

HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* DENGAN EFIKASI DIRI PADA GURU BERSERTIFIKASI DI SMA NEGERI KABUPATEN PATI

Hita Sinidikoro Pambajeng, Siswati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

hitasinidikoropambajeng@gmail.com, siswatipsi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* dengan efikasi diri pada guru bersertifikasi. Populasi dalam penelitian ini adalah guru bersertifikasi di SMA Negeri Kabupaten Pati sebanyak 320 orang. Sampel penelitian sebanyak 167 guru berasal dari SMA N 1 Pati, SMA N 3 Pati, SMA N 1 Tayu dan SMA N 1 Kayen yang didapatkan dengan teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala efikasi diri sebanyak 25 aitem ($\alpha = 0,898$) dan skala *psychological well being* sebanyak 36 aitem ($\alpha = 0,922$). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan $r_{xy} = 0,777$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan ada hubungan positif antara *psychological well being* dengan efikasi diri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological well being*, maka semakin tinggi efikasi diri guru bersertifikasi. Sebaliknya, semakin rendah *psychological well being*, maka semakin rendah efikasi diri guru bersertifikasi. *Psychological well being* memberikan sumbangan efektif sebesar 60,4% pada efikasi diri.

Kata kunci : efikasi diri; *psychological well being*; guru bersertifikasi

Abstract

This study has an aim to determine the relationship between psychological well being and self efficacy at certified teachers. The population in this study is a certified teacher in SMA Negeri Pati as much as 320 people. Sample taken in this study was 167 teachers from SMA N 1 Pati, SMA N 3 Pati, SMA N 1 Tayu, and SMA N 1 Kayen by using cluster random sampling technique. There were measurement instruments used in this study, Self Efficacy Scale with 25 items ($\alpha = 0,898$) and Psychological Well Being Scale with 36 items ($\alpha = 0,922$). Simple regression analysis was used as data analysis technique. The result of the study show $r_{xy} = 0,777$ with $p = 0,000$ ($p < 0,05$) so that there is a positive relationship between psychological well being and self efficacy. It indicates that the higher psychological well being, then self efficacy of certified teachers will also higher. In opposite, if the psychological well being is low, so the self efficacy of certified teachers will be also low. Psychological well being give an effective contribution to 60,4% of self efficacy.

Kata Kunci : self efficacy; *psychological well being*; certified teachers

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan media yang mempunyai pengaruh besar dalam sukses tidaknya sebuah negara. Pendidikan berperan sangat penting bagi upaya pengembangan sumber daya manusia (Supardi, 2012). Terdapat tiga aspek penting dalam dunia pendidikan yaitu guru, siswa, dan kurikulum. Guru merupakan jembatan yang menghubungkan antara kurikulum dan siswa sehingga dipandang sebagai aspek yang paling penting. Guru sebagai pihak yang terlibat langsung dalam proses pembelajaran di kelas, memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas siswa. Keberhasilan proses pendidikan, salah satunya yaitu karena peran guru di sekolah, sehingga perlu pendidik yang profesional untuk mengajar anak didik (Suparlan, 2006). Pemerintah telah berusaha menjamin kesejahteraan guru guna meningkatkan mutu serta kualitas dengan memberikan sistem sertifikasi.

Guru yang telah memenuhi kualifikasi layak dikatakan profesional apabila telah tersertifikasi. Guru bersertifikat berbeda dengan guru biasa, tentulah guru-guru yang sudah berkompoten dari segi pengalaman, keterampilan, dan ahli dalam proses belajar mengajar di kelas. Guru bersertifikat ini sebelumnya sudah mendapatkan pelatihan yang baik sebelum lulus dalam ujian untuk mendapatkan predikat guru bersertifikasi (Suyatno, 2009). Menurut penelitian Koswara & Rasto (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kompetensi dan kinerja guru yang sudah mendapat sertifikasi dan yang belum sertifikasi. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan guru yang bersertifikasi dalam memimpin kelas, mengelola pembelajaran, dan melakukan penilaian hasil belajar siswa lebih baik daripada guru belum bersertifikasi.

Mengajar merupakan salah satu *stressful profession*, karena mengajar adalah sebuah fenomena kompleks yang memperhitungkan karakteristik pribadi, profesionalitas, keterampilan dan basis pengetahuan khusus (Holmes, 2005). Menurut Sidi (dalam Kunandar, 2007) menjelaskan bahwa guru dituntut memiliki kualifikasi pendidikan yang memadai, kompetensi keilmuan yang sesuai dengan bidangnya, kemampuan komunikasi yang baik dengan anak didiknya, mempunyai jiwa yang kreatif dan produktif, memiliki etos kerja dan komitmen yang tinggi terhadap profesinya, dan aktif mengembangkan potensi diri guna meningkatkan kualitas kinerjanya.

Seorang guru yang memiliki banyak tuntutan pekerjaan perlu adanya keyakinan diri dalam menyelesaikan tugasnya agar berjalan dengan baik. Efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuannya dalam melakukan kontrol terhadap fungsi diri individu dan kejadian dalam lingkungannya (Bandura dalam Feist & Feist, 2010). Penelitian Rangkuti dan Filia (2005) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa adalah faktor guru. Hasil penelitian yang diberikan pada siswa yakni semakin positif persepsi siswa tentang kompetensi profesional guru matematika, maka motivasi belajar matematikanya akan semakin tinggi pula.

Individu yang mempunyai efikasi diri tinggi akan cenderung termotivasi dan merasa tertantang dalam menyelesaikan masalah dalam pekerjaannya sehingga tidak mudah merasa putus asa dan stres (Alwisol, 2009). Pada teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko (Bandura, 2002). Bandura (dalam Feist & Feist, 2009) faktor yang mempengaruhi efikasi diri adalah *mastery experience*, modeling sosial, persuasi sosial, kondisi fisiologis dan emosional. Menurut Bandura (dalam Feist & Feis, 2010) salah satu kondisi fisiologis dan emosional berpengaruh terhadap efikasi diri individu tersebut. Rendahnya efikasi diri ditandai dengan stress dan kecemasan yang terjadi ketika melakukan pekerjaan. Stres kerja merupakan situasi ketegangan atau tekanan emosional yang dialami seseorang yang sedang menghadapi tuntutan yang sangat besar, hambatan-hambatan dan adanya kesempatan yang sangat penting dalam pekerjaan yang dapat mempengaruhi emosi, pikiram, dan kondisi fisik seseorang (Hariandja, dalam Nasrudin, 2010).

Psychological well being adalah sebuah keadaan psikologis seseorang yang sehat sehingga berpengaruh secara positif terhadap kehidupannya. Pikiran positif akan membuat seseorang menjadi bahagia (Wells, 2010). *Psychological well being* mengarahkan seseorang untuk memiliki persepsi yang positif terhadap pengalaman hidupnya dan keberhasilan mengelola tantangan dan kesulitan yang mungkin muncul (Ryff dan Singer, dalam Wells, 2010). Individu yang mempunyai kesejahteraan psikologis memiliki kehangatan dan dapat dipercaya dalam hubungan interpersonalnya, merasa bahwa dirinya berkembang secara individu, memiliki tujuan hidup yang jelas, merasa bahwa individu dapat melakukan suatu dengan lingkungannya untuk memenuhi kebutuhannya sendiri, dan sanggup melakukan sesuatu berdasarkan nilai-nilai internal yang ada pada dirinya tanpa dipengaruhi oleh nilai-nilai dari orang lain (Rasulzada, 2007). Penelitian Nurlita (2015) memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological well-being* dengan kinerja guru Paud se-kota Pekanbaru. Guru yang mempunyai *psychological well-being* mampu merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, melakukan penilaian, dan melakukan evaluasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* dengan efikasi diri serta menguji secara kuantitatif hubungan antara *psychological well being* dengan efikasi diri pada guru bersertifikasi.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah guru bersertifikasi di SMA Negeri Kabupaten Pati dengan karakteristik subjek penelitian yaitu guru bersertifikasi dan guru yang bekerja di SMA Negeri Kabupaten Pati berjumlah 320 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik cluster random sampling. Menurut Azwar (2009) menjelaskan bahwa teknik cluster random sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan jika populasi yang akan diteliti berjumlah besar dan randomisasi dilakukan terhadap kelompok bukan terhadap subjek secara individual. Sampel penelitian yang diperoleh berdasarkan teknik cluster random sampling sebanyak 167 guru. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu Skala Efikasi Diri berjumlah 25 aitem ($\alpha = 0,898$), sedangkan Skala *Psychological Well Being* berjumlah 36 aitem ($\alpha = 0,922$). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program komputer Statistical Package for Sciene (SPSS) 20 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	p > 0,05	Bentuk
Efikasi Diri	0,996	0,274	Normal
<i>Psychological Well being</i>	1,338	0,056	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* 0,996 dengan signifikansi $p = 0,274$ ($p > 0,05$) untuk variabel efikasi diri dan nilai *Kolmogorov-Smirnov* 0,996 dengan signifikansi $p = 0,056$ ($p > 0,05$) untuk variabel *psychological well being*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *psychological well being* dan efikasi diri memiliki distribusi yang normal.

Tabel 2.

Uji Linearitas

Hubungan Variabel	Nilai F	Signifikansi p<0,05	Keterangan
<i>Efikasi Diri dengan Psychological Well Being</i>	251,863	0,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara variabel efikasi diri dengan *psychological well being* menghasilkan nilai koefisien F = 251.863 dengan nilai signifikansi sebesar p = 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki hubungan yang linear.

Tabel 3.
Uji Hipotesis 1

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	2.082	4.890		0,426	.000
1 PWB	0,654	0,041	0,777	15.870	.000

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan besarnya koefisien korelasi antara *psychological well being* dan efikasi diri sebesar 0,777 dengan signifikansi 0,000 (p<0,05). Koefisien korelasi dengan nilai positif menunjukkan bahwa arah hubungan antara *psychological well being* dengan efikasi diri adalah positif. Hal ini dapat diartikan bahwa individu yang terkategori memiliki *psychological well being* maka individu tersebut memiliki efikasi diri. Tingkat signifikansi korelasi p = 0,000 (p<0,05), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well being* dengan efikasi diri. Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian, yaitu ada hubungan positif antara *psychological well being* dengan efikasi diri pada guru bersertifikasi di SMA Negeri Kabupaten Pati, dapat diterima. Persamaan garis linear berdasarkan tabel yaitu $Y = 2.082 + 0,654X$. Hal ini berarti variabel efikasi diri (Y) akan berubah sebesar 0,654 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel *psychological well being*.

Tabel 4.
Uji Hipotesis 2

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.777 ^a	.604	.602	4.942

Hasil koefisien determinan (R Square) menunjukkan 0,604. Hal ini berarti sumbangan efektif *psychological well being* terhadap efikasi diri guru bersertifikasi sebesar 60,4%. Jadi, efikasi diri 60,4% dipengaruhi oleh *psychological well being*, sedangkan 39,6% dipengaruhi faktor lain yang tidak diungkap di dalam penelitian ini, seperti *mastery experience*, modeling sosial, persuasi sosial, kondisi fisiologis dan emosional. Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ilgan, Cengiz, Ata dan Akram (2015) menghasilkan bahwa terdapat hubungan

antara kesejahteraan psikologis dengan kualitas kehidupan kerja. Artinya, semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang maka semakin tinggi pula kualitas kehidupan kerja yang diberikan. Selain itu, penelitian ini juga mendukung penelitian Nurlita (2015) memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological well-being* dengan kinerja guru di Paud se-kota Pekanbaru. Guru yang mempunyai *psychological well-being* lebih mampu merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, melakukan penilaian, melakukan evaluasi.

Guru bersertifikasi yang mempunyai *psychological well being* tinggi ingin mengembangkan potensi yang dimiliki guna meningkatkan kemampuan dalam bidangnya. Pengembangan potensi tersebut dapat meningkatkan efikasi diri guru dalam melakukan tugasnya sehingga dapat tercapai sesuai target dengan hasil yang maksimal. Penelitian Jumari (2013) bahwa guru dengan efikasi diri tinggi bekerja lebih keras dan bertahan lebih lama ketika menghadapi siswa yang mengalami kesulitan belajar. Efikasi diri sebagai evaluasi diri guru terhadap kemampuannya untuk menampilkan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan sehingga terciptanya kepuasan dalam bekerja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara *psychological well being* dengan efikasi diri pada guru bersertifikasi di SMA Negeri Kabupaten Pati. Semakin tinggi *psychological well being* maka semakin tinggi efikasi diri, sebaliknya semakin rendah *psychological well being* maka semakin rendah efikasi diri pada guru bersertifikasi. *Psychological well being* memberikan sumbangan efektif sebesar 60,4% terhadap efikasi diri dan sisanya sebesar 39,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini, seperti *mastery experience*, modeling sosial, persuasi sosial, kondisi fisiologis dan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. Edisi revisi. Malang: UMM Press
- Azwar, S. (2009). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (2002). *Self efficacy : The exercise of control*. New York : W. H. Freeman & Company.
- Feist, J., & Feist, G.J. (2009). *Theories of personality*. Boston: McGraw-Hill
- Feist, J. & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian*. Ed.7. Jakarta : Salemba Humanika.
- Holmes, E. (2005). *Teacher well being*. New York: Routledge Famer.
- Ilgan, A., Cengiz, O. O, Ata, A., & Akram, M. (2015). The relationship between teacher's psychological well being and their quality of school work life. *The journal of Happiness & Well-Being*, 3 (2), 159-181
- Jumari. (2013). Pengaruh budaya organisasi, efikasi diri, dan kepuasan kerja terhadap kinerja mengajar guru SMK Negeri Kecamatan Denpasar Selatan. *e-journal pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesh*. Vol.4
- Kunandar.(2007). *Guru Profesional implementasi kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) dan sukses dalam sertifikasi guru*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Koswara & Rasto. (2016). Kompetensi dan kinerja guru berdasarkan sertifikasi profesi. *Jurnal pendidikan dan manajemen perkantoran*. Vol 1, No 1 Hal : 64-74.

- Nasrudin, E. (2010). *Psikologi manajemen*. Bandung : CV. Pustaka Setia.
- Nurlita. (2015). Hubungan kesejahteraan psikologis dengan kinerja guru paud se-Kota Pekanbaru. *Prodi PG-PAUD FKIP Universitas Riau. EDUChild*, Vol.4 no.2
- Rangkuti, A.F., & Filia, D. A. (2005). Hubungan persepsi tentang kompetensi profesional guru matematika dengan motivasi belajar matematika pada siswa SMA. *Psikologi*. Vol. 1 No. 2
- Razulzada, F. (2007). *Organizational creativity and psychological well being*. Sweden: Departement of Psychology of Lund University.
- Supardi. (2012). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Pt. Bumi Aksara.
- Suparlan. (2008). *Guru sebagai profesi*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.
- Suyatno. (2009). *Menjelajah pembelajaran inovatif*. Sidoarjo: Masmedia Buana Pusaka.
- Wells, I.E. (2010). *Psychological well being*. New York: Nova Science Publishers.