

**DUKUNGAN SOSIAL DAN EFIKASI DIRI  
TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS  
MAHASISWA YANG BEKERJA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam  
Bidang Psikogi



Oleh

**FARDAN AFIF**

41183507220057

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS ISLAM 45**

**BEKASI**

**2026**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis  
Mahasiswa yang Bekerja

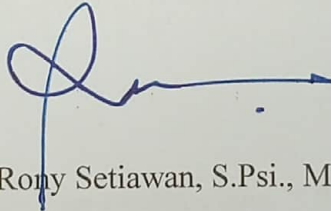
Peyusun : Fardan Afif

NPM : 41183507220057

Bekasi, 30 Juni 2026

Menyetujui:

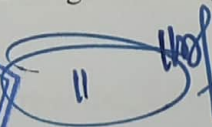
Pembimbing,



Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

## HALAMAN PENGESAHAN

Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa  
yang Bekerja

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Fardan Afif

41183507220057



Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal 30 Juni 2026

dan dinyatakan Lulus/disahkan

di Universitas Islam 45 Bekasi

pada tanggal 30 Juni 2026

Dewan Penguji

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (.....)

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si. (.....)

Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si. (.....)

: 2. Lucky Purwantini, S.Psi., M.A. (.....)

## PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fardan Afif

NPM : 41183507220057

Judul Skripsi : Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologi  
Mahasiswa yang Bekerja



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau pustaka), baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
  - a. Fabrikasi, yaitu Pustaka membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian.
  - b. Falsifikasi, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian.
  - c. Plagiarisme, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek, dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 30 Juni 2026

Yang Membuat  
Pernyataan,



Fardan Afif

41183507220057

# DUKUNGAN SOSIAL DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA YANG BEKERJA

Fardan Afif ([fardanafif5@gmail.com](mailto:fardanafif5@gmail.com))

Rony Setiawan ([ronykusetia@gmail.com](mailto:ronykusetia@gmail.com))

Universitas Muhammadiyah Indonesia (Universitas Islam 45 Bekasi)

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between social support and self-efficacy and psychological well-being in working students. Psychological well-being is a crucial aspect of an individual's life, enabling them to function optimally and effectively cope with academic and work demands.*

*This study employed a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 99 working students at the University of Muhammadiyah Indonesia (Islamic University 45 Bekasi), selected using a cluster sampling technique.*

*The results showed a significant positive relationship between social support and psychological well-being. However, there was no significant relationship between self-efficacy and psychological well-being. Furthermore, social support and self-efficacy simultaneously had a significant effect on psychological well-being in working students.*

*Keywords: social support, self-efficacy, psychological well-being, working students.*

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja. Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu yang memungkinkan mahasiswa berfungsi secara optimal serta mampu menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan dengan baik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel berjumlah 99 mahasiswa yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Indonesia (Universitas Islam 45 Bekasi), yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, dukungan sosial dan efikasi diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.

Kata kunci: dukungan sosial, efikasi diri, kesejahteraan psikologis, mahasiswa yang bekerja.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, serta pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bantuan, bimbingan, dukungan, serta arahan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, dukungan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Segenap tim dosen penguji yang telah memberikan kesempatan, masukan, kritik, dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan lebih baik.
3. Ibu Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog. selaku dosen pembimbing akademik, yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, dukungan, selama proses perkuliahan hingga penyelesaian studi.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku kepala program studi, yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, dukungan, serta proses penyusunan skripsi ini.
5. Terimakasih kepada seluruh jajaran Universitas Muhammadiyah Indonesia (Universitas Islam 45 Bekasi), telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri yang telah berusaha, bertahan, dan terus melangkah dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi. Terima kasih karena tidak menyerah dan tetap percaya pada kemampuan diri hingga mampu menyelesaikan tahap ini.

7. Ayah tercinta, Bambang Mai Arianto, yang senantiasa menjadi teladan bagi penulis. Terima kasih atas segala perjuangan, kerja keras, doa, dukungan, serta pengorbanan yang telah diberikan.
8. Ibunda tercinta, Chikmah Chayati, yang telah melahirkan, merawat, memberikan kasih sayang tanpa batas, serta senantiasa mendoakan dan mendukung penulis dalam setiap langkah kehidupan. Terima kasih karena selalu menjadi tempat pulang yang penuh kehangatan dan kenyamanan.
9. Fayza Samarra Nurwahidah. yang senantiasa hadir memberikan dukungan, motivasi, serta menjadi tempat berbagi cerita dan keluh kesah selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas perhatian dan semangat yang diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini.
10. Saudara terdekat penulis, Dhafin Fadli Ariyanda, Faiz Suntoto, Mbak Dini dan keponakan Evelyn Deef Sehrish Yumna., yang telah menemani perjalanan hidup penulis sejak kecil hingga saat ini. Terima kasih atas dukungan, perhatian, serta kasih sayang yang diberikan sehingga menjadi sumber semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman/kerabat (Lanang 22) dan Psikologi P2 yang selalu memberikan dukungan, kebersamaan, serta menjadi tempat berbagi suka dan duka selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Bekasi, 15 Juni 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PENGESAHAN.....	3
PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	4
HALAMAN CURRICULUM VITAE .....	5
HALAMAN MOTO DAN PESEMBAHAN.....	6
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A    Latar Belakang Masalah.....	1
B    Rumusan Masalah .....	11
C    Tujuan.....	11
D    Manfaat Penelitian .....	11
1.    Manfaat Teoritis .....	11
2.    Manfaat Praktis .....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	13
A    Kajian Pustaka.....	13
1.    Kesejahteraan Psikologis .....	13
2.    Dukungan Sosial .....	18
3.    Efikasi Diri .....	22
4.    Mahasiswa yang bekerja .....	27
B    Kerangka Berpikir.....	29
C    Hipotesis.....	34
D    Orisinalitas dan Perbedaan dengan Peneliti Sebelumnya .....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A    Desain Penelitian.....	41
B    Identifikasi dan Operasional Variabel .....	41
1.    Indefikasi Variabel .....	41

2.	Definisi Konseptual .....	42
3.	Definisi Operasional .....	43
C	Subjek, Tempat & Waktu Penelitian .....	44
1.	Subjek Penelitian .....	44
2.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	45
3.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	47
D	Teknik Pengumpulan Data .....	48
1.	Wawancara .....	49
2.	Skala Psikologi .....	49
E	Teknik Analisa Data .....	67
1.	Teknik Deskriptif .....	67
2.	Teknik Pengujian Asumsi .....	69
3.	Teknik Pengujian Hipotesis .....	71
F	Etika Penelitian .....	73
1.	Partisipasi Penelitian .....	73
2.	Prosedur Penelitian .....	73
3.	Keamanan dan Kerahasiaan Data .....	74
4.	Risiko dan Efek Samping Penelitian .....	74
5.	Manfaat Penelitian bagi Responden .....	74
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....		75
A	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	75
B	Deskripsi Demografis Subjek Penelitian .....	76
1.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	76
2.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia .....	76
3.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Program Studi .....	77
4.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan .....	77
5.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja .....	78
6.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Divisi Pekerjaan .....	78
C	Deskripsi Variabel Penelitian .....	79
1.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (Y) .....	80
2.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (X1) .....	80
3.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (X2) .....	80
D	Hasil Penelitian .....	81
1.	Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis .....	81

2. Hubungan Efikasi Diri dengan Kesejahteraan Psikologis .....	81
3. Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	82
E Diskusi.....	84
F Keterbatasan Penelitian.....	92
BAB V PENUTUP.....	93
A Simpulan .....	93
B Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA .....	95

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil preliminary Kesejahteraan Psikologis .....	4
Tabel 2. Hasil preliminary Dukungan Sosial.....	7
Tabel 3. Hasil preliminary Efikasi Diri .....	9
Tabel 4. Orisinilitas Peneliti .....	36
Tabel 5. Tempat dan Waktu Penelitian .....	47
Tabel 6. Skor Item Skala Psikologi .....	49
Tabel 7. Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis.....	52
Tabel 8. Blue Print Skala Dukungan Sosial.....	53
Tabel 9. Blue Print Skala Efikasi Diri .....	54
Tabel 10. Hasil Expert Judgement.....	57
Tabel 11. Indeks Diskriminasi Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis .....	58
Tabel 12. Indeks Diskriminasi Aitem Skala Dukungan Sosial.....	59
Tabel 13. Indeks Diskriminasi Aitem Skala Efikasi Diri.....	60
Tabel 14. Validitas Konstruk Skala Kesejahteraan Psikologis .....	62
Tabel 15. Validitas Konstruk Dukungan Sosial .....	63
Tabel 16. Validitas Konstruk Efikasi Diri.....	65
Tabel 17. Alpha Cronbach .....	66
Tabel 18. Uji Reliabilitas .....	67
Tabel 19. Kategori Uji Deskriptif .....	68
Tabel 20. Teknik Deskriptif .....	68
Tabel 21. Hasil Uji Normalitas .....	69
Tabel 22. Hasil Uji Linearitas .....	70
Tabel 23. Kategorisasi Korelasi .....	72
Tabel 24. Deskripsi Jenis Kelamin .....	76
Tabel 25. Deskripsi Usia .....	76
Tabel 26. Deskripsi Program Studi .....	77
Tabel 27. Deskripsi Angkatan .....	77

Tabel 28. Deskripsi Lama Bekerja .....	78
Tabel 29. Deskripsi Divisi Pekerjaan .....	78
Tabel 30. Deskripsi Variabel Penelitian .....	79
Tabel 31. Hasil Uji Korelasi Non-Parametrik Spearman X1 dan Y .....	81
Tabel 32. Hasil Uji Korelasi Non-Parametrik Spearman X2 dan Y .....	82
Tabel 33. Hasil Uji Regresi Berganda .....	83

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	34
Gambar 2. Rumus Slovin.....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Hasil Cek Plagiarisme Turnitin .....	102
Lampiran 2: Surat Penelitian.....	102
Lampiran 3: Lembar Bimbingan Skripsi.....	103
Lampiran 4: Form Matriks Tabel Revisi Seminar Hasil .....	104
Lampiran 5: Hasil Analisis Expert Judgement.....	106
Lampiran 6: Hasil Analisis Statistik Deskriptif .....	114
Lampiran 7: Hasil Analisis Statistik Pengujian Asumsi.....	121
Lampiran 8: Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas.....	124
Lampiran 9: Hasil Analisis Statistika Hipotesis.....	137
Lampiran 10: Data Hasil Preliminary Study .....	139
Lampiran 11: Lembar Surat Keputusan .....	183
Lampiran 12: Lembar Kehadiran Sidang.....	184
Lampiran 13: Tabulasi Data Instrumen.....	185

## SKRIPSI FARDAN AFIF 220057.docx

## ORIGINALITY REPORT

<b>7</b> %	<b>8</b> %	<b>5</b> %	<b>5</b> %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>eprints.mercubuana-yogya.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>2</b>	<b>repository.ar-raniry.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>3</b>	<b>Submitted to Universitas Negeri Jakarta</b> Student Paper	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>garuda.kemdikbud.go.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>jurnal.dokicti.org</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>jurnal.unpad.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>7</b>	<b>repository.radenintan.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>8</b>	<b>ojs.co.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>9</b>	<b>artefacts-discovery.researcher.life</b> Internet Source	<b>1</b> %

---

<b>10</b>	<b>repository.iain-manado.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %
<b>11</b>	<b>repository.unismabekasi.ac.id</b> Internet Source	<b>1</b> %