

HUBUNGAN ANTARA PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS) DENGAN PRESTASI AKADEMIK SISWA KELAS XI DI SMAN 1 WAY LIMA

Octa Mala Reza¹, Siti Zahra bulantika², Joko Sutrisno AB³
¹²³STKIP PGRI Bandar Lampung
Email: 1octamalarez@gmail.com, 2Szahrabulantika@gmail.com,
3Jokosutrisnoab@gmail.com

Abstrak: Kesejahteraan psikologis (*psychological Well-Being*) menjadi salah satu bentuk kesejahteraan yang cukup relevan untuk tahap perkembangan remaja. Kesejahteraan yang dirasakan oleh remaja memiliki emosi yang positif serta dapat menumbuhkan rasa kepuasan hidup dan kebahagiaan, sehingga mengurangi perilaku negatif dan mengurangi perasaan depresi. Remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi merupakan seseorang yang dapat menerima dirinya apadanya serta dapat membentuk hubungan dengan orang lain dan mampu mewujudkan potensi yang ada pada dirinya secara berkala. Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif, Jadi penelitian pengaruh (korelasi) adalah penelitian dengan tujuan untuk memperoleh gambaran tentang hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini akan diteliti tidaknya hubungan antara Psychological Well Being terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima dapat diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis memiliki korelasi positif dan signifikan dengan prestasi belajar ($r=0,726$; $p<0,05$). Korelasi ini memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis, semakin tinggi pula prestasi akademis seseorang. Hasil ini sejalan dengan penelitian dilakukan oleh Fariba (2013), yang meneliti tentang pengaruh trait kepribadian, gaya belajar dan *psychological well-being* terhadap performa akademis pada siswa yang belajar secara virtual ($r=0,21$; $p<0,01$) dan pada Topham (2011) yang meneliti hubungan antara *psychological well-being* dengan prestasi akademik pada siswa yang baru mendaftar di UK University ($r=0,15$; $p<0,001$). Terdapat hubungan positif antara *psychological well being* dengan prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana di dapatkan bahwa *psychological well being* memiliki nilai Sig. $0,000 < 0,05$ dan memiliki pengaruh positif sebesar 52,6% terhadap prestasi akademik anak. Sehinggapadapdisimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima.

Kata kunci: Hubungan, *Psychological Well-Being*

Abstract: *Psychological Well-Being is a form of well-being that is quite relevant for the stages of adolescent development. Prosperity felt by adolescents has positive emotions and can foster a sense of life satisfaction and happiness, thereby reducing negative behavior and reducing feelings of depression. Adolescents who have high psychological well-being are someone who can accept themselves as they are and can form relationships with other people and are able to realize their potential on a regular basis. This research is a type of correlational research with a quantitative approach. the goal is to get an idea of the relationship between two or more variables. In this research, we will examine whether there is a relationship between Psychological Well Being and academic achievement of class XI students at SMAN 1 Way Lima. It can be seen that the level of psychological well-being has a positive and significant correlation with learning achievement ($r=0.726$; $p<0.05$). This correlation means that the higher the level of psychological well-being, the higher one's academic achievement. These results are in line with research conducted by Fariba (2013), who examined the effect of personality traits, learning styles and psychological well-being on academic performance in students who studied virtually ($r=0.21$; $p<0.01$) and in Topham (2011) who examined the relationship between psychological well-being and academic achievement in students who had just enrolled at UK University ($r=0.15$; $p<0.001$). There is a positive relationship between psychological well being and academic achievement of class XI students at SMAN 1 Way Lima. Based on the results of the*

simple linear regression test, it was found that psychological well being has a Sig value. 0.000 <0.05 and has a positive effect of 52.6% on children's academic achievement. So it can be concluded that psychological well-being influences the academic achievement of class XI students at SMAN 1 Way Lima.

Keywords: Relationship, Psychological Well-Being

PENDAHULUAN

Keluarga sebagai tempat anak memperoleh kenyamanan dan bergantung kemudian mengalami keretakan karena perceraian dapat memberikan pengaruh buruk pada perkembangan anak terutama pada psikologisnya. Pernyataan ini didukung oleh pendapat yang menyatakan bahwa hubungan keluarga yang buruk merupakan bahaya psikologis pada setiap usia terlebih pada usia remaja karena saat ini remaja laki-laki dan perempuan sangat tidak percaya pada diri sendiri dan bergantung pada keluarga untuk memperoleh rasa aman.

Perceraian tidak hanya berdampak bagi yang bersangkutan (suami-istri), namun juga melibatkan anak khususnya yang memasuki usia remaja. Perhatian orang tua kepada anak merupakan hal yang sangat penting, perkembangan karakter anak merupakan upaya yang perlu melibatkan semua pihak, baik keluarga inti maupun keluarga batin (kakek-nenek), sekolah, masyarakat dan pemerintah.

Keluarga sangat dibutuhkan perannya untuk membentuk suatu kepribadian positif anak. Kondisi keluarga tidak harmonis akan membuat anak kehilangan arah. Terlebih apabila kondisi keluarga yang mengalami broken home di sertai tindakan kekerasan. Tetapi dampak broken home yang terjadi dalam keluarga yang telah bercerai yaitu mengenai dampak terhadap kondisi psikologis dan prestasi akademik anak.

Anak yang berasal dari keluarga broken home, tidak jarang yang mengalami berbagai hambatan atau masalah dalam hidupnya khususnya dalam menghadapi masa krisis dan tugas perkembangannya. Hubungan keluarga yang kurang baik dapat menyebabkan anak mengembangkan hubungan yang

buruk dengan orang diluar rumahnya. Perilaku sosial remaja yang bermasalah disebabkan karena latar belakang keluarga yang broken home, seperti suka melanggar aturan sekolah, bicara kasar, suka melawan dan menantang, tidak sopan, malas sekolah, malas belajar, dan yang paling berpengaruh ialah psikologisnya terganggu serta prestasi akademiknya menurun.

Psikologis menjadi dampak utama yang melekat hingga usia dewasa awal dari keluarga yang broken home. Hasil terhadap anak-anak dari keluarga yang broken home menyatakan terdapat penilaian diri sebagai korban dan memiliki persepsi tidak akan mencapai kebahagiaan. Tidak terlibat dalam interaksi, menjadi penutup, gangguan emosi, dan lebih sensitif. Hal tersebut menunjukkan rendahnya kesejahteraan psikologis bagi individu dari keluarga broken home salah satu kesejahteraan yang harus diperhatikan pada anak anak dengan keluarga broken home adalah kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi menjadi sejahtera dengan sikap-sikap seperti penerimaan diri, bertujuan, hubungan positif, pribadi mandiri, dan bertumbuh.

Dalam kesejahteraan psikologis merupakan keadaan suatu mental seseorang yang mengacu pada hal yang positif, pada diri sendiri atau pada orang lain. Dalam suatu bidang pekerjaan, tugas, maupun belajar siswa harus memiliki keadaan mental yang optimal dan positif agar menjadikan prestasi siswa meningkat. Menjaga dan meningkatkan kesehatan mental siswa dapat meningkatkan prestasi akademik dan menurunkan tingkat stress pada siswa. Meningkatkan psikologis well being pada siswa dapat mengarahkan siswa untuk

meningkatkan prestasi akademik. Oleh karena itu berdasarkan kasus-kasus diatas maka peneliti perlu kiranya melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan psikological well being terhadap prestasi siswa terhadap prestasi akademik.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan psychological well-being terhadap prestasi akademik siswa. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara prestasi hubungan antara psychological well-being (kesejahteraan psikologis) terhadap prestasi akademik siswa. Penelitian ini tentu saja memiliki manfaat dan dapat dirasakan oleh manusia. Oleh

karna itu, penelitian ini akan memberikan saran yang dapat diterapkan dalam kehidupan siswa. berbagai masukan dalam penelitian ini dapat dimanfaatkan secara teoritis sebagai landasan ilmiah.

Psychological Well-being

Menurut Harlock (2004), psychological well-being merupakan bentuk kebahagiaan, keadaan sejahtera (*well being*) dan rasa kepuasan hati, kepuasan akan dapat diperoleh apabila harapan dan kebutuhan yang diinginkan individu terpenuhi. Menurut Houser (2005), psychological well being merupakan kesejahteraan psikologis individu yang berfokus pada realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*), dan aktualisasi diri (*self-aktualization*).

Psychological well being didefinisikan sebagai suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seseorang sebagai manusia yang mempunyai pengharapan untuk memperjuangkan masa depannya dimana kebahagiaan merupakan hasil dari *psychological well being* (Pinguart & Sorenson, 200).

Menurut Ryff (1989) manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan

psikologis yang baik adalah terbebas dari indikator, kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari rasa kuatir, tercapainya rasa kebahagiaan dan lain-lain, tetapi hal yang lebih penting untuk diperhatikan adalah hubungan positif dengan orang lain, penerimaan diri, otonomi dan kemampuan untuk memiliki rasa akan pertumbuhan pribadi.

Ryff mendefinisikan *psychological well being* melalui enam komponen, yaitu penerimaan diri, kemandirian, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, dan tujuan hidup (Snyder & Lopez, 2007)

Psychological well being adalah individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sebagaimana adanya, mampu mengendalikan prilakunya sendiri, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu menguasai lingkungan, mampu mengembangkan potensi diri serta memiliki tujuan dalam hidupnya. Individu yang memiliki *psychological well being* akan merasa bahagia, memiliki hubungan positif dengan orang lain dan puas dengan hidupnya (Ryff dalam Palupi, 2008).

Psychological well being adalah kemampuan individu dalam membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, dapat menerima diri sendiri apa adanya, mandiri terhadap tekanan sosial, memiliki arti dalam hidup serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff & Keyes, dalam Flannery, 2009)

Psychological well being dapat diartikan sebagai suatu bentuk kepuasan terhadap aspek-aspek hidup, keterikatan, harapan, rasa syukur stabilitas suasana hati, menimbulkan suasana bahagia pada diri seseorang, memiliki harga diri, optimisme, dan dapat mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki (Bartram & Boniwell, dalam Faturochman, 2012)

Komponen Psychological well being

Komponen-komponen psychological well being. Terdapat enam aspek menurut

Ryff (dalam Ryff & singer, 2008) dalam psychological well being yaitu : penerimaan diri (*self acceptance*), hubungann positif dengan orang (*positive relation with others*), pertumbuhan pribadi (*personal ground*), tujuan hidup (*purpose in life*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), otonomi (*Autonomy*).

- a. Penerimaan diri (Self Acceptance), Individu yang dapat menerima dirinya sendiri adalah individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, menerima dan mengakui berbagai aspek diri baik kualitas diri yang baik maupun buruk, serta dapat menerima secara positif tentang kehidupan masa lalu. Individu yang tidak dapat menerima dirinya sendiri adalah individu yang merasa kecewa dengan apa yang terjadi di masa lalu, merasa tidak puas dengan dirinya, merasa bermasalah dengan kehidupannya dan berharap menjadi orang yang berbeda dengan dirinya yang sekarang (Ryff, 1989).
- b. Hubungan positif dengan orang lain (positive relation with others), individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain terlihat mampu membina hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya, memperhatikan orang lain, menunjukkan empati dan serta dapat menjalin hubungan tibal balik, saling memberi dan menerima, sebaliknya individu yang tidak memiliki karakteristik sulit terbuka dengan orang lain, frustasi dalam hubungan interpersonal, merasa terasing, tidak peduli dengan orang lain, tidak bersedia menyesuaikan diri untuk mempertahankan suatu hubungan yang hangat dengan orang lain (Ryff, 1989).

Faktor-faktor yang mempengaruhi Psychological well being

Menurut Ryff (dalam, rahayu. 2008) faktor-faktor yang mempengaruhi

psychological well being seseorang adalah bahwa faktor-faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, stress, budaya dan dukungan sosial mempengaruhi psychological well being seseorang :

- a. Usia. Seseorang semakin bertambah usia seseorang maka semakin mengetahui kondisi yang terbaik bagi dirinya. Oleh karenanya, individu tersebut semakin dapat pula mengatur lingkungannya menjadi yang terbaik sesuai dengan keadaan dirinya. Individu yang berada dalam usia dewasa akhir memiliki skor psychological well being yang lebih rendah dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi: individu yang berada dalam usia dewasa madya memiliki skor psychological well being yang lebih tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan; individu yang berada dalam usia dewasa awal memiliki skor yang lebih rendah dalam dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan dan memiliki skor psychological well being yang lebih tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi. Dimensi penerimaan diri dan dimensi hubungan positif dengan orang lain tidak memperlihatkan adanya perbedaan seiring dengan pertambahan usia (Ryff dalam Rahayu. 2008).

Prestasi Akademik Siswa

Slameto (2003) menyatakan bahawa “belajar adalah proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi lingkungannya”

Sedangkan menurut Suryabrata (2006) prestasi akademik adalah hasil belajar terakhir yang dicapai oleh siswa dalam jangka waktu tertentu, yang mana disekolah prestasi akademik siswa

biasanya dinyatakan dalam bentuk angka atau symbol tertentu.

Berdasarkan uraian yang disebutkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa prestasi akademik siswa yaitu proses belajar yang dicapai tidak dapat dipisahkan dari prestasi akademik, karena proses akademik siswa dipengaruhi oleh proses belajar itu sendiri. Suatu proses dimana proses belajar merupakan usaha yang dilakukan oleh seorang secara terus-menerus agar mendapatkan prestasi yang berakhir pada penilaian menggunakan dengan symbol atau bentuk angka.

Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Akademik siswa

a. Faktor-Faktor Mendukung Prestasi Akademik

Prestasi belajar merupakan hasil interaksi berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor-faktor yang mendukung proses dan hasil belajar dapat digolongkan menjadi empat, yaitu (1) bahan atau materi yang dipelajari; (2) lingkungan; (3) faktor instrumental; (4) kondisi peserta didik. Faktor-faktor tersebut baik secara terpisah maupun bersama-sama. memberikan kontribusi terhadap prestasi akademik peserta didik.

Makmun (1999) dikutip E. Mulyasa (2005: 190) mengemukakan komponen-komponen yang terlibat dalam pembelajaran, dan pengaruh terhadap prestasi akademik, adalah:

1. Masukan mentah (raw-input), menunjuk pada karakteristik individu yang mungkin dapat memudahkan atau justru menghambat proses pembelajaran.
2. Masukan instrumental, menunjuk pada kualifikasi serta kelengkapan
3. sarana yang diperlukan, seperti guru, metode, bahan atau sumber dan program: dan
4. Masukan lingkungan, yang menunjuk pada situasi, keadaan fisik dan suasana sekolah, serta hubungan dengan pengajar dan teman.

Indikator Prestasi Akademik Siswa

Indikator keberhasilan prestasi akademik siswa dalam hasil belajar adalah berupa nilai raport, indeks prestasi study, angka kelulusan, tingkat keberhasilan menurut (Azwar, 2004)

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik Siswa

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi interaksi belajar mengajar, yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi akademik juga dirumuskan oleh Winkel (1983) menjadi 3 bagian yaitu pihak murid, guru dan sekolah, namun dalam penelitian ini akan difokuskan pada sisi murid yakni sebagai berikut:

a. Taraf intelegensi

Dalam arti luas diartikan sebagai kemampuan mencapai prestasi-prestasi yang didalamnya berfikir memiliki peranan penting.

b. Motivasi belajar

Diartikan sebagai keseluruhan daya penggerak didalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arahan pada kegiatan belajar itu. Maka tujuan kegiatan siswa tercapai. Motivasi belajar sendiri sebagai motivasi instrinsik (didalam diri siswa) dan ekstrinsik (diluar siswa)

Fungsi penilaian prestasi akademik

Menurut Djiwando (2002), beberapa fungsi penilaian prestasi akademik adalah sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui taraf kesiapan siswa untuk menempuh tingkat pendidikan tertentu yaitu. 1) mengelompokkan siswa pada kelas berdasarkan tingkat kesiapan mereka, 2) mengetahui kelemahan dan kelebihan siswa, 3) sebagai dasar mengadakan diagnosa terhadap kesulitan belajar yang dihadapi siswa
- b. Untuk mendapatkan informasi dalam memberikan bimbingan tentang jenis pendidikan yang cocok untuk siswa

tersebut. Berdasarkan potensi yang dimiliki siswa dapat diperkirakan jurusan apa yang cocok untuk siswa melanjutkan pendidikan di kemudian hari

Ukuran prestasi akademik siswa

Menurut Azwar (1995) dapat dilihat atau diukur berdasarkan beberapa indikator, antara lain yaitu :

- a. Nilai rapor, dengan nilai raport kita dapat mengetahui prestasi belajar siswa siswa yang nilai raportnya baik dapat dikatakan prestasi tinggi
- b. Indeks prestasi akademik hasil belajar yang dinyatakan dalam bentuk angka atau symbol, indeks prestasi dapat digunakan tolak ukur prestasi siswa
- c. Angka kelulusan, predikat kelulusan merupakan status yang disandang oleh seseorang dalam menyelesaikan sesuatu yang ditentukan oleh besarnya indeks prestasi yang dimiliki

Macam-macam prestasi akademik siswa

Menurut Crow (1989), prestasi akademik dapat dikelompokkan dalam tiga jenis, yaitu:

- a. Kemampuan bahasa, semakin berkembangnya seseorang menuntut ia untuk memiliki penalaran yang lebih tinggi, hal tersebut sangat bergantung pada penggunaan bahasa. Bahasa adalah alat untuk membangun dan membentuk hubungan yang memperluas pengetahuan
- b. Kemampuan matematika, kemampuan berhitung mempunyai fungsi menekan berfikir dalam menghadapi situasi yang memerlukan pengalaman-pengalaman yang berhubungan dengan angka
- c. Kemampuan ilmu pengetahuan/sains, Melalui studi ilmu pengetahuan bertambahlah ilmu pengetahuan siswa tentang dunia

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2013: 326).

Sugiyono, (2011:147) mengemukakan bahwa “penelitian *expost facto* adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk meneliti peristiwa yang telah terjadi dan kemudian melihat ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut.” Lebih lanjut dikatakan *expost facto* karena di dalam penelitian ini, peneliti berusaha untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara *Psychological Well Being* terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima

Jadi penelitian pengaruh (korelasi) adalah penelitian dengan tujuan untuk memperoleh gambaran tentang hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini akan diteliti tidaknya hubungan antara *Psychological Well Being* terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima

Hasil yang diharapkan hanya merupakan gambaran dari hubungan antara *Psychological well being* terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima dan tidak dapat berlaku pada tempat lain, artinya gambaran itu hanya terbatas di SMAN 1 Way Lima

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian Deskripsi Hasil Penelitian

Sebelum dilakukannya kategorisasi pada variabel kesejahteraan *psychological well being* dan prestasi akademik siswa, maka perlu dilakukan

analisis deskriptif untuk mengelompokkan respon den pada kategori tinggi, sedang dan rendah. Berikut ini table pengelompokan responden berdasarkan nilai tertinggi dan nilai terendah :

Tabel Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Psychological Well-Being	70	66.00	123.00	98.0857	18.40112
Prestasi Akademik Siswa	70	57.00	213.00	115.0429	33.90457
Valid N (listwise)	70				

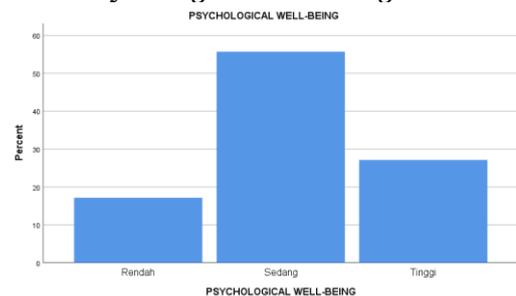
1. Psychological Well Being

Kategori tingkat *psychological well being* di bagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Berikut ini table kategorisasi data penelitian variabel kesejahteraan psikologis:

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	12	17.1	17.1	17.1
	Sedang	39	55.7	55.7	72.9
	Tinggi	19	27.1	27.1	100.0
Total		70	100.0	100.0	

Berdasarkan table di atas diketahui bahwa tingkat *psychological well being* yang tinggi sebanyak 27,1%, sedang sebanyak 55,7% dan rendah sebanyak 17,1%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima memiliki tingkat *psychological well being* pada kategori sedang yaitu sebanyak 55,7% atau sekitar 39siswa, artinya bahwa anak kelas XI di SMAN 1 Way Lima memiliki tingkat *psychological well being* yang cukup baik pada kategori sedang. Jika digambarkan dalam bentuk diagram maka sedangkan kategorisasi tingkat *psychological well being* dapat dilihat pada diagram di bawah ini:

Gambar 1. Diagram Tingkat Psychological Well Being



Tabel Tingkat Psychological Well Being

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Tingkat Prestasi Akademik

Kategori tingkat prestasi akademik siswadi bagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Berikut ini table kategorisasi data penelitian variable prestasi akademiksiswa:

Tabel Tingkat Prestasi Akademik
PRESTASI AKADEMIK SISWA

		Fre que ncy	Perc ent	Valid Perc ent	Cum ulativ e Perc ent
Valid	Rend ah	12	17.1	17.1	17.1
	Seda ng	44	62.9	62.9	80.0
	Ting gi	14	20.0	20.0	100.0
	Total	70	100. 0	100.0	

Berdasarkan table di atas di ketahui bahwa tingkat prestasi akademik siswa yang tinggi sebanyak 20%, sedang sebanyak 62,9% dan rendah sebanyak 17,1%. Sehingga dapat di simpulkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima memiliki tingkat prestasi akademik pada kategori sedang yaitu sebanyak 62,9% atau sekitar 44 siswa, artinya bahwa anak kelas XI di SMAN 1 Way Lima memiliki tingkat prestasia kademik yang cukup baik pada kategori sedang. Jika di gambarkan dalam bentuk diagram maka sebaran kategorisasi angka prestasi akademik siswadapat di lihat pada diagram di bawah ini:

Uji Hipotesis Penelitian

Uji hipotesis di lakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kesejahteraan psikologis (X) terhadap prestasi belajar (Y). Pengujian hipotesis di lakukan menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan melakukan perhitungan pada SPSS for windows versi 25. Hasil analisis regresi linier sederhana yang di dapatkan adalah sebagai berikut :

Tabel Model Summary

Model	R	R Squ are	Adjust ed R Square	Std. Error of the Estimate
1	.72 6 ^a	.526	.520	23.5018 8

a. Predictors: (Constant),
Psychological Well-Being

Berdasarkan table di atas dapat di ketahui bahwa nilai koefisien korelasi pearson $R = 0,726$ yang artinya terdapat hubungan dengan total sebesar 0,726. Selain itu, nilai R Square = 0,526 yang artinya terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis sebesar 52,6% terhadap prestasi belajar dan terdapat pengaruh dari faktor lain sebesar 47,4% yang tidak di teliti.

Berdasarkan perhitungan statistik, di dapatkan nilai Sig. $0,000 < 0,05$. Artinya variabel kesejahteraan psikologis berpengaruh terhadap variabel prestasi belajar. Sehingga dapat di simpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh terhadap prestasi belajar anak. Berdasarkan table *coefficients* tersebut dapat di ketahui nilai Nilai konstanta sebesar -16,088 menunjukkan bahwa prestasi belajar akan bernilai -16,088 jika kesejahteraan pikologis sama dengan nol. Koefisien regresi sebesar 1,337 artinya setiap penambahan nilai kesejahteraan psikologis sebesar satu maka nilai prestasi belajar akan bertambah sebesar 1,337. Selain itu, dalam table tersebut terdapat nilai t-hitung sebesar $8,695 > t\text{-tabel } 1,995$ yang artinya terdapat pengaruh variabel kesejahteraan psikologis terhadap prestasi belajar. T-hitung memiliki nilai yang positif artinya terdapat pengaruh yang positif antara variabel kesejahteraan psikologis terhadap prestasi belajar. Sehingga dapat di simpulkan bahwasemakin tinggi tingkat kesejah teraan psikologis maka prestasi belajar anak akan semakin tinggi

Pembahasan

Berdasarkan pengujian di atas, dapat diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis memiliki korelasi positif dan signifikan dengan prestasi belajar ($r=0,726$; $p<0,05$). Korelasi ini memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis, semakin tinggi pula prestasi akademis seseorang. Hasil ini sejalan dengan penelitian dilakukan oleh Fariba (2013), yang meneliti tentang pengaruh trait kepribadian, gaya belajar dan *psychological well-being* terhadap performa akademis pada siswa yang belajar secara virtual ($r=0,21$; $p<0,01$) dan pada Topham (2011) yang meneliti hubungan antara *psychological well-being* dengan prestasi akademis pada siswa yang baru mendaftar di UK University ($r=0,15$; $p<0,001$). Artinya, meskipun menggunakan latar teori yang berbeda, tetap ditemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara *psychological well-being* dengan prestasi akademis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

Terdapat hubungan positif antara *psychological well being* dengan prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana di dapatkan bahwa *psychological well being* memiliki nilai Sig. $0,000 < 0,05$ dan memiliki pengaruh positif sebesar 52,6% terhadap prestasi akademik anak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh terhadap prestasi akademik siswa kelas XI di SMAN 1 Way Lima

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, maka penulis dapat mengemukakan beberapa rekomendasi, antara lain adalah :

1. Bagi Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa prestasi belajar anak dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis. Namun tidak menutup kemungkinan bahwa prestasi belajar juga dipengaruhi faktor lain selama berada di sekolah. Sehingga peneliti berharap kepada pihak sekolah untuk terus meningkatkan dan memaksimalkan prestasi belajar anak sesuai dengan minat dan bakatnya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif, sehingga hasil penelitian yang didapatkan berupa hasil objektif berdasarkan angka. Sedangkan penelitian mengenai kesejahteraan psikologis dan prestasi belajar pada anak, perlu dilakukan penelitian secara kualitatif. Hal tersebut dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya dikarenakan dapat menggali kesulitan yang dialami oleh siswa secara subjektif melalui wawancara. Sehingga penelitian kesejahteraan psikologis lebih mendalam karena mendapatkan hasil secara subjektif dari parasiswa secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman M, Pendidikan Bagi Anak Kesulitan Belajar, Jakarta: Rineka Cipta. 2003.
- Ahmadi, A dan Supriyono, W. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta 2013.
- Azza, Salsabila & Puspitasari “faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa sekolah dasar”. Jurnal pendidikan dan dakwah, 2. No 2 (2020)
- Dede, rahmat hidayat dan herdi. *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental Disekolah*, (Bandung , PT Remaja rosdakarya offset, 2013)

- Faizah, F. (2020). School well-being siswa sekolah dasar dan siswa menengah pertama pengguna system full day Scooling di Indonesia. *Jurnal kajian bimbingan konseling*. 5(1).
- Goleman,, Daniel (alih bahasa oleh T. hermaya). *Emotional intelegence: kecerdasan*
- Goleman, Daniel (alih bahasa oleh T. hermaya). *Emotional intelegence: kecerdasan emotional*. (Jakarta PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003). H.6
- Grabel, B. F. (2017). The relationship between well-being and academic achievenment A systematic review. *University of twente*. Disadur dari : <https://www.researchgate.net/publication/329058051>.
- Hamdana, F., & alhamdu. (2015). Subjective well-being dan prestasi belajar siswa akselarasi MAN 3 Palembang . *jurnal psikologi islam UIN Raden fatah Palembang*. (1)2, 115-124.
- Irma Yani, Ade. “*psychologichal well-being* mahasiswa ma’had al-jami’ah iain bengkulu”. Skripsi, iain bengkulu, 2021.
- Mariyanti, sulis. “profil psychological well being mahasiswa regular program studi psikologi semester ldi universitas esa unggul.” *Jurnal psikologi* 15, no. 3 (2017).
- Sepdi, Putra Anugerahnu & Rudangta Arianti. “hubungan antara psychological well-being dengan engagement learning pada mahasiswa” *jurnal Psikologis konseling*19, no.2 (2021)
- Yulia, Ayriza. dkk “ well-being, kualitas tidur dan prestasi akademik mahasiswa baru universitas negeri Yogyakarta”. Skripsi UNY, (2018).