pendidikan*, 11(1), Article 1. <https://doi.org/10.22373/pjp.v11i1.13138>
- Ghufron & Risnawita. (2020). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruuz Media.
- Hemasti, R. A. G., Sadijah, N. A., Gojali, A. P., & Pratiwi, K. (2024). Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Student Well Being Di SMA N 4 Karawang. *Journal on Education*, 6(2), Article 2.
- Hongwidjojo, M. P., Monika, M., & Wijaya, E. (2018). Relation of Student-Teacher Trust with School Well-Being to High School Students. *PSIKODIMENSIA*, 17(2), 162. <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i2.1664>
- Kartasmita, S. (2017). Hubungan antara School Well-Being dengan Rumination. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(1), 248. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.358>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Keyes, C. L., & Waterman, M. B. (2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. In *Well-being* (pp. 477–497). Psychology Press.
- Konu, A. I. (2002). Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155–165. <https://doi.org/10.1093/her/17.2.155>
- Konu, A., & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: A conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87. <https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79>
- Kosher, H., Jiang, X., Ben-Arieh, A., & Huebner, E. S. (2014). Advances in children's rights and children's well-being measurement: Implications for school psychologists. *School Psychology Quarterly*, 29(1), 7–20. <https://doi.org/10.1037/spq0000051>
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 246484.
- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2013). *Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa inggris siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lathifah, N., Adi, A. H., & Na'imah, T. (2021). An Overview of School Well-Being Scale at Students of Muhammadiyah Vocational High School: A Pilot Study. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 2, 97–104. <https://doi.org/10.30595/pssh.v2i.111>

- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Masthura, C. P., Julistia, R., & Astuti, W. (2023). Hubungan Self Determination dengan School Well Being pada Siswa/i di SMP Alam Bireuen. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.2910/insight.v1i2.12428>
- Mufidha, A. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor Psychological Well-Being pada Remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>
- Newman, D. (2013). How Shifting Communication Trends Are Impacting Digital Transformation. *Research Centre of Business Administration in The Bucharest University of Economic Studies, Romania*.
- Nuzulia, S. (2010). *Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping*. Semarang. Penerbit UNDIP.
- O'Brien, C. (2008). Sustainable happiness: How happiness studies can contribute to a more sustainable future. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 49(4), 289–295. <https://doi.org/10.1037/a0013235>
- Rahman, R. D. (2019). Pengaruh motivasi berprestasi, self efficacy, dan dukungan sosial terhadap prestasi akademis mahasiswa. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 4(2). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10839>
- Rasyid, A. (2020a). Konsep dan Urgensi Penerapan School Well-Being Pada Dunia Pendidikan. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 376–382. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.705>
- Rasyid, A. (2020b). Konsep dan Urgensi Penerapan School Well-Being Pada Dunia Pendidikan. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 376–382. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.705>
- Riansyah, I. R. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa. *IJBITH Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities*, 1(1), Article 1.
- Rokhmatika, L. (2013). *Hubungan antara Persepsi terhadap Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri di Sekolah pada Siswa Kelas Unggulan* (Issue 1) [Journal:eArticle, State University of Surabaya]. <https://www.neliti.com/publications/245518/>
- Roos, J. (2013). The benefits and limitations of leadership speeches in change initiatives. *Journal of Management Development*, 32(5), 548–559. <https://doi.org/10.1108/02621711311328318>
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2014). Relationships between Psychological Well-being and Resilience in Middle and Late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>
- Sahari, S. (2018). Fullday School dalam Sorotan Ilmu Sosiologi, Psikologi, dan Ekonomi. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, 11(1). <https://doi.org/10.30984/jii.v11i1.575>
- Samputri, S. K., & Sakti, H. (2015). dukungan sosial dan subjective well being pada tenaga kerja wanita pt. arni family ungaran. *Jurnal EMPATI*, 4(4), Article 4. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14321>
- Santrock, J. (2011). *Educational psychology*. McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011). *Psikologi Pendidikan* (Edisi kedua). Kencana.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, T., & Schlechter, A. D. (2020). Positive Psychology: An Introduction. In E. Messias, H. Peseschkian, & C. Cagande (Eds.), *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology* (pp. 33–46). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-33264-8\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-030-33264-8_3)
- Satria, I. G. I. J., & Kurniawati, M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (studi pada mahasiswa perantau). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), Article 6. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i6.16467>
- Septiani, S. (2022). Analisis Hubungan Self-Efficacy Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika. *Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(3), 3078–3086. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v6i3.1423>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian bisnis: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Sulistiani, W., Fajrianti, F., & Kristiana, I. F. (2022a). Validation of the Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch Model Approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103. <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Sulistiani, W., Fajrianti, F., & Kristiana, I. F. (2022b). Validation of the Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch Model Approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103. <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Thohiroh, H., Novianti, L. E., & Yudiana, W. (2019). Peranan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif di Sekolah pada Siswa Pondok Pesantren Modern. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 131–144. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.5323>
- Tricahyani, I. A. R., & Widiasavitri, P. N. (2016). hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan kota denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 168–176.
- Utami, K. D., Sumiyarini, R., & Syah, M. E. (2024). Analisis School Well Being Pada Mahasiswa Keperawatan di Yogyakarta Melalui Peer Mentoring. *Jurnal Diversita*, 10(2), 212–218. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i2.12958>
- Widyaningsih, W., & Budiningsih, T. E. (2016). Perbedaan Academic Self Efficacy Ditinjau dari Jenis Goal Orientation. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v8i2.8626>
- Wyn, J., Cahill, H., Holdsworth, R., Rowling, L., & Carson, S. (2000). MindMatters, a Whole-School Approach Promoting Mental Health and Wellbeing. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(4), 594–601. <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2000.00748.x>
- Yuniawati, R., & Tarnoto, N. (2019). Pemaknaan School Well-being pada Siswa SMP: Indigenous Research. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(2). <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i2.4408>
- Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-Efficacy, Stress, and Academic Success in College. *Research in Higher Education*, 46(6), 677–706. <https://doi.org/10.1007/s11162-004-4139-z>