

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari

Pada awal berdirinya yaitu tahun 1964, lembaga pendidikan yang sekarang dikenal sebagai UIN Antasari awalnya bernama Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Antasari. Pada tanggal 3 April 2017, melalui Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2017 yang ditandatangani oleh Presiden Republik Indonesia, institusi ini resmi berubah status menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari. Saat ini, UIN Antasari terdiri dari lima fakultas, yaitu fakultas tarbiyah dan keguruan, fakultas syariah, fakultas ushuluddin dan humaniora, fakultas dakwah dan ilmu komunikasi, serta fakultas ekonomi dan bisnis Islam.¹

2. Visi dan Misi UIN Antasari

a. Visi: Unggul dan Berakhlak

- 1) Universitas yang unggul. Menjadi lembaga pendidikan tinggi yang unggul, yakni istimewa dan menonjol dalam kajian keilmuan yang integratif antara ilmu-ilmu keislaman dan ilmu-ilmu modern, menghayati nilai-nilai kebangsaan, berbasis lokal

¹ “Sejarah Singkat,” *Situs Resmi UIN Antasari* (blog), 2 Maret 2023, <https://www.uin-antasari.ac.id/sejarah/>.

dan berwawasan global di kawasan Asia Tenggara pada tahun 2024.

- 2) Berakhlak. Menjadi lembaga pendidikan tinggi yang menanamkan nilai-nilai luhur, akhlak mulia, sesuai dengan ajaran Islam. Budi luhur tersebut tercermin dalam sikap dan perilaku seseorang terhadap lingkungan, sesama manusia, Tuhan dan diri sendiri.

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan ilmu-ilmu keislaman interdisipliner yang memiliki keunggulan, kekhasan, dan berdaya saing internasional.
- 2) Melaksanakan pendidikan akhlak dan spritualitas Islam di lingkungan kampus secara komprehensif dan berkesinambungan.
- 3) Melaksanakan penelitian yang memiliki manfaat bagi pengembangan keilmuan dan masyarakat.
- 4) Melaksanakan dan mengembangkan pola pemberdayaan masyarakat berbasis riset yang memiliki manfaat jangka panjang bagi masyarakat.
- 5) Membangun kepercayaan dan kerjasama dengan lembaga regional, nasional, dan internasional.

- 6) Mengembangkan tata kelola berdasarkan manajemen profesional dalam rangka mencapai kepuasan sivitas akademika dan stakeholder.²

3. Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari

Pelaksanaan KKN tidak bisa dilakukan asal-asalan atau sembarangan, karena KKN merupakan pengabdian kepada masyarakat yang tentu memiliki tujuan. Oleh sebab itu, perlu adanya pedoman sebagai landasan serta pegangan pelaksanaan KKN. UIN Antasari Banjarmasin memiliki buku pedoman KKN yang ditulis oleh tim Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) dengan judul Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari Banjarmasin.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin ialah program wajib yang menggabungkan pelaksanaan tri darma perguruan tinggi dengan metode memberikan pengalaman belajar dan bekerja di masyarakat dengan konsep pemberdayaan. Beban kredit KKN adalah 4 SKS. KKN merupakan wadah penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dilakukan sesuai protokol dan dalam jangka waktu tertentu. Dalam pelaksanaannya, KKN secara umum ditempatkan di desa-desa yang telah ditentukan, khususnya dalam wilayah Provinsi Kalimantan Selatan.³

Terdapat 2 model KKN, KKN regular dan KKN non regular. KKN regular kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa dalam wujud

² “Visi, Misi dan Filosofi Keilmuan,” *Situs Resmi UIN Antasari* (blog), 2 Maret 2023, <https://www.uin-antasari.ac.id/visi-misi/>.

³ *Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari Banjarmasin* (Banjarmasin: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 2023), 1.

aktivitas bercengkrama ditengah masyarakat dibawah bimbingan dosen pembimbing atau dosen pembimbing lapangan yang dilaksanakan secara internal oleh lembaga perguruan tinggi. Sedangkan KKN non regular ialah jenis KKN yang diprogramkan untuk tujuan tertentu, meliputi KKN Tematik, KKN Nusantara, dan KKN Internasional.⁴

Terdapat beberapa ketentuan umum KKN, yaitu target dan capaian, capaian dan indikator kerja, dan syarat KKN. Program kerja KKN terdiri dari tiga bidang yaitu: Bidang Pokok Keagamaan, Bidang Umum Lintas Sektoral, dan Bidang Khusus Administrasi Desa. Program kerja tersebut ada yang dilaksanakan secara kolektif atau berkelompok dan ada yang dikerjakan secara individual. Agar pelaksanaan KKN kondusif maka terdapat juga tata tertib dan sanksi bagi mahasiswa yang melanggar pedoman.

Waktu pelaksanaan KKN di UIN Antasari Banjarmasin berlangsung selama satu bulan atau 30 hari. Pasca pelaksanaan KKN, mahasiswa diwajibkan untuk mengerjakan laporan akhir pelaksanaan KKN. Laporan akhir kolektif ialah laporan yang disusun secara bersama-sama sesuai kelompok KKN berupa artikel jurnal, sedangkan laporan akhir individu ialah laporan yang disusun secara mandiri berupa media populer dalam bentuk esai atau video singkat.⁵

B. Hasil Uji Instrumen

Sebelum melakukan uji instrumen, peneliti terlebih dahulu melakukan *expert judgment*. Adapun nama-nama *expert judgment* yaitu pada tabel 4.1:

⁴ *Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari Banjarmasin*, 4.

⁵ *Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari Banjarmasin*, 23.

TABEL 4. 1 NAMA-NAMA *EXPERT JUDGMENT*

No	<i>Expert Judgement</i>	Pekerjaan
1.	Mahdia Fadhila, M. Psi., Psikolog	Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin
2.	Raden Fauziah Febrianni Faturochman, M. Psi., Psikolog	Psikolog di RSUD Ulin Banjarmasin
3.	Dyta Setiawati Hariyono, M. Psi., Psikolog	Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Setelah melakukan *expert judgement*, peneliti merevisi skala penelitian berdasarkan arahan dan masukan dari *expert judgement* dengan masih berdasarkan aspek-aspek yang ada, sehingga diperoleh hasil *blueprint* skala penelitian pada tabel 4.2 dan tabel 4.3.

TABEL 4. 2 *BLUEPRINT* SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SETELAH *EXPERT JUDGMENT*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>)	Bersikap positif dan menerima kemampuan diri	2, 4	28	3
		Memiliki pandangan positif di masa lalu	1, 22	29	3
2.	Hubungan positif dengan orang lain (<i>positive relation with others</i>)	Peduli dan berempati terhadap orang lain	3,10	30	3
		Bersikap hangat dan akrab kepada orang lain	31	6, 23	3
3.	Kemandirian (<i>autonomy</i>)	Mampu menentukan sikap dan	8	11	2

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
		tingkah laku diri sendiri			
		Mengevaluasi diri sendiri	18	16	2
4.	Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>)	Mampu memanipulasi keadaan sesuai nilai pribadi	13, 24	7	3
		Mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan diri sendiri	9	25	2
5.	Tujuan hidup (<i>Purpose in life</i>)	Memiliki tujuan dan keterarahan dalam hidup	12, 17	32	3
		Memiliki arti dalam hidup	19	14, 26	3
6.	Pengembangan diri (<i>personal growth</i>)	Menyadari potensi dan perasaan untuk berkembang dalam diri	5	20	2
		Mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu	15, 27	21	3
Jumlah			18	14	32

TABEL 4. 3 BLUEPRINT SKALA EFIKASI DIRI SETELAH *EXPERT JUDGMENT*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Tingkat (<i>level</i>)	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap	1, 18, 26, 29	9, 14, 22, 31	8

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
		tingkat kesulitan tugas			
		Pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas	7, 10, 13, 30	2, 15, 19, 23	8
2.	Kekuatan (<i>strenght</i>)	Tingkat kekuatan keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya	3, 20, 27, 33	5, 11, 16, 24, 28	9
3.	Generalisasi (<i>generality</i>)	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas diberbagai aktivitas	6, 21, 25, 32	4, 8, 12, 17	8
Jumlah			16	17	33

Skala yang sudah disetujui *expert judgement* kemudian dilakukan uji instrumen dengan menyebar skala penelitian kepada 72 mahasiswa yang sedang melaksanakan kuliah kerja nyata tahap 2 pada tanggal 5-15 Oktober 2022.

1. Uji Validitas

Untuk menguji instrumen penelitian, penting dilakukan uji validitas guna menilai seberapa valid dan sahnya instrumen tersebut. Hasil uji validitas dapat

dilihat dari perbandingan antara nilai r tabel dan r hitung, di mana nilai r tabel diperoleh dari nilai degree of freedom (df), dengan rumus $df = n - 2$. Validitas sebuah item dianggap terpenuhi jika nilai r hitung $\geq r$ tabel, dan tidak valid jika nilai r hitung $< r$ tabel.⁶ Dalam penelitian ini, nilai r tabel dihitung dengan $df = 72 - 2$, yang menghasilkan nilai 0,302 pada taraf signifikansi 1%. Proses uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment*, yang umumnya terprogram dalam perangkat lunak seperti *SPSS 25.0 for Windows*.

Dengan demikian, pada tahap ini, penelitian akan mengimplementasikan uji validitas untuk mengevaluasi seberapa akurat instrumen penelitian dalam mengukur konstruk yang diinginkan.

a. Skala Kesejahteraan Psikologis

Pada skala ini terdapat 32 total item yang di uji coba kepada 72 responden.

Hasil tersebut memperoleh 29 item valid dan 3 item gugur.

TABEL 4. 4 *BLUEPRINT* SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SESUDAH UJI COBA

No.	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item Valid
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1.	Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>)	Bersikap positif dan menerima kemampuan diri	2, 4	-	28	-	6
		Memiliki pandangan positif di masa lalu	1, 22	-	29	-	
2.	Hubungan positif	Peduli dan berempati	3,10	-	30	-	6

⁶ Slamet Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen* (Yogyakarta: Deepublish, 2020), 64.

No.	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item Valid
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
	dengan orang lain (<i>positive relation with others</i>)	terhadap orang lain					
		Bersikap hangat dan akrab kepada orang lain	31	-	6, 23	-	
3.	Kemandirian (<i>autonomy</i>)	Mampu menentukan sikap dan tingkah laku diri sendiri	8	-	-	11	2
		Mengevaluasi diri sendiri	18	-	-	16	
4.	Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>)	Mampu memanipulasi keadaan sesuai nilai pribadi	13, 24	-	7	-	5
		Mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan diri sendiri	9	-	25	-	
5.	Tujuan hidup (<i>purpose in life</i>)	Memiliki tujuan dan keterarahan dalam hidup	12, 17	-	-	32	5
		Memiliki arti dalam hidup	19	-	14, 26	-	
6.	Pengembangan diri (<i>personal growth</i>)	Menyadari potensi dan perasaan untuk berkembang dalam diri	5	-	20	-	5
		Mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu	15, 27	-	21	-	

No.	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item Valid
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
Jumlah							29

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa item yang sudah dilakukan uji coba tersisa 29 item yang dinyatakan valid. Item yang dinyatakan gugur ada 3, yaitu item 11, 16, dan 32.

b. Skala Efikasi Diri

Pada skala ini terdapat 33 total item yang di uji coba kepada 72 responden.

Hasil tersebut memperoleh 31 item valid dan 2 item gugur.

TABEL 4. 5 BLUEPRINT SKALA EFIKASI DIRI SESUDAH UJI COBA

No.	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item Valid
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1.	Tingkat (<i>level</i>)	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas	1, 18, 26, 29	-	9, 14, 22, 31	-	15
		Pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas	7, 10, 13, 30	-	2, 15, 23	19	
2.	Kekuatan (<i>strenght</i>)	Tingkat kekuatan keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya	3, 20, 27, 33	-	5, 11, 16, 24, 28	-	9

No.	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item Valid
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
3.	Generalisasi (<i>generality</i>)	Keyakinan individu akan kemampuan nya melaksanakan tugas diberbagai aktivitas	21, 25, 32	-	4, 8, 12, 17	6	7
Jumlah							31

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa item yang sudah dilakukan uji coba tersisa 31 item yang dinyatakan valid. Item yang dinyatakan gugur ada 2, yaitu item 6 dan 19.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah prosedur untuk mengukur seberapa tinggi tingkat ketepatan, ketelitian, atau keakuratan suatu instrumen penelitian. Proses ini biasanya dilakukan setelah memastikan bahwa item-item yang digunakan sudah valid.⁷ Pada skala kesejahteraan psikologis, terdapat 29 item yang diuji, sedangkan pada skala efikasi diri terdapat 31 item yang diuji.

Reliabilitas diukur dengan menggunakan nilai koefisien *alpha* (*Cronbach's alpha*), yang merupakan indikator dari reliabilitas instrumen. Menurut para ahli, nilai koefisien alpha berkisar dari 0 (tidak ada reliabilitas) hingga 1

⁷ Lijian P. Sinambela dan Sarton Sinambela, *Metode Penelitian Kuantitatif: Teoritik dan Praktik* (Depok: Rajawali Pers, 2021), 267.

(reliabilitas sempurna). Interval nilai koefisien alpha dapat memberikan gambaran sebagai berikut:⁸

TABEL 4. 6 KRITERIA RELIABILITAS

Nilai koefisien alpha	Kriteria Reliabilitas
0	Tidak memiliki reliabilitas
>.70	Reliabilitas dapat diterima
>.80	Reliabilitas yang baik
.90	Reliabilitas yang sangat baik
1	Reliabilitas sempurna

TABEL 4. 7 UJI RELIABILITAS ITEM KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN EFIKASI DIRI

Skala	<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Item
Kesejahteraan Psikologis	0,913	29
Efikasi Diri	0,916	31

Berdasarkan tabel 4.7, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa pada skala kesejahteraan psikologis, nilai reliabilitas yang diperoleh adalah 0,913, yang melebihi nilai ambang batas reliabilitas minimal 0,70. Ini menandakan bahwa skala kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 29 item yang diuji sudah dianggap reliabel. Sementara itu, pada skala efikasi diri, nilai reliabilitas yang diperoleh adalah 0,916, juga melebihi nilai ambang batas 0,70. Hal ini mengindikasikan bahwa skala efikasi diri yang terdiri dari 31 item yang diuji juga sudah dianggap reliabel. Dengan demikian, dari tabel 4.7 dapat disimpulkan bahwa nilai reliabilitas skala kesejahteraan psikologis sebesar 0,913 dan skala efikasi diri sebesar 0,916 termasuk dalam kategori reliabilitas yang sangat baik.

⁸ Dyah Budiastuti dan Agustinus Bandur, *Validitas dan Reliabilitas Penelitian: Dilengkapi Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS* (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2018), 211.

C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

1. Gambaran Responden Penelitian

Responden penelitian ini merupakan mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang sedang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) tahap 3 tahun 2022 dengan jumlah sampel sebanyak 197 mahasiswa.

TABEL 4. 8 DATA RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1.	Laki-laki	84	43%
2.	Perempuan	113	57%

Berdasarkan tabel 4.8 diperoleh jumlah responden penelitian berjenis kelamin laki-laki ada 84 mahasiswa dengan persentase sebesar 43% dan responden berjenis kelamin perempuan ada 113 mahasiswa dengan persentase sebesar 57%.

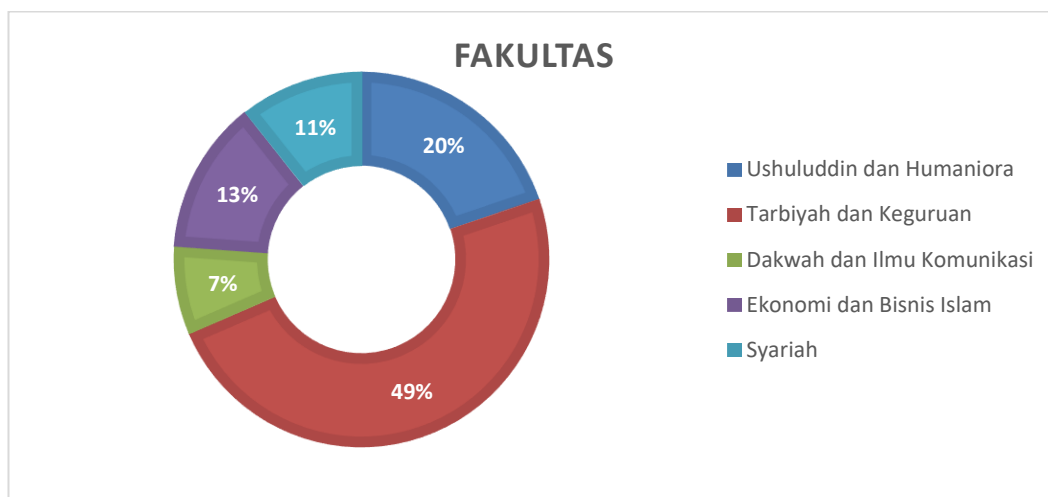


Gambar 4. 1 Diagram Data Berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 9 DATA RESPONDEN BERDASARKAN FAKULTAS

No.	Fakultas	Frekuensi	Persentase
1.	Tarbiyah dan Keguruan	96	49%
2.	Ushuluddin dan Humaniora	39	20%
3.	Ekonomi dan Bisnis Islam	26	13%
4.	Syariah	21	11%
5.	Dakwah dan Ilmu Komunikasi	15	7%

Berdasarkan tabel 4.9 diperoleh jumlah responden penelitian di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan sebanyak 96 mahasiswa yang merupakan 49% dari total responden, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora sebanyak 39 mahasiswa yang merupakan 20% dari total responden, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam sebanyak 26 mahasiswa yang merupakan 13% dari total responden, dan Fakultas Syariah sebanyak 21 mahasiswa yang merupakan 11% dari total responden, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi sebanyak 15 mahasiswa yang merupakan 7% dari total responden.

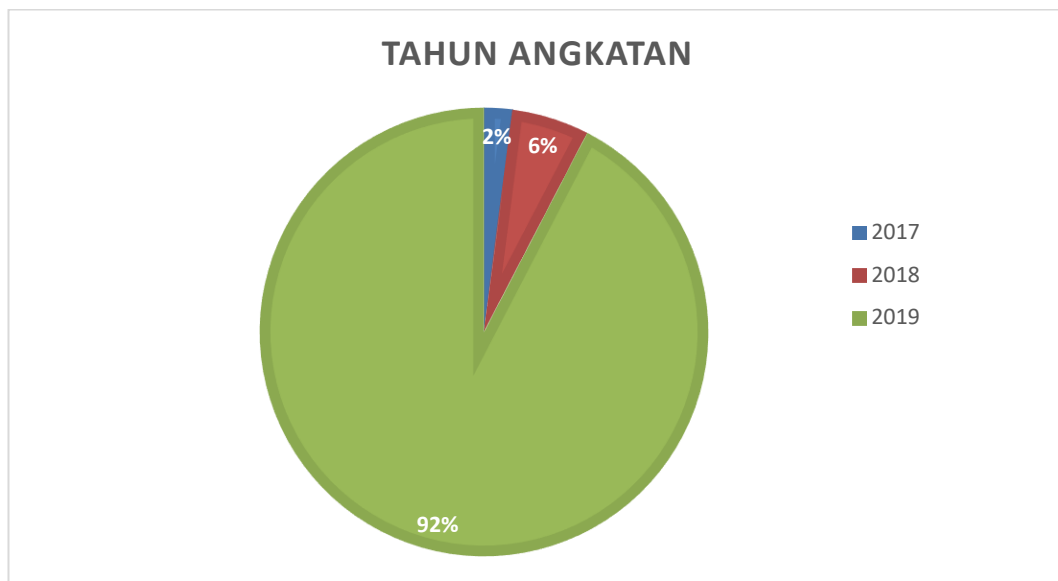


Gambar 4. 2 Diagram Data Responden Berdasarkan Fakultas

TABEL 4. 10 DATA RESPONDEN BERDASARKAN TAHUN ANGKATAN

No.	Tahun	Frekuensi	Persentase
1.	2017	4	2%
2.	2018	11	6%
3.	2019	182	92%

Berdasarkan tabel 4.10 diperoleh jumlah responden tahun angkatan 2017 sebanyak 4 mahasiswa dengan persentase 2%, tahun angkatan 2018 sebanyak 11 mahasiswa dengan persentase 6%, dan tahun angkatan 2019 sebanyak 182 mahasiswa dengan persentase 92%.



Gambar 4. 3 Diagram Data Responden Berdasarkan Tahun Angkatan

2. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Analisis deskriptif adalah teknik yang digunakan untuk menganalisis data penelitian dengan tujuan menguji dan menggambarkan data yang telah dikumpulkan.⁹ Tujuannya adalah untuk memberikan gambaran atau deskripsi yang mencakup berbagai informasi seperti jumlah responden, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (*mean*), rentang (*range*), dan deviasi standar.¹⁰ Untuk mengelompokkan atau mengkategorikan masing-masing variabel, peneliti menggunakan rumus di bawah ini:

$$\text{Tinggi} = X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

$$\text{Sedang} = (\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

$$\text{Rendah} = X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$$

⁹ Shofiyan Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Kencana, 2017), 127.

¹⁰ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi: Edisi 2* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2019), 105.

Keterangan :

X = Skor Subjek

Mean = Nilai rata-rata

SD = Standar Deviasi¹¹

TABEL 4. 11 UJI DESKRIPTIF PENELITIAN

	N	Min	Max	Mean	Range	Std. Deviation
Kesejahteraan Psikologis	197	66	116	94,9	50	9,2
Efikasi Diri	197	67	124	95,5	57	9,9

Skala kesejahteraan psikologis menggunakan penilaian dengan skor 1, 2, 3, dan 4 untuk 29 pernyataan, menghasilkan nilai minimum sebesar 66, nilai maksimum sebesar 116, rata-rata (*mean*) sebesar 94,9, rentang (*range*) sebesar 50, dan *standar deviation* sebesar 9,2. Sedangkan, skala efikasi diri juga menggunakan penilaian dengan skor 1, 2, 3, dan 4 untuk 31 pernyataan, dengan nilai minimum sebesar 67, nilai maksimum sebesar 124, rata-rata (*mean*) sebesar 95,3, rentang (*range*) sebesar 57, dan *standar deviasi* sebesar 9,9.

a. Analisis Data Deskriptif Variabel Kesejahteraan Psikologis

Setelah dilakukan pengujian pada skala kesejahteraan psikologis, didapatkan nilai standar deviasi sebesar 9,2 dan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 94,9. Untuk mengkategorikan tingkatan pada variabel kesejahteraan psikologis, digunakan rumus kategorisasi sebagai berikut:

¹¹ Azwar, 149.

TABEL 4. 12 KATEGORISASI DATA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 85,7$	24	12%
Sedang	$85,7 \leq X < 104,1$	141	72%
Tinggi	$X \geq 104,1$	32	16%
Total		197	100%

Berdasarkan tabel 4.12, diperlihatkan bahwa dari 197 responden yang terlibat dalam penelitian ini, sebanyak 24 responden atau 12% mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah. Ini mengindikasikan bahwa mereka kurang merasa puas dengan berbagai aspek kehidupan mereka selama menjalani masa kuliah kerja nyata, sehingga kebahagiaan dan kedamaian hidup mereka terpengaruh.

Sebanyak 141 responden atau 72% dari total responden berada dalam kategori tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang. Ini menunjukkan bahwa mereka sudah cukup puas dengan berbagai aspek kehidupan mereka selama kuliah kerja nyata, sehingga mereka merasakan kebahagiaan dan kedamaian dalam menjalani masa tersebut.

Sedangkan untuk kategori tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, terdapat 32 responden atau 16%. Hal ini menandakan bahwa mereka sangat puas dengan berbagai aspek kehidupan mereka, tidak hanya merasakan kebahagiaan dan kedamaian, tetapi juga tidak mengalami depresi selama masa kuliah kerja nyata tersebut.

b. Analisis Data Deskriptif Variabel Efikasi Diri

Setelah dilakukan pengujian pada skala efikasi diri, diperoleh nilai standar deviasi sebesar 9,9 dan nilai rata-rata (mean) sebesar 95,5. Untuk menentukan tingkatan pada variabel efikasi diri, digunakan rumus kategorisasi sebagai berikut:

TABEL 4. 13 KATEGORISASI DATA EFIKASI DIRI

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 85,6$	28	14%
Sedang	$85,6 \leq X < 105,4$	138	70%
Tinggi	$X \geq 105,4$	31	16%
Total		197	100%

Dari tabel 4.13, dapat dilihat bahwa dari 197 responden yang disertakan dalam penelitian, 28 responden atau 14% berada dalam kategori tingkat efikasi diri yang rendah. Ini mengindikasikan bahwa individu-individu ini kurang yakin dengan kemampuan mereka sendiri dalam mengatur dan menyelesaikan tugas yang diperlukan selama masa kuliah kerja nyata.

Sebanyak 138 responden atau 70% dari total responden berada dalam kategori tingkat efikasi diri yang sedang. Ini menunjukkan bahwa mereka sudah cukup percaya diri dengan kemampuan yang mereka miliki untuk mengatur dan menyelesaikan tugas-tugas selama masa kuliah kerja nyata.

Sementara untuk kategori tingkat efikasi diri yang tinggi, terdapat 31 responden atau 16%. Hal ini menggambarkan bahwa individu-individu ini memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan mereka dalam mengatur dan menyelesaikan tugas-tugas yang diperlukan selama masa kuliah kerja nyata.

D. Uji Asumsi Dasar

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengevaluasi apakah data mengikuti distribusi normal atau tidak.¹² Dalam penelitian ini, perhitungan uji normalitas menggunakan bantuan program *SPSS 25.0 for Windows* dengan analisis *Kolmogorov-Smirnov*. Penentuan dilakukan berdasarkan nilai signifikansi atau probabilitas (*P-value*) hasil uji. Jika nilai signifikansi (*P-value*) lebih besar dari 0,05 ($P > 0,05$), maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (*P-value*) lebih kecil dari 0,05 ($P < 0,05$), maka data dianggap tidak berdistribusi normal.¹³

TABEL 4. 14 UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		197
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.34054831
Most Extreme Differences	Absolute	.070
	Positive	.070
	Negative	-.034
Test Statistic		.070
Asymp. Sig. (2-tailed)		.021 ^c
Exact Sig. (2-tailed)		.282
Point Probability		.000

Data yang tercantum dalam tabel 4.14 menunjukkan bahwa nilai Kolmogorov-Smirnov pada Asymp. Sig (2-tailed) adalah 0,021. Hal ini

¹² V. Wiratna Sujarweni, *SPSS Untuk Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2020), 55.

¹³ Riyanto dan Andhita Hatmawan, *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*, 81–85.

menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, yaitu $0,021 < 0,05$, sehingga data dianggap tidak berdistribusi normal. Namun, menurut buku IBM SPSS Exact Test, terdapat tiga pilihan untuk menentukan nilai probabilitas pada SPSS, yaitu *Exact*, *Monte Carlo*, dan *Asymptotic*, yang masing-masing memiliki kriteria dan kondisi tertentu untuk penggunaannya.

Di dalam buku tersebut dijelaskan bahwa penggunaan metode exact sangat disarankan karena dapat mengurangi ketidaktepatan data berdasarkan taraf signifikansi yang dipilih, namun tidak disarankan untuk ukuran sampel yang besar karena dapat merusak data akibat dari hasil penghitungan yang kurang tepat.¹⁴

Berdasarkan tabel 4.14, Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai Exact Sig (2-tailed) sebesar 0,282. Nilai ini lebih besar dari 0,05, yaitu $0,282 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini memiliki distribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menentukan apakah variabel bebas (X) memiliki hubungan linier dengan variabel terikat (Y) atau tidak.¹⁵ Penentuan hasil uji linieritas didasarkan pada nilai signifikansi pada *Deviation from Linierity*. Jika nilai signifikansi *Deviation from Linierity* $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel X dan variabel Y. Sebaliknya, jika

¹⁴ Cyrus R. Mehta dan Nitin R. Patel, *IBM SPSS Exact Tests* (Cambridge, Massachusetts: Cytel Software Corporation and Harvard School of Public Health, 2010), 25.

¹⁵ Ansori, *Panduan Analisis Manual Penelitian Kuantitatif*, 20.

nilai signifikansi *Deviation from Linierity* < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang linier antara variabel X dan variabel Y.¹⁶

TABEL 4. 15 UJI LINIERITAS

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesejahteraan psikologis * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	11065.029	44	251.478	6.507	.000
		Linierity	9059.305	1	9059.305	234.426	.000
		Deviation from Linierity	2005.725	43	46.645	1.207	.204
	Within Groups		5873.976	152	38.645		
	Total		16939.005	196			

Pada tabel 4.15 hasil nilai signifikansi pada *Deviation from Linierity* sebesar 0,204 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05 atau $0,204 > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil data dalam penelitian menunjukkan adanya hubungan yang linier antara variabel efikasi diri dan variabel kesejahteraan psikologis.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah suatu prosedur untuk menguji keabsahan suatu pernyataan dengan menentukan apakah pernyataan tersebut bisa diterima atau ditolak. Dalam konteks penelitian ini, uji hipotesis dilakukan untuk memvalidasi hipotesis bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama kuliah kerja nyata. Data dalam

¹⁶ Haryadi Sarjono dan Winda Julianita, *SPSS dan LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset* (Jakarta: Salemba Empat, 2011), 80.

penelitian ini telah terbukti berdistribusi normal dan linier, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji analisis regresi linier sederhana menggunakan program *SPSS for Windows 25.0*.

Analisis regresi linier sederhana adalah teknik pengujian yang digunakan untuk menentukan apakah ada pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat dalam penelitian yang melibatkan satu variabel bebas dan satu variabel terikat.¹⁷ Selain itu, teknik ini digunakan untuk memprediksi nilai variabel terikat berdasarkan variabel bebas serta untuk menentukan adanya hubungan satu arah dari variabel bebas ke variabel terikat.¹⁸

Pedoman untuk menentukan keputusan dari uji regresi linier sederhana adalah sebagai berikut: jika nilai signifikansi (*p*-value) kurang dari 0,05 ($p < 0,05$), maka variabel bebas dianggap memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel terikat, sehingga hipotesis alternatif (*H*_a) diterima dan hipotesis nol (*H*₀) ditolak. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka variabel bebas tidak dianggap memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat, sehingga *H*₀ diterima dan *H*_a ditolak.¹⁹

TABEL 4. 16 UJI REGRESI LINIER SEDERHANA

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9059.305	1	9059.305	224.192	.000 ^b
	Residual	7879.700	195	40.409		
	Total	16939.005	196			
a. Dependent Variable: Kesejahteraan psikologis						
b. Predictors: (Constant), Efikasi Diri						

¹⁷ Sujarweni, *SPSS Untuk Penelitian*, 148.

¹⁸ Agus Widarjono, *Analisis Regresi dengan SPSS* (Yogyakarta: UPP STIM YKPN, 2018), 21–22.

¹⁹ Suyono, *Analisis Regresi Untuk Penelitian*, 65.

Dari tabel 4.16 terlihat bahwa hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi pada variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis sebesar 0,000. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama kuliah kerja nyata.

TABEL 4. 17 ANALISIS DETERMINASI

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.731 ^a	.535	.532	6.357
a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri				
b. Dependent Variable: Kesejahteraan psikologis				

Dari tabel 4.17 terlihat bahwa nilai koefisien determinasi (R square) adalah 0,535 atau 53,5%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 53,5% terhadap variabel kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama KKN. Sisanya, sebesar 46,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

TABEL 4. 18 PERSAMAAN REGRESI LINIER SEDERHANA

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	29.329	4.405		6.659	.000
	Efikasi Diri	.687	.046	.731	14.973	.000
a. Dependent Variable: Kesejahteraan psikologis						

Dari tabel 4.18 terlihat bahwa nilai koefisien adalah 0,687. Hal ini mengindikasikan bahwa setiap kenaikan 1% dalam variabel efikasi diri akan berkontribusi pada peningkatan sebesar 0,687 dalam variabel kesejahteraan

psikologis. Koefisien positif ini menunjukkan adanya pengaruh positif antara variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka kesejahteraan psikologisnya cenderung lebih tinggi. Sebaliknya, jika efikasi diri rendah, kesejahteraan psikologisnya juga cenderung rendah.

E. Aspek Pembentuk Utama

Metode yang digunakan untuk menentukan kontribusi efektif dari suatu aspek adalah dengan menjumlahkan skor jawaban setiap aspek, kemudian membaginya dengan jumlah total skor dari seluruh aspek atau variabel, dan hasilnya dikalikan dengan 100%. Untuk rincian lebih lanjut, dapat dilihat pada rumus berikut:

$$SE = \frac{\text{jumlah skor jawaban aspek}}{\text{jumlah total skor seluruh aspek}} \times 100\%$$

1. Aspek Pembentuk Kesejahteraan Psikologis

Variabel kesejahteraan psikologis mencakup enam aspek utama yaitu penerimaan diri (*self- acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan diri (*personal growth*). Hasil perhitungan persentase dari masing-masing aspek kesejahteraan psikologis adalah sebagai berikut:

TABEL 4. 19 PERHITUNGAN ASPEK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

No.	Aspek Kesejahteraan Psikologis	Persentase Aspek
1.	Penerimaan diri	21%
2.	Hubungan positif dengan orang lain	21%
3.	Kemandirian	7%

No.	Aspek Kesejahteraan Psikologis	Persentase Aspek
4	Penguasaan lingkungan	17%
5.	Tujuan hidup	17%
6.	Pengembangan diri	17%
Total		100%

Dari hasil perhitungan pada aspek-aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menjalankan KKN, diperoleh sumbangan nilai sebagai berikut: 21% untuk aspek penerimaan diri, 21% untuk aspek hubungan positif dengan orang lain, 7% untuk aspek kemandirian, 17% untuk aspek penguasaan lingkungan, 17% untuk aspek tujuan hidup, dan 17% untuk aspek pengembangan diri. Dengan melihat nilai sumbangan ini, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang KKN cenderung memiliki fokus yang sama pada aspek penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain, masing-masing sebesar 21%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menjalankan KKN mampu menerima keadaan selama masa KKN dan mampu membangun hubungan yang positif dan empatik dengan rekan-rekan sekelompok dan orang-orang di sekitarnya. Di sisi lain, aspek kemandirian memiliki sumbangan paling rendah yaitu 7%.

2. Aspek Pembentuk Efikasi Diri

Variabel efikasi diri mencakup tiga aspek utama, yaitu tingkat (*level*), kekuatan (*strenght*), dan generalisasi (*generality*). Berikut adalah hasil perhitungan persentase dari masing-masing aspek efikasi diri:

TABEL 4. 20 PERHITUNGAN ASPEK EFIKASI DIRI

No.	Aspek Efikasi Diri	Persentase Aspek
1.	Tingkat	50%
2.	Kekuatan	28%
3.	Generalisasi	22%
Total		100%

Dari hasil perhitungan pada aspek-aspek efikasi diri mahasiswa yang sedang menjalankan KKN, diperoleh sumbangan nilai sebagai berikut: 50% untuk aspek tingkat, 28% untuk aspek kekuatan, dan 22% untuk aspek generalisasi. Dengan melihat nilai sumbangan ini, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang KKN cenderung lebih menonjol pada aspek tingkat dengan persentase 50%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menjalankan KKN memiliki kemampuan untuk menyelesaikan KKN serta mampu mengatasi situasi atau tugas yang sulit selama program KKN. Di sisi lain, aspek generalisasi memiliki sumbangan paling rendah yaitu 22%.

F. Pembahasan atau Analisis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa UIN Antasari selama kuliah kerja nyata. Adapun responden penelitian ini sebanyak 197 mahasiswa UIN Antasari yang melaksanakan kuliah kerja nyata tahap 3 pada tahun 2022. Berdasarkan analisis menggunakan skala efikasi diri dan skala kesejahteraan psikologis, hasil penelitian ini akan dijelaskan pada pembahasan berikut.

KKN merupakan salah satu aspek dari pengabdian kepada masyarakat. KKN merupakan program kerja yang secara khusus dan berkesinambungan dilaksanakan persemester pada setiap tahun akademik. Secara umum, KKN ditempatkan di desa-desa yang telah ditetapkan, terutama di provinsi Kalimantan Selatan dan provinsi lainnya secara umum. Secara khusus, KKN diatur di desa-desa yang dibina oleh UIN Antasari, namun juga dapat ditempatkan di masjid, langgar,

atau musholla di desa-desa di berbagai kabupaten, tergantung pada lokasi KKN untuk semester dan tahun akademik tertentu.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) melibatkan tiga elemen utama, yaitu pendidikan, penelitian, dan pengabdian pada masyarakat. Dalam konteks pendidikan, mahasiswa yang mengikuti KKN langsung terlibat dengan masyarakat dan berbagai permasalahannya, dengan pendekatan antar-sektor atau lintas disiplin ilmu. Pada aspek penelitian, selain mempelajari dan merumuskan potensi dari masalah kompleks yang ada di masyarakat, mahasiswa KKN juga melakukan pemetaan untuk merancang kegiatan di desa. Pada bagian pengabdian kepada masyarakat, melalui KKN mahasiswa dapat menerapkan ilmu, seni, teknologi, dan agama untuk secara pragmatis menyelesaikan masalah yang ada dan memberikan kontribusi nyata.²⁰

Kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi topik yang sering diperbincangkan karena berperan penting dalam berbagai aspek kehidupan, baik akademik maupun non-akademik.²¹ Kesejahteraan psikologis merujuk pada kondisi individu yang mampu membuat keputusan hidup secara mandiri, menguasai lingkungan dengan efektif, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, menetapkan serta mencapai tujuan hidup, menerima diri secara positif, dan terus mengembangkan potensi dari waktu ke waktu.²² Kondisi kesejahteraan ini tercermin dari pemahaman dan penerimaan diri terhadap kekuatan dan kelemahan,

²⁰ *Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*, 8.

²¹ Zakiah Akmal dan Kumalasari, "Kesiapan Belajar Daring dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Indonesia di Masa Pandemi: Stres Akademik sebagai Moderator," 3.

²² Sarifah Pamuji, Evita Santi, dan Ananta, "Penyesuaian diri: Adakah perananan efikasi diri dan psychological well-being pada santri baru di pondok pesantren?," 51.

keberadaan tujuan hidup yang jelas, dorongan untuk terus berkembang, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian dalam mengatasi tantangan hidup, serta kemampuan untuk menangani berbagai kesulitan yang muncul..²³

Pada penelitian ini, variabel yang digunakan untuk melihat apakah ada pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis selama KKN adalah variabel efikasi diri. Menurut Albert Bandura, efikasi diri merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai hasil yang diinginkan, yang berpengaruh pada peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya.²⁴ Bandura menjelaskan bahwa setiap individu memiliki dorongan untuk maju, dan mereka yang memiliki efikasi diri yang kuat cenderung meningkatkan prestasi pribadi dan kesejahtraannya melalui berbagai strategi.²⁵ Efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang merasakan, berpikir, bertindak, dan memotivasi dirinya sendiri. Efikasi diri tidak hanya terkait dengan keterampilan yang dimiliki seseorang saat ini, tetapi lebih pada keyakinan individu tentang apa yang dapat mereka capai dengan menggunakan keterampilan tersebut di masa depan.²⁶

Berdasarkan hasil penelitian yang menganalisis data mahasiswa selama KKN, ditemukan bahwa variabel efikasi diri dapat dikategorikan sebagai berikut: 31 mahasiswa atau 16% berada dalam kategori tinggi, 138 mahasiswa atau 70% berada dalam kategori sedang, dan 28 mahasiswa atau 14% berada dalam kategori rendah. Dengan demikian, mayoritas mahasiswa selama KKN memiliki efikasi diri

²³ Triwahyuni dan Eko Prasetyo, "Gangguan Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Baru," 38.

²⁴ Ramachandran, *Encyclopedia of Human Behavior*, 4:71.

²⁵ Mawaddah, "Analisis Efikasi Diri Pada Mahasiswa Psikologi Unimal," 20.

²⁶ Merida, Rifayanti, dan Putri, "Efikasi Diri Dengan Kesiapan Kerja Pada Dewasa Awal di Kota Samarinda," 902.

pada kategori sedang, mencapai 70%. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman terhadap kemampuan diri sudah cukup baik sehingga mahasiswa mampu mengatur dan menyelesaikan tugas-tugas baik secara individu maupun dalam kelompok selama KKN.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alifa Nuraini dan Endah Nawangsih yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung”, mereka menemukan bahwa tingkat efikasi diri pada kategori sedang mencapai 63,3%.²⁷

Dalam penelitian ini, variabel efikasi diri dianalisis menggunakan tiga aspek yang dikemukakan oleh Bandura, yaitu tingkat (*level*), kekuatan (*strength*), dan generalisasi (*generality*). Aspek tingkat mengacu pada tingkat kesulitan tugas yang dirasakan individu dalam kehidupannya, yang bervariasi dari sedang, cukup sulit hingga sangat sulit.²⁸ Sumbangsih aspek tingkat terhadap variabel efikasi diri pada penelitian ini sebesar 50%. Aspek kekuatan menggambarkan kekuatan keyakinan individu dalam menyelesaikan atau menghadapi tugas-tugas yang dihadapi.²⁹ Sumbangsih aspek kekuatan terhadap variabel efikasi diri pada penelitian ini sebesar 28%. Sedangkan aspek generalisasi mengukur seberapa yakin individu dengan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dalam berbagai

²⁷ Nuraini dan Nawangsih, “Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Islam Bandung,” 315.

²⁸ Bandura, *Self-Efficacy*, 54.

²⁹ Bandura, 57.

bidang aktivitas.³⁰ Sumbangsih aspek generalisasi terhadap variabel efikasi diri pada penelitian ini sebesar 22%.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa dari data yang dianalisis, variabel kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama KKN dapat dikelompokkan ke dalam beberapa kategori. Sebanyak 32 mahasiswa atau 16% berada dalam kategori tingkat tinggi, 141 mahasiswa atau 72% berada dalam kategori tingkat sedang, dan 24 mahasiswa atau 12% berada dalam kategori tingkat rendah. Dengan demikian, tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa selama KKN berada pada tingkat yang sedang, artinya mahasiswa memiliki pemahaman yang baik terhadap kesejahteraan psikologis mereka, yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan potensi positif dalam menjalankan KKN secara optimal.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ega Asnatasia Maharani dan Dewi Eko Wati dengan judul “Peran *Psychological Well-Being* dan Efikasi Diri Terhadap Stres Pada Guru Paud” menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis berada pada kategori sedang sebesar 61,20%.³¹

Penelitian ini menggunakan enam aspek variabel kesejahteraan yang dikemukakan oleh Ryff, yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan pengembangan diri (*personal growth*). Aspek penerimaan diri mencakup sikap positif terhadap diri sendiri dan kemampuan menerima masa lalu serta kehidupan

³⁰ Bandura, 57.

³¹ Ega Asnatasia Maharani dan Dewi Eko Wati, “Peran *Psychological Well-Being* Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Pada Guru PAUD,” *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah* 13, no. 1 (24 Agustus 2021): 6, <https://doi.org/10.15294/intuisi.v13i1.28690>.

saat ini. Kontribusi aspek penerimaan diri terhadap variabel kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini adalah sebesar 21%. Aspek hubungan positif dengan orang lain mencakup kemampuan untuk mencintai dan berempati terhadap orang lain³² dengan sumbangan sebesar 21%. Aspek kemandirian mengacu pada kemampuan individu dalam mengambil keputusan dan mengatur perilaku, dengan sumbangan sebesar 7%.³³ Aspek penguasaan lingkungan menggambarkan kemampuan individu dalam mengendalikan dan memanfaatkan lingkungan sekitarnya, dengan sumbangan sebesar 17%.³⁴ Aspek tujuan hidup mencakup kemampuan untuk mengarahkan diri sendiri dan menetapkan tujuan hidup yang jelas, dengan sumbangan sebesar 17%.³⁵ Aspek pengembangan diri mengacu pada proses pertumbuhan dan perkembangan pribadi yang berkelanjutan, dengan sumbangan sebesar 17%.³⁶

Kegiatan KKN merupakan cara bagi mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan akademisnya dalam konteks nyata di masyarakat. Efikasi diri sebagai bentuk evaluasi individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisir dan melaksanakan serangkaian tindakan.³⁷ Penelitian yang sejalan dilakukan oleh Triana Rizki Maula dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan

³² Ryff, “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being,” 1071.

³³ Ryff, “Eudaimonic Well-Being and Health,” 82.

³⁴ Ryff, “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being,” 1071.

³⁵ Yunita Sumakul dan Shanti Ruata, “Kesejahteraan Psikologis dalam masa Pandemi COVID-19,” *Journal of Psychology "Humanlight"* 1, no. 1 (2020): 3.

³⁶ Ryff, “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being,” 1071.

³⁷ Dian Wulan Sari dkk., “Kegiatan Kkn Mahasiswa Universitas Bina Insan: Efikasi Diri Mahasiswa Dalam Pengelolaan Keuangan,” *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS* 1, no. 5 (2 Oktober 2023): 542, <https://doi.org/10.59407/jpki2.v1i5.111>.

Psikologis pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Komunitas HGM Surabaya” menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa variabel efikasi diri (X) berpengaruh signifikan terhadap variabel kesejahteraan psikologis (Y). Hasil t hitung sebesar 10,583 melebihi nilai t tabel sebesar 2,390, sehingga mengonfirmasi bahwa hipotesis yang menyatakan efikasi diri berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis terbukti signifikan.³⁸

Berdasarkan hasil penelitian pada 197 mahasiswa yang menjalani KKN, analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari variabel efikasi diri terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Nilai signifikansi yang diperoleh dari analisis tersebut adalah 0,000, yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel kesejahteraan psikologis (Y) pada mahasiswa yang sedang menjalani KKN.

Penelitian yang dilakukan oleh Ulfah Musyaropah dan rekan-rekannya berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19” menunjukkan bahwa hasil analisis menemukan nilai F hitung sebesar 59,404, yang lebih besar dari F tabel 4,88 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri secara bersama-sama berpengaruh sangat signifikan

³⁸ Maula, “Pengaruh Efikasi Diri (Self-Efficacy) Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Komunitas HGM Surabaya,” 47.

terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa di masa pandemi covid-19. Selain itu, variabel efikasi diri juga ditemukan memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan nilai koefisien sebesar 0,485 dan nilai t sebesar 6,450, dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000 ($<0,001$). Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang mereka alami di masa pandemi covid-19.³⁹

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini, bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa selama KKN dengan nilai koefisien sebesar 0,687. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri mahasiswa selama KKN, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mahasiswa selama KKN. Kemudian, berdasarkan hasil analisis perolehan skor R Square untuk variabel efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 0,535 yang berarti bahwa variabel efikasi diri berpengaruh terhadap variabel kesejahteraan psikologis mahasiswa selama KKN sebesar 53,5%, sedangkan sisanya sebesar 46,5% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Allah SWT tidak akan memberikan beban kepada seseorang melebihi kemampuannya, sehingga menegaskan keyakinan bahwa individu dapat menghadapi segala yang terjadi dalam hidupnya. Setiap individu diberikan kemampuan-kemampuan sebagai persiapan untuk menjalani kehidupan, sehingga penting bagi setiap orang untuk percaya bahwa kemampuan yang dimilikinya dapat

³⁹ Musyaropah dkk., "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19," 176.

menjadi potensi untuk mencapai kesuksesan.⁴⁰ Tercermin dalam firman Allah SWT dalam Qur'an surah *Al-Baqarah/2:286*

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ
 أَحْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۗ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا
 بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (Q.S. Al-Baqarah/2:286).

⁴⁰ Ash-Shabuni, *Shafwatut Tafāsir: Tafsir-tafsir pilihan, Terj. KH.Yasin*, 384.

G. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan dan kekurangan peneliti dalam melakukan penelitian, di antaranya adalah:

1. Penelitian ini hanya menyajikan hasil mengenai pengaruh efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa selama KKN tahap 3 tahun 2022 saja, sedangkan tahap dan tahun lain tidak dilakukan.
2. Saat pengisian *google form* tidak adanya pengawasan oleh peneliti, akibatnya ada beberapa item yang dijawab sembarang sehingga berakibat pada hasil data yang ekstrim dan berpengaruh pada normal atau tidaknya data.
3. Rentang waktu dalam mengambil data di lapangan cukup singkat karena waktu KKN hanya 30 hari dan hanya bisa dilakukan secara *online* dengan menghubungi satu-persatu mahasiswa.
4. Terdapat faktor selain variabel efikasi diri yang juga memberikan pengaruh terhadap variabel kesejahteraan psikologis, namun faktor lain tersebut tidak bisa diketahui karena berada di luar ruang lingkup pengetahuan.