

Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Terhadap

Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa

The Role of Self Efficacy and Peer Support on

Psychological Well-being of Undergraduate Student

Sholihatul Ulul Albabiah¹, Haryanta²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Email: ¹sholihatul.ulul.a@mail.ugm.ac.id, ²hary_psiko@ugm.ac.id

Abstrak. Mahasiswa berisiko mengalami permasalahan psikologis dan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah. Padahal, kesejahteraan psikologis dapat menjadi pelindung terhadap gangguan psikologis dan mendorong keberfungsian individu. Penelitian bertujuan mengetahui peran efikasi diri dan dukungan sosial teman terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Partisipan penelitian ini terdiri dari mahasiswa perguruan tinggi negeri Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 162 partisipan dan berusia 17–23 tahun. Penelitian menggunakan tiga alat ukur diantaranya skala efikasi diri, skala dukungan sosial teman, dan skala kesejahteraan psikologis. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi berganda (*multiple regression*). Hasil analisis membuktikan efikasi diri memiliki peran sebesar 52,52% dan dukungan sosial teman memiliki peran sebesar 13,17% terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Kesimpulan penelitian, efikasi diri dan dukungan sosial teman secara bersama – sama memiliki peran terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: *kesejahteraan psikologis, efikasi diri, dukungan sosial teman, mahasiswa*

Abstract. *Undergraduate students are at risk of experiencing psychological problems and have a low level of psychological well-being. Whereas, psychological well-being can be a protector against psychological disorders and encourages individual functioning. This study aims to determine the role of self-efficacy and peers support on psychological well-being of undergraduate students. The research participants were 162 undergraduate students of state universities in Daerah Istimewa Yogyakarta and aged 17 – 23 years. This study used three measuring tools: the self-efficacy scale, the peers support scale, and the psychological well-being scale. Research analyses using multiple regression techniques. The results prove that self-efficacy has a role of 52.52%, while peers support has a role of 13.17% on psychological well-being of undergraduate students. In conclusion, self-efficacy and peers support simultaneously have a role in the psychological well-being of undergraduate students.*

Keyword: *psychological well-being, self efficacy, peers support, undergraduate student*