

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI (*SELF EFFICACY*) DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA REMAJA LKSA PANTI ASUHAN PUTRI
AL-KHIDMAH MUKTIHARJO PATI**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Cindy Jihan Flaurend
30701900048

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI (*SELF EFFICACY*) DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA REMAJA LKSA PANTI ASUHAN PUTRI
AL-KHIDMAH MUKTIHARJO PATI**

Dipersiapkan dan disusun oleh :


Cindy Jihan Flaurend

30701900048

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing,

Tanggal



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
NIK. 210799001

03 November 2023

Semarang, 03 November 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung


Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN EFIKASI DIRI (*SELF EFFICACY*) DENGAN KEBAHAG
PADA REMAJA LKSA PANTI ASUHAN PUTRI
AL-KHIDMAH MuktiHarjo Pati

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Cindy Jihan Flaurend
30701900048

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 23 November 2023

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
2. Dra. Rohmatun, M.Si., Psikolog
3. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog



Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 23 November 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya Cindy Jihan Flaurend dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 03 November 2023

Yang Menyatakan



Cindy Jihan Flaurend

30701900048

MOTTO

“Hai orang-orang yang beriman, Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung”

(QS. Ali Imran: 200)

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan lain)”

(QS. Al-Insyirah: 6-7)

“Jangan takut jatuh, karena yang tidak pernah memanjatlah yang tidak pernah jatuh. Yang takut gagal, karena yang tidak pernah gagal hanyalah orang-orang yang tidak pernah melangkah. Jangan takut salah, karena dengan kesalahan yang pertama kita dapat menambah pengetahuan untuk mencari jalan yang benar pada langkah yang kedua”

(Buya Hamka)

“Kesuksesan dan kebahagiaan terletak pada diri sendiri. Tetaplah berbahagia karena kebahagiaanmu dan kamu yang akan membentuk karakter kuat untuk melawan kesulitan”

(Helen Keller)

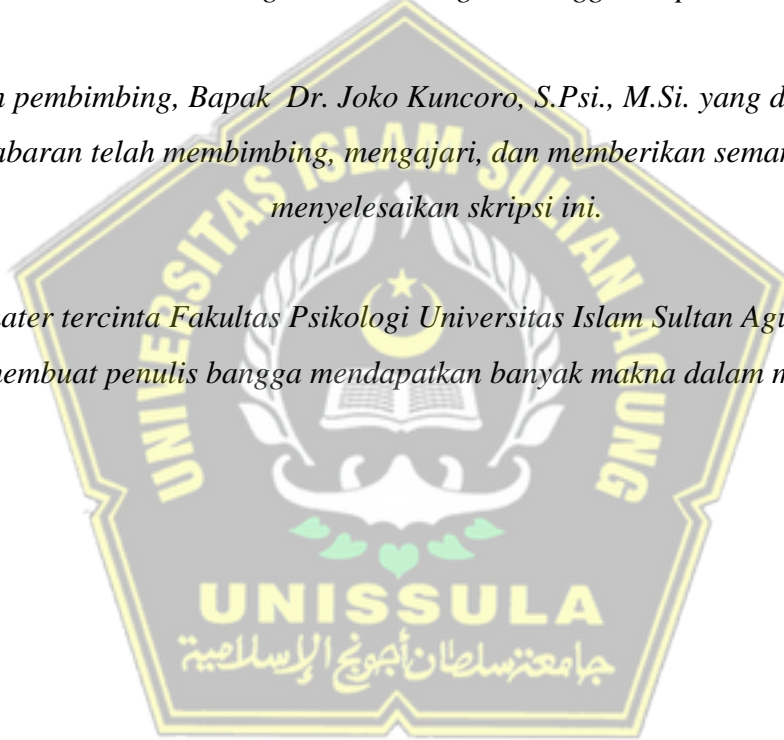
PERSEMBAHAN

Untuk kedua orang tua tercinta ibu Rofiati dan bapak Musna'im, sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga ku persembahkan karya kecil ini kepada mama dan papa yang senantiasa memberikan do'a, dukungan, kasih sayang sehingga dapat mewujudkan mimpi penulis .

Serta adik-adikku Rio Febriano Rolansyah dan Bilqis Derilyn Bellvania yang selalu memberikan dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat selesai.

Dosen pembimbing, Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si. yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, mengajari, dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Almamater tercinta Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang membuat penulis bangga mendapatkan banyak makna dalam menuntut ilmu.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat yang luar biasa, memberikan kekuatan, kelancaran, dan kemudahan, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Baginda Rasulullah Muhammad SAW beserta para sahabatnya yang telah membimbing umatnya menuju jalan yang lurus, serta terbebas dari kebodohan dan kejahiliahan.

Penulis menyadari bahwa dalam terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak, sehingga peneliti dapat mempertahankan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas. Peneliti dengan bangga dan penuh kerendahan hati mengucapkan terimakasih kepada :

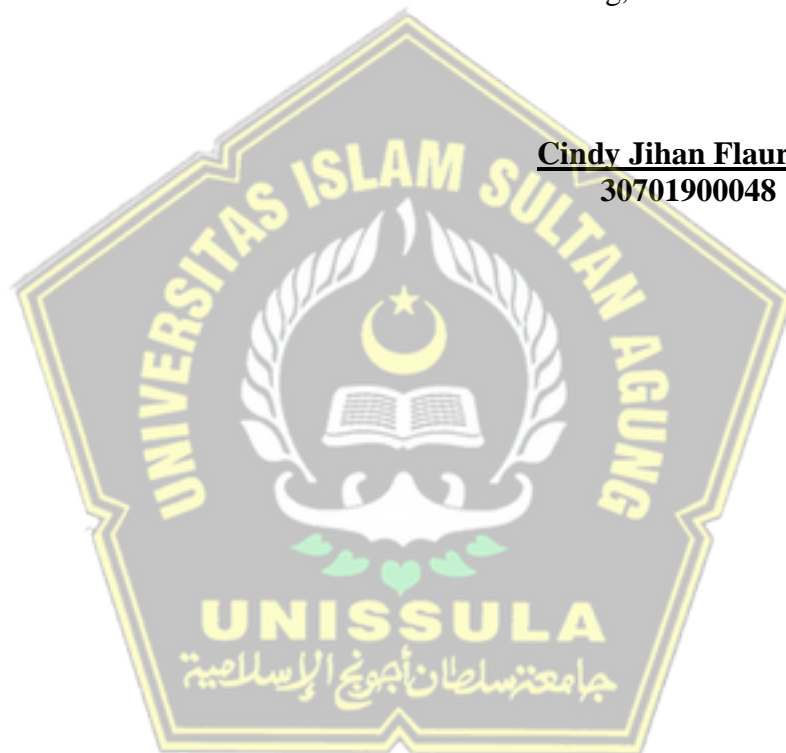
1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dan Dosen Pembimbing penulis yang telah mengapresiasi dan memotivasi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi untuk terus berprestasi serta telah berkenan melungkan waktu untuk membimbing, memberikan arahan sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
2. Bapak Ruseno Arjanggal S.Psi., M.A., Psi. selaku dosen wali yang telah bersedia membimbing selama proses perkuliahan di Fakultas Psikologi.
3. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang selaku tenaga pengajar yang telah bersedia berbagi ilmu dan kemampuannya, sehingga peneliti memperoleh pengetahuan dan pengalaman yang sangat bermanfaat selama proses perkuliahan ini.
4. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha serta perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, terimakasih atas bantuan dan kerjasamanya.

5. Pihak Panti Asuhan Putri Al-Khidmah yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di panti ini.
6. Seluruh subjek dalam penelitian ini yaitu remaja-remaja Panti Asuhan Putri Al-Khidmah yang telah bersedia menjadi responden dan membantu mengisi skala *try out* dan penelitian.
7. Kepada pintu surgaku, mama tercinta ibu Rofiati dan panutanku bapak Musna'im beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program *study* penulis. Beliau yang tidak pernah lelah mendidik dan membimbing, memberikan kasih sayang, motivasi, serta dukungan baik secara moril maupun meteril serta do'a yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan *study* nya sampai sarjana.
8. Adik-adikku Rio Febriano Rolansyah dan Bilqis Derilyn Bellvania yang selalu menjadi penghibur dan penyemangat, selama proses penyelesaian skripsi ini.
9. Keluarga besar yang telah memberikan doa, dukungan, pengertian, perhatian, dan selalu memberikan semangat kepada penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
10. Teruntuk Edi Dimas Subroto, terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan awal sampai akhir penulis menempuh perkuliahan. Terimakasih sudah ikut serta mendoakan, menjadi tempat berkeluh kesah dan memberikan semangat dan memotivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-temanku yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih sudah ikut serta mendoakan, menjadi tempat berkeluh kesah, tidak meninggalkan penulis dalam proses pembuatan skripsi dan memberikan semangat dan memotivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
12. Serta semua pihak yang telah ikut serta membantu, mendo'akan, dan memberikan dukungan kepada peneliti yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk mencapai kesempurnaan dikemudian hari. Penulis berharap semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya Psikologi dan semua pihak yang terkait.

Semarang, 03 November 2023

Cindy Jihan Flaurend
30701900048

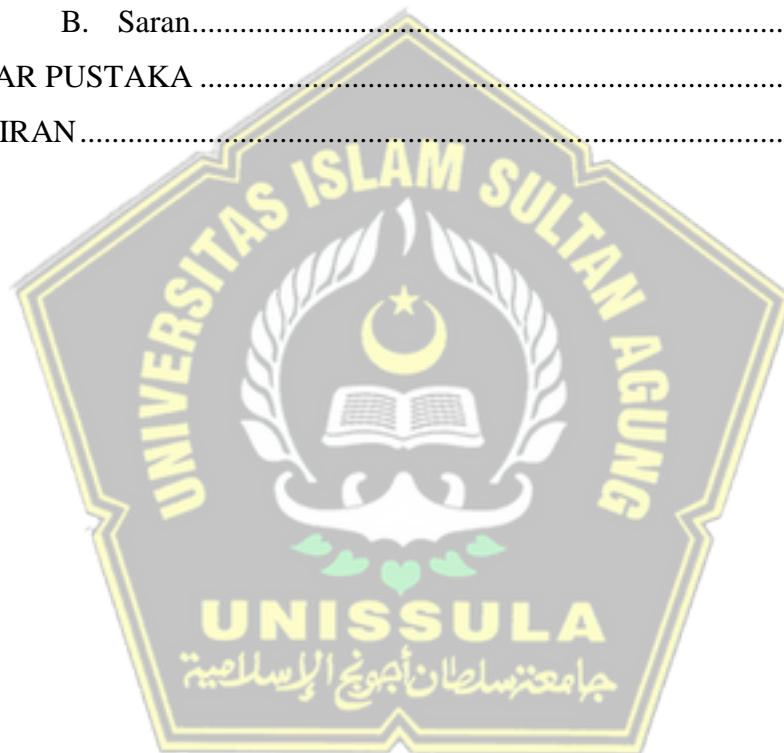


DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
A. Kebahagiaan.....	9
1. Pengertian Kebahagiaan.....	9
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan.....	10
3. Aspek-aspek Kebahagiaan.....	14
B. Efikasi Diri.....	16
1. Definisi Efikasi Diri (<i>Self Efficacy</i>).....	16
2. Aspek-aspek Efikasi Diri (<i>Self Efficacy</i>).....	17
C. Hubungan Efikasi Diri (<i>Self Efficacy</i>) dengan Kebahagiaan.....	19
D. Hipotesis.....	20

BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Identifikasi Variabel.....	21
B. Definisi Operasional.....	21
1. Kebahagiaan.....	21
2. Efikasi Diri (<i>Self Efficacy</i>)	22
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling).....	22
1. Populasi.....	22
2. Sampel.....	22
3. Teknik Sampling.....	23
D. Metode Pengumpulan Data.....	23
1. Skala Kebahagiaan.....	23
2. Skala Efikasi Diri.....	24
E. Validitas, Uji Daya Beda Item, dan Estimasi Reliabilitas	25
F. Teknik Analisis	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Orientasi Kencah Penelitian.....	28
B. Persiapan Penelitian	29
1. Tahap Perizinan.....	29
2. Penyusunan Alat Ukur.....	30
3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur.....	31
C. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	33
1. Skala Kebahagiaan.....	33
2. Skala Efikasi diri.....	33
3. Penomoran Kembali.....	34
D. Pelaksanaan Penelitian.....	35
1. Distribusi Aitem Skala Penelitian.....	35
2. Pelaksanaan Penelitian.....	36
3. Karakteristik Responden.....	36
E. Analisis Data dan Hasil Pembahasan.....	37
1. Uji Asumsi	37

2. Uji Hipotesis	38
F. Deskripsi Hasil Penelitian.....	39
1. Deskripsi Data Kebahagiaan.....	39
2. Deskripsi Data Skala Efikasi Diri	41
G. Pembahasan.....	42
H. Kelemahan Penelitian.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
A. Kesimpulan Penelitian	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	49



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	<i>Blue print</i> skala kebahagiaan.....	24
Tabel 2.	<i>Blue print</i> Skala Efikasi Diri	24
Tabel 3.	Agenda Penelitian	30
Tabel 4.	Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan (Untuk Uji Coba)	31
Tabel 5.	Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri (Untuk Uji Coba)	31
Tabel 6.	Data Demografi (Uji Coba).....	32
Tabel 7.	Sebaran Nomer Aitem Daya Beda Tinggi dan daya Beda Rendah Skala Kebahagiaan	33
Tabel 8.	Sebaran Nomer Aitem Daya Beda Tinggi dan daya Beda Rendah Skala Efikasi Diri	34
Tabel 9.	Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan (Penelitian).....	35
Tabel 10.	Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri (Penelitian).....	36
Tabel 11.	Data Demografi (Penelitian)	37
Tabel 12.	Hasil Uji Normalitas.....	38
Tabel 13.	Norma Kategori Skor	39
Tabel 14.	Deskripsi Skor Skala Kebahagiaan	40
Tabel 15.	Norma Kategori Skor Skala Kebahagiaan	40
Tabel 16.	Deskripsi Skor Skala Efikasi Diri	41
Tabel 17.	Norma Kategori Skor Skala Efikasi Diri.....	41

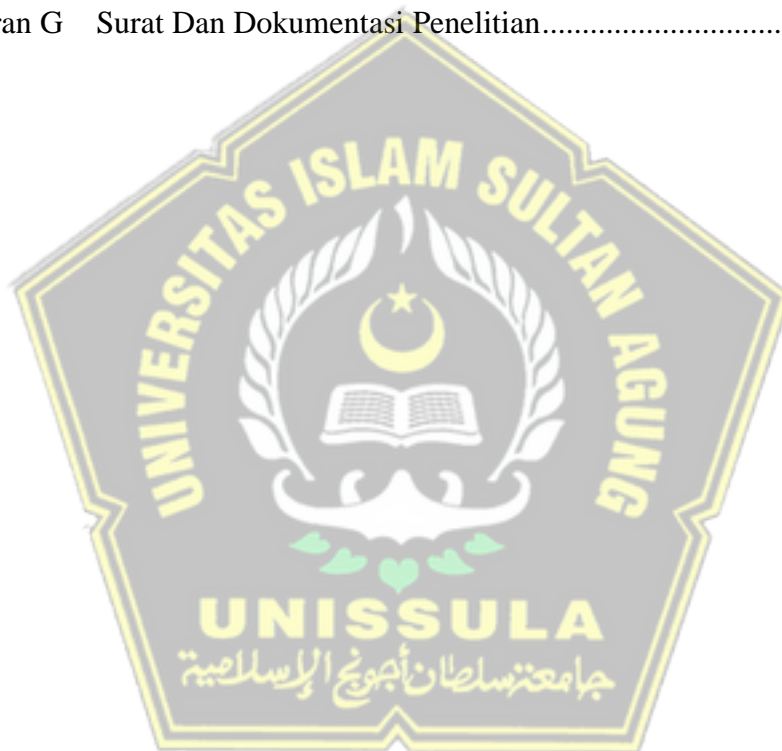
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategori Skala Kebahagiaan	40
Gambar 2. Kategori Skala Efikasi Diri	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Uji Coba.....	50
Lampiran B	Tabulasi Data Skala Uji Coba	58
Lampiran C	Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Skala Uji Coba	67
Lampiran D	Skala Penelitian	72
Lampiran E	Tabulasi Data Penelitian.....	80
Lampiran F	Analisis Data	90
Lampiran G	Surat Dan Dokumentasi Penelitian.....	93



HUBUNGAN EFIKASI DIRI (*SELF EFFICACY*) DENGAN KEBAHAGIAAN PADA REMAJA LKSA PANTI ASUHAN PUTRI AL-KHIDMAH MUKTIHARJO PATI

Cindy Jihan Flaurend

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

Email: cindyjf19@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Tinggal di panti asuhan bukanlah hal yang mudah bagi remaja panti asuhan untuk mandiri dan dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya dengan baik. Permasalahan-permasalahan dalam kehidupan remaja panti asuhan tersebut dapat meningkatkan stress yang tinggi, sedangkan pada masa remaja masih membutuhkan pengarahannya dari orang tua dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan remaja panti. Kebahagiaan dibutuhkan pada remaja panti asuhan agar dapat menaikkan kualitas hidup dan pemaknaan kebahagiaan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja putri panti asuhan Al-Khidmah Muktiharjo Pati. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja putri panti asuhan Al-Khidmah. Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh remaja putri panti asuhan Al-Khidmah Muktiharjo Pati berumur 12-21 tahun yang berjumlah 122 remaja dan terpilih sampel sejumlah 71 remaja yang di peroleh melalui teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan dua skala yaitu skala efikasi diri yang terdiri atas 22 aitem dengan reliabilitas α sebesar 0,871, skala kebahagiaan yang terdiri dari 37 aitem dengan reliabilitas α sebesar 0,957. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *pearson product moment*. Hasil uji analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebahagiaan dengan koefisien korelasi r_{xy} sebesar 0.259 dengan signifikan 0,029 ($p < 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kebahagiaan sehingga hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci: efikasi diri, kebahagiaan

**THE RELATIONSHIP OF SELF-EFFICACY WITH HAPPINESS
FOR TEENAGERS GIRLS IN THE ORPHANAGE
LKSA AL-KHIDMAH MUKTIHARJO PATI**

Cindy Jihan Flaurend
Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University
Email: cindyjf19@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

Living in an orphanage is not an easy thing for a childhood adolescent to be self-sufficient and to be able to solve the problems he faces well. Problems in the life of orphanage teenagers can increase high stress, while in adolescence still need guidance from parents in dealing with the problems related to the development of the adolescent. The aim of this study is to test the relationship between self-effectiveness and happiness in adolescent orphanage daughters Al-Khidmah Muktiharjo Pati. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between the effectiveness of dir and the happiness of adolescent child-host daughter Al- Khidmah. The population in this study is a total of 12-21 year olds of Al-Khidmah Muktiharjo Pati orphanage daughter of 122 teenagers and selected a sample of 71 teenagers obtained through purposive sampling techniques. The data was obtained using a two-fold self-efficiency scale consisting of 22 aitem with a reliability of α of 0.871, a happiness scale comprising 37 aitem with an a reliance of 0.957. The test of the hypothesis in this study uses pearsoin product moment co-relation analysis. The test results of the analysis showed a significant positive relationship between self-efficiency and happiness with a rxy correlation coefficient of 0.259 with a significant 0.029 ($p < 0.05$). It can be concluded that there is a positive relationship between self-efficiency and happiness so that the hypothesis that has been raised in this study is accepted.

Keywords: self-efficacy, happiness

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah kelompok sosial terkecil dalam bermasyarakat, serta kelompok sosial pertama dalam kehidupan manusia yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang diawali oleh sebuah pernikahan (Arsini, 2014). Keluarga juga sebagai suatu lembaga informasi yang memiliki beberapa fungsi. Berdasarkan tiga fungsi pokok yang mendasari fungsi dari keluarga yaitu, fungsi biologis, fungsi afeksi, dan fungsi sosialisasi. Fungsi biologis sebagai tempat lahirnya keturunan. Fungsi afeksi terjadi karena adanya rasa cinta yang menyebabkan terjadinya perkawinan, dan dari hubungan afeksi ini terdapat hubungan yang paling utama dalam membentuk kepribadian anak. Fungsi sosialisasi ialah fungsi dimana keluarga sangat mempunyai peran dalam membentuk kepribadian anak baik melalui interaksi sosial, tingkah laku maupun nilai-nilai dalam masyarakat (Khairuddin, 2002).

Keluarga sebagai lembaga pertama yang dijadikan sarana, untuk anak belajar sebagai makhluk sosial, serta memberikan dasar pembentukan tingkah laku, watak, moral, dan pendidikan kepada anak (Kartono, 2017). Keluarga adalah faktor utama individu tumbuh dan berkembang, keutuhan keluarga sangatlah penting dan diperlukan dalam pengasuhan anak. Masa-masa remaja dikenal dengan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa (Abidin & Borualogo, 2020). Fase remaja dimulai dari usia 12 tahun sampai berakhir pada usia 18 tahun hingga 21 tahun (Monks dkk, 2019).

Pada fase ini remaja tidak akan lepas dari peran keluarga terutama orang tua. Sebagian dari remaja tidak memiliki nasib yang baik, tidak semua remaja dapat tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga yang harmonis dan ideal. Beberapa remaja dihadapkan pada suatu kondisi di mana remaja harus berpisah dengan orang tuanya. Perpisahan tersebut biasanya disebabkan oleh berbagai faktor, yaitu ekonomi yang rendah, menjadi yatim, piatu, yatim piatu maupun terlantar. Salah satu cara yang dapat dilakukan agar remaja yang

mengalami perjalanan hidup kurang beruntung tetap dalam pengasuhan yaitu dengan menempatkan remaja untuk tinggal di panti asuhan. Panti asuhan ialah suatu lembaga kesejahteraan sosial anak yang bertanggung jawab untuk memberikan sebuah pelayanan bagi anak-anak yang kurang beruntung (Anwar, 2015).

Menurut data Badan Pusat Statistik, angka anak yang diasuh di panti asuhan kabupaten/kota di provinsi Jawa Tengah dari tahun 2019-2021 menunjukkan bahwa di tahun 2019 berkisar 34.718, sedangkan pada tahun 2020 berjumlah 31.290, dan pada tahun 2021 berjumlah 32.783 (Statistik, 2021). Panti asuhan ialah suatu lembaga kesejahteraan sosial anak yang bertanggung jawab untuk memberikan sebuah pelayanan bagi anak-anak yang kurang beruntung. Sebagaimana fungsinya panti asuhan memiliki tujuan untuk membantu sekaligus juga sebagai orang tua pengganti baik untuk anak yang terlantar maupun anak yang orang tuanya telah meninggal dunia, selain itu juga untuk memberikan rasa aman secara lahir batin, memberikan kasih sayang serta memberikan santunan bagi kehidupan remaja (Najib & Wardiana, 2017). Himpunan Peraturan Perundang-undangan tentang Perlindungan Anak Tahun 2002, Undang-undang Republik Indonesia No.4 tahun 1979 pasal 2 ayat 1, menyatakan bahwa setiap anak berhak mendapatkan kesejahteraan, perawatan, asuhan serta bimbingan berdasarkan kasih sayang yang baik dari keluarga agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara wajar (Tricahyani & WIdiasavitri, 2016).

Tinggal di panti asuhan bukanlah hal yang mudah bagi individu untuk mandiri dan dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya dengan baik. Latar belakang yang berbeda dengan remaja umumnya dapat mempengaruhi respon remaja pada konflik dalam kehidupannya. Kondisi konflik yang dihadapi dan interaksi sosial yang berbeda dengan remaja umumnya akan mempengaruhi remaja dalam pemecahan masalah. Permasalahan-permasalahan dalam kehidupan remaja panti asuhan tersebut dapat meningkatkan stress yang tinggi. Hal tersebut dapat menurunkan kualitas hidup dan pemaknaan kebahagiaan (Laura, 2019).

Menurut laporan PBB tentang Index Kebahagiaan-OECD 2013, PBB bersama OECD (*The Organisation for Economic Co-operation and Development*) mengeluarkan alat ukur berupa peringkat kebahagiaan yang mana dari hasil pengukuran tersebut di beberapa negara mengalami perubahan tingkat kebahagiaan pada masyarakat dari tahun ke tahun. Hal tersebut dijadikan alasan mengapa kebahagiaan sebagai instrumen untuk mengetahui kemajuan sosial suatu negara dari sudut kondisi kejiwaan warganya, dikarenakan kebahagiaan itu sendiri menjadi bagian dari kesejahteraan. Data peringkat kebahagiaan negara-negara di seluruh dunia menunjukkan tingkat perubahan dan kesetaraan kebahagiaan didasarkan pada evaluasi kehidupan yang di lakukan oleh lembaga konsultan PBB Gallup. Rangkaian kebahagiaan Negara Asia terdiri dari 6 Negara yang memiliki rangkingnya masing-masing pada setiap negara, antara lain sebagai berikut Negara Singapura yang memiliki skor rangking sebesar 32 dengan nilai 6.377, Negara Thailand yang memiliki angka rangking sebesar 54 dengan nilai 5.985, Negara Vietnam yang memiliki skor rangking sebesar 79 dengan nilai 5.411, Negara Malaysia yang memiliki angka rangking sebesar 81 dengan nilai 5.384, Negara Indonesia yang memiliki skor rangking sebesar 82 dengan nilai 5.345, Negara Laos yang memiliki angka rangking sebesar 100 dengan nilai 5.030. (Harris, 2021).

Menurut Rafi & Netrawati (2019) diantara negara-negara dunia Indonesia berada di urutan ke 76 dari sekitar 200 lebih negara di dunia untuk urutan kebahagiaan, hal tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan pada masyarakat Indonesia masih perlu ditingkatkan dan di perhatikan agar tingkat kebahagiaan orang Indonesia menjadi lebih meningkat termasuk di panti asuhan. Menurut data Badan Pusat Statistik, angka kebahagiaan di provinsi jawa tengah dari tahun 2014-2021 menunjukkan bahwa di tahun 2014 berkisar 67.66, sedangkan pada tahun 2017 berjumlah 70.92, dan pada tahun 2021 berjumlah 71.73 (Statistik, 2023).

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting, dikarenakan kebahagiaan ialah kebutuhan naluri yang diperlukan setiap orang. Amalia (2020) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang positif dan dapat

ditandai dengan adanya tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tingkat positif yang tinggi dan tingkat negatif yang rendah. Seligman (2005) juga memaparkan kebahagiaan merupakan keadaan psikologis positif yang mana seseorang memiliki emosi positif berupa kepuasan hidup dan pikiran serta perasaan positif tentang kehidupan yang dijalani. Emosi positif dapat berhubungan dengan masa lalu, sekarang maupun masa yang akan datang.

Tidak semua remaja panti asuhan bahagia menjalani kehidupan di panti asuhan. Kebahagiaan menurut remaja panti asuhan adalah adanya perasaan senang, memiliki hubungan sosial yang baik, serta memiliki arah hidup yang jelas. Hal ini terbukti dari data awal yang didapatkan peneliti melalui studi pendahuluan dengan mewawancarai empat remaja di Panti Asuhan Putri Al-Khidmah yang berinisial TDW, MFI, ADP, dan FH pada hari Rabu, 9 Juni 2022.

Hasil wawancara pertama yang dilakukan dari TDW, berusia 16 tahun dengan jenis kelamin perempuan, berikut kutipan langsungnya:

“Aku masuk panti asuhan dari kelas 5 SD Kak. Awal aku tinggal di sini sejak alm. Bapak meninggal 2 tahun yang lalu, sebelum tinggal di sini saya ikut mbah kung dan mbah uti, ibu saya masih ada dan masih hidup, tapi ibu sudah menikah lagi lalu ikut suaminya. Sejak ibu menikah, dia seperti melepaskan tanggung jawabnya sebagai ibu saya dan ibu pun bahkan sudah melupakan saya, sementara itu Kak, saya kasihan sama mbah saya yang sudah tua dan sering sakit-sakitan, terus ada tetangga saya yang memberikan saran kepada mbah saya supaya saya dititipkan saja di panti ini agar tetap bisa sekolah. Karena di panti ini biaya sekolah, makan, dan lain itu gratis. Sebenarnya waktu itu saya sempat enggak mau dan marah. Terkadang kalo di panti bosan sering banget perasaan iri hati ketika melihat teman-teman saya yang hidupnya enak, orangtua nya masih ada, tinggal sama orangtuanya, saya juga pengen bisa jalan-jalan sama keluarga.” (TDW/9 Juni 2022)

Wawancara selanjutnya yang dilakukan kepada MFI, berusia 15 tahun dengan jenis kelamin perempuan berikut kutipan langsungnya:

“Aku di panti asuhan baru beberapa bulan Kak, masuk ajaran SMP ini. Aku tinggal di panti ini karena ibuku menikah lagi. kedua Orangtuaku sudah bercerai sejak kelas 5 SD, Sebenarnya aku tidak mau tinggal di sini Kak, namun aku binggung harus bagaimana lagi aku sudah gak punya siapa-siapa, kalo bapakku kerja merantau jauh ke Kalimantan, dengar-dengar bapak sudah menikah lagi. Kadang aku suka mikir kenapa ya aku gini banget, tidak seperti teman-teman ku, terkadang aku suka nangis sendirian, sempat berfikir untuk mati aja karena aku sendirian sekarang, pada saat aku berfikir seperti itu terkadang ingat pesan ustadzah untuk

selalu bersyukur atas segala keadaan, karena di luar sana masih ada yang tidak seberuntung diriku, tapi aku masih sering merasa sedih ketika melihat kebahagiaan oranglain di luar sana walaupun di sini temanku banyak” (MFI/9 Juni 2022)

Wawancara selanjutnya yang di lakukan kepada ADP, berusia 13 tahun dengan jenis kelamin perempuan berikut kutipan langsungnya:

“Saya di panti asuhan dari kelas 5 SD Kak, orangtua saya sangat terpaksa naruh saya di panti asuhan ini karena masalah ekonomi Kak, orangtua saya sudah tidak memiliki biaya untuk sekolah saya. Kalo di panti asuhan ini semua kebutuhan saya itu di biayain pihak panti selain uang sekolah, makan, di panti sering ngasih uang jajan dll. Kadang saya pun sering merasa sedih Kak, saya itukan masih punya keluarga yang lengkap tapi kenapa saya harus tinggal di sini, paling sedihnya sering di bullying dan di pandang sebelah mata sama temen-temen sekolah Kak. Ada juga beberapa temen yang nggak mau berteman sama saya gara-gara saya tinggal di panti, karena itu saya sering minder dan sulit bersosialisasi” (ADP/ 9 Juni 2022)

Wawancara yang terakhir di lakukan kepada FH, berusia 14 tahun dengan jenis kelamin perempuan berikut kutipan langsungnya:

“Saya masuk panti asuhan kelas 3 SD Kak. Dulu pas awal-awal masuk panti saya nangis terus nggak betah. Dulu juga pengen kabur juga dari panti asuhan. Tapi seiring berjalannya waktu setelah sejak saya SMP ini saya sudah bisa berusaha menerima. Bahkan saya sangat bersyukur masih bisa hidup di panti asuhan ini, karena kedua orangtua saya sudah meninggal, saya sempat tinggal sama nenek dan bulek juga. Namun terkadang juga saya masih memiliki perasaan sedih dan membandingkan hidup saya dengan orang lain” (FH/ 9 Juni 2022)

Berdasarkan pemaparan hasil wawancara di atas, kebanyakan dari remaja panti asuhan sudah mampu menerima kondisi dalam hidupnya dengan cara bersyukur. Dikarenakan dengan remaja tersebut tinggal di panti mereka masih bisa hidup dengan layak, dibandingkan dengan remaja-remaja lain di luar sana yang hidup di jalanan dengan serba kekurangan. Namun sebagian remaja di panti asuhan tersebut sering merasa putus asa, kurang percaya diri, belum memiliki kemampuan menerima kondisi atau konflik yang sedang dihadapi yang akhirnya membuat remaja lebih sering menyalahkan keadaan saat ini dengan membandingkan kondisi remaja sendiri. Untuk mencegah hal itu terjadi, seorang remaja harus mampu mencapai atau meyakinkan diri sendiri bahwa suatu saat

nanti remaja panti asuhan akan menemukan titik kebahagiaan itu, keyakinan tersebut dapat remaja panti asuhan peroleh dari efikasi diri agar diri remaja mampu mencapai tujuan hidupnya masing-masing.

Efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki terhadap dirinya bahwa ia mampu dalam mengerjakan sesuatu demi mencapai titik keberhasilan. Menurut Bandura (1997) efikasi pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan individu lainnya. Perbedaan ini berdasarkan 3 dimensi, yaitu dimensi tingkat kesulitan tugas (*level*), dimensi kekuatan (*strenght*), dan dimensi generalisasi (*generality*). Dimensi kesulitan berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas atau tujuan yang dicapai, dimensi kekuatan berkaitan dengan kuat atau lemahnya keyakinan seseorang, dan dimensi generalisasi berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang dirasakan individu yakin akan kemampuannya.

Efikasi diri ini dapat membawa individu pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama. Efikasi diri remaja yang tinggi dapat mendukung seseorang memiliki kemampuan dalam mengontrol emosi, dan menghadapi permasalahan yang sedang di hadapinya. Hal ini juga yang dapat mempengaruhi pilihan remaja panti asuhan, tujuan hidup pada remaja dan kegigihan remaja tersebut. Selain itu, Efikasi diri yang tinggi dapat membantu individu dalam menjalani kehidupan yang lebih baik. Bahkan semakin tinggi efikasi diri seorang individu, maka akan semakin tinggi kebahagiaan setiap individu (Rustika, 2016).

Penelitian mengenai kebahagiaan remaja pernah dilakukan oleh beberapa peneliti yang memiliki tema sama. Penelitian dari Khoiriyah (2018) yaitu penelitian dengan tema Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Hasil penelitian menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat penerimaan diri remaja maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Hal ini dibuktikan dengan tingkat penerimaan diri pada remaja berada pada kategori sedang yaitu 74% sebagian besar dimana para remaja telah memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima

berbagai aspek diri termasuk kualitas baik maupun buruk, serta merasa positif dengan kehidupan yang dijalani. Tingkat kebahagiaan pada remaja panti asuhan tersebut berada pada kategori sedang yaitu 71% dimana sebagian besar remaja mampu berfikir positif dalam menjalani kehidupannya serta mampu menghadirkan emosi positif berupa perasaan senang, aman, damai, dan tentram.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Riani (2019) yaitu penelitian dengan tema Hubungan Antara Efikasi Diri Dan *Happiness* Terhadap Perilaku Altruisme Pada Relawan Covid-19 Di Provinsi Riau. Hasil penelitian menyatakan bahwa untuk menjalankan tugas sebagai relawan, individu harus memiliki efikasi diri terhadap kemampuan yang dimilikinya. Individu memiliki keyakinan dengan pengetahuan yang dimilikinya sehingga mampu membantu masyarakat yang terpapar covid-19. Perilaku altruisme juga memegang peranan terhadap perasaan bahagia. Relawan yang bahagia akan cenderung menolong orang lain yang membutuhkan pertolongan. Ketika relawan berada pada situasi yang penuh tekanan, adanya kebahagiaan akan meminimalisir dengan tetap fokus dalam memberi pertolongan kepada masyarakat yang terpapar covid-19.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Khoiriyah (2018) yaitu terletak pada variabel bebasnya dimana penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu penerimaan diri. Tema penelitian yang sama juga pernah dilakukan oleh Riani (2019) yaitu terletak pada subjek penelitiannya. Subjek yang di gunakan pada penelitian ini adalah Relawan Covid-19 Di Provinsi Riau.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin besar juga tingkat kebahagiaan seorang remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut. Sedangkan mereka yang mempunyai efikasi diri yang rendah maka tingkat kebahagiaannya pun menurun untuk dapat menerima kondisi, menerima keadaan dan menerima takdir yang mengharuskan mereka harus tinggal di panti asuhan. Sehingga peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai apakah terdapat hubungan efikasi diri dengan Kebahagiaan pada remaja panti asuhan putri Al-Khidmah.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara Efikasi Diri dengan Kebahagiaan Pada Remaja Panti Asuhan Putri Al-Khidmah?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan Efikasi Diri dengan Kebahagiaan Pada Remaja Panti Asuhan di daerah Muktiharjo, Kabupaten Pati.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat, baik memberikan manfaat teoritis maupun praktis:

1. Manfaat teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan menjadi penelitian yang dapat menambah dan mendukung penelitian sebelumnya yang menggunakan metode kuantitatif dengan variabel bebas efikasi diri sebagai bahan pengembangan dalam bidang keilmuan psikologi khususnya psikologi positif bagi penelitian selanjutnya mengenai Hubungan Efikasi diri dengan Kebahagiaan Pada Remaja Panti Asuhan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja panti asuhan untuk mampu meningkatkan kebahagiaan dengan cara meyakinkan diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya. Sehingga remaja yang tinggal di panti asuhan dapat menjalani hidup dengan bahagia.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Manusia merupakan makhluk Tuhan yang diciptakan dengan pikiran dan hati. Hal ini akan membuat manusia berupaya untuk mencapai suatu kebahagiaan. Menurut Al-Farabi (Jaapar & Azahari 2011) kebahagiaan merupakan suatu kondisi hati yang dipenuhi dengan keyakinan dan berperilaku sesuai dengan keyakinan. Ibnu Miskawaih menyebutkan bahwa kebahagiaan terdiri atas dua jenis, yaitu kebahagiaan materi (*jism al-sa'adah*) dan kebahagiaan psikologis (*nafs al sa'adah*). Kebahagiaan materi pada dasarnya hanya sebatas material saja dan bersifat menipu, sedangkan pada konsep kebahagiaan psikologi yang mirip dengan kesejahteraan psikologis yang mana kebahagiaan psikologis tersebut akan membawa manusia ke derajat para malaikat.

Franklin (2010) kebahagiaan tumbuh dari pemenuhan potensi yang ada di dalam diri manusia sehingga kebahagiaan lebih cepat muncul apabila individu mampu mengaktualisasikan diri. Semakin individu tumbuh menjadi dirinya sendiri maka akan semakin baik hidupnya. Carr (2004) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu keadaan psikologis yang positif dan ditandai dengan adanya tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tingkat efek positif yang tinggi dan tingkat efek negatif yang rendah.

Menurut Mustofa (2008) kebahagiaan merupakan kesenangan, kesukaan, maupun kepuasan hati mengenai segala peristiwa yang terjadi. Herbayanti (2009) bahagia merupakan pilihan hidup, musibah yang datang dapat dirasakan oleh semua orang namun kebahagiaan datang hanya dari diri. Amalia (2020) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang positif dan dapat ditandai dengan adanya tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tingkat positif yang tinggi dan tingkat negatif yang rendah.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan ialah kondisi dimana seseorang lebih banyak merasakan kejadian-kejadian yang menyenangkan dari pada yang sebenarnya terjadi dan mereka akan lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif. Individu yang mendapatkan kebahagiaan yang sejati ialah individu yang dapat mengelola atau melatih kekuatan dasar pada kehidupan sehari-hari seperti dalam hal pengasuhan, permainan, cinta.

Veenhoven (2008) menggambarkan kebahagiaan sebagai jenis sikap positif terhadap kehidupan, yang mana sikap tersebut bentuk dari kepemilikan komponen kognitif dan afektif. Aspek kognitif dari kebahagiaan terdiri dari suatu evaluasi positif terhadap kehidupan, yang dapat diukur baik melalui standar atau harapan. Dari segi afektif kebahagiaan terdiri dari apa yang kita sebut secara umum dengan suatu rasa kesejahteraan, seperti menemukan perasaan puas atau dipenuhi oleh hal-hal baik.

Dari pengertian di atas mengenai kebahagiaan, maka dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah perasaan positif yang berasal dari kualitas keseluruhan hidup manusia yang ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh individu ketika melakukan sesuatu hal yang disenangi di dalam hidup individu tersebut dengan tidak adanya paksaan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kebahagiaan

Kebahagiaan dalam diri manusia memiliki tiga faktor pendorong dan kekuatan yang saling memperkuat dan berhubungan secara otomatis, seperti halnya kekuatan fisik (tubuh), akal, dan jiwa. Ketika hubungan antara kekuatan tersebut tidak baik dan tidak dapat seimbang maka kebahagiaan itu sendiri akan tidak sempurna.

Menurut Seligman (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan individu, yaitu:

a. Uang

Penilaian seseorang terhadap uang akan mempengaruhi kebahagiaan, yang mana lebih dari uang itu sendiri. Individu yang menempatkan uang diatas tujuan lainnya kurang puas dengan penghasilan mereka dan dengan kehidupan mereka secara keseluruhan.

b. Perkawinan

Pernikahan merupakan faktor dari kebahagiaan, individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada individu yang tidak menikah. Karena di dalam pernikahan terdapat keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki keturunan dan membangun rumah tangga.

c. Kehidupan sosial

Individu yang bahagia paling sedikit dalam menghabiskan waktu sendirian dan kebanyakan dari individu suka berkumpul dan menghabiskan waktu bersama teman-teman untuk bersosialisasi. Meskipun kebahagiaan bersifat personal tumbuh dari dalam diri, namun pergaulan sosial memiliki pengaruh penting dalam kebahagiaan individu. Dikarenakan orang yang tidak mempunyai teman bergaul cenderung tidak bahagia.

d. Emosi Negatif

Terdapat sedikit korelasi negatif antara emosi positif dan emosi negatif. Hal ini berarti, jika memiliki banyak emosi negatif, maka seseorang akan memiliki lebih sedikit emosi positif. Namun hal tersebut tidak dapat menjadi acuan individu dalam merasakan kebahagiaan dikarenakan individu yang memiliki banyak emosi positif hidup, tidak berarti itu membuat individu menjadi terhindar dari kesedihan.

e. Usia

Dalam penelitian otoriter 60.000 orang dewasa dari empat puluh bangsa kebahagiaan dibagi menjadi tiga komponen antaranya: kepuasan hidup, afek menyenangkan dan afek tidak menyenangkan. Kepuasan hidup individu meningkat sejalan dengan bertambahnya usia.

f. Kesehatan

Kesehatan juga menjadikan salah satu faktor kebahagiaan. Individu yang memiliki masalah kesehatan menyebabkan ketidakbahagiaan ketika penyakit menyerang tubuh individu sering kali individu

tidak dapat beradaptasi dan menerima keadaanya hal tersebut terkadang membuat individu memiliki kepuasan hidup yang menurun.

g. Jenis kelamin

Biasanya tingkat emosi laki-laki rata-rata dan perempuan tidak banyak berbeda, yang mana perempuan akan cenderung lebih bahagia dan sekaligus lebih sedih dari pada laki-laki.

h. Agama

Individu yang beragama akan lebih bahagia dikarenakan agama mengajarkan tujuan hidup, dapat menerima dan menghadapi suatu masalah dengan tenang serta saling mempersatukan individu untuk memberikan dukungan.

Menurut Carr (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada individu adalah sebagai berikut:

a. Faktor Eksternal

1) Budaya

Budaya dengan kesamaan sosial memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Kebahagiaan yang tinggi juga terdapat pada masyarakat dengan kebudayaan individualis dari pada dengan kebudayaan kolektif.

2) Hubungan

Hubungan yang dimaksud ialah mencakup hubungan pernikahan, hubungan keluarga dan teman dekat. Hubungan yang baik dapat ditandai dengan adanya komunikasi yang baik.

3) Lingkungan

Lokasi tempat tinggal seseorang secara geografis dapat mempengaruhi kuatnya perasaan positif seseorang. Seperti halnya seperti cuaca yang baik mempunyai pengaruh terhadap *mood* positif seseorang, begitupula sebaliknya.

4) Segi Fisik

Segi fisik lebih kepada kesehatan yang ada pada diri individu. Dengan adanya individu yang sehat dapat menuntun kepada

kebahagiaan. Menjaga kesehatan juga merupakan hal yang penting untuk diperhatikan oleh individu, karena ketika memiliki suatu penyakit tertentu individu akan mengalami gejala psikologi pula.

5) Produktivitas

Belajar, pendidikan, hasil yang telah dicapai, prestasi serta pekerjaan merupakan bentuk produktivitas yang mengarahkan kepada perasaan positif dan kebahagiaan.

b. Faktor Internal

1) Genetik

Genetik dapat mempengaruhi kebahagiaan pada individu. Faktor genetik tersebut dapat terlihat dari bagaimana individu memandang kebahagiaan yang pertama yaitu, pandangan individu terhadap masa depan. Kedua, memaknai kebersyukuran dengan bersyukur terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan emosi positif. Ketiga, memaafkan dengan cara memaafkan individu dapat mengubah kepaitan menjadi hal yang positif. Dengan demikian akan membuat individu memiliki kepuasan hidup yang lebih besar.

2) Optimisme yang dimiliki pada individu akan menimbulkan kebahagiaan. Hal tersebut dikarenakan perasaan optimisme dapat membuat individu selalu positif.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kebahagiaan remaja panti asuhan yaitu berasal dari dalam diri remaja itu sendiri, seperti genetik, optimisme, usia, jenis kelamin, agama dan kesehatan. Faktor eksternal terdiri dari budaya, hubungan, lingkungan segi fisik, produktivitas uang, perkawinan, kehidupan sosial.

3. Aspek-aspek Kebahagiaan

Seligman (2005) menjelaskan terdapat lima aspek utama yang dapat menjadi sumber kebahagiaan, yaitu:

a. Menjalin hubungan positif

Menjalin hubungan positif bukan hanya sekedar memiliki pasangan, anak, maupun teman. Hubungan tersebut akan merujuk pada relasi sosial yang positif atau perasaan sosial yang terintegrasi, peduli, dukungan, serta kepuasan dengan hubungan sosial. Menjalin hubungan positif dengan cara melakukan kebaikan terhadap orang lain maka dapat meningkatkan kebahagiaan.

b. Keterlibatan Penuh

Keterlibatan tersebut akan menunjuk pada hubungan psikologis individu terhadap aktivitas yang dilakukan. Keterlibatan membutuhkan partisipasi aktif dari orang yang bersangkutan. Dengan melibatkan diri bukan hanya fisik yang beraktivitas melainkan hati dan pikiran juga turut serta.

c. Penemuan Makna Hidup

Bermakna dapat di definisikan sebagai rasa bahwa kehidupan itu penting dan mempunyai arti, merasa hidup akan lebih berharga serta bermanfaat tidak hanya untuk diri sendiri namun juga untuk orang lain.

d. Optimisme

Individu yang optimis tidak akan mudah cemas dikarenakan individu tersebut dapat menjalin hidup dengan memiliki harapan dan tujuan. Ambisi dalam hidup dapat membantu individu mencapai hal-hal yang ingin di capai oleh individu. Dalam pencapaian tersebut individu harus memiliki tujuan yang dapat dipenuhi dan usaha sehingga dapat menimbulkan rasa puas atas pencapaian yang telah dibuat.

e. Resiliensi

Individu yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Kebahagiaan juga tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan di alami oleh individu. Melainkan sejauh mana

individu memiliki resiliensi yaitu kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.

Hurlock (2004) menyebutkan terdapat tiga esensi kebahagiaan, yaitu berupa:

a. Sikap menerima (*acceptance*)

Suatu kebahagiaan ialah dimana individu dapat memandang keadaan diri sendiri dan tidak membandingkan dengan diri orang lain. Kebahagiaan juga bergantung pada sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan apa yang dimiliki, serta dapat mempertahankan keseimbangan antara harapan dan prestasi.

b. Kasih sayang (*affection*)

Kasih sayang merupakan hal wajar yang dialami manusia. Kasih sayang akan muncul dari sikap penerimaan orang lain terhadap diri sendiri. Semakin individu dapat diterima baik oleh orang lain, maka semakin banyak kasih sayang yang di harapkan. Dengan semakin banyak kasih sayang yang dirasakan, maka semakin banyak pula kebahagiaan yang akan dialami individu.

c. Prestasi (*achievement*)

Prestasi merupakan ketrcapaian sebuah tujuan individu. Kebahagiaaan akan tercapai apabila seiring dengan prestasi yang diraihinya. Apabila individu memiliki tujuan yang kurang realistis, maka akan menimbulkan kegagalan yang mana akan menimbulkan rasa tidak puas dan tidak bahagia.

Hal serupa juga dijelaskan oleh Carr (2013) yang mengelompokan komponen aspek kebahagiaan sebagai berikut:

a. Aspek Afektif

Aspek afektif terbagi menjadi dua, yaitu afek positif dan afek negatif. Afek positif dan afek negatif ini merupakan pengalaman emosional yang berupa emosi positif dan negatif. Selain itu, aspek afektif ini juga berupa pengalaman emosional sukacita, kegembiraan, kepuasan maupun emosi lainnya.

b. Aspek Kognitif

Aspek kognitif ini berasal dari kepuasan yang dirasakan individu terkait dengan diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan serta waktu yang luang.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek kebahagiaan terdiri dari dua, yaitu aspek afektif dan aspek kognitif. Aspek afektif berupa kepuasan dari pengalaman emosional akibat penerimaan, kasih sayang, serta prestasi. Sedangkan aspek afektif mencakup afek positif dan afek negatif, yaitu pengalaman emosional berupa emosi positif dan negatif. Sedangkan pada aspek kognitif berupa kepuasan yang berasal dari sikap menerima, kasih sayang dan prestasi yang di peroleh dari kehidupan seperti dari diri sendiri, keluarga, teman.

B. Efikasi Diri

1. Definisi Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Menurut Bandura (1997) efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki terhadap dirinya bahwa ia mampu dalam mengerjakan sesuatu demi mencapai titik keberhasilan. Efikasi pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan individu lainnya. Perbedaan ini berdasarkan 3 dimensi, yaitu dimensi tingkat kesulitan (*level*), dimensi kekuatan (*strenght*), dan dimensi generalisasi (*generality*).

Menurut Reivich (2003) mengartikan efikasi diri yaitu sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi serta memecahkan masalah dengan efektif. Selain itu, efikasi diri juga berarti meyakinkan diri sendiri bahwa individu tersebut mampu, berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah.

Efikasi diri menurut Santrock (2003) yaitu kepercayaan individu mengenai kemampuannya dalam menguasai situasi serta dapat menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Individu yang memiliki efikasi diri yang baik maka dirinya akan tetap tenang, percaya diri serta selalu optimis bahwa

individu tersebut mampu menyelesaikan masalah dengan baik walaupun dalam masalah yang sulit sekalipun.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk memecahkan masalah, mengatasi rintangan serta mencapai tujuan yang diharapkan. Efikasi diri juga menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi yang akan datang.

2. Aspek-aspek Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Menurut Bandura (1997) efikasi diri pada diri individu akan berbeda anatara satu dengan individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi yaitu:

a. Tingkat kesulitan tugas (*level*)

Pada dimensi ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya seperti mudah, sedang dan sulit. Hal tersebut akan sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan guna dapat memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini juga memiliki keterlibatan terhadap pemilihan tingkah laku yang mana dirasa mampu untuk dilakukan serta dapat menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang di rasakan.

b. Tingkat kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan individu mengenai kemampuannya. Harapan yang lemah akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, jika pengahrapan yang mantap akan dapat mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Pada dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi tingkat kesulitan tugas. Apabila semakin tinggi taraf kesulitan tugas, maka akan makin lemah keyakinan yang di rasakan individu untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*generality*)

Pada dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku individu yang di tuntut yakin akan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas maupun aktivitas-aktivitas tertentu saja.

Menurut Kreitner & Kinichi (2005) orang yang memiliki efikasi diri yang positif dapat diketahui dari beberapa aspek yaitu:

a. Kognitif

Kemampuan individu untuk memikirkan cara-cara yang dipergunakan untuk merancang sesuatu tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diinginkan maupun diharapkan.

b. Motivasi

Kemampuan individu untuk memotivasi diri melalui pikiran-pikiran untuk melakukan sesuatu tindakan dan keputusan dalam mencapai sebuah tujuan yang diharapkan.

c. Afeksi

Kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Afeksi ditunjukkan dengan mengontrol kecemasan atau perasaan depresi menghadapi masalah-masalah yang besar untuk mencapai tujuan.

d. Seleksi

Kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

Aspek-aspek tersebut timbul dikarenakan ketidak mampuan individu dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat individu tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah maupun situasi sulit.

Menurut pnejelasan dari Eggen & Kauchak (2010) aspek-aspek dalam efikasi diri yaitu meliputi: orientasi tugas, usaha, kegigihan, keyakinan, penggunaan strategi dan kinerja. Aspek dalam efikasi diri tersebut saling berhubungan dan saling tergantung.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek efikasi diri terdiri dari *level* suatu tingkat ketika seseorang meyakini usaha

atau tindakan yang dapat individu lakukan, *strenght* suatu kepercayaan diri yang ada dalam diri individu yang dapat diwujudkan dalam meraih performa tertentu, dan *generality* sebagai keleluasaan dari bentuk efikasi diri yang dimiliki individu untuk digunakan dalam situasi yang berbeda. Efikasi yang telah terbentuk pada setiap individu akan memiliki fungsi dan mempengaruhi aktivitas individu. Pengaruh yang di timbulkan tersebut dapat berupa pengaruh pada proses kognitif, afeksi, motivasi dan selektif. Usaha, kegigihan serta keyakinan menjadi salah satu peran penting untuk individu dalam menghadapi situasi.

C. Hubungan Efikasi Diri (*Self Efficacy*) dengan Kebahagiaan

Pada fase remaja, remaja tidak akan lepas dari peran keluarga terutama orang tua. Namun, sebagian dari remaja tidak memiliki nasib yang baik, tidak semua remaja dapat tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga yang harmonis dan ideal. Permasalahan-permasalahan dalam kehidupan remaja panti asuhan tersebut dapat meningkatkan stres yang tinggi. Hal tersebut dapat menurunkan kualitas hidup dan pemaknaan kebahagiaan (Anwar, 2015).

Kebahagiaan adalah perasaan positif yang ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh individu, ketika melakukan sesuatu hal yang disenangi di dalam hidup individu tersebut tanpa adanya paksaan. Kebahagiaan individu dapat dicapai dengan keyakinan akan dirinya sendiri yang disebut dengan efikasi diri. Seperti yang disebutkan dalam salah satu aspek kebahagiaan menurut Seligman (2005) bahwa ketika individu optimis maka dapat membantu dalam mencapai hal-hal yang ingin dicapai sehingga hal tersebut dapat menimbulkan rasa puas atas pencapaian yang dibuat. Jadi jika ditarik kesimpulan optimisme tersebut memiliki makna yang sama dengan efikasi diri.

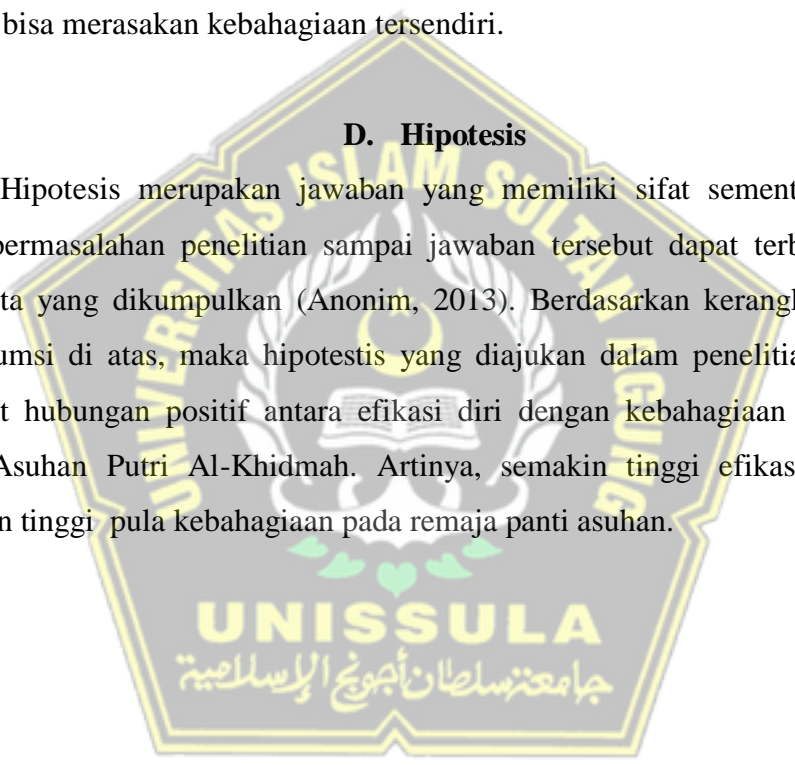
Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Saat seseorang mampu mencapainya akan menimbulkan rasa puas dan membuat tingkat kebahagiaan seseorang meningkat. Ketika individu memiliki efikasi diri dan kebahagiaan yang baik, maka individu akan memiliki motivasi yang tinggi pula dalam mewujudkan

keinginannya untuk meraih emosi yang positif. Rusydi (2007) mengatakan bahwa emosi positif memiliki peranan yang penting terhadap munculnya kebahagiaan.

Sedangkan menurut Wirawan dkk (2022) individu yang mempunyai efikasi diri tinggi akan cepat bangkit dari kegagalan dan kekecewaan, secara efektif individu tersebut dapat menghadapi kejadian-kejadian serta situasi-situasi tertentu dikarenakan individu tersebut berharap akan mendapatkan keberhasilan dalam menghadapi suatu rintangan. Jika remaja panti asuhan sudah bisa mencapai keberhasilan dalam menghadapi suatu rintangan tersebut, tentunya remaja panti asuhan bisa merasakan kebahagiaan tersendiri.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang memiliki sifat sementara terhadap suatu permasalahan penelitian sampai jawaban tersebut dapat terbukti melalui data-data yang dikumpulkan (Anonim, 2013). Berdasarkan kerangka pemikiran dan asumsi di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja Panti Asuhan Putri Al-Khidmah. Artinya, semakin tinggi efikasi diri, maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada remaja panti asuhan.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Indikasi variabel merupakan langkah untuk menetapkan variabel-variabel utama dalam penelitian dan menentukan fungsi masing-masing. Variabel bebas merupakan variabel yang dapat memberikan pengaruh terhadap variabel tergantung, hubungan yang terbentuk dapat berupa hubungan positif maupun negatif (Sugiyono, 2017). Sedangkan variabel tergantung merupakan variabel yang menjadi suatu akibat, karena adanya variabel bebas (Azwar, 2009).

1. Variabel bebas : Efikasi Diri (*self efficacy*) (X)
2. Variabel tergantung : Kebahagiaan (Y)

B. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan gambaran operasional yang akan diteliti. Definisi operasional dari penelitian ini, diantaranya:

1. Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan perasaan positif yang berasal dari kualitas keseluruhan hidup manusia yang ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh individu ketika melakukan sesuatu hal yang disenangi di dalam hidup individu tersebut dengan tidak adanya paksaan. Kebahagiaan dalam penelitian ini nantinya akan di ukur dengan skala kebahagiaan menurut Seligman (2005), yang terdiri dari Menjalani hubungan positif, Keterlibatan penuh, Penemuan makna hidup, Optimisme, Resilensi. Jadi semakin tinggi skor yang di peroleh subjek maka semakin tinggi pula kebahagiaannya. Sebaliknya apabila skor yang di dapatkan semakin rendah maka semakin rendah pula kebahagiaan subjek.

2. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Efikasi diri merupakan keyakinan individu atas kemampuan yang individu miliki, berupa sikap optimisme individu dan yakin bahwa individu akan mampu mencapai tujuan yang ingin dicapainya. Efikasi diri akan diungkap dengan skala Efikasi diri yang menurut Bandura (1997) terdiri dari aspek *level*, *strength*, dan *generality*. Jadi semakin tinggi skor yang diperoleh subjek maka semakin tinggi pula efikasi diri. Sebaliknya apabila skor yang diperoleh semakin rendah maka semakin rendah pula efikasi diri pada subjek.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

1. Populasi

Populasi dapat di definisikan sebagai kelompok atau kumpulan subjek yang akan menentukan hasil dari suatu penelitian yang akan dilakukan (Azwar, 2017). Populasi bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, melainkan seluruh karakteristik yang dimiliki subjek maupun objek tersebut (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri Panti Asuhan Al-Khidmah Pati yang memiliki jumlah 122 remaja putri dengan durasi lama tinggal di panti asuhan sekitar 1 bulan-6 tahun.

2. Sampel

Menurut Azwar (2017) Sampel adalah perwakilan dari salah satu populasi yang cukup besar jumlah sebagian dari bagian subjek populasi yang memiliki sifat dan ciri-ciri yang sesuai sehingga dapat dijadikan sebagai sumber subjek dalam penelitian. Sampel sendiri merupakan bagian dari jumlah atau karakteristik yang sudah di tentukan oleh populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian akan menggunakan sebanyak 71 subjek dengan kriteria yang sudah di tetapkan yaitu remaja putri Panti Asuhan Putri Al-Khidmah Pati yang berusia 12 tahun sampai dengan 21 tahun.

3. Teknik Sampling

Upaya untuk menentukan sampel yang akan digunakan seorang peneliti dalam penyusunan penelitian yang akan dilakukan dapat menggunakan teknik sampling. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi pengukuran subjek dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengukur hubungan efikasi diri (*self efficacy*) dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan putri Al-Khidmah Pati. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala likert. Skala pengukuran likert memiliki empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Untuk aitem yang *favourable* akan diberi nilai 1 sampai 4 (nilai 4 untuk SS, 3 untuk S, 2 untuk TS, dan nilai 1 untuk STS). Sedangkan untuk aitem yang *unfavourable* mempunyai nilai 1 untuk SS, 2 untuk S, 3 untuk TS, dan nilai 4 untuk STS. Dalam skala ini, variabel yang diukur terlebih dahulu dijabarkan menjadi indikator. Indikator ini yang akan dijadikan sebagai acuan dalam penyusunan item-item baik dalam bentuk pertanyaan maupun pernyataan (Sugiyono, 2017). Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yaitu skala kebahagiaan dan efikasi diri.

1. Skala Kebahagiaan

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kebahagiaan oleh Seligman (2005), yang terdiri dari Menjalin hubungan positif, Keterlibatan penuh, Penemuan makna hidup, Optimisme, Resilensi. Pada skala ini terdapat pernyataan mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Setiap aitem akan terdapat empat jawaban alternatif yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Berikut merupakan aitem untuk skala kebahagiaan meliputi:

Tabel 1. Blue print skala kebahagiaan

No	Aspek	Indikator	Jumlah aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	Menjalin Hubungan Positif	Perduli terhadap orang lain	4	4	8
2	Keterlibatan Penuh	Mau mengikuti segala aktivitas yang diadakan di panti	4	4	8
3	Penemuan makan hidup	Selalu berfikir positif dalam melakukan aktivitas sehari-hari	4	4	8
4	Optimisme	Memiliki kepuasan terhadap apa yang sudah dimiliki	4	4	8
5	Resiliensi	Memiliki kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan	4	4	8
Total			20	20	40

2. Skala Efikasi Diri

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala Efikasi diri yang menurut Bandura (1997) terdiri dari aspek *level*, *strenght*, dan *generality*. Pada skala ini terdapat pernyataan mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Setiap aitem akan terdapat empat jawaban alternatif yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Berikut merupakan aitem untuk skala kebahagiaan meliputi:

Tabel 2. Blue print Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Indikator	Jumlah aitem		Jumlah
			F	Uf	
1	<i>Level</i>	Mempunyai keyakinan serta usaha yang tinggi	4	4	8
2	<i>Strenght</i>	Mempunyai rasa percaya diri yang tinggi serta memiliki komitmen yang tinggi	4	4	8
3	<i>Generality</i>	Mempunyai keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai situasi social	4	4	8
Total			12	12	24

E. Validitas, Uji Daya Beda Item, dan Estimasi Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu tes atau skala dalam melaksanakan fungsi pengukurannya (Azwar, 2009). Instrumen dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika alat ukurnya berfungsi dengan baik serta dapat memberikan hasil yang akurat. Valid berarti instrumen mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Valid atau tidaknya suatu pengukuran bergantung pada kemampuan alat ukur tersebut dalam mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki secara tepat (Sugiyono, 2017).

Pada penelitian ini akan menggunakan jenis validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang diperoleh dari hasil pengujian kisi-kisi pada kelayakan penilaian profesional, sehingga alat ukur yang di pakai dapat memuat isi yang akurat serta dapat menyatakan bahwa suatu aitem adalah relevan. Apabila aitem bersifat relevan, maka aitem tersebut dapat dikatakan layak untuk mendukung validitas isi skala (Azwar, 2012). Profesional dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Item

Daya beda aitem merupakan sejauh mana aitem mampu dapat membedakan antara individu maupun sekelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Indeks daya beda aitem adalah suatu indikator keselarasan yang mencakup antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan, hal ini di sebut dengan istilah konsisten aitem total. Pengujian daya beda aitem dilakukan dengan menggunakan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total (r_{xy}) (Azwar, 2012).

Teknik dalam menguji daya beda aitem menggunakan korelasi *Product Moment Person* yang akan digunakan dalam penelitian ini. Pada teknik penelitian ini dapat mengukur korelasi antara skor aitem dengan skor

total dan dibantu menggunakan program SPSS (*statistical product and service solution*) versi 25.0.

Pemilihan item memiliki kriteria tertentu yang didasarkan pada korelasi total dengan batasan $r_{xy} > 0,30$. Item yang dianggap memiliki daya beda yang baik jika mencapai koefisien korelasi 0,30. Item dengan $r_{xy} < 0,30$ akan diinterpretasikan bahwa item tersebut memiliki daya beda rendah dan jika jumlah item lolos masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka dapat menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah dari item yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2012).

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas berasal dari kata *reliability*. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data dengan tingkat realibilitas tinggi disebut pengukuran yang reliable. Gagasan pokok realibilitas ialah sejauh mana hasil dari proses pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama memperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek dalam diri subjek belum berubah (Azwar, 2017). Instrumen yang reliabel merupakan instrumen yang jika beberapa kali digunakan untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2017). Instrumen ukur yang reliabel adalah mampu menghasilkan skor yang cermat dengan error pengukuran yang kecil (Azwar, 2012).

Hasil pengukuran dapat dipercaya ketika kelompok belum berubah dan reliabilitasnya dalam rentang 0 sampai 1,00 ($< 1,00$). Koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1,00 maka pengukuran dinyatakan reliabel (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini penguji reliabilitas menggunakan uji koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS (*statistical product and service solution*) versi 25.0.

F. Teknik Analisis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Efikasi Diri dengan Kebahagiaan Pada Remaja Panti Asuhan Darul Hadlanah, Waturoyo. Teknik analisis yang di gunakan dalam penelitian ini ialah menemukan ada atau tidaknya suatu hubungan maupun pengaruh anantara variabel X dan Y, dalam analisis ini peneliti akan menggunakan korelasi *pearson product moment* dengan bantuan program SPSS (*statistical product and serviece solution*) versi 25.0.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kencah Penelitian

Orientasi kencah penelitian adalah tahap yang dilakukan sebelum adanya pelaksanaan penelitian, tujuan dari dilakukannya hal tersebut untuk mendapatkan keberhasilan dan kelancaraan dalam penelitian. Pada penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Putri Al-Khidmah yang beralamat di Jl. Raya Rendole Indah Blok F Mukitharjo, Kecamatan Margorejo, Kabupaten Pati, Jawa Tengah, 59163. Panti Asuhan Putri Al-Khidmah dibentuk oleh Yayasan Khidmatul Ummah. Yayasan Khidmatul Ummah adalah yayasan yang bergerak dalam bidang social dan keagamaan, yang mana diantaranya yaitu bimbingan Haji dan Umroh, rumah kemanusiaan, pondok pesanteren modern, panti asuhan, majlis taklim yang didirikan pada tanggal 26 Nopember 2001.

Panti Asuhan Putri Al-Khidmah merupakan lembaga pendidikan non formal yang telah berdiri sejak tanggal 29 Maret 2006 dan mulai pelayanan panti tanggal 16 April 2007. Berdirinya lembaga ini memiliki tugas dan fungsi yaitu untuk ikut berpartisipasi dalam memberdayakan generasi muslim bangsa Indonesia yang secara khusus sasarannya kepada anak yatim yang kurang mendapatkan kasih sayang dan hak asuh yang sempurna dari kedua orang tuanya, atau anak dari kalangan masyarakat dhu'afa yang tidak mampu merasakan hidup layak dan mengenyam pendidikan wajib.

Visi Panti Asuhan Putri Al-Khidmah sebagai berikut: Menjadikan lksa panti asuhan putri al-khidmah pati, sebagai lembaga sosial, pendidikan dan dakwah yang mencetak kader-kader islam yang terampil, mandiri dan berakhlak mulia. Misi Panti Asuhan Putri Al-Khidmah diantaranya: a. membantu anak asuh mendapatkan pendidikan formal maksimal SMK / SMA / MA sesuai dengan bakat dan minat masing-masing, b. memberikan pendidikan Agama Islam (Aqidah, Akhlak, Ibadah, dan Muamalah) sesuai Al Qur'an dan As Sunnah, c. mendidik, mengajar serta melatih kemampuan anak yatim anak dhuafa untuk mandiri dikemudian hari, d. mengembangkan potensi, kreatifitas dan kemampuan anak

yatim dan dhuafa, f. menumbuhkan jiwa enterprenership bagi anak yatim dan anak dhuafa, g. menjadi fasilitator yang amanah antara kaum yatim dan kaum dhuafa.

Pertimbangan penelitian mdmilih Panti Asuhan Putri Al-Khidmah sebagai lokasi penelitian ialah sebagai berikut:

- a. Jumlah dan karakteristik responden yang akan di teliti sudah sesuai dengan syarat yang telah ditetapkan dalam penelitian.
- b. Penelitian mengenai hubungan efikasi diri (*self efficacy*) dengan kebahagiaan belum pernah dilakukan di tempat tersebut.
- c. Terdapat permasalahan mengenai mengenai hubungan efikasi diri (*self efficacy*) dengan kebahagiaan
- d. Adanya izin dari pihak lksa panti asuhan putri Al-Khidmah Muktiharjo Pati.

B. Persiapan Penelitian

Penelitian ini dipersiapkan dengan sungguh – sungguh dan sebaik-baiknya untuk mencegah terjadinya kesalahan selama penelitian. Persiapan yang dilakukan oleh peneliti dimulai dengan membuat surat izin untuk melakukan penelitian di lokasi penelitian yaitu di Panti Asuhan Putri Al-Khidmah yang nantinya akan diberikan kepada panti sebagai syarat untuk melakukan penelitian. Persiapan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdiri dari beberapa bagian yaitu:

1. Tahap Perizinan

Tahap ini merupakan syarat utama untuk melakukan penelitian. Sebelumnya peneliti sudah mencari informasi terkait perizinan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut. Peneliti bertanya kepada salah satu admin panti apakah di izinkan untuk melakukan penelitian di panti tersebut dan peneliti diarahkan untuk menemui ketua panti untuk melakukan konfirmasi. Langkah selanjutnya ialah membuat surat izin penelitian dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang lalu diberikan kepada ketua panti dengan nomor surat 334/C.1/PsiSA/III/2023. Peneliti

memberikan surat tersebut kepada pihak Panti Asuhan Putri Al-Khidmah dan selanjutnya peneliti diberikan izin untuk melakukan penelitian. Berikut ini merupakan tabel jadwal kegiatan penelitian yang telah dilakukan peneliti yaitu:

Tabel 3. Agenda Penelitian

No	Tanggal	Keperluan
1.	26 Febuari 2023	Menghubungi pihak Panti Asuhan Putri Al-Khidmah apakah panti tersebut memperbolehkan mahasiswa melakukan penelitian.
2.	02 Maret 2023	Membuat surat ijin penelitian untuk pihak Panti Asuhan Putri Al-Khidmah.
3.	24 Maret 2023	Memberikan surat ijin penelitian kepada pihak Panti Asuhan Putri Al-Khidmah dan kemudian memberikan penjelasan tentang mekanisme pengisian angket.

2. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yaitu skala kebahagiaan dan skala efikasi diri.

a. Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan merupakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada aspek-aspek dari Seligman (2005), yang terdiri dari Menjalin hubungan positif, Keterlibatan penuh, Penemuan makan hidup, Optimisme, Resilensi. Skala kebahagiaan terdiri dari 40 aitem, di mana 40 aitem dengan 20 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*. Aitem-aitem tersebut disusun dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skor untuk indikator aitem *unfavourable* yaitu SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4 sedangkan untuk aitem *favourable* ialah STS = 1, TS = 2, S = 3, SS = 4.

Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan (Untuk Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Menjalin hubungan positif	1, 11, 21, 31	6, 16, 26, 36	8
2.	Keterlibatan penuh	2, 12, 22, 32	7, 17, 27, 37	8
3.	Penemuan makan hidup	3, 13, 23, 33	8, 18, 28, 38	8
4.	Optimisme	4, 14, 24, 34	9, 19, 29, 39	8
5.	Resilensi	5, 15, 25, 35	10, 20, 30, 40	8
	Total	20	20	40

b. Skala efikasi diri

Skala efikasi diri merupakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada aspek-aspek dari Bandura (1997) terdiri dari aspek *level*, *strength*, dan *generality*. Skala efikasi diri terdiri dari 24 aitem, di mana 24 aitem dengan 12 aitem *favourable* dan 12 aitem *unfavourable*. Aitem-aitem tersebut disusun dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skor untuk indikator aitem *unfavourable* yaitu SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4 sedangkan untuk aitem *favourable* ialah STS = 1, TS = 2, S = 3, SS = 4.

Tabel 5. Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri (Untuk Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	<i>Level</i>	1, 7, 13, 19	4, 10, 16, 22	8
2.	<i>Strenght</i>	2, 8, 14, 20	5, 11, 17, 20	8
3.	<i>Generality</i>	3, 9, 15, 21	6, 12, 18, 24	8
	Total	12	12	24

3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Tahap uji coba alat ukur merupakan sebuah tahap dimana peneliti melaksanakan uji coba terhadap alat ukur yang dipakai untuk mengetahui kualitasnya. Alat ukur dalam penelitian ini meliputi skala kebahagiaan dan skala efikasi diri. Uji coba alat ukur dilakukan tanggal 30 Mei 2023 secara

tatap muka oleh peneliti kepada penghuni Panti Asuhan Putri Al-Khidmah melalui angket. Subjek yang terlibat dalam pelaksanaan uji coba alat ukur ini berjumlah 51. Pelaksanaan uji coba dilakukan dengan menyebarkan skala angket ke remaja panti. Kemudian skala yang telah terisi diberi skor berdasarkan ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS (*statistical product and service solution*) versi 25.0.

4. Karakteristik Responden

Uji coba alat ukur ini dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada penghuni Panti Asuhan Putri Al-Khidmah. Uji coba tersebut dilakukan kepada sebagian penghuni panti. Responden yang terdiri dari 51 responden yang mengisi skala pada penelitian uji coba ini memiliki *range* usia 12-21 tahun. Berikut data demografi dalam penelitian ini:

Tabel 6. Data Demografi (Uji Coba)

No	Karakteristik	Jumlah	Presentase	Total
1.	Usia			
	12 tahun	9	17,6%	51
	13 tahun	10	19,6%	
	14 tahun	8	15,7%	
	15 tahun	8	15,7%	
	16 tahun	5	9,8%	
	17 tahun	5	9,8%	
	18 tahun	4	7,8%	
	19 tahun	1	2,0%	
	20 tahun	1	2,0%	
2.	Lama Tinggal			
	1 bulan	2	3,9%	51
	3 bulan	3	5,9%	
	6 bulan	1	2,0%	
	7 bulan	1	2,0%	
	9 bulan	2	3,9%	
	1 tahun	14	27,5%	
	2 tahun	13	25,5%	
	3 tahun	6	11,8%	
	4 tahun	3	5,9%	
	5 tahun	3	5,9%	
	6 tahun	3	5,9%	

C. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Pengujian daya beda aitem dan reliabilitas terhadap alat ukur yang digunakan yaitu skala kecemasan, skala kepercayaan diri, dan skala dukungan sosial dilakukan dengan bantuan program SPSS. Hasil pengujian daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur sebagai berikut:

1. Skala Kebahagiaan

Hasil dari pengujian daya beda aitem terhadap 51 dalam skala kebahagiaan yang terdiri dari 40 aitem diperoleh 37 aitem dengan daya beda tinggi dengan indeks daya beda aitem tinggi berkisar 0,255-0,838. Hasil estimasi reliabilitas terhadap 37 aitem skala kebahagiaan sebesar 0,957. Rincian sebaran aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala kebahagiaan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Sebaran Nomer Aitem Daya Beda Tinggi dan daya Beda Rendah Skala Kebahagiaan (Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Menjalin hubungan positif	1, 11, 21, 31	6, 16, 26, 36	8
2.	Keterlibatan penuh	2, 12, 22, 32	7, 17, 27, 37	8
3.	Penemuan makan hidup	3, 13, 23, 33	8, 18, 28, 38	8
4.	Optimisme	4*, 14, 24*, 34*	9, 19, 29, 39	8
5.	Resilensi	5, 15, 25, 35	10, 20, 30, 40	8
	Total	20	20	40

Keterangan (*) : Aitem yang gugur

2. Skala Efikasi diri

Hasil dari pengujian daya beda aitem terhadap 51 dalam skala kebahagiaan yang terdiri dari 24 aitem diperoleh 22 aitem dengan daya beda tinggi dengan indeks daya beda aitem tinggi berkisar 0,255-0,684. Hasil estimasi reliabilitas terhadap 22 aitem skala kebahagiaan sebesar 0,871. Rincian sebaran aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala kebahagiaan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 8. Sebaran Nomer Aitem Daya Beda Tinggi dan daya Beda Rendah Skala Efikasi Diri (Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	<i>Level</i>	1*, 7*, 13, 19	4, 10, 16, 22	8
2.	<i>Strenght</i>	2, 8, 14, 20	5, 11, 17, 20	8
3.	<i>Generality</i>	3, 9, 15, 21	6, 12, 18, 24	8
	Total	12	12	24

Keterangan (*) : Aitem yang gugur

3. Penomoran Kembali

Tahap selanjutnya adalah dilakukan penyusunan ulang skala kebahagiaan dan efikasi diri dengan memberikan nomor urut baru untuk digunakan dalam skala penelitian. Berdasarkan hasil uji coba alat ukur yang telah dilakukan, aitem-aitem yang memiliki daya beda rendah harus dihilangkan, sedangkan aitem yang berdaya beda tinggi akan tetap digunakan untuk penelitian. Aitem-aitem berdaya beda tinggi kemudian dilakukan penomoran kembali untuk menyusun skala penelitian school well being dan peer attachment. Sebaran aitem baru setelah dilakukan peno

Tabel 9. Sebaran Aitem Baru Skala Kebahagiaan

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Menjalin hubungan positif	1(1),11(10), 21(20), 31(29)	6(5),16(15), 26(24), 36(33)	8
2.	Keterlibatan penuh	2(2),12(11), 22(21),32(30)	7(6),17(16), 27(25), 37(34)	8
3.	Penemuan makan hidup	3(3),13(12), 23(22), 33(31)	8(7),18(17), 28(26), 38(35)	8
4.	Optimisme	4*,14(13),24*, 34*	9(8),19(18), 29(27), 39(36)	8
5.	Resilensi	5(4),15(14), 25(23), 35(32)	10(9),20(19) 30(28),40(37)	8
	Total	20	20	40

Keterangan: (...) nomer aitem baru skala kebahagiaan

Tabel 10. Sebaran Aitem Baru Skala Efikasi Diri

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	<i>Level</i>	1*,7*,13(11), 19(17)	4(3),10(8),16(14), 22(20)	8
2.	<i>Strenght</i>	2(1),8(6),14(12), 20(18)	5(4),11(9),17(15), 23(21)	8
3.	<i>Generality</i>	3(2),9(7),15(13), 21(19)	6(5),12(10),18(16), 24(22)	8
Total		12	12	24

Keterangan: (...) nomer aitem baru skala kebahagiaan

D. Pelaksanaan Penelitian

1. Distribusi Aitem Skala Penelitian

Distribusi aitem skala penelitian yang telah disusun ulang dari variabel kecemasan, kepercayaan diri, dan dukungan sosial ialah sebagai berikut:

a. Skala Kebahagiaan

Skala penelitian kebahagiaan terdiri dari 37 aitem, di mana 37 aitem dengan 17 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*. Jumlah aitem telah terwakili pada setiap aspek. Berikut merupakan distribusi aitem skala kebahagiaan:

Tabel 11. Distribusi Aitem Skala Kebahagiaan (Penelitian)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Menjalin hubungan positif	1, 11, 21, 31	6, 16, 26, 36	8
2.	Keterlibatan penuh	2, 12, 22, 32	7, 17, 27, 37	8
3.	Penemuan makan hidup	3, 13, 23, 33	8, 18, 28, 38	8
4.	Optimisme	14	9, 19, 29, 39	5
5.	Resilensi	5, 15, 25, 35	10, 20, 30, 40	8
Total		17	20	37

b. Skala Efikasi Diri

Skala penelitian efikasi diri terdiri dari 22 aitem, di mana 22 aitem dengan 10 aitem *favourable* dan 12 aitem *unfavourable*. Jumlah aitem telah terwakili pada setiap aspek. Berikut merupakan distribusi aitem skala kebahagiaan:

Tabel 12. Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri (Penelitian)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	<i>Level</i>	13, 19	4, 10, 16, 22	6
2.	<i>Strenght</i>	2, 8, 14, 20	5, 11, 17, 20	8
3.	<i>Generality</i>	3, 9, 15, 21	6, 12, 18, 24	8
	Total	10	12	22

2. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian pada tanggal 14 Juli 2023. Sampel penelitian ini adalah penghuni Panti Asuhan Putri Al-Khidmah. Sampel diambil dengan teknik *cluster rondon sampling* dengan jumlah sampel sebesar 71 remaja. Penelitian langsung dilakukan oleh peneliti dibantu dengan pengurus Panti Asuhan Putri Al-Khidmah. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angket. Data yang terkumpul dalam penelitian ini berjumlah 71 remaja panti.

3. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti di Panti Asuhan Putri Al-Khidmah kepada 71. Berikut data demografi dalam penelitian ini:

Tabel 13. Data Demografi (Penelitian)

No	Karakteristik	Jumlah	Presentase	Total
1.	Usia			
	12 tahun	11	15,5%	
	13 tahun	10	14,1%	
	14 tahun	7	9,9%	
	15 tahun	8	11,3%	71
	16 tahun	9	12,7%	
	17 tahun	10	14,1%	
	18 tahun	6	8,5%	
	19 tahun	4	5,6%	
	20 tahun	6	8,5%	
2.	Lama Tinggal			
	4 bulan	1	1,4%	
	1 tahun	14	19,7%	
	2 tahun	20	28,2%	
	3 tahun	21	29,6%	71
	4 tahun	6	8,5%	
	5 tahun	8	11,3%	
	6 tahun	1	1,4%	

E. Analisis Data dan Hasil Pembahasan

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji analisis data yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, dan uji multikolinieritas, dengan hasil sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Teknik yang digunakan dalam uji normalitas yaitu dengan menggunakan teknik One-Sample Kolmogorov Smirnov Z dalam SPSS for windows versi 25.0. Data dapat dikatakan normal jika tingkat signifikansi $>0,05$

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Deviasi	Test Statistic	Sig	P	Keterangan
Kebahagiaan	124.21	13.349	0.079	0.200	≥ 0.05	Normal
Efikasi diri	71.01	8.678	0.069	0.200	≥ 0.05	Normal

Berdasarkan data hasil uji normalitas penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z*. Hasil uji normalitas pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi yang lebih dari 0,05 yaitu pada variabel kebahagiaan menunjukkan nilai sebesar 0,079 dan pada variabel efikasi diri menunjukkan nilai sebesar 0,069. Berdasarkan hasil yang telah didapatkan tersebut, menunjukkan bahwa variabel kebahagiaan dan efikasi diri berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dalam penelitian digunakan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Pengujian data menggunakan uji F_{linier} . Variabel dengan F_{linier} kurang dari 0.05 dapat dikatakan sebagai variabel yang memiliki hubungan yang linier. Berdasarkan dari pengujian linier kebahagiaan dengan efikasi diri di peroleh nilai F_{linier} sebesar 4.967 dengan signifikansi 0.031 ($p \leq 0.05$), maka hal tersebut membuktikan bahwa variabel kebahagiaan dengan efikasi diri memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Uji korelasi hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *pearson product moment* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Pada uji hipotesis ini didapatkan hasil r_{xy} sebesar 0.259 dengan signifikan 0,029 ($p \leq 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri remaja panti asuhan maka semakin tinggi pula kebahagiaan remaja tersebut, begitu pula sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula

kebahagiaan remaja panti asuhan. Sumbangan efektif antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan sebesar 6,7% sedangkan 93,3% dipengaruhi oleh variabel lain diluar dari variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

F. Deskripsi Hasil Penelitian

Kategorisasi merupakan estimasi skor individu dalam populasi serta asumsi bahwa skor individu dalam populasinya tersebut terdistribusi secara normal sehingga dapat membuat batasan kategori skor teoritik yang terdistribusi 49 berdasarkan model normal standar (Azwar, 2012). Tujuan dari dilakukannya kategorisasi ini ialah untuk menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang posisinya bertingkat menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur (Azwar, 2012). Distribusi normal standar terbagi menjadi enam bagian dengan tiga bagian berada di sebelah kiri mean (bertanda negatif) serta tiga bagian lainnya berada di sebelah kanan mean (bertanda positif) (Azwar, 2012). Norma kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah:

Tabel 15. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah

μ = Mean Hipotetik, σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Data Kebahagiaan

Skala kebahagiaan terdiri dari 37 aitem dimana memiliki daya beda rentang skor 1-4. Skor terkecil (minimum) yang diperoleh 37 (yaitu 37×1) dan skor terbesar (maksimum) yang diperoleh 148 (yaitu 37×4). Rentang skor skala adalah 111 diperoleh dari $(148 - 37)$. Mean hipotetik 92.5 yakni $([148 + 37] / 2)$ dan standar deviasi hipotetik 18.5 yakni $([148 - 37] / 6)$.

Berdasarkan hasil penelitian (empirik) skor skala kebahagiaan minimum sebesar 88, skor maksimum sebesar 148, mean sebesar 124.21 dan standar deviasi sebesar 13.349. Deskripsi skor skala kebahagiaan dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Kebahagiaan

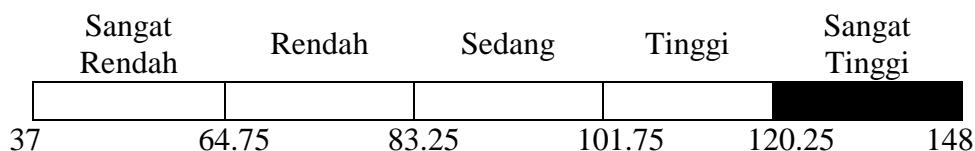
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	88	37
Skor Maksimal	148	148
Mean	124.21	92,5
Standar Deviasi	13.349	18,5

Norma kategorisasi kebahagiaan dijabarkan pada tabel 12 berikut ini

Tabel 17. Norma Kategori Skor Skala Kebahagiaan

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$120,25 < X < 148$	Sangat Tinggi	39	54.9%
$101,75 < X \leq 120,25$	Tinggi	28	39.4%
$83,25 < X \leq 101,75$	Sedang	4	5.6%
$64,75 < X < 83,25$	Rendah	0	0%
$37 X \leq 64,75$	Sangat Rendah	0	0%

Tabel di atas menunjukkan bahwa skala kebahagiaan pada subjek penelitian ini termasuk dalam kategori yang sangat tinggi berdasarkan *mean* empirik, dengan persentase kategori sangat tinggi 54.9%, kategori tinggi 39.4%, kategori sedang 5.6%, kategori rendah 0%, dan kategori sangat rendah 0%. Deskripsi norma kategori data variabel kecemasan dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Kategori Skala Kebahagiaan

2. Deskripsi Data Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri terdiri dari 22 aitem dimana memiliki daya beda rentang skor 1-4. Skor terkecil (minimum) yang diperoleh 22 (yaitu 22×1) dan skor terbesar (maksimum) yang diperoleh 88 (yaitu 22×4). Rentang skor skala adalah 66 diperoleh dari $(88 - 22)$. Mean hipotetik 55 yakni $([88 + 22] / 2)$ dan standar deviasi hipotetik 11 yakni $([88 - 22] / 6)$.

Berdasarkan hasil penelitian (empirik) skor skala efikasi diri minimum sebesar 54, skor maksimum sebesar 88, mean sebesar 71.01 dan standar deviasi sebesar 8.678. Deskripsi skor skala efikasi diri dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Efikasi Diri

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	54	22
Skor Maksimal	88	88
Mean	71.01	55
Standar Deviasi	8.678	11

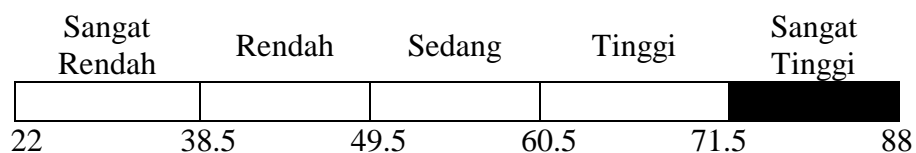
Norma kategorisasi efikasi diri dijabarkan pada table 14 berikut ini:

Tabel 19. Norma Kategori Skor Skala Efikasi Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$71.5 < X$	Sangat Tinggi	35	49.3%
$60.5 < X \leq 71.5$	Tinggi	28	39.4%
$49.5 < X \leq 60.5$	Sedang	8	11.3%
$38.5 < X \leq 49.5$	Rendah	0	0%
$X \leq 38$	Sangat Rendah	0	0%

Tabel diatas menunjukkan bahwa skala efikasi diri pada subjek penelitian ini termasuk dalam kategori yang sangat tinggi berdasarkan *mean* empirik, dengan persentase kategori sangat tinggi 49.3%, kategori tinggi 39.4%, kategori sedang 11.3%, kategori rendah 0%, dan kategori sangat rendah 0%. Deskripsi norma kategori data variabel efikasi diri dapat dilihat

pada gambar berikut ini:



Gambar 2. Kategori Skala Efikasi Diri

G. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan al-khidmah muktiharjo. Pada penelitian ini variabel efikasi diri termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Puspita, 2022) di mana data yang didapatkan dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa remaja panti asuhan yang memiliki perasaan mampu menghadapi tantangan, yakin pada kemampuan diri dalam usahanya, serta dapat mengetahui apa yang harus dilakukan untuk menghadapi tantangan tersebut dapat membuat remaja panti yakin pada kemampuan dimilikinya sendiri untuk menghadapi semua tantangan dalam hidupnya. Keyakinan pada kemampuan diri yang dimiliki untuk menghadapi situasi tertentu, dapat membuat remaja panti asuhan mudah untuk bangkit dari keterpurukan.

Variabel kebahagiaan termasuk dalam kategori sangat tinggi. Berdasarkan penelitian dari (Gunawan, 2020) di mana data yang didapatkan dari peneliti tersebut mengungkapkan kebahagiaan remaja panti asuhan meliputi hidup yang tanpa masalah, kemampuan beradaptasi, tinggal di lingkungan yang mendukung, dan mendapatkan kasih sayang orangtua. Sumber-sumber kebahagiaan remaja panti yaitu ketika remaja panti mampu melakukan hobi, mampu meregulasi emosi, dan bisa bertemu orangtua. Selain, konsep kebahagiaan dan sumber-sumber kebahagiaan, persepsi tentang lingkungan tempat tinggal, terpenuhinya kebutuhan, kemampuan untuk melanjutkan sekolah, rasa syukur dan kemampuan untuk memaafkan, orientasi masa depan, dan optimisme terhadap masa depan juga menjadi salah satu faktor penting dalam menjelaskan kebahagiaan remaja panti asuhan.

Hasil hipotesis menunjukkan r_{xy} sebesar 0,259 dengan signifikansi 0,029 ($p < 0,05$). Hasil yang telah didapatkan menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan, artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri remaja panti asuhan maka semakin tinggi pula kebahagiaan remaja tersebut, begitu pula sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula kebahagiaan remaja panti asuhan. Hasil tersebut diperkuat dari penelitian yang dilakukan oleh (Riani dkk, 2019) yaitu penelitian dengan tema Hubungan Antara Efikasi Diri Dan *Happiness* Terhadap Perilaku Altruisme Pada Relawan Covid-19 Di Provinsi Riau. Hasil dari penelitian menyatakan bahwa untuk menjalankan tugas sebagai relawan, individu harus memiliki efikasi diri terhadap kemampuan yang dimilikinya. Individu memiliki keyakinan dengan pengetahuan yang dimilikinya sehingga mampu membantu masyarakat yang terpapar covid-19. Perilaku altruisme yang dilakukan juga memegang peranan terhadap perasaan bahagia. Relawan yang bahagia cenderung akan menolong orang lain yang membutuhkan pertolongan. Ketika relawan berada pada situasi yang penuh tekanan, adanya kebahagiaan akan meminimalisir dengan tetap fokus dalam memberi pertolongan kepada masyarakat yang terpapar covid-19.

H. Kelemahan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap beberapa kelemahan pada penelitian tersebut diantaranya sebagai berikut:

1. Kesulitan menentukan jadwal penelitian dikarenakan remaja panti bersekolah di tempat yang berbeda-beda.
2. Responden pada penelitian ini terbatas hanya pada satu panti asuhan saja. Dikarenakan masih banyak pihak-pihak panti asuhan di daerah Pati yang kurang terbuka kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat di peroleh adalah terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan kebahagiaan sehingga semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula kebahagiaan.

B. Saran

Mengakhiri penjelasan dari penelitian di atas mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan putri al-khidmah, ditunjukkan saran untuk beberapa pihak:

1. Bagi Remaja Panti Asuhan

Bagi remaja panti asuhan diharapkan untuk dapat mempertahankan dan meningkatkan efikasi diri dengan meyakini kemampuan yang dimiliki sepenuhnya dengan cara berani mempelajari berbagai hal baru untuk menambah pengalaman seperti mengikuti kegiatan organisasi di sekolah dan tidak menghindar pada saat menghadapi berbagai macam permasalahan. Kemudian ketika mengalami kegagalan dalam menyelesaikan permasalahan, subjek diharapkan melakukan evaluasi atas usaha yang sudah dilakukan dan pantang menyerah untuk menyelesaikan permasalahan dengan berbagai macam usaha. Sehingga dengan meningkatnya efikasi diri juga dapat meningkatkan kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan.

2. Bagi Pihak Panti Asuhan

Bagi pihak panti asuhan diharapkan tetap dapat memenuhi kebutuhan penghuni panti seperti pendidikan, tempat tinggal, pakaian, makanan dengan terpenuhinya kebutuhan akan menimbulkan perasaan bahagia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali variabel lain selain variabel yang telah di teliti dalam penelitian ini, sehingga mendapatkan informasi lain mengenai aspek-aspek pembentuk efikasi diri pada remaja panti asuhan.



DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, H. M., & Borualogo, I. S. (2020). Pengaruh kepuasan pertemanan terhadap subjective well-being remaja panti asuhan. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 230–238. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.22387>
- Amalia, S. (2020). Pengaruh persepsi kesehatan terhadap tingkat kebahagiaan pada lansia. *21(2)*, 274–282. <https://doi.org/https://doi.org/10.37303/psikovidya.v21i2.88>
- Anonim. (2013). *Merumuskan hipotesis* [Universitas Negeri Yogyakarta]. <http://eprints.uny.ac.id/66259/5.pdf>
- Anwar Zainuri. (2015). Penerapan konseling kelompok untuk meningkatkan happiness pada remaja panti asuhan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Psikologi Terapan*, 03(01), 10–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v3i1.2134>
- Arsini. (2014). Peran ganda perempuan pada keluarga masyarakat agraris: kasus 10 istri buruh tani di desa putat purwodadi grobogan. *Sawwa*, 10(1), 2. <http://www.journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa/article/view/642> (Diakses 9 Februari 2019 Pukul 16:54 WIB)
- Azwar, S. (2009). *Metode penelitian* (9th ed.). Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Carr, A. (2004). Positive psychology: the science of happiness and human strengths. In *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. Routledge.
- Eggen, & Kauchak. (2010). *Educational psychology: windows on ccassrooms (eighth edition)*. Upper Saddle River: Pearson Education Inc.
- Franklin, S. S. (2010). *The psychology of happiness: A good human life*. 5, 338–340. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/CBO9780511819285>
- Gunawan, C. A. I. (2020). Kebahagiaan remaja panti asuhan. *Mind Set*, 11(2), 68–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.35814/mindset.v11i02.1385>

- Harris. (2021). *Laporan tingkat kebahagiaan seluruh dunia tahun 2021 dari pbb, hong kong peringkat 77, indonesia 82*. Orang Hongkong. <https://www.oranghongkong.com/data-hk/statistik-hong-kong/laporan-tingkat-kebahagiaan-seluruh-dunia-tahun-2021-pbb-hong-kong-peringkat-77-indonesia-82>
- Herbayanti, D. (2009). Kebahagiaan (happiness) pada remaja di daerah abrasi. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 11, 60–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v11i2.1623>
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, edisi 5*. Jakarta: Erlangga.
- Jaapar, N. Z., & Azahari, R. (2011). Model keluarga bahagia menurut islam. *Jurnal Fiqh*, 8(1), 25–44. <https://doi.org/10.22452/fiqh.vol8no1.2>
- Kartono, K. (2017). *Patologi sosial 2: kenakalan remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Khairuddin. (2002). *Sosiologi keluarga* (1st ed.). Yogyakarta: Liberty Yogyakarta.
- Khoiriyah, u. . (2018). *Hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan nurul abyadh malang* [[Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/10956/>
- Kreitner, & Kinichi. (2005). *Perilaku organisasi* (lima). Jakarta: Selemba Empat.
- Laura, S. (2019). *Hubungan antara self efficacy dan regulasi emosi dengan resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan*. [Skripsi. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung].
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Hadinoto, S. R. (2019). *Psikologi perkembangan* (18th ed.). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mustofa, B. (2008). *Quantum kebahagiaan* (Saptorini (ed.)). Solo: Invida Media Kreasi.
- Najib, A., & Wardiana, R. (2017). Peran pola asuh bagi anak terlantar di panti sosial asuhan anak (psaa) harapan majeluk kota mataram ntb. *Komunitas*, 9(1), 64–82. <https://doi.org/10.20414/komunitas.v9i1.1766>
- Puspita. (2022). *Hubungan efikasi diri dengan resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan*. Katolik soegijapranata semarang.
- Rafi, M., & Netrawati, N. (2019). Happiness of adolescent social orphanage children tri murni padang panjang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(4), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00163kons2019>

- Reivich, K. (2003). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner, strength, and overcoming life's hurdles*. Broadways Books.
- Riani, M; Noviekayati, I; Santi, D. . (2019). *Hubungan antara efikasi diri dan happiness terhadap perilaku altruisme pada relawan covid-19 di provinsi riau*. [Skripsi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya].
- Rustika, I. M. (2016). Efikasi diri: tinjauan teori albert bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>
- Rusydi. (2007). *Psikologi kebahagiaan: dikupas melalui pendekatan psikologi yang sangat menyentuh hati*. Yogyakarta:Progresif Books.
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan remaja, edisi 6*. Jakarta:Erlangga.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness : using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon an Schuster.
- Statistik, B. P. (2021). *Jumlah anak yatim yang diasuh di panti asuhan menurut pengelola dan kabupaten/kota di provinsi jawa tengah 2019-2021*. <https://jateng.bps.go.id/indicator/27/569/1/jumlah-anak-yang-diasuh-di-panti-asuhan-menurut-pengelola-dan-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-tengah.html>
- Statistik, B. P. (2023). *Indeks kebahagiaan menurut provinsi 2014-2021*. <https://www.bps.go.id/indicator/34/601/1/indeks-kebahagiaan-menurut-provinsi.html>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- 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*, 3(3), 542–550. <https://jurnal.harianregional.com/index.php/psikologi/article/view/28068>
- Veenhoven, R. (2008). Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies*, 9(3), 449–469. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9042-1>
- Wirawan, J., Saidi, A. I., & Kusumowidagdo, A. (2022). Efikasi diri pada generasi z di surabaya dalam perspektif fotografi terapeutik. *Astrid Kusumowidagdo Jurnal Seni & Reka Rancang*, 5(1), 1–16.