

PENGARUH KECENDERUNGAN NEUROTIK DAN *SELF-EFFICACY* TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL BEING

Oleh:

Wahyu Utami, M.Si.

Institut Agama Islam Tribakti Kediri

Ayoe_utami@ymail.com

Abstrak

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* terhadap psychological well being pada mahasiswa. Kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* sebagai variabel bebas dan *psychological well-being* sebagai variabel terikat, subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa berjumlah 100 mahasiswa yang terdiri dari 52 mahasiswa laki-laki dan 48 wahasiswa perempuan dengan rentang usia 18 sampai 20 tahun. Teknik *purposive sampling* digunakan sebagai metode pengambilan subjek. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda dan pengumpulan data menggunakan skala yaitu *Psychologycal Scale Of Well Being*, *Big Five Inventory* (BFI) dan *Self Efficacy Scale* (SES (BFI)) *Psychologycal Scale Of Well Being*. Hasil penelitian menunjukkan kecenderungan neurotik mempengaruhi *psychological well-being* dengan ($\beta=0.241$, $p= 0.006$). *Self Efficacy* mempengaruhi *psychological well-being* dengan $\beta=0.241$, $p= 0.006$). Kecenderungan neurotik dan *Self Efficacy* terhadap *psychological well-being* ($\beta=20.919$, $p= 0.000$). Penelitian ini menunjukkan bahwa Kecenderungan neurotik dan *Self Efficacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 30.1% terhadap *psychological well-being*.

Kata Kunci: Psychological well-being, Self Efficacy, kecenderungan neurotik

Abstract

The research was to determine the effect neurotic tendencies and self-efficacy toward psychological well-being in college students. The tendency of neurotic and self-efficacy as the independent variable and psychological well-being as the dependent variable, the subjects in the research a student amounted to 100 students which consists of 52 male students and 48 female students ranging in age from of 18 to 20 years. A purposive sampling technique is used as a method of taking the subject. Analyze data use multiple linear regression analysis and data collection make use of a scale that is Psychological Of Well Being Scale, Big Five Inventory (BFI) and Self Efficacy Scale (SES (BFI) Psychological Scale Of Well Being. The results showed neurotic trends affecting the psychological well-being ($\beta = 0.241$, $p = 0.006$). Self Efficacy affect psychological well-being with $\beta = 0.241$, $p = 0.006$). Neurotic tendencies and Self Efficacy toward psychological well-being ($\beta = 0.20919$, $p = 0.000$). The research was shows that the tendency of neurotic and Self Efficacy provide effective contribution of 30.1% toward psychological well-being.

Keywords: Psychological Well-Being, Self Efficacy, Neurotic A Tendency

Pendahuluan

Fenomena stress marak terjadi dikalangan mahasiswa khususnya pada mahasiswa kedokteran. Beratnya tuntutan tugas dan peran akademik merupakan hal yang berpotensi menjadi penyebab stress dikalangan mahasiswa kedokteran. Tingginya tingkat stres terjadi terutama pada mahasiswa baru yang masih melakukan adaptasi dari Sekolah Menengah ke Perguruan Tinggi (Tanaka, Fukuda, Mizuno, et, al, 2002). Stres merupakan fenomena yang ditemui hampir pada semua mahasiswa kedokteran diseluruh dunia (Nandi, Madhumita, Hazra, et, al, 2012). Tingkat stres pada mahasiswa kedokteran juga

dilaporkan berkisar 25%-75% (Guthrie, Black, Shaw & Hamilton, 1995). Selain itu, Abdulghani (2008) melaporkan prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran di Saudi Arabia yaitu sebesar 21.5% mahasiswa mengalami stres ringan, 15.8% mengalami stres sedang dan 19.6% mengalami stres berat.

Suatu penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Indonesia meliputi bahwa mahasiswa merupakan golongan yang mudah mengalami stress dalam melaksanakan tanggungjawab dan peranan mereka di universitas (Mastura, 2007). Penelitian lain yang dilakukan oleh National Health Ministries (2006) memperlihatkan bahwa pada saat menjadi mahasiswa individu akan lebih merasa tidak berdaya dan stres dibandingkan pada masa-masanya sebelum perkuliahan. Sumber-sumber stres lain yang muncul pada mahasiswa yang tertunda dalam penyelesaian study, yaitu antara lain perasaan bahwa dirinya kurang mampu menyelesaikan studi, kerumitan proses penyusunan skripsi, tekanan sosial, perasaan kurang bertanggung jawab, dan sebagainya. Dari hal-hal tersebut dapat dilihat bahwa kehidupan mahasiswa tingkat akhir terutama, penuh dengan tekanan dan tuntutan sehingga mempengaruhi keadaan psikologis mahasiswa tersebut dan memungkinkan timbulnya stres, rasa cemas, tidak percaya diri, mudah putus asa, mudah marah, dan perasaan-perasaan negatif lainnya.

Berbagai permasalahan psikologis tersebut sesuai dengan indikator *psychological well-being* rendah, yaitu merasa tidak bahagia, merasa tertekan dan tidak aman, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, mengalami depresi, memiliki kepercayaan diri yang rendah, mudah curiga pada orang lain, dan sering berperilaku agresif dan destruktif pada lingkungan. Hal tersebut menyiratkan bahwa mahasiswa yang memiliki berbagai

permasalahan psikologis termasuk individu yang cenderung memiliki *psychological well-being* rendah. Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian (Akhtar, 2009) yang menyatakan bahwa *psychological well-being* dapat membantu remaja untuk menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan, mengurangi depresi, dan kecenderungan mereka untuk berperilaku negatif.

Kasus stres yang terjadi pada mahasiswa juga berhubungan langsung dengan prestasi dan dapat membuat seseorang menjadi merasa tidak sanggup untuk belajar (Rice, (1993). PWB sangat penting untuk dimiliki mahasiswa, hal ini karena nilai positif dari kesehatan mental di dalamnya membuat individu dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam dirinya. Seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila individu tersebut memiliki emosi positif yang lebih besar dibandingkan emosi negatif, dan dapat menjaga emosi positif serta memperbaiki emosi negatif yang ada didalam dirinya (Ryff & Keyes, 1995). Untuk mencapai PWB yang baik pada mahasiswa tentunya membutuhkan dukungan sosial yang lebih dari banyak pihak, baik dari keluarga, teman sebaya dan pihak-pihak lain.

Kepribadian menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi PWB pada mahasiswa, menurut Compton & Hoffman (2013), kepribadian merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi PWB. Dimana ciri kepribadian merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi PWB. Dimana ciri kepribadian dikonseptualisasikan sebagai karakteristik yang stabil dan berbeda pada diri setiap individu serta dapat menjelaskan kecenderungan individu tersebut dalam hal perilaku, kognisi dan emosi tertentu (Bidjerano & Yun Dai, 2006). Penelitian terbaru tentang kepribadaian dan PWB yang dilakukan oleh Pandya, Mohit & Korat (2015) hasil penelitian menunjukkan

bahwa ada korelasi yang positif dan signifikan antara kepribadian dan PWB, penelitian ini menjelaskan bahwa sifat kepribadian memiliki pengaruh terhadap PWB.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bolger & Schilling (1991) ditemukan bahwa situasi yang menimbulkan stres dan tekanan akan lebih memungkinkan individu untuk mengalami *neuroticism* tinggi daripada mengalami *neuroticism* rendah. Individu memiliki *neuroticism* tinggi cenderung mengalami keadaan-keadaan negatif daripada keadaan positif, karena individu dengan tingkat *neuroticism* yang tinggi akan lebih mempersepsikan suatu keadaan sebagai keadaan yang negatif dibandingkan individu dengan *neuroticism* rendah. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Talamati pada mahasiswa tingkat akhir (2012), menunjukkan bahwa trait kepribadian *neuroticism* memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa.

Selain dukungan sosial, kepribadian dan efikasi diri juga memiliki peran yang cukup penting untuk meningkatkan *Psychological Well-Being* pada individu yang mengalami stres dalam mengerjakan tugas khususnya pada mahasiswa. Pencapaian tujuan untuk menyelesaikan tugas-tugas study, individu membutuhkan motivasi yang seringkali berkaitan dengan *self-efficacy*. *Self-efficacy* memiliki kaitan erat dengan *Psychological Well-Being*. Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini mengacu pada kepercayaan dalam diri tentang kemampuan untuk berperilaku sedemikian rupa atau untuk menghasilkan hasil yang diinginkan (Bandura, 1977).

Self-efficacy berkaitan dengan keyakinan optimis mampu untuk mengatasi berbagai stres. Orang dengan *self-efficacy* yang

tinggi memilih untuk melakukan tugas yang lebih menantang dan sulit. Begitu sebaliknya, individu dengan efikasi rendah lebih berkaitan dengan depresi, kecemasan dan ketidakberdayaan. *Self-efficacy* yang tinggi berkaitan dengan kesejahteraan positif, regulasi stres, lebih tinggi harga diri, kondisi fisik yang lebih baik, adaptasi yang lebih baik dan pemulihan dari penyakit (Bisschop, Kingsman, Beekman, & Deeg, 2004). Di sisi lain, *self-efficacy* yang rendah berhubungan dengan gejala yang tinggi dari kecemasan dan depresi (FaKashdan & Roberts, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Maujean & Davis (213) menyatakan bahwa *self-efficacy* yang tinggi dapat meningkatkan perasaan positif dari individu, memberikan korelasi positif dengan kepuasan hidup dan memiliki korelasi negatif dengan perasaan negatif. Seseorang dengan *self-efficacy* yang tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan *self-efficacy* rendah menganggap dirinya tidak mampu dalam mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya sehingga cenderung akan lebih mudah untuk menyerah (Ghufron & Risnawati, 2011) Oleh sebab itu, *self-efficacy* juga membantu agar *Psychological Well-Being* individu dapat meningkat. Berdasarkan latar belakang terbentuk rumusan masalah sebagai berikut: (1) Bagaimana pengaruh kecenderungan neurotik terhadap *Psychological Well-Being* pada mahasiswa?, (2) Bagaimana pengaruh efikasi diri terhadap *Psychological Well-Being* pada mahasiswa (3) Bagaimana pengaruh kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap *Psychological Well-Being* pada mahasiswa?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) pengaruh kecenderungan neurotik terhadap *Psychological Well-Being* pada mahasiswa; (2) pengaruh *self-efficacy* terhadap

Psychological Well-Being pada mahasiswa; (3) pengaruh kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* terhadap *Psychological Well-Being* pada mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis berupa pengetahuan yang luas mengenai *Psychological Well-Being* dan memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama di bidang ilmu psikologi. Secara praktis, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi bagi mahasiswa mengenai hal-hal yang dapat meningkatkan *Psychological Well-Being*.

Tinjauan Pustaka

Kecenderungan Neurotik terhadap *Psychological Well-Being*

Psychological Well-Being merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinue. Disisi lain Houser (2005), menyatakan bahwa *Psychological Well-Being* juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*) dan aktualisasi diri (*self-actualization*), Ryff (1989).

Menurut Costa & McCrae (1992) terdapat lima dimensi kepribadian yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness* dan *conscientiousness*. Watsan & Clark (1984) menyatakan bahwa dari kelima dimensi kepribadian yang telah disebut, *neuroticism* yang tinggi akan semakin stres dan dapat mengalami ketidakstabilan emosi. Menurut Menurut Costa & Jhon (1992) *neuroticism* menggambarkan perbedaan

individual dalam kecenderungan untuk mengalami stres dan efeknya terhadap pola pikir dan tingkah laku individu tersebut.

Kecenderungan neurotik merupakan salah satu temperamen atau faktor kepribadian yang berkaitan dengan ketidakstabilan psikologis dan kondisi yang rawan mengalami emosi negatif (Muris, 2007). Individu dengan tingkat neurotis yang tinggi ditandai dengan adanya emosi cemas, gugup, merasa tidak aman, dan emosional. Hal tersebut di atas sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Grant, Langan-Fox & Anglim (2009), menunjukkan bahwa hubungan antara kepribadian dan *psychological well-being* lebih kuat hubungannya antara kepribadian dengan kesejahteraan subjektif. Hal ini menunjukkan bahwa sifat-sifat ini merupakan kecenderungan kepribadian pada tingkat yang lebih tinggi *psychological well-being*.

Ada beberapa penelitian yang memiliki hasil berbeda, diantranya Penelitian yang dilakukan oleh Kjell, Nima, Sikström, Archerand & Garcia, (2013), Motevaliyan, (2014) serta Libran (2006) menunjukkan hubungan yang signifikan antara neurotisme dengan *psychological well-being* pada remaja. Demikian pula, Joshanloo & Afshari, (2011) menemukan hubungan yang signifikan negatif antara kecenderungan neurotisme dengan *psychological well-being*.

Berdasarkan hasil-hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecenderungan neurotik dimungkinkan memiliki pengaruh terhadap keadaan *psychological well-being* pada individu.

Self-Efficacy Terhadap Psychological Well-Being

Secara umum efikasi diri secara luas bertujuan untuk menjaga stabilisasi pada kompetensi pribadi untuk menangani secara efektif dengan berbagai situasi stres (Adeyemo, 2008; Schwarzer, 1994). Mungkin bagi seorang individu yang memiliki kebahagiaan rendah dan kepuasan hidup dan tinggi depresi, memiliki efikasi yang tinggi akan membantu individu dalam menampilkan perilaku yang tepat dan sikap positif dalam hal kinerja akademisnya. Oleh karena itu, diharapkan bahwa efikasi diri akan memoderasi hubungan terhadap *psychological well-being* dengan perilaku dan sikap siswa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Siddiquie (2015), untuk mempelajari dampak dari *Self-efficacy* pada *Psychological Well-being* mahasiswa menunjukkan bahwa, ada korelasi yang positif dan signifikan bahwa meningkatkannya efikasi diri pada mahasiswa akan meningkatkan *Psychological Well-being*, begitu sebaliknya efikasi yang rendah menurunkan *Psychological Well-being* pada siswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh Singh & Udainiya (2009) yang diberikan pada remaja, hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang signifikan dari jenis keluarga, gender dan efikasi diri terhadap *psychological well being*, bawa semakin tinggi efikasi diri pada remaja makan semakin tinggi *psychologycal well being* yang dimiliki oleh individu, begitu juga sebaliknya. Berdasarkan hasil-hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap *Psychologycal Well Being* pada individu.

Kecenderungan Neurotik dan Efikasi Diri terhadap *Psychological Well Being*

Dari hasil penelitian sebelumnya, dikatakan bahwa kepribadian menjadi salah satu aspek yang dapat mempengaruhi *psychological well being* pada individu. Kecenderungan kepribadian juga memiliki ciri-ciri yang stabil dan dapat mempengaruhi kondisi individu (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Khususnya pada kecenderungan neurotik yang pada sebagian besar penelitian memiliki pengaruh terhadap *psychological well being* individu. Individu yang tinggi dalam neurotik dan mengalami stres maka akan mempengaruhi kerja memorinya dibandingkan dengan mereka yang rendah dalam neurotik (Neupert, Mrozeck & Spiro, 2008).

Selain kepribadian, efikasi diri juga dikatakan dapat membantu individu untuk mencapai *psychological well being*. Ketika individu mampu untuk memimpin menentukan cita-cita yang menantang dan tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang dirasakan, ketika individu mengalami masalah-masalah maka perasaan efikasi diri yang kuat akan mendorong individu untuk dapat tetap tenang dan mencari solusi untuk menghadapi kondisi ketidakmampuannya sehingga dapat menyebabkan kepercayaan diri dan memunculkan usaha dan kegigihan dalam prestasi.

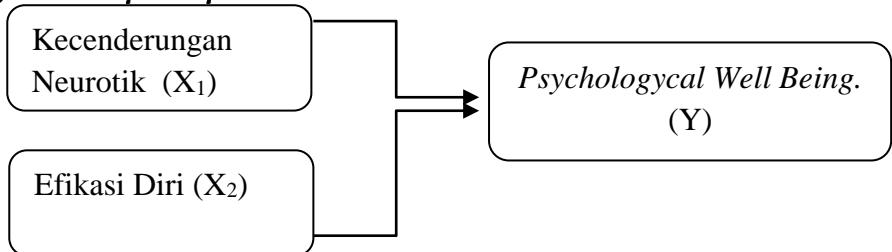
Individu khususnya pada mahasiswa, mempunyai tuntutan dalam akademis dan tekanan untuk sukses, persaingan dengan rekan-rekan sesama mahasiswa disini dapat mempengaruhi *psychological well being* pada mahasiswa itu sendiri. Ketika individu merasa yakin untuk menghadapi kesulitan yang dihadapi dan memiliki kecenderungan neurotik yang rendah dimana individu tidak mengalami kecemasan, ketakutan dan kegelisahan saat menghadapi sesuatu yang sulit

maka akan memberikan dampak pada positif pada kesejahteraan psikologisnya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bandura (2006) bahwa memiliki rasa yang kuat akan efikasi diri berkontribusi pada *psychological well being* pada individu.

Psychological well being itu sendiri merupakan konsep kesejahteraan psikologis individu yang mampu menerima dirinya apa adanya, tidak memiliki gejala-gejala depresi dan selalu memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif yang berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan perkembangan pribadi. Oleh sebab itu, individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi memiliki hidup yang lebih sehat dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat efikasi rendah dan akan berdampak terhadap kesejahteraan individu. Dalam penelitian ini peneliti menghubungkan kecenderungan neurotik dan efikasi diri dengan *psychological well being*.

Keunikan dalam penelitian ini adalah terletak pada hubungan antar variabel, yang belum pernah ditemukan dan diteliti secara bersamaan untuk melihat keterkaitan satu variabel dengan variabel yang lain. Konsep penelitian diatas dapat digambarkan sebagai berikut.

Kerangka konseptual penelitian



Hipotesis

Berdasarkan kajian di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini ialah :

1. Ada pengaruh antara kecenderungan neurotik terhadap *psychological well being*.
2. Ada pengaruh antara efikasi diri terhadap *psychological well being*
3. Ada pengaruh kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap *psychological well being*

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksplanatif. Desain penelitian ini adalah penelitian korelasional (*Correlational research*). Penelitian korelasional adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan diantara dua variabel (Suryabrata, 1998). Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan pengaruh kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan jumlah populasi dengan menggunakan tabel Isaac & Michael yang kemudian ditentukan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2001). Subjek yang diambil dalam penelitian ini ialah mahasiswa yang terdiri dari laki-laki dan perempuan, usia 18-20 tahun. Teknik pengambilan sampling yang dilakukan kepada mahasiswa ialah purposive sampling yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan

persyaratan(sifat-sifat, karakteristik, ciri atau kriteria) sampel yang diperlukan (Narbuko & Achmadi, 2004).

Subjek yang berpatisipasi dalam penelitian ini laki-laki sebanyak 52 orang, perempuan sebanyak 48 orang. Secara lengkap gambar data sampel ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Subjek Penelitian (n=100)

Karakteristik Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase %
Laki-laki	52	52%
Perempuan	48	48%
Total	100	100.0%

Sumber: Data Penelitian Diolah (2016)

Berdasarkan Tabel 1 mengenai karakteristik subjek penelitian mengenai jenis kelamin, terdapat 52 mahasiswa laki-laki (52%) dan 48 mahasiswa perempuan (48%). Hal ini menunjukkan jumlah responden berdasarkan jenis kelamin cenderung berimbang.

Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang telah digunakan dalam penelitian terdahulu. Alat ukur untuk variabel *psychological well being* ialah *Psychological Scale Of Well Being* yang terdiri dari enam aspek (a) Penerimaan diri, (b) Hubungan positif dengan orang lain, (c) Mandiri, (d) Penguasaan terhadap lingkungan, (e) Tujuan hidup, dan (f) Pertumbuhan pribadi, yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Berdasarkan hasil uji coba diperoleh nilai reliabilitas sebesar $\alpha = 0,77$. skala diukur pada 5kriteria: 1= Sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3=antara setuju dan tidak setuju, 4=setuju dan 5= Sangat setuju. Contoh item “Saya cenderung

khawatir terhadap penilaian orang lain tentang diri saya". (Ryff, 1989)

Alat ukur untuk mengukur variabel kecenderungan Neurotik menggunakan *Big Five Inventory* (BFI) yang terdiri dari empat aspek (a) *Tender-Mindedness*, (b) *Depressiveness*, (c) *Submissiveness*, dan (d) *Anxiety* yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Berdasarkan hasil uji coba diperoleh nilai reliabilitas sebesar $\alpha = 0,92$. Skala tersebut terdiri dari 7 item, skala diukur pada 4 kriteria: 1=sangat tidak setuju hingga 5=sangat setuju. Contoh item *Big Five Inventory* (BFI), adalah "Saya merasa mudah tertekan" (Scheier & Cattel, 1961).

Alat ukur untuk mengukur efikasi diri ialah *Self Efficacy Scale* (SES) yang terdiri dari 22 item yang telah diadaptasi dan digunakan dalam tesis (Rachmawati, 2014). Berdasarkan uji coba diperoleh nilai reliabilitas sebesar $\alpha=0,85$. Skala tersebut telah dimodifikasi oleh peneliti agar sesuai dengan tujuan penelitian. Skala ini diukur pada 5 kriteria: 1= Sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3=antara setuju dan tidak setuju, 4=setuju dan 5= Sangat setuju. Contoh item "Jika sesuatu tampak rumit, saya tidak akan mencoba"

Analisis Data

Secara spesifik, penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Analisis regresi ganda adalah suatu teknik statistik paramatrik yang digunakan untuk menguji pertautan dua buah prediktor (X_1 dan X_2) dengan variabel kriterium (Y) Winarsunu, (2009). Data analisis dengan menggunakan bantuan *SPSS v.17 for windows*. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel yaitu *dependent (psychological well being)* dan

variabel *independent* (kecenderungan neurotik dan efikasi diri) pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Deskripsi Data

Deskripsi statistik skor skala kecenderungan neurotik, efikasi diri, dan psychological well being ditunjukkan pada Tabel 2

Tabel 2. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian (n=100)

Variabel	Rendah		Sedang		Tinggi	
	F	%	f	%	F	%
Kecenderungan Neurotik	21	21%	62	62%	17	17%
Efikasi Diri	11	11%	72	72%	17	17%
Psychological Well Being	13	13%	72	72%	15	15%

Sumber: Data Penelitian Diolah (2016)

Deskripsi statistik pada variabel kecenderungan neurotik menunjukkan terdapat 21 responden memiliki tingkat kecenderungan neurotik yang rendah, 62 responden memiliki tingkat kecenderungan neurotik yang sedang, dan 17 responden memiliki tingkat kecenderungan neurotik yang tinggi.

Deskripsi statistik pada variabel efikasi diri menunjukkan terdapat 11 responden memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, 72 responden memiliki tingkat efikasi diri yang sedang, dan 17 responden memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Deskripsi statistik pada variabel psychological well being menunjukkan terdapat 13 responden memiliki tingkat psychological well being yang rendah, 72 responden memiliki tingkat psychological well being yang sedang, dan 15 responden memiliki tingkat psychological well being yang tinggi.

Hasil Analisis

Untuk mengetahui hubungan antar variabel, dilakukan analisis korelasi dan regresi antar ketiga variabel. Berikut adalah hasil signifikansi parsial kecenderungan neurotik, efikasi diri, dan psychological well being.

Tabel 3. Hubungan Antar Variabel

Variabel	Kecenderungan Neurotik	Efikasi Diri	Psychological Well Being
Kecenderungan Neurotik	1	-0.022	-0.493**
Efikasi Diri	-0.022	1	0.252*
Psychological Well Being	-0.493**	0.252*	1

Keterangan: (*) Signifikan α 5%, (**)Signifikan α 10%

Sumber: Data Penelitian Diolah (2016)

Hasil korelasi antara kecenderungan neurotik dengan psychological well being didapatkan koefisien korelasi (-0.493) dengan nilai signifikansi (0.000) kurang dari alpha (0.050) sehingga terdapat hubungan negatif signifikan antara kecenderungan neurotik dengan psychological well being, artinya semakin tinggi kecenderungan neurotik maka akan semakin rendah psychological well being.

Hasil korelasi antara efikasi diri dengan psychological well being didapatkan koefisien korelasi (0.252) dengan nilai signifikansi (0.012) kurang dari alpha (0.050) sehingga terdapat hubungan positif signifikan antara efikasi diri dengan psychological well being, artinya semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi psychological well being.

Hasil korelasi antara kecenderungan neurotik dengan efikasi diri didapatkan koefisien korelasi (-0.022) dengan nilai signifikansi (0.828) lebih dari alpha (0.050) sehingga tidak terdapat hubungan signifikan antara kecenderungan neurotik dengan efikasi diri.

Tabel 4. Pengaruh Simultan Kecenderungan Neurotik dan Efikasi diri terhadap Psychological Well Being

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	281.562	2	140.781	20.919	.000 ^b
	Residual	652.798	97	6.730		
	Total	934.360	99			

Sumber: Data Penelitian Diolah (2016)

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan Uji simultan antara kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap psychological well being didapatkan nilai F hitung (20.919) lebih dari nilai F tabel (3.090) atau p-value (0.000) kurang dari alpha 5% (0.050) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap psychological well being.

Tabel 6. Hasil Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.549 ^a	.301	.287	2.59420

Sumber: Data Penelitian Diolah (2016)

Berdasarkan Tabel 6 didapatkan koefisien determinasi antara kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap psychological well being didapatkan nilai 0.301 yang artinya

bahwa perubahan terhadap psychological well being disebabkan oleh kecenderungan neurotik dan efikasi diri sebesar 30.1%, sedangkan perubahan terhadap psychological well being disebabkan oleh faktor lain sebesar 69.9%.

Berikut adalah hasil uji signifikansi parsial kecenderungan neurotik, efikasi diri dan psychological well being

Tabel 7. Pengaruh Parsial Kecenderungan Neurotik dan Efikasi Diri terhadap Psychological well being

Pengaruh	Koefisien	p-value
Kecenderungan neurotik terhadap <i>psychological well-being</i>	0.-488***	0.000
Efikasi diri terhadap <i>psychological well-being</i>	0.241***	0.006

Keterangan:***p< 0.000

Berdasarkan Tabel 7 didapatkan pengaruh negatif dan signifikan kecenderungan neurotik terhadap *psychological well-being* ($\beta= -0.488$, $p= 0.000$). Hal ini menunjukkan bahwa meningkatnya kecenderungan neurotik akan secara signifikan menurunkan *psychological well-being*, dan begitu pula sebaliknya bahwa menurunnya kecenderungan neurotik akan secara signifikan menurunkan *psychological well-being*.

Selanjutnya didapatkan pengaruh positif dan signifikan efikasi diri terhadap *psychological well-being* ($\beta=0.241$, $p= 0.006$). Hal ini menunjukkan bahwa meningkatnya efikasi diri akan secara positif dan signifikan meningkatkan *psychological well-being*, dan begitu sebaliknya bahwa menurunnya efikasi diri akan secara signifikan menurunkan *psychological well-being*.

Pembahasan

Hasil temuan analisis di atas memberikan informasi bahwa kecenderungan neurotik dengan *psychological well-being* memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan. Pengaruh kecenderungan neurotik terhadap *psychological well-being* memiliki pengaruh negatif dengan nilai $\beta=0.241$, $p= 0.006$). Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan neurotik dengan *psychological well-being* pada mahasiswa memiliki pengaruh negatif, artinya meningkatnya kecenderungan neurotik akan secara signifikan menurunkan *psychological well-being*, dan begitu sebaliknya bahwa menurunnya kecenderungan neurotik akan secara signifikan meningkatkan *psychological well-being*.

Kecenderungan neurotik dengan *psychological well-being* memiliki hasil korelasi, dengan nilai koefisien r sebesar (-0.493) sehingga terdapat hubungan negatif signifikan antara kecenderungan neurotik dengan *psychological well-being*, artinya semakin tinggi kecenderungan neurotik maka akan semakin rendah psychological well being. Sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Emery, Hupper & Scheir (1996) menunjukkan bahwa *neuroticism* telah terbukti memiliki hubungan dengan *psychological well being*. Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ziskis (2010) mengenai hubungan antara *personality gratitude*, dan *psychological well-being*, *neuroticism* memiliki hubungan yang negatif dengan *psychological well-being*. Dengan demikian kecenderungan umum dari penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang berorientasi kecenderungan neurotik rentang mengalami emosi, diantaranya adanya emosi cemas, gugup, merasa tidak aman, dan emosional, individu dengan kecenderungan neurotik rentang dengan rendahnya *psychological well-being*.

Efikasi diri memiliki pengaruh positif signifikan terhadap *psychological well-being* ($\beta=0.241$, $p= 0.006$). Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri dengan *psychological well-being* pada mahasiswa memiliki pengaruh positif, artinya meningkatnya efikasi diri akan secara signifikan meningkatkan *psychological well-being*, dan begitu sebaliknya bahwa menurunnya efikasi diri akan secara signifikan menurunkan *psychological well-being*.

Efikasi diri memberikan hubungan yang positif signifikan dengan *psychological well-being*, dengan nilai koefisien r sebesar (0.252). Sehingga terdapat hubungan positif signifikan antara efikasi diri dengan *psychological well-being*, artinya semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi *psychological well-being*. Hasil korelasi antara kecenderungan neurotik dengan efikasi diri tidak terdapat hubungan signifikan antara kecenderungan neurotik dengan efikasi diri. dengan nilai koefisien korelasi r sebesar (-0.022). *Psychological well-being* dan *self-efficacy* telah terbukti memprediksi kinerja akademis siswa dan kesuksesan siswa.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siddiqui (2015) menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh terhadap pyshological well-being ($\beta=0.551$, $p= 0.000$). Hasil penelitian juga mnunjukan bahwa ada korelasi positif antara efikasi diri dengan *psychological well-being*, dengan nilai koefisien r sebesar (0.596). Seperti hasil dari beberapa penelitian, mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* dan *psychological well-being* yang tinggi akan termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik yang relevan dan mengembangkan sikap positif yang menyebabkan keberhasilan di sekolah (Ozer & Bandura, 1990; Lyubomirsky,

2001; Khramtsova et al., 2007) dan kemungkinan besar akan melakukan dengan baik target akademis mereka (Zimmerman, Bandura, & Martinez-Pons, 1992).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara bersama-sama kecenderungan neurotik dan efikasi diri terhadap *psychological well-being* dengan nilai F sebesar 20.919. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan kecenderungan neurotik dan efikasi diri akan secara signifikan mempengaruhi perubahan *psychological well-being*. Kecenderungan neurotik dan efikasi diri memberikan kontribusi sebesar 30.1% terhadap *psychological well-being*. Besarnya kontribusi tersebut dimungkinkan ada faktor lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa seperti: Jenis kelamin, usia dan budaya.

Kesimpulan

Berdasarkan analisi hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan, sebesar F 20.919, $p= 0,000$ antara kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being*. Semakin tinggi kecenderungan neurotik dan semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah tingkat *psychological well-being*, begitu juga sebaliknya semakin rendah kecenderungan neurotik dan semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi tingkat *psychological well-being*.

Implikasi

Penelitian ini telah menunjukkan bahwa kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being*, sehingga memiliki peran yang cukup penting dimiliki oleh individu, sehingga individu yang

berorientasi kecenderungan neurotik rendah dan *self-efficacy* tinggi, tinggi pula tingkat *psychological well-being* mereka. Kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* memberikan kontribusi sebesar 28 % terhadap *psychological well-being*. Hasil penelitian ini memberikan peluang bagi peneliti selanjutnya untuk melakukam penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being*, seperti usia, jenis kelamin dan budaya.

Daftar Pustaka

- Akhtar, M., (2009). *Applying positive psychology to Alcohol-misusing adolescentsn*. dissertation unpublished University of East London.
- Bandura, A. (2006). Adolescent development from an agentic perspective. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 4–8). Greenwich: Information Age Publishing
- Barlow, J., Wright, C. & Cullen, L. (2002). A job-seeking self-efficacy scale for people with physical disabilities: preliminary development and psychometric testing. *British Journal of Guidance and Counselling*, 30, 37–53.
- Bisschop, M. I., Knegsman, D. M. W., Beekman, A. T. F. & Deeg, D. J. H. (2004). Chronic diseases and depression: the modifying role of psychosocial resources. *Social Science and Medicine*, 59, 721–733
- Costa, P., T., & McCrae, R., R., (1992). Normal Personality Assessment In Clinical Practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4, 5-13
- Compton, W., C., & Hoffman, E., (2013). *Positive psychology, the science of happiness and flourishing*. 2nd edition. Belmont. Cengage Learning
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R., E., (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive

evaluation of life. *Annual Review Psychology*, 54, 403-425

Emery, C.F., Hupper, F.A., & Schein, R.L., (1996). Subjective well-being three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302

Guthrie, E. A., Black, D., Shaw, C. M., Hamilton, J., et all (1995) Embarking upon a medical career: *Psychological morbidity in first year medical students*. *Med educ* (29), 337-341

Grant, S., Langan-Fox, J., & Anglim, J. (2009). The big five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological reports*, 105, (1), 205-231

Huppert, F. A., Baylis, N., & Keverne, S. (2005). *The science of well-being*. New York: Oxford University Press.

Joshanloo, M., & Afshari, S. (2011). Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim University students. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 105-11

Kjell, O. N., Nima, A. A., Sikström, S., Archer, T., & Garcia, D. (2013). Iranian and Swedish adolescents: *differences in personality traits and well-being*. *PeerJ*, 1, e197.

Kashdan, T. B.& Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 119–141

Keyes, C.L.M., Ryff, C.D., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007- 1022

Khramtsova, I., Sarrino, D.A., Gordeeva, T., & Williams K. (2007). Happiness, life satisfaction, and depression in college students: Relations with student behaviors and attitudes. *American Journal of Psychological Research*, 3 (1), 8-16.

- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others?: The role of cognition and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239-249.
- Librán, E. C. (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 38-44
- Mastura M., Fadilah Z., & Nor A., N. (2007). Analisis faktor penyebab stres di kalangan pelajar. *Jurnal Kemanusiaan* (9), 63-71.
- Motevaliyan, S., M. (2014). Personality traits and severity of wife abuse among Iranian women. *Journal Asian social science*, 10(7), 234-241.
- National Health Ministries. (2008). *Stres & the college student*. USA
- Nandi., Madhumita., Hazra., Avijit., Sarkar., Sumantra., et al. (2012) Stres and its risk factor in medical student: an observational study from a medical collage in India. *Indian journal of medical Science* (66), 1-12
- Neupert, S., D., Mroczek, D., K., & Spiro, A., (2008). Neuroticism moderates the daily relation between stressors and memory failures. *Journal Psychology and Aging*, 23, (2), 287-296
- Ozer, E. M., & Bandura, A. (1990). Mechanisms governing empowerment effects: A self- efficacy analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (3), 472-486
- Pandya, Mohit, M., & Korat, R., N., (2015). Personality traits and psychological well being among youths of rajkot district, *The international Journal of Indian Psychology*, (2), 3, 2348-5396
- Rachmawati, F. (2014). Pengaruh pola asuh orang tua dengan efikasi diri terhadap kecemasan sosial pada remaja. *Tesis* (Tidak dibulikasikan) Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Ryff, C., D., (1989). Happines is everything, or is it? exploration on the meaning of *psychological well being*. *Journal of Personality And social psychology*. 57, (6), 1069-1081

Syarief, S.,(2010). *Separo Pengidap HIV/AIDS Remaja*. Suara Merdeka edisi: 10 Maret 2010

Siddiquie, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among undergraduate student. *The International Journal of Indian Psychology*, (2), 2349-3429

Singh, B., & Udainiya, R., (2009). Self efficacy and well being of adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, (2), 227-232

Suryabrata, S. (1998). *Metode penelitian*. Jakarta : Rajawali.

Sugiyono. 2011. *Statistika untuk penelitian*. Bandung.

Tanaka, M., Fuuda, S., Mizuno, L., Kuratsune, H., & Watanabe, Y. (2002). Stress and coping styles are associated with severe fatigue in medical students. *Behavioral Medicines Sunaryo*

Udainiya, R., Singh, B. (2009). Self-Efficacy and well-being of adolescent. *Journal of the Indian Academiy of Applied Psychology*. (35), 2, 227-232.

Watson, D., & Clark, L., A., (1984). Negative affectivity: the disposition to experience aversive emotional state. *Psychologycal Bulletin*, 96, 465-490

Zimmerman, B.J.(2000). Attainment of self-regulation: A social cognitive perspective. In M.boekaerts, P.R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp.13-39). San Deigo, CA: Academic Press.

Ziskis, A.S., (2010). *The relationship between personality, gratitude, and psychological well-being*. Dissertation. Faculty of psychological in University of New Jersey.