

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN OPTIMISME DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF MAHASISWA KEPERAWATAN TAHUN PERTAMA

Oswaldo Lerry Masambe, I Gede Purnawinadi*

Fakultas Keperawatan, Universitas Klabat, Airmadidi, Minahasa Utara 95371, Indonesia

*Email: purnawinadi87@unklab.ac.id

Abstract

In facing changes during the lecture period, first year students usually develop unstable emotional states such as self-efficacy and optimism which can affect the subjective well-being of the student. The aim of the research was to determine the relationship between efikasi diri and optimism and subjective well-being in first year nursing students at Klabat University. This research is a quantitative type with a cross sectional approach. The sample was determined using a purposive sampling technique with a total of 120 samples. The research results showed that the majority of students (55.8%) had low self-efficacy, the level of student optimism (61.7%) was predominantly in the high category, and the level of subjective well-being (50.8%) was predominantly low. The results of the research show that there is a significant relationship between self-efficacy and optimism and subjective well-being in first year nursing students at Klabat University. It is recommended that first year nursing students increase self-efficacy and optimism in order to achieve a stable condition of subjective well-being in facing lectures.

Keywords: First Year Students, Optimism, Self-Efficacy, Subjective Well-Being

Abstrak

Dalam menghadapi perubahan pada masa perkuliahan, biasanya mahasiswa tahun pertama akan memunculkan keadaan emosi yang tidak stabil diantaranya seperti efikasi diri dan optimisme yang dapat berpengaruh pada kesejahteraan subjektif dari mahasiswa tersebut. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat. Penelitian ini merupakan jenis kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel ditetapkan melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah 120 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dominan mahasiswa (55,8%) memiliki efikasi diri yang rendah, tingkat optimisme mahasiswa (61,7%) dominan dalam kategori tinggi, dan tingkat kesejahteraan subjektif (50,8%) dominan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan optimisme dengan Kesejahteraan subjektif pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat. Direkomendasikan untuk mahasiswa keperawatan tahun pertama dapat meningkatkan efikasi diri dan optimisme agar tercapainya kondisi kesejahteraan subjektif yang stabil dalam menghadapi perkuliahan.

Kata kunci : Efikasi Diri, Kesejahteraan Subjektif, Mahasiswa Tahun Pertama, Optimisme

Pendahuluan

Mahasiswa merupakan pelajar yang sudah dewasa di tingkat perguruan tinggi, berkembang secara emosional, psikologis, fisik, dan kemandirian. Dalam menghadapi perubahan pada masa perkuliahan, biasanya mahasiswa tahun pertama akan memunculkan keadaan emosi yang tidak stabil serta bersifat negatif dan merupakan faktor yang dapat menimbulkan rendahnya kesejahteraan subjektif (Hou, 2016).

Menurut Kulaksizoglu (2014), kecenderungan mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa lainnya. Diener (2012), menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif yang rendah memiliki hubungan dengan berbagai permasalahan psikologis yang dialami. Kesejahteraan subjektif merupakan penilaian yang dilakukan individu terhadap kehidupannya sendiri (Diener & Chan, 2011). Kesejahteraan subjektif juga merupakan pengalaman kegembiraan, kepuasan, atau kesejahteraan positif yang dikombinasikan dengan perasaan bahwa hidup seseorang adalah baik, bermakna, dan berharga (Maddux, 2018). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan penilaian positif individu terhadap diri sendiri berdasarkan pengalaman yang didapatkan.

Selain dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal seperti dukungan sosial, kesejahteraan subjektif juga dipengaruhi oleh faktor-faktor internal yang ada di dalam diri individu yaitu personality, self esteem, forgiveness dan optimisme (Compton & Hoffman, 2013). Selain faktor-faktor internal yang diatas Efikasi diri juga sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tahun pertama.

Menurut Bandura (2009), efikasi diri merupakan keyakinan individu untuk mampu mengendalikan situasi, tindakan dan mencapai tipe kerja yang dimaksud. Hoyle, (2010) mengungkapkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu dengan kemampuannya untuk memperoleh hasil yang diharapkan dengan usahanya sendiri. Dengan demikian efikasi diri dapat diartikan sebagai keyakinan individu terhadap diri sendiri.

Banyak penelitian yang telah dilakukan dapat membuktikan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan subjektif (Santos, Magramo Jr., Oguan Jr., & Paat, 2014) Sehingga efikasi diri menjadi faktor penting yang berhubungan dengan kesejahteraan subjektif. Selain efikasi diri, optimisme juga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kesejahteraan subjektif. Optimisme adalah salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik (Daraei & Ghaderi, 2012).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Novrianto (2018), didapati hasil gambaran efikasi diri, dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi berganda (*multiple regression*). Hasil analisis menunjukkan bahwa efikasi diri dan optimisme secara bersama dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa tahun pertama ($F(2, 369) = 53.920$; $p < 0.01$). Nilai Adjusted R Square sebesar 0.222 menunjukkan bahwa efikasi diri dan optimisme dapat menjelaskan subjective well-being sebesar 22.2%, sedangkan sisanya 77.8% ditentukan oleh variabel lain. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai β pada setiap

prediktor positif, artinya terdapat hubungan positif antara masing-masing prediktor terhadap variabel terikat. Selain itu, diketahui pula bahwa efikasi diri memiliki kontribusi yang lebih besar ($\beta=0.403$; $p<0.01$). Didapati bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self- efficacy dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tahun pertama. Sementara itu penelitian dari Liu, Cheng, Hsu, Chen, Jie Liu dan Yu (2018) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan optimisme dengan shyness dan kesejahteraan subjektif pada orang Cina dewasa yang telah bekerja. Penelitian yang dilakukan Görgens-Ekermans & Steyn (2016) juga menyatakan bahwa efikasi diri dan optimisme memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif di tempat pekerjaan.

Berdasarkan teori hierarki kebutuhan dasar manusia menurut Maslow (2013) dalam tingkatan ke empat yaitu kebutuhan harga diri. Kebutuhan harga diri ini berhubungan dengan hasrat untuk memiliki citra positif dan menerima perhatian, pengakuan, dan apresiasi dari orang lain. Jika tidak terpenuhi maka individu akan merasa tak berdaya dan rendah diri dalam melakukan aktivitas di lingkungannya. Stuart (2013) mengatakan harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai yaitu dengan menilai seberapa jauh perilaku individu tersebut untuk memenuhi tujuan idealnya. Maka dari itu berdasarkan teori Roy (2008) sebagai perawat di harapkan berperan untuk membantu pasien dalam meningkatkan adaptasi individu terhadap kebutuhan harga dirinya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 21-22 September 2020 melalui media whatsapp terhadap 10 orang mahasiswa keperawatan tahun pertama yang berkuliah aktif di

Universitas Klabat, didapati bahwa 7 orang mahasiswa menyampaikan keluhan bahwa kurang optimis dan kurang percaya diri sehingga menyebabkan kurang puas terhadap diri sendiri pada saat kuliah. Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dibahas sebelumnya dan karena kurangnya penelitian yang membahas tentang kesejahteraan subjektif, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “hubungan efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat.”

Metode

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional yang merupakan cara pengambilan data dengan sekali waktu untuk semua data variabel penelitian (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat yang berjumlah 123 mahasiswa, yang aktif terdaftar pada tingkat pertama tahun ajaran 2020/2021. Penelitian ini menggunakan cara pengambilan sampel purposive sampling yaitu teknik penetapan sampel dari antara populasi berdasarkan kriteria sesuai dengan tujuan penelitian dan dapat mewakili populasi dengan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus slovin untuk penentuan sampel didapatkan hasil untuk penelitian ini yaitu sampel minimal berjumlah 95 mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat. Pada penelitian ini peneliti menggunakan 120 mahasiswa dari total 123 mahasiswa sebagai responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat yang bersedia ikut dalam penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi adalah mahasiswa yang sakit pada saat penelitian dan tidak mendaftar kuliah.

Instrumen yang dipakai pada penelitian ini merupakan kuesioner kesejahteraan subjektif yang diadopsi dari *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) yang dikembangkan oleh Watson, Clark dan Tellegen (1998) dan telah dialihbahasakan oleh Riangga Novrianto. Kuesioner ini telah divalidasi dengan koefisien validitas 0,49-0,73 ($p < 0,01$) dan nilai Cronbach alpha 0,771 untuk skala PA dan 0,883 untuk skala NA. Instrumen ini terdiri aitem-aitem yang mengukur afek positif (skala PA) dan aitem-aitem yang mengukur afek negatif (skala NA). Skala PANAS terdiri dari 10 butir afek positif (PA: butir nomor 1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19) dan 10 butir afek negatif (NA: butir nomor 2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20). Model dimensi emosi memandang mood sebagai dua dimensi bipolar, dengan PA merujuk pada keadaan antusias, aktif, dan waspada sedangkan NA merujuk pada keadaan yang secara subjektif dirasakan menekan dan tidak menyenangkan. Baik PA maupun NA dapat dibarengi dengan level ketergugahan (arousal) emosi yang tinggi maupun rendah. Makin tinggi skor total dari masing-masing dimensi, makin tinggi mood partisipan pada dimensi tersebut. Skala ini terdiri dari sejumlah kata yang menggambarkan perasaan dan emosi yang berbeda-beda. Nyatakan dalam rentang angka 1 (sangat sedikit atau tidak sama sekali), 2 (sedikit), 3 (agak), 4 (agak banyak), sampai 5 (sangat) sejauh mana kesesuaian antara setiap butir pernyataan dengan perasaan dan emosi responden.

Dalam mengukur tingkat kesejahteraan subjektif responden, peneliti mengadopsi kuesioner Satisfaction with Life Scale yang dikembangkan oleh Diener, Emmons, Larsen dan Griffin (1985) dan telah dialih bahasakan oleh Ritta Adriana Nuriasta dan sudah di validasi dengan nilai Cronbach alpha 0,748. Kuesioner ini mengukur dimensi kognitif kesejahteraan subjektif.

Satisfaction with Life Scale (SWLS) terdiri atas 5 item dengan 7 skala jawaban yang memiliki kategorisasi 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (agak tidak setuju), 4 (netral), 5 (agak setuju), 6 (setuju), dan 7 (sangat setuju). Instrumen ini disusun dengan menggunakan jenis skala Likert dan menghasilkan data yang bersifat ordinal.

Peneliti mengadopsi instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu General efikasi diri scale (GSE) yang berisi daftar pernyataan yang mengarah pada efikasi diri yang diadaptasi dari Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan telah di validasi oleh Novrianto (2019) dengan koefisien validitas 0,49-0,73 ($p < 0,01$) dan nilai Cronbach alpha 0,867. Skala ini disusun berdasarkan modifikasi model Likert yang disusun dalam lima (5) alternatif jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), N (Netral), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Penilaian diberikan pada pernyataan yang mengukur efikasi diri, yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 5, S (Sesuai) memperoleh skor 4, N (Netral) memperoleh skor 3, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 1.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini dikembangkan oleh Scheier, Carver, dan Bridges (1994) yaitu Life-Orientation Test Revised (LOT-R) yang dialih bahasakan dan divalidasi oleh Erni J. Simanjuntak dengan nilai Cronbach alpha 0,761. Kuesioner ini terdiri dari 10 aitem yang masing-masing mengukur optimisme dengan bentuk pernyataan favorable sebanyak 3 aitem, bentuk pernyataan unfavorable sebanyak 3 aitem, dan 4 aitem filler yang berfungsi untuk menyamarkan tujuan pengukuran. Responden menilai setiap aitem dengan skala 4 poin: 0 (sangat tidak setuju), 1 (tidak setuju), 2 (netral), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Aitem 3, 7, dan 9 diberi skor terbalik

(atau dinilai secara terpisah sebagai ukuran pesimisme). Aitem 2, 5, 6, dan 8 adalah aitem pengecoh dan tidak boleh diberi skor.

Gambaran efikasi diri, optimisme dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat, peneliti menggunakan rumus mean kemudian dikategorikan serta menggunakan rumus persentase untuk melihat gambaran variable, sedangkan untuk analisis hubungan efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat, peneliti menggunakan rumus pearson correlation karena data variabel berdistribusi normal.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis deskriptif mengenai gambaran efikasi diri, optimisme, dan kesejahteraan subjektif mahasiswa keperawatan tahun pertama dapat dilihat pada tabel-tabel dibawah ini.

Tabel 1.

Gambaran Tingkat Efikasi Diri Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama

Efikasi Diri	Frekuensi	Persen (%)
Rendah	67	55,8
Tinggi	53	44,2
Total	120	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari total 120 responden terdapat 67 mahasiswa (55.8%) tingkat efikasi diri rendah dan 53 mahasiswa (44.2%) tingkat efikasi diri tinggi. Sesuai dengan hasil uji statistik didapatkan bahwa kategori tingkat efikasi diri pada mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat paling banyak berada pada kategori rendah. Novrianto (2018), menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas, sementara individu yang memiliki

efikasi diri yang tinggi akan cenderung terlibat langsung dalam menghadapi tugas. Begitu juga Retno (2017), menjelaskan bahwa individu dengan efikasi diri yang rendah akan cenderung menghindari tugas dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul, sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung melakukan sesuatu dengan usaha yang besar dan penuh tantangan. Dalam hasil penelitian Gumantara (2017), didapatkan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung menganggap bahwa hal yang mudah dikerjakan akan terasa sulit untuk diselesaikan dari biasanya. Akibatnya akan timbul rasa kecemasan dan ketakutan dalam melakukan segala aktivitas hidup.

Berdasarkan hasil jawaban dari responden pada kuesioner, item yang paling sering dijawab dengan nilai terendah dengan mean < 3,73 menjadi indikator mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat memiliki efikasi diri yang rendah karena mereka sulit mencapai tujuan, kurang yakin dapat bertindak dan cara menghadapi masalah dengan baik dalam situasi tak terduga, dan kurang tenang dan minimnya ide ketika menghadapi kesulitan sebagai masalah. Individu dengan self- efficacy yang rendah cenderung menganggap bahwa hal yang mudah dikerjakan begitu terasa sulit untuk diselesaikan. Akibatnya akan timbul rasa kecemasan dan ketakutan dalam melakukan segala aktivitas hidup (Dinther, Dochi, & Segers, 2011).

Tabel 2.

Gambaran Optimisme Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama

Optimisme	Frekuensi	Persen (%)
Rendah	46	38,3
Tinggi	74	62,7
Total	120	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari total 120 responden terdapat 46 mahasiswa (38.3%) tingkat optimisme rendah dan 74 mahasiswa (61.7%) tingkat optimisme tinggi. Sesuai dengan hasil uji statistik didapati bahwa kategori tingkat optimisme pada mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat paling banyak berada pada kategori tinggi.

Mahasiswa dengan optimisme tinggi memiliki kesadaran dalam peningkatan keberhasilan kehidupan. Sebaliknya, mahasiswa dengan optimisme rendah cenderung memperlihatkan sikap tidak peduli, ketidaksiapan dalam perencanaan, dan persiapan di dunia perkuliahan (Perera & McIlveen, 2014). Berdasarkan hasil jawaban dari responden pada kuesioner, item yang paling sering dijawab dengan nilai tertinggi dengan mean $>2,83$ yang menjadi indikator mahasiswa Fakultas Keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat memiliki optimisme yang tinggi karena mereka selalu berharap yang terbaik ketika dalam situasi ketidakpastian, selalu optimis dengan masa depan, selalu berharap hal-hal yang baik dan positif akan lebih sering terjadi daripada hal yang buruk.

Tabel 3.
Gambaran Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama.

Kesejahteraan Subjektif	Frekuensi	Persen (%)
Rendah	61	50,8
Tinggi	59	49,2
Total	120	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari total 120 responden terdapat 61 mahasiswa (50.8%) tingkat kesejahteraan subjektif rendah dan 59 mahasiswa (49.2%) tingkat kesejahteraan subjektif tinggi. Sesuai dengan hasil uji statistik didapati bahwa kategori tingkat kesejahteraan subjektif pada mahasiswa

fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat paling banyak berada pada kategori rendah.

Kesejahteraan subjektif merupakan kombinasi dari afek positif yang tinggi, rendahnya afek negatif, dan kepuasan hidup. Ketika individu memiliki banyak perasaan yang menyenangkan dan hanya sedikit rasa sakit serta merasa puas dengan kehidupannya maka individu tersebut akan merasakan kesejahteraan subjektif yang tinggi sebaliknya, jika individu memiliki sedikit perasaan yang menyenangkan dan banyak menerima rasa sakit serta merasa tidak puas dengan kehidupannya maka individu tersebut akan merasakan kesejahteraan subjektif yang tinggi (Maddux, 2018). Berdasarkan hasil jawaban dari responden pada kuesioner, item yang paling sering dijawab dengan nilai terendah dengan mean $<3,81$ adalah tertarik, tertekan, bergairah, sedih, kuat, bersalah, ngeri, bermusuhan, antusias, bangga, jengkel, waspada, malu, terinspirasi, gugup, tekun, perhatian, gelisah, aktif, takut dan pertanyaan kognitif nomor 5. Peneliti berasumsi mengapa sampai mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat memiliki subjective yang rendah karena mereka hampir tidak dapat mengubah apapun dalam kehidupan mereka.

Tabel 4.
Analisis Hubungan Efikasi Diri dengan Kesejahteraan Subjektif

Variabel	N	r	p-value
Efikasi diri dan Kesejahteraan subjektif	120	0,522	0,000

Pada tabel 4 diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha < 0.05$), berdasarkan nilai signifikan yang didapatkan maka menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Keperawatan tahun pertama di

Universitas Klabat. Nilai koefisien korelasi 0,522 menunjukkan bahwa hubungan efikasi diri dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat memiliki kekuatan hubungan sedang dan memiliki arah positif yang berarti bahwa semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif demikian juga sebaliknya.

Dalam penelitian Novrianto (2018) didapati bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tahun pertama dengan p value 0,000. Penelitian dari Santos et al., (2014) juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa. Efikasi diri memiliki hubungan yang lebih tinggi dengan kesejahteraan subjektif sepanjang rentang kehidupan setiap individu (Maddux, 2013).

Tabel 5.
Analisis Hubungan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif

Variabel	N	r	p -value
Optimisme dan Kesejahteraan subjektif	120	0,196	0,032

Pada tabel 10 diperoleh nilai p -value = 0,032 ($\alpha < 0.05$), berdasarkan nilai signifikan yang didapatkan maka menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara optimisme dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat. Nilai koefisien korelasi 0,196 menunjukkan bahwa hubungan optimisme dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat memiliki kekuatan hubungan sangat lemah dan memiliki arah positif yang berarti bahwa semakin tinggi optimisme maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif

demikian juga sebaliknya. Dalam penelitian Novrianto (2018) optimisme memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif dengan nilai p value 0,007. Dengan memiliki optimisme yang baik dapat mengarahkan kepada peningkatan kesejahteraan subjektif karena adanya pengharapan bahwa masa depan yang akan dihadapi berjalan dengan baik sehingga individu akan meningkatkan komitmen dan tetap teguh pada tujuan dan cenderung untuk mencapai tujuan tersebut (Dolcos, Moore, & Katsumi, 2018). Bila dibandingkan dengan individu yang pesimistis, individu optimis memiliki coping yang lebih efektif, kesehatan tubuh yang lebih baik, dan memiliki pengalaman yang lebih baik dengan orang lain (Carver, 2010). Individu yang lebih optimis dalam menyikapi masa depannya dan memiliki harapan cenderung lebih bahagia dan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dari individu lainnya (Compton & Hoffman, 2013).

Kesimpulan dan Rekomendasi

Efikasi diri pada mahasiswa fakultas keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat dominan tingkat kategori yang rendah namun optimisme dominan memiliki tingkat yang tinggi, sedangkan kesejahteraan subjektif juga dominan memiliki tingkat kategori yang rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Klabat.

Bagi mahasiswa tahun pertama diharapkan agar dapat meningkatkan efikasi diri dan optimisme yang akan membantu mahasiswa tahun pertama untuk mengendalikan afek negatif dan meningkatkan afek positif dan kepuasan hidup yang lebih baik agar tercapainya kondisi kesejahteraan subjektif yang stabil dalam menghadapi kehidupan

perkuliahan. Demikian juga untuk instisusi pendidikan kiranya dapat memberikan motivasi kepada mahasiswa tahun pertama

agar dapat mempertahankan efikasi diri dan optimisme agar tercapainya kesejahteraan subjektif yang baik dalam dunia perkuliahan.

Referensi

- Bandura, A. (2009). Efikasi diri in Changing Societies. New York: Cambridge University Press.
<https://www.pdfdrive.com/efikasi-diri-in-changing-societies-researchgate-e14934512.html>
- Carver, C. S. (2010). Optimism . Clinical Psychology Review Vol 30, No.7, 879-889.
https://local.psy.miami.edu/faculty/ccarver/documents/10_CPR_Optimism.pdf.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing 2nd Edition. Belmont, CA: Wadsworth.
- Conghui Liu, Y. C. (2018). Optimism and efikasi diri mediate the association between shyness and kesejahteraan subjektif among Chinese working adults. PLOS ONE.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0194559>
- Diener, E. (2012). New findings and future directions for kesejahteraan subjektif research. American Psychologist, 590-597.
<https://doi.org/10.1037/a0029541>
- Diener, E. N. (2010). Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling. Journal of Personality and Social Psychology, 52-61.
<https://doi.org/10.1037/a0018066>.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. Journal of Personality Assessment, Vol. 49, No. 1. 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13.
- Görgens-Ekermans, G. &. (2016). Optimism, efikasi diri and meaningfulness: A structural model of kesejahteraan subjektif at work. Management Dynamics Volume 25 No 4, 34-51.
https://www.researchgate.net/publication/313679654_Optimism_self-efficacy_and_meaningfulness_a_structural_model_of_subjective_well-being_at_work.
- Hou, L. &. (2016). The influence of stressful life events of college students on kesejahteraan subjektif: The mediation effect of the operational effectiveness. Open Journal of Social Science, 70-76.
doi: 10.4236/jss.2016.46008..
- Kulaksizoğlu, A. &. (2014). Kesejahteraan subjektif levels of university students. Journal of Educational and Instructional Studies in the World, 25-34.
- Maddux, J. E. (2018). *Kesejahteraan subjektif and life satisfaction*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group .

- Maslow, A. H. (2013). Motivasi dan Kepribadian (Teori Motivasi dengan Pendekatan Hierarki Kebutuhan Manusia). Jakarta: PT. PBP.
- Novrianto, R. &. (2018). Efikasi diri dan Optimisme sebagai Prediktor Kesejahteraan subjektif pada Mahasiswa Tahun Pertama. Mediapsi, 83-91. DOI: <http://dx.doi.org/10.21776/ub.mps.2018.004.02.4>
- Novrianto, R. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale. Versi Indonesia. Jurnal Psikologi, Volume 15 Nomor 1, 1-9 <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/6943>
- Nursalam. (2016). Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Roy, C. &. (2008). The Roy Adaptation Model, 3 Edition. Canada: Pearson Prentice Hall.
- Santos, M. C., Magramo Jr., C. S., Oguan Jr., F., & Paat, J. J. (2014). Establishing the relationship between general selfefficacy and kesejahteraan subjektif among college students. Asian Journal of Management Sciences & Education, 1-12.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re evaluation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology, 67, 1063-1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Efikasi diri Scale. Dalam Measures in Health Psychology: A User's Portofolio, Causal and Control Beliefs. Windsor: NFER-NELSON.
- Stuart, G. W. (2013). Principles and Practice of Psychiatric Nursing (9 ed.). Missouri: Mosby, Inc.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect The PANAS Scales. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 54, No. 6. 1063- 1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>