

# HUBUNGAN ANTARA EFIKASI GURU DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA GURU SMP

Deasyanti  
Amalina Mafazi

Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Jakarta  
Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat

*deasy.edupsy@yahoo.com*  
*amalinamafazi13@gmail.com*

## Abstract

The purpose of this study was to know the relations between teacher efficacy with psychological well-being among junior high school teacher with survey method and adapted psychological scale to collect the data which is *Ryff's Psychological Well-being Scale* from Carol D. Ryff (1989) with reliability is 0.95 and *The Teacher's Sense of Efficacy Scale* (TSES) from Tschannen-Moran and Anita Woolfolk Hoy (2001) with reliability is 0.80. The psychological scale has been given to 88 samples of respondent which is junior high school teacher with cluster random sampling technique. Researcher also used analytical correlation and Winsteps 3.73 also SPSS 16.0 version as application for testing the hypothesis of this research. The result of correlations analysis shown that  $r$  value 0.213 and probability score (sig) is 0.047. Conclusion this research result there is significant relationship between teacher efficacy with psychological well-being among junior high school teacher.

*Keywords : Teacher Efficacy, Psychological Well-being, and Junior High School*

## 1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses pembentukan dan perubahan, baik untuk skala pribadi maupun sosial. Pendidikan adalah upaya membantu anak untuk mengembangkan potensi dirinya agar dapat mengaktualisasi diri yaitu ekspresi dari apa yang dimiliki sebagai potensi (Semiawan, 2011). Menurut Ki Hajar Dewantara (dalam Hasbullah, 2012) pendidikan merupakan tuntutan di dalam hidup dan tumbuhnya anak-anak. Pendidikan merupakan tuntunan agar anak dapat hidup dan tumbuh menjadi lebih baik. Salah satu tujuan dari pendidikan adalah mengembangkan potensi yang ada dalam diri peserta didik. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka mencapai tujuan pendidikan tersebut.

Menurut Marimba (1987 dalam Hasbullah, 2012) menjelaskan unsur-unsur yang terdapat dalam pendidikan meliputi usaha atau kegiatan yang bersifat bimbingan dan dilakukan secara sadar, terdapat pendidik atau pembimbing, ada yang dididik, bimbingan itu mempunyai dasar dan tujuan, serta dalam usaha itu terdapat alat-alat yang dipergunakan. Salah satu tujuan yang harus dilaksanakan guru di sekolah adalah memberikan pelayanan kepada peserta didik agar mereka mejadi peserta didik yang selaras dengan tujuan sekolah sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Pembelajaran dapat berjalan dengan baik karena salah satu peran dari pihak sekolah. Hal ini tidak terlepas dari peran guru sebagai pendidik karena guru merupakan

penentu keberhasilan pembelajaran peserta didik. Oleh karena itu, guru dituntut untuk memiliki kompetensi-kompetensi seorang guru. Dengan demikian guru harus mampu memadukan kompetensi dirinya dengan kompetensi pengajaran untuk melaksanakan tugas-tugas mendidik.

Namun, fenomena yang ada saat ini dalam mendidik peserta didik bukanlah hal yang mudah karena banyaknya tuntutan-tuntutan yang dimiliki seorang guru dalam menjalankan profesinya. Guru memegang berbagai jenis peranan berdasarkan UU Pendidikan No 14 Tahun 2005 dijelaskan bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Hal ini berkaitan dengan kemampuan dasar yang harus dimiliki seorang guru. Menurut Rusman (2010) menjelaskan bahwa kemampuan dasar guru yang harus dimiliki sebagai seorang profesional adalah menguasai bahan bidang studi, mengelola program belajar mengajar, mengenal kemampuan anak didik, dapat mengelola kelas seperti menciptakan disiplin kelas, menggunakan media atau sumber dalam rangka proses belajar mengajar, mengelola interaksi belajar mengajar, dan menguasai landasan-landasan kependidikan.

Guru sebagai pendidik harus memperlihatkan bahwa ia mampu mandiri, tidak bergantung kepada orang lain. Ia harus mampu membentuk dirinya sendiri, memahami diri sendiri, tidak menggantungkan diri kepada orang lain, dan memiliki kematangan sosial yang stabil seperti mempunyai kecakapan dalam membina kerjasama dengan orang lain (Hasbullah, 2012). Hal ini sejalan dengan kesejahteraan psikologis pada seseorang. Menurut Ryan dan Deci (2001) *well-being* pada manusia dibagi menjadi dua

yaitu hedonik dan eudaimonik. Perbedaan kesejahteraan hedonik dan eudaimonik terletak pada tujuan hidup. Kesejahteraan hedonik (*hedonic*) menganggap bahwa tujuan hidup yang utama adalah mendapatkan kebahagiaan secara maksimal sedangkan kesejahteraan eudaimonik (*eudaimonic*) menganggap bahwa tujuan hidup manusia adalah menggali potensi dirinya secara maksimal. Kesejahteraan psikologis mengacu kepada kesejahteraan eudaimonik meliputi menghadapi tantangan eksistensial kehidupan misalnya, mengejar tujuan yang berarti, tumbuh dan berkembang sebagai pribadi, dan menjalin hubungan dengan orang lain (Ryff & Keyes, 2002).

Guru dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan lebih mudah dalam menghadapi masalah, sehingga mampu terhindar dari stres, mampu mengontrol diri dengan baik, berinteraksi sosial dengan baik (Konu, Alanen, Litonen, & Rimpela, 2002). Menurut Ryff dan Singer (2002) kesejahteraan psikologis merupakan hasil evaluasi atau penilaian individu terhadap dirinya yang merupakan evaluasi atas pengalaman-pengalaman hidupnya. Kesejahteraan psikologis yang dimiliki individu berkaitan erat dengan bagaimana cara individu menerima dirinya (*self-acceptance*), berhubungan dengan orang lain (*positive relation with others*), dapat menguasai lingkungan sekitar (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), dan otonomi (*autonomy*).

Tuntutan-tuntutan guru yang semakin banyak berhubungan dengan kompetensinya dalam mengajar dan mempengaruhi usaha mereka dalam mengajar (Tschannen-Moran & Woolfolk Hoy, 2001) dan antusiasme yang lebih besar dalam pengajaran (Allinder, 1994, dalam Tschannen-Moran & Woolfolk Hoy, 2001).

Besarnya tugas dan tuntutan yang dihadapi oleh guru dalam mengajar, menuntut guru harus bisa menyesuaikan diri pada tugasnya. Sementara di sisi lain, guru mempunyai keterbatasan antara kompetensi yang dimilikinya dengan tuntutan kompetensi dalam profesinya sehingga guru dapat mengalami stres dan kelelahan dalam bekerja. Hal ini dapat menyebabkan guru merasa bosan, jenuh dan dapat mengakibatkan stres kerja. Guru akan cenderung mengalami stres apabila terdapat ketidaksesuaian antara keinginan dengan kenyataan yang ada. Hal ini disebabkan individu tersebut kurang memahami keterbatasan pada dirinya sehingga akan berpengaruh pada menurunnya performa atau kinerja guru dalam mengajar.

Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zainul Hidayat (2016) bahwa adanya pengaruh stres terhadap kinerja pada guru SMP. Artinya jika stres kerja naik, maka kinerja guru akan meningkat dan sebaliknya jika stres turun, maka kinerja guru akan menurun. Menurut Borg & Riding, dkk (1991 dalam Zaidi dkk, 2001) mengatakan guru merupakan salah satu profesi yang rentan mengalami *burnout* dan mengajar merupakan profesi yang rentan dengan stres. Pendapat tersebut sejalan dengan pendapat Friedman (2000 dalam Talmor, dkk, 2006) yang menemukan komponen utama *burnout* dikalangan guru meliputi kelelahan emosional, merasa kurang profesional, dan depersonalisasi yang ditunjukkan dengan menyalahkan para siswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak semua guru memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Perilaku seperti ini dapat terjadi karena guru tersebut tidak dapat mengendalikan emosi pada saat menjalankan tuntutan-tuntutan pada profesinya dengan baik untuk mendisiplinkannya

peserta didiknya. Kemampuan seseorang berkaitan dengan kemampuan untuk berfungsi secara psikologis dalam menjalani hidupnya. Dengan kata lain, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan optimal dalam mengerjakan segala tugas dan tanggung jawabnya sebagai individu, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, dan mampu berpegang pada keyakinannya. Selain itu rendahnya kesejahteraan psikologis juga dapat menyebabkan *burnout*. Menurut Kyriacou & Sutcliffe (1978) *burnout* yang dialami guru dikarenakan pertahanan diri yang kurang baik sehingga saat dihadapkan pada suatu kondisi yang kurang mendukung dapat mempengaruhi harga diri dan kesejahteraan mereka. Jika guru pesimis dalam menyelesaikan masalahnya akan berpengaruh terhadap kemampuannya dalam mencapai prestasi kerja. Untuk itu agar dapat menjalankan profesinya dengan baik, guru harus memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya dalam mengajar yang akan meningkatkan pembelajaran siswa yang disebut dengan efikasi guru (Hoy, 2000).

Keberadaan efikasi diri pada guru merupakan hal yang penting agar pelaksanaan pendidikan dapat berjalan dengan efektif. Hal ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitrianty & Eri (2016) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* guru berpengaruh positif terhadap prestasi belajar siswa. Efikasi diri individu dalam mengajar mempengaruhi positifnya performansi individu seperti ketekunan dalam mengajar, keberanian dalam mengambil resiko, dan penggunaan inovasi dalam mengajar (Ashton & Webb, 1986), penetapan tujuan dan efektivitas perilaku, persepsi terhadap peluang dan hambatan, sikap positif terhadap kemampuan siswa (Gibson & Dembo, 1984) serta gaya komunikasi antar pribadi dan moral (Flores &

Clark, 2004). Menurut Matthews (2003) efikasi diri mempengaruhi aktivitas, motivasi, kognisi, dan emosi individu selama melaksanakan tugasnya.

Efikasi guru juga berkaitan dengan perilaku mereka di kelas. Selain itu, efikasi guru juga berperan dalam membentuk sikap siswa terhadap sekolah, materi pelajaran yang diajarkan. Semakin kuat efikasi guru secara umum, semakin besar minat siswa di sekolah dan lebih banyak siswa yang merasa bahwa apa yang mereka pelajari itu penting. Apabila efikasi guru tinggi maka akan menghasilkan kinerja yang tinggi dan meningkatkan kepuasan kerja sehingga akan menghasilkan kerja yang baik.

Ketika seorang guru memiliki efikasi diri yang tinggi, mereka akan mempengaruhi prestasi siswa dalam beberapa cara, yaitu guru memiliki keinginan lebih untuk mencoba ide dan strategi mengajar baru yang dapat memperbaiki proses belajar siswa, guru yang lebih efikasius akan memiliki ekspektasi yang lebih tinggi dan akan membuat sasaran yang lebih tinggi dalam hasil belajar siswa, guru akan mengeluarkan usaha lebih saat mengajar dan lebih mampu untuk bertahan dalam membantu proses belajar siswa, mempengaruhi perilaku guru dalam membuat pilihan, mengeluarkan usaha dan bertahan dalam kondisi yang tidak menyenangkan, serta meningkatkan kemampuan untuk bekerja lebih lama dalam menghadapi siswa yang bermasalah.

Guru yang baik adalah guru yang dapat membangun hubungan yang baik dengan peserta didik dan sesama pendidik, berdedikasi tinggi, terbuka terhadap inovasi dan pengalaman baru, dan tidak bergantung pada orang lain dalam hal berpikir dan beringkah laku. Oleh karena itu, guru harus mampu menghadapi tantangan atau hambatan selama mengajar seperti menangani masalah siswa, menguasai materi pembelajaran

yang disampaikan kepada siswa, dan mampu mengendalikan pembelajaran di kelas. Kemampuan – kemampuan tersebut sejalan dengan beberapa konsep dimensi kesejahteraan psikologis seperti otonomi dan kemampuan menguasai lingkungan. Otonomi meliputi pengambilan keputusan sendiri serta mandiri dan kemampuan menguasai lingkungannya. Menurut Hasbullah (2012) menjelaskan bahwa seorang pendidik harus memperlihatkan bahwa ia mampu mandiri, tidak bergantung kepada orang lain. Seorang guru harus dapat menguasai lingkungan dengan baik saat mengajar dan dapat mengendalikan perilaku dalam dirinya karena guru juga merupakan panutan bagi peserta didiknya. Pengendalian perilaku dari dalam diri, peran locus internal dan penguasaan lingkungan merupakan dimensi dalam kesejahteraan psikologis dalam mengevaluasi diri. Oleh karena itu dapat diasumsikan bahwa efikasi diri pada guru berhubungan dengan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara efikasi guru dengan kesejahteraan psikologis pada guru SMP”

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu  $H_a$ : terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi guru dengan kesejahteraan psikologis pada guru SMP. Sedangkan hipotesis nol ( $H_0$ ): tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi guru dengan kesejahteraan psikologis pada guru SMP.

## 2. Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini termasuk ke dalam jenis

penelitian survei dengan metode korelasional yaitu penelitian yang terdiri dari dua variabel atau lebih yang diukur dalam suatu set skor pada tiap partisipan.

Populasi pada penelitian ini adalah guru SMP yang berada di wilayah Jakarta. Subjek penelitian ini ditentukan dengan teknik *cluster random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 88 orang responden.

Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Variabel-variabel dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan dua instrumen yaitu pada variabel kesejahteraan psikologis menggunakan *Ryff's Psychological Well-being Scale* yang dikembangkan oleh Carol D. Ryff. Instrumen ini berjumlah 84 pertanyaan dan pada variabel efikasi guru menggunakan *The Teacher's Sense of Efficacy Scale* (TSES) yang dikembangkan oleh Tschannen-Moran and Anita Woolfolk Hoy. Instrumen ini berjumlah 24 pertanyaan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *r product moment*. Korelasi digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel yang diteliti.

### 3. Hasil dan Diskusi

Setelah dilakukan uji coba validitas dan reliabilitas pada alat ukur kesejahteraan psikologis dan efikasi guru, peneliti tidak memasukan beberapa aitem yang memiliki nilai INFIT yang rendah. Kemudian aitem-aitem lainnya dibentuk menjadi satu set instrumen penelitian yang terdiri dari skala kesejahteraan psikologis dan efikasi guru.

Pelaksanaan penelitian dilakukan di beberapa wilayah di Jakarta Pusat, seperti di Kemayoran, Cempaka Putih, dan Johar Baru. Peneliti melakukan penyebaran instrumen

sebanyak 105 instrumen. Dari 105 instrumen, hanya 88 instrumen yang dapat diolah. Dengan demikian, jumlah subjek pada penelitian ini adalah 88 orang responden. Proses penyebaran instrumen ini dilakukan sendiri oleh peneliti dengan mendatangi sekolah-sekolah yang berada di wilayah tersebut.

Data mengenai kesejahteraan psikologis diperoleh melalui instrumen berupa skala kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 84 aitem dan diisi oleh subjek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian dan penyebaran data diperoleh skor minimum adalah 0.69 dan skor maksimum 2.68. Skor rata-rata (*mean*) kesejahteraan psikologis adalah 1.57.

Skor kesejahteraan psikologis yang diperoleh dari data hasil penelitian ini dikategorikan menjadi dua yaitu kesejahteraan psikologis tinggi dan kesejahteraan psikologis rendah. Penentuan tinggi dan rendah dilakukan berdasarkan mean kelompok dari data. Dibawah ini merupakan kategorisasi skor kesejahteraan psikologis dalam bentuk tabel.

**Tabel 1. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis**

| Kategorisasi             | Frekuensi | Presentase |
|--------------------------|-----------|------------|
| Tinggi ( $X \geq 1.57$ ) | 44        | 50%        |
| Rendah ( $X < 1.57$ )    | 44        | 50%        |

Berdasarkan proses perhitungan pengkategorian skor kesejahteraan psikologis maka dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian yang memiliki skor kesejahteraan psikologis lebih besar atau sama dengan 1.57 dikategorikan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi. Sedangkan subjek penelitian yang memiliki skor kurang dari 1.57 dikategorikan memiliki kesejahteraan psikologis rendah.

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat 44 subjek dengan presentase 50% yang termasuk dalam kategori memiliki kesejahteraan psikologis tinggi. Terdapat 44 subjek dengan presentase 50% yang termasuk dalam kategori memiliki kesejahteraan psikologis rendah. Secara umum dapat dilihat bahwa kesejahteraan psikologis pada guru SMP mash cenderung rendah.

Data mengenai efikasi guru diperoleh melalui instrumen berupa skala efikasi guru yang terdiri dari 24 aitem dan diisi oleh subjek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian dan penyebaran data diperoleh skor minimum adalah -0.24 dan skor maksimum 2.65. Skor rata-rata (*mean*) efikasi guru adalah 1.12.

Skor efikasi guru yang diperoleh dari data hasil penelitian ini dikategorikan menjadi dua yaitu efikasi guru tinggi dan efikasi guru rendah. Penentuan tinggi dan rendah dilakukan berdasarkan mean kelompok dari data. Dibawah ini merupakan kategorisasi skor efikasi guru dalam bentuk tabel.

**Tabel 2. Kategorisasi Efikasi Guru**

| Kategorisasi             | Frekuensi | Presentase |
|--------------------------|-----------|------------|
| Tinggi ( $X \geq 1.12$ ) | 43        | 48.9%      |
| Rendah ( $X < 1.12$ )    | 45        | 51.1%      |

Berdasarkan proses perhitungan pengkategorian skor efikasi guru maka dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian yang memiliki skor efikasi guru lebih besar atau sama dengan 1.12 dikategorikan memiliki efikasi guru tinggi. Sedangkan subjek penelitian yang memiliki skor kurang dari 1.12 dikategorikan memiliki efikasi guru rendah.

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat 43 subjek dengan presentase 48.9% yang termasuk dalam kategori memiliki

efikasi guru tinggi. Terdapat 45 subjek dengan presentase 51.1% yang termasuk dalam kategori memiliki efikasi guru rendah. Secara umum dapat dilihat bahwa efikasi guru pada guru SMP mash cenderung rendah. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa lebih banyak subjek yang memiliki efikasi guru rendah daripada tinggi.

**Tabel 3. Crosstabs Kategorisasi Skor Efikasi guru dan Kesejahteraan Psikologis**

|                     | Kesejahteraan Psikologi |        | Total |
|---------------------|-------------------------|--------|-------|
|                     | Rendah                  | Tinggi |       |
| Efikasi Guru Rendah | 24                      | 21     | 45    |
| Efikasi Guru Tinggi | 20                      | 23     | 43    |
| Total               | 44                      | 44     | 88    |

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat efikasi guru dan kesejahteraan psikologis yang rendah yaitu sebanyak 24 orang dari 88 orang subjek penelitian. Sebanyak 23 orang memiliki tingkat efikasi guru dan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Sebanyak 41 orang terbagi kedalam dua kategori, yaitu sebanyak 21 orang termasuk dalam kategori dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi dan efikasi guru yang rendah dan 20 orang termasuk dalam kategori dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah dan efikasi guru yang tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki kesejahteraan psikologis dan efikasi guru yang rendah.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian dengan analisis korelasi, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi guru dengan kesejahteraan psikologis pada guru SMP. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $r$  hitung = 0.213;  $p = 0.04 < 0.05$ . Hal ini berarti bahwa dalam hubungan antara efikasi guru dan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang positif dan searah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi guru, maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis seorang guru. Demikian sebaliknya, semakin rendah efikasi guru, maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologis seorang guru. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi guru memiliki keterkaitan dengan kesejahteraan psikologis pada guru Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Kesejahteraan psikologis mengacu kepada kesejahteraan eudaimonik meliputi menghadapi tantangan eksistensial. Kesejahteraan psikologis berhubungan dengan kebahagiaan yang merupakan cerminan dari pengaruh yang menyenangkan dan tidak menyenangkan berdasarkan pengalaman yang dialami seseorang dan setiap dimensi kesejahteraan psikologis mengartikulasikan berbagai tantangan yang dihadapi individu saat mereka berusaha untuk berfungsi secara positif. Menurut Wahyu Utami (2016) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis, namun pada penelitian ini peneliti meneliti mengenai efikasi guru dan menunjukkan hasil yang sama yaitu efikasi guru memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis. Efikasi memegang peranan dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi

dirinya secara optimal apabila efikasi mendukungnya.

Hal ini juga berkaitan dengan dimensi kesejahteraan psikologis yaitu pertumbuhan pribadi, dimana individu dengan karakteristik pertumbuhan pribadi baik akan menyadari dan memaksimalkan potensi yang ada dalam dirinya. Guru tersebut juga akan lebih mengeluarkan usaha dalam pengajaran dan lebih terbuka terhadap pengalaman baru dan inovasi dalam pembelajaran sehingga peserta didik menjadi lebih memahami materi yang disampaikan. Selain itu, guru yang dapat menjalin hubungan yang efektif dengan orang lain terutama dengan peserta didik dan sesama pendidik akan mempengaruhi perilaku guru tersebut di dalam kelas. Salah satu faktor yang mempengaruhi timbulnya efikasi guru adalah pengalaman mengajar, dimana guru yang lebih lama mengajar akan lebih terbuka dengan perkembangan inovasi pembelajaran dan teknologi yang dijumpai lebih efisien sehingga akan lebih mampu dalam menghadapi hambatan dalam mengajar.

Dalam penelitian ini tidak dicari tahu apakah ada perbedaan masa kerja berhubungan dengan tingkat efikasi guru. Namun berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kholid Johari (2009) mengatakan bahwa pengalaman mengajar memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi guru. Sehingga pengalaman mengajar pada guru akan meningkatkan efikasi guru seseorang. Dengan kata lain, semakin lama pengalaman mengajar pada guru akan meningkatkan efikasi guru yang dimiliki guru dan berpengaruh terhadap usaha yang dimiliki guru dalam menghadapi hambatan dalam mengajar dan akan lebih terbuka pada perubahan atau inovasi dalam mengajar. Efikasi guru yang dimiliki oleh guru berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan efikasi guru dengan kesejahteraan psikologis pada guru Sekolah Menengah Pertama, sehingga hipotesis penelitian diterima yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya semakin tinggi efikasi guru seseorang maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis seseorang. Demikian sebaliknya, semakin rendah efikasi guru semakin rendah pula kesejahteraan psikologis seseorang. Hubungan positif ini di dapat dari nilai perhitungan korelasi *product moment* antara variabel efikasi guru dengan variabel kesejahteraan psikologis yang hasilnya bernilai positif.

#### 5. Daftar Pustaka

- Aryani, M., Muzdalifah, F., Rangkuti, A. A., Wahyuni, L. D., & Hapsari, I. I. (2016). *Panduan Penulisan Skripsi*. Jakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
- Burke, R. J, Moodie, S., Dolan, S., & Fiksenbaum, L. (2012). Job demands, social support, work satisfaction and psychological well-being among nurses in Spain. Ramon Llull University.
- Dewi, S. L., & Paramita, P. P. (2012). Tingkat Burnout Ditinjau dari Karakteristik Demografis (Usia, Jenis Kelamin, dan Masa Kerja) Guru SDN Inklusi di Surabaya. *Journal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 1(2).
- Duffin, L. C., French, B. F., & Patrick, H. (2012). The Teacher's Sense of Efficacy Scale: Confirming The Factor Structure with Beginning Pre-Servie Teacher. *Teaching and Teacher Education*, 28, 827-834.
- Erawati, M. (2012). Profil dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi Guru Madrasah Ibtidaiyah Peserta *Dual Model System*. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*. 6(2), 417-440.
- Hadjam, M. N., & Wahyu, W. (2011). Efikasi Mengajar Sebagai Mediator Peranan Faktor Kepribadian terhadap Performansi Mengajar Guru. *Fakultas Psikologi, UGM*. 8(1).
- Hasbullah. (2012). *Dasar – Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Johari, K., Ismail, Z., Osman, S., & Othman, A. T. (2009). The Influence of Teacher Training and Teaching Experience on Secondary School Teacher Efficacy. *Jurnal Pendidikan Malaysia*. 34(2), 3-14.
- Lunenburg, Fred C. (2011). Self-Efficacy in The Work Place: Implications for Motivation and Performance. *International Journal of management, business, and administration*, 14 (1).
- Muzdalifah, Fellianti & Listyasari, Winda, D. (2013). *Psikologi Pendidikan 2*. Jakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
- Rangkuti, A.A. (2013). *Statistika Parametrik dan Non-Parametrik dalam Bidang Psikologi dan Pendidikan*. Jakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
- Rangkuti, A.A., & Wahyuni, L.D. (2016). *Modul Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory dan Item Response Theory (Rash Model)*. Jakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.



- Ramly, A. T & Trisyulianti, E. (2013). *Pumping Teacher Memompa Kepribadian dan Kompetensi Guru*. Jakarta: Pumping Publisher.
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri; Tinjauan Teori Albert Bandura. Jakarta: Buletin Psikologi, 20(2), 18-25.
- Rusman. (2010). *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalismen Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of personality and social psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being. Revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M., & Schmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82, 1007-1022.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: a Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Sugiyono (2014). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch untuk Penelitian Ilmu-ilmu Sosial*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Tschannen-Moran, Hoy, A. W., & Hoy, W. K. (1998). Teacher Efficacy: Its Meaning and Measures. *Review of Educational Research*, 68(2), 202-248.
- Tschannen-Moran & Hoy, A. W. (2001). Teacher efficacy: capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17, 783-805.
- Tschannen-Moran, M., & Hoy, A. W. (2007). The Differential Antecedents of Self-Efficacy Beliefs of Novice and Experienced Teachers, *Teaching and Teacher Education*, 23, 944-956.
- Wirandana, E., & Adirestuty, F. (2016). Pengaruh Self-Efficacy Guru dan Kreativitas Guru terhadap Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya terhadap Prestasi Belajar pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Social Science Education Journal*. 3(2), 158-165.
- Yufiarti & Wahyuni. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan.