

Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung

Alifa Nuraini*, Endah Nawangsih

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*alifaalifa2000@gmail.com, endah.nawangsih@unisba.ac.id

Abstract. Students who are writing their thesis experience various kinds of psychological distress so that students are often not well-being. Thesis is a scientific work written to fulfill the final task. The abilities needed by students in writing thesis are to think scientifically, construct concepts, and think critically so that internal factors play a major role in the completion of the thesis. Self-efficacy is an internal predictor for the psychological well-being of students who are writing their thesis. This study aims to determine how much influence the self-efficacy of completing a thesis on the psychological well-being of students writing a thesis at the Bandung Islamic University. This research uses causality method with simple linear regression data analysis. The measuring instrument used in this study is the General Self-Efficacy Scale (GSES) by Novrianto, Maretih & Wahyudi (2019) which was later modified by the researcher with the results of Cronbach's Alpha 0.921 and the Psychological Well-Being Scale (PWBS) which has been adapted by Rachmayani & Ramadhani (2014). The final sample obtained in this study were students who were working on a thesis at the Bandung Islamic University with a total sample of 327 students. The results showed a significance level of $.000 < .05$, so that it is known that there is an influence of the variable self-efficacy in completing the thesis on the psychological well-being variable with a contribution of 46.6%.

Keywords: *Self-Efficacy Completing Thesis, Psychological Well-Being, Students who are Writing Thesis.*

Abstrak. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami berbagai macam distress psikologis sehingga mahasiswa seringkali tidak sejahtera secara psikologis. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis untuk memenuhi tugas akhir. Kemampuan yang diperlukan mahasiswa dalam menulis skripsi adalah berpikir secara ilmiah, mengontruksi konsep, dan berpikir secara kritis sehingga faktor internal berperan besar terhadap penyelesaian skripsi. Efikasi diri menjadi prediktor internal bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung. Penelitian ini menggunakan metode kausalitas dengan analisis data regresi linear sederhana. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSES) oleh Novrianto, Maretih & Wahyudi (2019) yang kemudian dimodifikasi oleh peneliti dengan hasil Alpha Cronbach 0.921 dan *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang telah diadaptasi oleh Rachmayani & Ramadhani (2014). Sampel akhir yang didapatkan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung dengan jumlah sampel sebanyak 327 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan tingkat signifikansi sebesar $.000 < .05$, sehingga diketahui terdapat pengaruh variabel efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap variabel kesejahteraan psikologis dengan kontribusi sebesar 46.6%.

Kata Kunci: *Iklan, Kesadaran Merek, Le Mineral.*

A. Pendahuluan

Dalam aturan Permendikbud No. 3 tahun 2020 pasal 17, mahasiswa perlu menyelesaikan masa studinya maksimal 7 tahun akademik untuk mendapatkan gelar sarjana. Untuk mencapai gelar sarjana strata satu, mahasiswa tingkat akhir diwajibkan menyusun skripsi. Menurut Umrana (2019), skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis atas dasar hasil penelitian di bawah bimbingan dosen yang ditunjuk dalam rangka penyelesaian program sarjana Strata 1 (S1). Dalam prosesnya, skripsi membuat mahasiswa melatih kemampuan mengonstruksi pemikiran ilmiah dan mengajarkan untuk belajar mengkritisi suatu fenomena yang terjadi dalam kehidupan manusia secara ilmiah sesuai dengan ilmu yang didapat dalam disiplin ilmu masing-masing (Khairaun & Al Hakim, 2022; Wakhyudin & Putri, 2020).

Selama proses penyusunan skripsi, muncul berbagai macam distres psikologis yang dialami oleh mahasiswa seperti kecemasan, mulai dari sakit kepala, sulit tidur, cepat merasa lelah, gelisah, gugup, putus asa, depresi, pusing, pikiran menjadi kacau hingga berdampak pada orang lain sehingga menjadi sasaran kemarahan (Wakhyudin & Putri, 2020). Sebuah penelitian telah dilakukan terhadap 93 mahasiswa menggunakan *Student Stress Measurement Scale Completed Thesis* (SPSMMS) menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar kondisi stres mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi berada pada tingkat sedang (Wardi, 2016). Ditemukan bahwa ada hubungan terbalik yang signifikan antara stres dan kesejahteraan psikologis, semakin tinggi stres semakin rendah kesejahteraan psikologis. Pengaruh dari tingkat stres yang lebih tinggi akan mengembangkan masalah kesehatan mental lainnya di antara mahasiswa (Clemente & Hezomi, 2016).

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) merupakan kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya, membentuk hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengevaluasi diri sendiri, memiliki penguasaan terhadap lingkungan eksternal, menetapkan tujuan hidupnya, dan merealisasikan potensi dirinya secara kontinu. Dengan adanya kesejahteraan psikologis, diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tuntutan yang berasal dari akademis dan dapat membantu mahasiswa supaya dapat adaptif (Aulia & Panjaitan, 2016). Selain itu, mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi mampu dan mahir dalam menangani tantangan yang muncul secara efektif (Bowman, 2010).

Faktor internal berperan besar dalam masalah psikologis yang dihadapi oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Menurut Pratiwi dan Roosyanti (2019), motivasi/dorongan yang rendah untuk mulai mengerjakan skripsi mendapatkan persentase 61.95 % yaitu kendala yang muncul dari dalam diri mahasiswa dalam hambatan psikis dengan sub indikator afektif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asmawan (2016), faktor internal yang menghambat mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah ketidakmampuan mahasiswa dalam menulis dan motivasi mahasiswa. Beberapa mahasiswa merasa tidak yakin dengan kemampuannya untuk menyelesaikan skripsinya diantaranya perasaan tidak mampu menulis, kesulitan mengidentifikasi topik penelitian, tidak terlalu yakin wisuda tahun ini bahkan ada mahasiswa yang tidak mempunyai target dalam menyelesaikan skripsi (Hanapi & Agung, 2018).

Salah satu perguruan tinggi swasta yang banyak dikenal oleh masyarakat di Kota Bandung adalah Universitas Islam Bandung. Universitas Islam Bandung mendapatkan akreditasi Unggul dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) sehingga menjadi salah satu perguruan tinggi terbaik di Kota Bandung dan Jawa Barat. Menurut BAN-PT (2019), salah satu indikator penilaian luaran dan capaian Tridharma dalam akreditasi perguruan tinggi adalah persentase kelulusan tepat waktu untuk setiap program. Oleh karena itu, persentase kelulusan tepat waktu mahasiswa menjadi indikator semakin unggulnya suatu perguruan tinggi. Dilansir dari Republika.id, tahun 2016 tingkat kelulusan mahasiswa di Universitas Islam Bandung yang tepat waktu mencapai 60 persen. Oleh karena itu, sekitar 40 persen mahasiswa tidak dapat memperoleh kelulusan secara tepat waktu. Hal ini didukung oleh data yang diperoleh dari Pengembangan Sistem Informasi dan Teknologi Universitas Islam Bandung tahun akademik 2021/2022, jumlah mahasiswa yang tidak dapat lulus tepat waktu mencapai 35 persen dari keseluruhan jumlah mahasiswa yang mengontrak skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 20 mahasiswa di Universitas Islam Bandung yang sedang menyusun skripsi, mahasiswa mengalami berbagai macam distres psikologis berupa

emosi yang tidak menyenangkan dengan ditunjukkannya gejala kecemasan dan gejala depresi seperti stres, kehilangan minat, kurang harapan, sedih, dan tegang. Beberapa diantaranya, mengalami reaksi somatis akibat merasa cemas seperti kedinginan, mengalami gangguan pencernaan, dan *stress eating*. Masalah psikologis yang dialami mahasiswa berasal dari hambatan faktor internal. Mahasiswa merasa tidak yakin dan tidak mampu akan kemampuannya dalam mengerjakan skripsi diantaranya merasa kurang yakin dengan penelitian yang diambil dan tidak yakin akan kemampuan menulisnya. Selain itu, mahasiswa kurang memiliki motivasi dalam mengerjakan skripsi yang membuat pengerjaan skripsi menjadi terhambat sehingga muncul berbagai macam masalah atau distress psikologis seperti stres, cemas, merasa terus khawatir, dan menimbulkan perasaan tidak nyaman. Keyakinan mahasiswa tentang keberhasilan dalam mengelola tuntutan tugas akademik mempengaruhi keadaan emosional, seperti stres, kecemasan, dan depresi, serta motivasi dan prestasi akademik (Bandura, 1997). Dengan begitu, diperlukan keyakinan akan kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, yang disebut dengan efikasi diri.

Menurut konsep Albert Bandura, efikasi diri adalah penilaian yang dibuat seseorang akan kemampuannya melaksanakan perilaku relevan terkait dengan tugas atau situasi tertentu. Orang dengan efikasi diri yang tinggi lebih mungkin untuk berusaha dan lebih termotivasi (Santrock, 2014; Baron, Branscombe & Byrne, 2011). Dibandingkan dengan mereka yang meragukan kemampuannya, mahasiswa dengan rasa keberhasilan dalam menyelesaikan tugas pendidikan lebih mungkin untuk terlibat, bekerja lebih keras, dan bertahan lebih lama dalam menghadapi kesulitan. (Bandura, 1977).

Penelitian yang dilakukan oleh Mahesti & Rustika (2020), mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi selama penyusunan skripsi cenderung mengembangkan berbagai perilaku yang resilien dan menganggap hambatan atau masalah yang ditemukan sebagai suatu tantangan bukan ancaman. Menurut Siddiqui (2015), orang dengan efikasi diri memiliki keterkaitan dengan keyakinan optimis tentang mampu mengatasi berbagai stresor sehingga mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai stresor serta mampu lebih adaptif sehingga dapat sejahtera secara psikologis. Sedangkan, rendahnya tingkat efikasi diri berkaitan dengan depresi, kecemasan dan ketidakberdayaan (Siddiqui, 2015), akibatnya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah mengalami berbagai tekanan psikologis, sehingga memiliki kesejahteraan psikologis lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi.

Penelitian sebelumnya tentang efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pernah dilakukan oleh Siddiqui (2015) terhadap mahasiswa dari Universitas Muslim Aligarh di India, hasilnya menunjukkan efikasi diri memiliki dampak positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dan juga ditemukan bahwa efikasi diri meningkatkan kesejahteraan psikologis. Lalu penelitian serupa pernah dilakukan oleh Milam, Cohen, Mueller, & Salles (2019) terhadap 179 residen bedah dari 9 subspecialisasi di California dimana residensi adalah waktu yang menantang dalam kehidupan dokter, disimpulkan bahwa ditemukan dampak positif efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis dan perasaan pencapaian pribadi.

Tingkat efikasi diri yang tinggi berkontribusi pada tingkat keterlibatan dan kepuasan hidup yang tinggi, jika efikasi diri rendah kesejahteraan psikologis juga rendah, jika efikasi diri tinggi kesejahteraan psikologis juga tinggi (Siddiqui, 2015). Namun, dalam beberapa penelitian terdahulu, pengukuran yang telah dilakukan menggunakan pengukuran efikasi diri secara general sehingga tidak dapat menggambarkan efikasi diri terhadap tugas yang lebih spesifik, khususnya bagaimana efikasi diri menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan paparan dan uraian diatas, pengaruh efikasi diri menyelesaikan skripsi dengan kesejahteraan psikologis terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menjadi kajian yang penting untuk diteliti karena mahasiswa yang sedang menyusun skripsi perlu memiliki keyakinan akan kemampuannya menyelesaikan skripsi karena dengan tingginya efikasi diri dapat mempengaruhi keadaan emosional, yang pada kenyataannya terdapat fenomena sebagian besar mahasiswa mengalami berbagai macam distress psikologis atau mahasiswa tidak sejahtera secara psikologis dikarenakan merasa tidak yakin akan kemampuannya. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa besar

pengaruh efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan kausalitas non eksperimental. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengontrak skripsi di Universitas Islam Bandung yang berjumlah 2.972 mahasiswa.

Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Proportional Sampling* diperoleh jumlah sampel akhir dalam penelitian sebanyak 327 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh variabel bebas (*independent*) yaitu efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap variabel terikat (*dependent*) kesejahteraan psikologis.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *General Self-Efficacy Scale* Versi Indonesia (GSES) oleh Novrianto, Maretih & Wahyudi (2019) yang kemudian dimodifikasi oleh peneliti dengan hasil Alpha Cronbach 0.921 dan *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang telah diadaptasi oleh Rachmayani & Ramadhani (2014).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis

Berikut adalah hasil penelitian mengenai pengaruh efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap kesejahteraan psikologis, yang diuji menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Tabel 1. Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	80198.681	1	80198.681	284.049	.000 ^b
	Residual	91760.940	325	282.341		
	Total	171959.621	326			

a. Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis

b. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa bahwa nilai F hitung = 284.049 dengan tingkat signifikansi sebesar $.000 < .05$, maka terdapat pengaruh variabel Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi (X) terhadap variabel Kesejahteraan Psikologis (Y) yang artinya mahasiswa yang memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam peningkatan dalam suatu tugas yang dihadapi, memiliki keyakinan dalam menghadapi hambatan, dan memiliki keyakinan berdasarkan pembelajaran yang diperoleh dari pengalaman sebelumnya akan dapat menghadapi berbagai stresor, mampu mengatasi keadaan emosional seperti stres dan rasa frustrasi, dan mampu adaptif dalam menghadapi tuntutan tugas yang sedang dihadapi yaitu skripsi.

Tabel 2. Koefisien Determinasi Pengaruh Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi terhadap Kesejahteraan Psikologis

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.683 ^a	.466	.465	16.803

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa koefisien determinasi (*R Square*) sebesar .466, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi (X) terhadap variabel Kesejahteraan Psikologis (Y) adalah sebesar 46.6%. Oleh karena itu, 53.4% diantaranya dapat dijelaskan oleh faktor-faktor lainnya. Salah satu faktor yang dapat menjadi prediktor bagi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Eva, Shanti, Hidayah, dan Bisri (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, dalam dukungan sosial, konseling sebaya merupakan salah satu yang dibutuhkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Tabel 3. Kategorisasi Efikasi Diri Menyelesaikan Skripsi

Efikasi Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	8.9	8.9	8.9
	Sedang	207	63.3	63.3	72.2
	Tinggi	91	27.8	27.8	100.0
	Total	327	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung sebagian besar berada dalam kategori efikasi diri menyelesaikan skripsi yang sedang yaitu sebanyak 207 responden (63.3%), artinya mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cukup memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi dan mengatasi hambatan yang ada selama menyelesaikan skripsi. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahesti dan Rustika (2020), dimana efikasi diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada memiliki taraf efikasi diri yang tinggi. Orang dengan efikasi diri yang tinggi lebih mungkin untuk berusaha dan lebih termotivasi (Santrock, 2014; Baron, Branscombe & Byrne, 2011). Selain itu, orang dengan tingkat efikasi diri yang tinggi memungkinkan mereka untuk melihat tantangan sebagai masalah yang harus dipecahkan daripada ancaman yang harus dihindari (Siddiqui, 2015).

Tabel 4. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	156	47.7	47.7	47.7
	Sedang	44	13.5	13.5	61.2
	Tinggi	127	38.8	38.8	100
	Total	327	100	100	

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung sebagian besar berada dalam kategori kesejahteraan psikologis yang rendah yaitu sebanyak 156 responden (47.7%), artinya mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatasi berbagai stresor serta keadaan emosional seperti stres dan rasa frustrasi serta kemampuan adaptif dalam menghadapi tuntutan tugas yang sedang dihadapi yaitu skripsi. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan terhadap mahasiswa tingkat akhir oleh Aulia & Panjaitan (2019) dimana hasilnya menunjukkan lebih dari separuh responden yaitu 52.8% memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, dan 47.2% memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah. Berdasarkan data tersebut, disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah masih banyak diantara mahasiswa yang sedang menyusun

tugas akhir atau skripsi. Orang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi (Ryff, 1989) akan menerima dirinya apa adanya, mengembangkan hubungan yang hangat dengan orang lain, mengatasi secara mandiri dengan lingkungan sosial mereka, mengontrol lingkungan eksternal mereka, menetapkan tujuan hidup, terus menyadari potensi mereka.

Tabel 5. Hasil Statistik Deskriptif Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Mandiri	327	16	4	20	12.03	4.065
Penguasaan Lingkungan	327	29	11	40	25.66	6.364
Pertumbuhan Pribadi	327	25	10	35	25.79	4.597
Hubungan Positif dengan Orang Lain	327	23	7	30	19.87	4.833
Tujuan Hidup	327	32	8	40	27.67	6.694
Penerimaan Diri	327	28	12	40	28.42	5.961

Berdasarkan hasil statistik deskriptif dari perhitungan *mean*, kemandirian (*autonomy*) menjadi dimensi dengan nilai terendah dalam penelitian ini, sehingga kemandirian dapat menjadi salah satu faktor mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Mengacu pada teori Ryff (1989), orang dengan dimensi mandiri yang rendah memiliki rasa khawatir tentang harapan dan evaluasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, menyesuaikan diri dengan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu. Proses penyelesaian skripsi menuntut mahasiswa untuk mandiri dan disiplin mengatur jadwal pencapaian target skripsi dengan melakukan survei lapangan atau observasi, berpikir logis dan rasional, serta melakukan proses konseling dengan pembimbing (Leo, 2013). Seseorang yang memiliki tingkat mandiri yang tinggi akan memiliki penguasaan diri dan independen, mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, mengatur perilaku internal, dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi (Ryff, 1989). Oleh karena itu, dalam menyelesaikan skripsi mahasiswa perlu mandiri dengan membuat keputusan penting, bertindak dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi diatas bergantung akan penilaian orang lain supaya mahasiswa dapat sejahtera secara psikologis.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Efikasi diri menyelesaikan skripsi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung sebagian besar berada dalam kategori sedang.
2. Kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung sebagian besar berada dalam kategori rendah.
3. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan tingkat signifikansi sebesar $.000 < .05$, maka terdapat pengaruh efikasi diri menyelesaikan skripsi terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Islam Bandung dengan kontribusi sebesar 46.6%.

Acknowledge

Peneliti berterima kasih kepada semua pihak yang sudah bersedia berpartisipasi dan memberikan dukungan, bantuan, serta bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Daftar Pustaka

- [1] Asmawan, A. (2017). Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi. Jurnal

- Pendidikan Ilmu Sosial, 26(2), 51-57. <https://doi.org/10.2317/jpis.v26i2.3331>
- [2] Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127-134. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- [3] Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi. (2019, September). Kriteria dan Prosedur IAPT 3.0. https://www.banpt.or.id/wp-content/uploads/2019/09/Lampiran-02-PerBAN-PT-3-2019-Kriteria-dan-Prosedur-IAPT-3_0.pdf
- [4] Bandura, A., Adams, N.E., & Beyer, J. (1977). Cognitive processing mediating Behavioral change. *Journal of personality and social Psychology*, 35, 124-139
- [5] Bandura. (1997). *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press: New York.
- [6] Baron, R. A., Byrne, D., & Branscombe, N. R. (2011). *Social Psychology 13th Edition*. Pearson Education: United States of America.
- [7] Bowman, N. A. (2010). The development of psychological well-being among first-year college students. *Journal of college student development*, 51(2), 180-200. <https://doi.org/10.1353/csd.0.0118>
- [8] Clemente, Miguel; Hezomi, Haleh (2016). Stress and Psychological Well-being: An Explanatory Study of the Iranian Female Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 4(1). <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000282>
- [9] Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122-131. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- [10] Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan sosial teman sebaya dengan self efficacy dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9(1), 37-45. <https://doi.org/10.24036/rapun.v9i1.10378>
- [11] Khairun, D. Y., & Al Hakim, I. (2022). Kemampuan Mahasiswa Menyusun Proposal Skripsi Pada Mata Kuliah Seminar Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling* 7 (1). <http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v7i1.14611>
- [12] Lukihardiant, Arie & Yulianto, Agus. (2017, Februari). Tingkat Kelulusan Tepat Waktu di Unisba Capai 60 Persen. <https://www.republika.co.id/berita/olz8ox396/tingkat-kelulusan-tepat-waktu-di-unisba-capai-60-persen>
- [13] Mahesti, N. P. R. E., & Rustika, I. M. (2020). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 53-65. <https://doi.org/10.24843/JPU.2020.v07.i02.p06>
- [14] Milam, L. A., Cohen, G. L., Mueller, C., & Salles, A. (2019). The relationship between self-efficacy and well-being among surgical residents. *Journal of surgical education*, 76(2), 321-328. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2018.07.028>
- [15] Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas konstruk instrumen general self efficacy scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1-9. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v15i1.6943>
- [16] Pratiwi, D. E., & Roosyanti, A. (2019). Analisis Faktor Penghambat Skripsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(1), 101-114. <https://doi.org/10.21009/10.21009/JPD.081>
- [17] Rachmayani, D., & Ramadhani, N. (2014). Adaptasi bahasa dan budaya skala psychological well-being [Seminar Nasional Psikometri]. ResearchGate. <https://www.researchgate.net/publication/313599062>
- [18] Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- [19] Siddiqui, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among

- undergraduate students. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 5-16. <https://doi.org/10.25215/0203.040>
- [20] Umriana, A. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin. *At-Taqaddum*, 11(2), 186-233. <https://doi.org/10.21580/at.v11i2.4566>
- [21] Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Wasis: jurnal ilmiah pendidikan*, 1(1), 14-18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- [22] Wardi, R., & Ifdil, I. (2016). Stress conditions in students completing thesis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 190-194. <https://doi.org/10.24127/gdn.v6i2.512>
- [23] Safira, Gita. (2021). Pengaruh *Academic Self Efficacy* terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109-118.