

**PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**



Oleh

Fahma Mutia Wardah

NIM. 200401110289

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2024**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

**Fahma Mutia Wardah**

**NIM. 200401110289**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

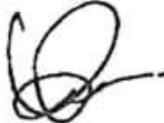
SKRIPSI

Oleh

Fahma Mutia Wardah

NIM. 200401110289

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Dr. Fathul Lubabin Nuqul, Ms</u> NIP. 197605122003121002		24 Mei 2024
Dosen Pembimbing 2 <u>Drs. H. Yahya, M.A</u> NIP. 196605181991031004		27 Mei 2024

Malang, 24 Mei 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Yusuf Ratu Agung, M.A

NIP. 198010202015031002

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

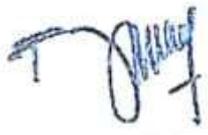
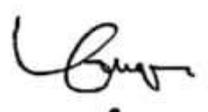
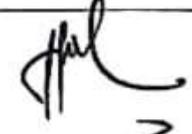
Oleh

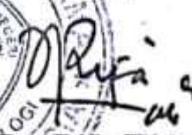
**Fahma Mutia Wardah**

**NIM. 200401110289**

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi Pada Tanggal 13 Juni 2024

**DEWAN PENGUJI SKRIPSI**

<b>Dosen Pembimbing</b>	<b>Tanda Tangan Persetujuan</b>	<b>Tanggal Persetujuan</b>
Sekretaris Ujian <u>Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si</u> NIP. 197605122003121002		9 Juli 2024
Ketua Penguji <u>Drs. H. Yahya, M.A</u> NIP. 196605181991031004		10 Juli 2024
Penguji Utama <u>Prof. Dr. H. Achmad Khudori Sholeh, M.Ag</u> NIP. 196811242000031001		17 Juli 2024

Disyahkan oleh,  
Dekan,  
  
**Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si**  
NIP. 197611282002122001



## **NOTA DINAS**

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Fahma Mutia Wardah  
NIM : 200401110289  
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diajukan dalam Sidang Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr. Wb

Malang, 23Mei 2024

Dosen Pembimbing 1,



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

## NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

*Assalamu'alaikum wr. wb*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PENGARUH *SUBJECTIVE WELL-BEING* DAN *PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT* TERHADAP *EFFICACY OF COMMUNICATION* PADA MAHASISWA S1 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Fahma Mutia Wardah  
NIM : 200401110289  
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diajukan dalam Sidang Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr. Wb

Malang, 23 Mei 2024  
Dosen Pembimbing 2,



Drs. H. Yahya, M.A

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fahma Mutia Wardah

NIM : 200401110289

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “**Pengaruh *Subjective Well-Being* dan *Parental Emotional Support* Terhadap *Efficacy of Communication* pada Mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 17 Juli 2024

Penulis



Fahma Mutia Wardah

NIM. 200401110289

**MOTTO**

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

## **PERSEMBAHAN**

Dengan segala kerendahan, Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Ibadah kepada Allah Swt dan Cinta Kasih Kepada Rasulullah Saw, Sungguh segala sholatku, ibadahku, hidup dan matiku untuk Tuhan Semesta Alam.
2. Kepada ayah dan Mamah tercintah yaitu Bapak Ahmad Yani, dan Ibu Aisah Alimi, Kepada nenek yaitu Ibu Necih, serta Adik-adik tersayang Adzkiya Altafunnisa, dan Abdi Muzib, tulus cinta dan kasih kalian sangat memotivasi perjuangan menuntut ilmu sebagaimana keyakinan Islam mengajarkan, semoga karya sederhana ini mampu menjadi bukti bahwa karena Allah Swt Ananda mencintai dan menyayangi kalian semua.
3. Kepada semua teman – teman yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu terimakasih atas dukungan dan semua pelajaran hidup yang saya dapatkan selama ini, semoga pencapaian hasil skripsi ini dapat menginspirasi kita semua dalam menjalankan berbagai peran dan tugas kekhalfah di bumi.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis hanturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M. A., selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, MA., selaku ketua Program Studi Fakultas Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Bapak Prof. Dr. H. Achmad Khudori Sholeh, M.Ag., selaku dosen wali sekaligus dosen penguji skripsi yang senantiasa memberi bimbingan dan semangat dalam menyelesaikan studi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
5. Bapak Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., selaku dosen pembimbing pertama skripsi sekaligus sekretaris penguji yang telah membimbing peneliti hingga akhir penelitian.
6. Bapak Drs. H. Yahya, M.A., selaku dosen pembimbing kedua skripsi sekaligus ketua penguji yang telah membimbing peneliti hingga akhir penelitian.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang berkenan membagikan ilmu pengetahuan dan pengetahuan yang dimilikinya kepada peneliti.
8. Teman-teman seperjuangan Psikologi 2020. Terima kasih banyak atas segala bantuan, dukungan, dan semangatnya selama proses pengerjaan

skripsi ini di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

9. Segenap pihak yang telah memberikan bantuan dan berjasa atas terselesaikannya tugas akhir ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala hal baik yang kalian semua berikan.

Semoga Allah SWT selalu memberikan limpahan kasih sayang, rahmat, karunia dan balasan yang berlipat atas kebaikan seluruh pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung. Aamiin Ya Robbal 'Alamin.

Malang, 17 Juli 2024

Fahma Mutia Wardah

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS .....	iv
NOTA DINAS .....	v
SURAT PERNYATAAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
ABSTRAK .....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	11
BAB II.....	13
KAJIAN TEORI.....	13
A. Subjective Well Being.....	13
1. Pengertian Subjective Well Being.....	13
2. Subjective Well-Being Dalam Perspektif Psikologi .....	14
3. Aspek-aspek Subjective Well Being .....	18
4. Faktor yang Mempengaruhi Subjective Well Being .....	19
5. Pengukuran Subjective Well-Being.....	26
B. Parental Emotional Support .....	28
1. Pengertian Emotional Support.....	28

2.	Parental Emotional Support Dalam Perspektif Psikologi .....	33
3.	Aspek-aspek Parental Emotional Support .....	37
4.	Faktor yang Mempengaruhi Parental Emotional Support .....	38
5.	Pengukuran Parental Emotional Support .....	39
C.	Efficacy of Communication .....	43
1.	Pengertian Efficacy of Communication .....	43
2.	Efficacy of Communication Dalam Perspektif Psikologi .....	47
3.	Aspek-aspek Efficacy of Communication.....	50
4.	Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Efficacy of Communication .....	53
5.	Pengukuran Efficacy of Communication .....	58
6.	Pengaruh Subjective Well Being dan Parental Emotional Support Terhadap Efficacy of Communication .....	61
D.	Hipotesis Penelitian.....	69
E.	Kerangka Berpikir.....	70
BAB III.....		71
METODE PENELITIAN.....		71
A.	Tipe Penelitian .....	71
B.	Identifikasi Variabel.....	72
C.	Definisi Operasional.....	73
D.	Subjek Penelitian.....	75
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	78
F.	Validitas Alat Ukur .....	82
G.	Reliabilitas Alat Ukur .....	83
H.	Analisis Data .....	84
1.	Analisa Deskriptif.....	84
2.	Uji Asumsi .....	86
3.	Uji Hipotesis .....	89
BAB IV .....		90
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		90
A.	Setting Penelitian .....	90
1.	Gambaran Umum Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang .	90
B.	Pelaksanaan Penelitian .....	95

1. Waktu dan Tempat .....	95
2. Subjek Penelitian .....	95
3. Deskripsi Sampel Berdasarkan Data Demografis .....	96
C. Pemaparan Hasil Penelitian.....	98
1. Validitas dan Reliabilitas.....	98
2. Analisis Deskriptif.....	100
4) Uji Asumsi.....	109
5) Uji Hipotesis.....	114
D. Hasil Pembahasan .....	119
BAB V.....	144
PENUTUP.....	144
A. Kesimpulan .....	144
B. Saran.....	146
DAFTAR PUSTAKA .....	148
LAMPIRAN – LAMPIRAN .....	155

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	75
Tabel 3. 2 Model Skala Likert: Subjective Well- Being.....	79
Tabel 3. 3 Model Skala Likert: Parental Emotional Support .....	79
Tabel 3. 4 Model Skala Likert: Efficacy of Communication.....	79
Tabel 3. 5 Blueprint Skala Subjective Well-Being .....	80
Tabel 3. 6 Blueprint Skala Parental Emotional support.....	81
Tabel 3. 7 Blueprint Skala Efficacy of Communication .....	82
Tabel 4. 1 Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	96
Tabel 4. 2 Deskripsi Berdasarkan Usia .....	96
Tabel 4. 3 Berdasarkan Deskripsi Tahun Angkatan.....	97
Tabel 4. 4 Berdasarkan Deskripsi Jurusan .....	97
Tabel 4. 5 Hasil Validitas .....	99
Tabel 4. 6 Hasil Reliabilitas .....	100
Tabel 4. 7 Hasil Analisis Deskriptif.....	101
Tabel 4. 8 Pedoman Kategorisasi Tingkat variabel .....	102
Tabel 4. 9 Kategorisasi Subjective Well-Being .....	102
Tabel 4. 10 Kategorisasi Parental Emotional Support .....	103
Tabel 4. 11 Kategorisasi Efficacy of Communication .....	104
Tabel 4. 12 Tabel Pearson Correlation Aspek Subjective Well-Being.....	105
Tabel 4. 13 Skor Beta Subjective Well-Being .....	105
Tabel 4. 14 Uji Pengaruh Aspek Subjective Well-Being.....	106
Tabel 4. 15 Pearson Correlation Aspek Parental Emotional Support .....	106
Tabel 4. 16 Skor Beta Parental Emotional Support .....	108
Tabel 4. 17 Uji Pengaruh Aspek Parental Emotional Support.....	108
Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas .....	110
Tabel 4. 19 Hasil Uji Linearitas .....	111
Tabel 4. 20 Hasil Uji Multikolinearitas.....	112
Tabel 4. 21 Hasil Uji F.....	115
Tabel 4. 22 Hasil Uji T.....	116
Tabel 4. 23 Hasil Standardized Coefficients Beta .....	117
Tabel 4. 24 Hasil Koefisien Determinasi Keseluruhan .....	117
Tabel 4. 25 Hasil Koefisien Determinasi Subjective Well-Being.....	118
Tabel 4. 26 Hasil Koefisien Determinasi Parental Emotional Support.....	118

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	70
Gambar 3. 1 Pengaruh Antar Variabel .....	73
Gambar 4. 1 Grafik PP-PLOT .....	110
Gambar 4. 2 Grafik Scatterplot .....	114

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Pengukuran .....	155
Lampiran 2 Uji Validitas.....	158
Lampiran 3 Uji Reliabilitas .....	159
Lampiran 4 Uji Kategorisasi .....	160
Lampiran 5 Uji Normalitas .....	161
Lampiran 6 Uji Linearitas .....	161
Lampiran 7 Uji Multikolinearitas.....	162
Lampiran 8 Uji Heterokedastisitas dengan Scatter-Plot .....	162
Lampiran 9 Uji Regresi Linear Berganda .....	163
Lampiran 10 Data Penelitian.....	164

## ABSTRAK

Fahma Mutia Wardah (2024). Pengaruh *Subjective Well-Being* dan *Parental Emotional Support* Terhadap *Efficacy of Communication* pada Mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si, Drs. H Yahya, MA

Kata Kunci : *Subjective Well-Being*, *Parental Emotional Support*, *Efficacy of Communication*, Mahasiswa

---

*Subjective well-being* adalah evaluasi mengenai kejadian yang telah terjadi atau yang telah dialami dalam kehidupan seseorang. Kemudian, *parental emotional support* adalah bentuk dukungan dari orang tua yang bisa meliputi bentuk perhatian, kepedulian, dan kasih sayang. Sedangkan, *efficacy of communication* adalah keyakinan individu mengenai efikasi dirinya dalam berkomunikasi. *Subjective well-being* terdiri dari dua aspek: kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan afeksi (*affection*). Kemudian aspek *parental emotional support* terdiri dari: kelekatan (*attachment*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), perasaan ketergantungan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapatkan bimbingan (*the obtaining of guidance*). Sedangkan pengukuran *efficacy of communication* menggunakan aspek tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*), keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*).

Penelitian ini bertujuan antara lain: 1) Memaparkan tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang 2) Memaparkan tingkat *parental emotional support* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. 3) Memaparkan tingkat *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. 4) Memaparkan pengaruh *subjective well-being*, *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* terhadap mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Malang.

Subjek penelitian ini berjumlah 296 mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang., dengan usia 18-25 tahun, dan dari mahasiswa S1 berbagai jurusan, dengan yang paling dominan adalah mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Malang dari jurusan Psikologi dengan presentase 44,6%. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan proses regresi liner berganda.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Kategori *subjective well-being* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dominan pada kategori tinggi 56,4%. 2) Kategori *parental emotional support* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dominan pada kategori tinggi 71,3%. 3) Kategori *efficacy of communication* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dominan pada kategori tinggi 66,2%. 4) Berdasarkan hasil analisa regresi linear berganda pada uji F menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) sebesar  $0.000 < 0.05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor ( $H_a$ ) diterima, yaitu "Adanya pengaruh *subjective well-being*, dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.". Dan hasil pada uji T: pada variabel *subjective well-being* nilai signifikansi yang diperoleh, yaitu  $0.000 < 0.05$  dan pada variabel *parental emotional support* nilai signifikansi yang diperoleh, yaitu  $0.000 < 0.05$  maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis minor, yaitu  $H_{a1}$  (Adanya pengaruh *subjective well-being* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, dan  $H_{a2}$  (Adanya pengaruh *Parental emotional support* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.), diterima. Dan ditemukan hasil bahwa *subjective well-being* dan *parental emotional support* secara simultan (bersama-sama) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, yaitu sebesar 44,9% dan sisanya, yaitu sebesar 55,1% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.

## ABSTRAK

Fahma Mutia Wardah (2024). The Influence of Subjective Well-Being and Parental Emotional Support on the Efficacy of Communication in Undergraduate Students at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang.

Supervisor: Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si, Drs. H Yahya, MA

-Keywords: Subjective Well-being, Parental Emotional Support, Communication Efficacy, Students

---

Subjective well-being is an evaluation of events that have occurred or have been experienced in a person's life. Then, parental emotional support is a form of support from parents which can include forms of attention, concern and affection. Meanwhile, efficacy of communication is an individual's belief regarding his or her efficacy in communicating. Subjective well-being consists of two aspects: life satisfaction and affection. Then the aspect of parental emotional support consists of: attachment, positive recognition (reassurance of worth), feelings of dependence (a sense of reliable alliance), and obtaining guidance (the obtaining of guidance). Meanwhile, measuring efficacy of communication uses aspects of level of communication, breadth of communication, and strength of communication.

This research aims, among other things: 1) to describe the level of subjective well-being in undergraduate students at the State Islamic University of Malang. 2) to describe the level of parental emotional support for undergraduate students at the State Islamic University of Malang. 3) Describe the level of efficacy of communication among undergraduate students at the State Islamic University of Malang. 4) Explain the influence of subjective well-being, parental emotional support on the efficacy of communication of undergraduate students at the State Islamic University of Malang.

The subjects of this research were 296 undergraduate students from the Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang, aged 18-25 years, and from undergraduate students from various majors, with the most dominant being undergraduate students from the State Islamic University of Malang from the Psychology department with a percentage of 44.6%. This research is a quantitative research with a multiple liner regression process.

The results of this research show that: 1) The subjective well-being category of undergraduate students at the State Islamic University of Malang is dominant in the high category at 56.4%. 2) The parental emotional support category for undergraduate students at the State Islamic University of Malang is dominant in the high category at 71.3%. 3) The efficacy of communication category for undergraduate students at the State Islamic University of Malang is dominant in the high category at 66.2%. 4) Based on the results of multiple linear regression analysis in the F test, it shows that the significance value (Sig.) is  $0.000 < \text{probability } 0.05$ , so it can be concluded that the major hypothesis ( $H_a$ ) is accepted, namely "There is an influence of subjective well-being, and parental emotional support for the efficacy of communication in undergraduate students at the State Islamic University of Malang.". And the results of the T test: on the subjective well-being variable the significance value obtained is  $0.000 < 0.05$  and on the parental emotional support variable the significance value obtained is  $0.000 < 0.05$  so it can be stated that the minor hypothesis is  $H_{a1}$  (There is an influence of subjective well-being -being on communication efficacy in undergraduate students at the State Islamic University of Malang, and  $H_{a2}$  (The influence of parental emotional support on communication efficacy in undergraduate students at the State Islamic University of Malang.), were accepted and the results were found to be subjective well-being and parental emotional support Simultaneously (together) had a significant influence on the communication efficacy of undergraduate students at the State Islamic University of Malang, namely 44.9% and the remainder, namely 55.1%, was influenced by other variables outside the research.

## مستخلص البحث

فهمه مطيع وردة (2024). تأثير الرفاهية الذاتية والدعم العاطفي للوالدين على فعالية التواصل لدى طلاب المرحلة الجامعية الأولى في الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج. المشرف د. فتح اللبين نُفُل، د. فتح اللبين نُفُل، د. ح. يحيى، د. الكلمات المفتاحية: الرفاهية الذاتية، الدعم العاطفي للوالدين، فاعلية التواصل، طلاب الجامعات

الرفاهية الذاتية هي تقييم للأحداث التي حدثت أو تمت تجربتها في حياة الشخص. ومن ثم، فإن الدعم العاطفي الأبوي هو شكل من أشكال الدعم من الوالدين والذي يمكن أن يشمل أشكالاً من الاهتمام والاهتمام والمودة. وفي الوقت نفسه، فإن فعالية الاتصال هي اعتقاد الفرد فيما يتعلق بكفاءته في التواصل. يتكون الرفاه الذاتي من جانبين: الرضا عن الحياة والمودة. ثم يتكون جانب الدعم العاطفي الأبوي من: الارتباط والاعتراف الإيجابي (الاطمئنان إلى القيمة)، ومشاعر الاعتماد (الشعور بالتحالف الموثوق به)، والحصول على التوجيه (الحصول على التوجيه). وفي الوقت نفسه، يستخدم قياس فعالية الاتصال جوانب مثل مستوى الاتصال واتساع نطاق الاتصال وقوة الاتصال. يهدف هذا البحث، من بين أمور أخرى، إلى: (1) وصف مستوى الرفاهية الذاتية لدى الطلاب الجامعيين في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج. (2) وصف مستوى الدعم العاطفي الأبوي للطلاب الجامعيين في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج. (3) وصف مستوى كفاءة الاتصال لدى طلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج. (4) شرح تأثير الرفاهية الذاتية والدعم العاطفي الأبوي على فعالية التواصل لدى طلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج. كانت موضوعات هذا البحث 296 طالباً جامعياً من جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، تتراوح أعمارهم بين 18-25 عاماً، ومن طلاب المرحلة الجامعية من مختلف التخصصات، وكان أغلبهم طلاب المرحلة الجامعية من الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج من قسم علم النفس بنسبة 44.6%. هذا البحث هو بحث كمي مع عملية الانحدار الخطي المتعدد. تظهر نتائج هذا البحث أن: (1) فئة الرفاهية الذاتية لطلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج هي المهيمنة في الفئة العالية بنسبة 56.4%. (2) فئة الدعم العاطفي الأبوي لطلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج هي المهيمنة في الفئة العالية بنسبة 71.3%. (3) إن كفاءة الاتصال لدى طلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج هي السائدة في الفئة العالية بنسبة 66.2%. (4) استناداً إلى نتائج تحليل الانحدار هي  $0.000 < 0.05$ ، لذلك يمكن استنتاج أن (Sig.) تبين أن قيمة الدلالة F الخطي المتعدد في اختبار مقبولة وهي "هناك" هو تأثير الرفاهية الذاتية والدعم العاطفي الأبوي على فعالية التواصل (Ha) الفرضية الرئيسية على متغير الرفاهية الذاتية T: لدى الطلاب الجامعيين في الجامعة الإسلامية الحكومية في مالانج. ونتائج اختبار كانت قيمة الدلالة التي تم الحصول عليها هي  $0.05 > 0.000$  وعلى متغير الدعم العاطفي الوالدي كانت قيمة الدلالة هناك تأثير للرفاهية (Ha1) التي تم الحصول عليها هي  $0.05 > 0.000$  لذلك يمكن القول أن الفرضية الثانوية هي تأثير الدعم (Ha2) الذاتية على كفاءة الاتصال لدى الطلاب الجامعيين في الجامعة الإسلامية الحكومية في مالانج، و العاطفي الأبوي على كفاءة الاتصال لدى الطلاب الجامعيين في الجامعة الإسلامية الحكومية في مالانج). تم قبولهما ووجدت النتائج أن الرفاهية الذاتية والدعم العاطفي الأبوي في نفس الوقت (معاً) كان لهما تأثير كبير على كفاءة التواصل لدى طلاب المرحلة الجامعية في الجامعة الإسلامية الحكومية مالانج، أي 44.9% والباقي أي 55.1%، تأثر بمتغيرات أخرى خارج نطاق البحث.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Di era sekarang ini dimana segalanya menjadi semakin maju, kemampuan seseorang dalam berkomunikasi menjadi potensi yang paling besar bagi orang tersebut untuk menjalani aktivitasnya sehari-hari. Kemampuan berkomunikasi yang baik dapat sangat membantu seseorang dalam melaksanakan aktivitasnya baik itu dalam berkarir ataupun akan sangat membantu dalam semua aspek kehidupan, mulai dari kehidupan profesional hingga kehidupan pribadi. Sebaliknya, keterampilan berkomunikasi yang buruk akan memberikan dampak seperti menyebabkan kesalahpahaman dan juga menimbulkan perasaan frustrasi. Dalam survei *LinkedIn* tahun 2016 yang dilakukan di Amerika Serikat, komunikasi menduduki peringkat teratas dalam daftar *soft skill* yang paling dicari di kalangan pengusaha. Itulah mengapa kemampuan berkomunikasi yang baik sangatlah penting untuk bisa dikuasai oleh setiap orang terkhususnya untuk mahasiswa yakni sebagai bentuk investasi dalam proses pengembangan karirnya.

Seorang individu yang memiliki keterampilan dalam berkomunikasi akan sangat membantu untuk membangun karirnya hingga mencapai kesuksesannya, terkhusus bagi seorang mahasiswa. Untuk bisa memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik tentunya harus mulai dilatih sejak

dini. Karena itu, mahasiswa dituntut untuk selalu bisa tampil berkomunikasi dengan baik. Mahasiswa bisa mulai melatih kemampuan komunikasinya melalui forum diskusi kelas, ataupun dalam kegiatan organisasi kampus. Mereka ditantang untuk dapat lebih berpikir kritis dalam menyampaikan setiap opininya. Keaktifan mahasiswa didalam kelas secara tidak langsung akan melatihnya untuk bisa tampil percaya diri ketika berbicara didepan umum, membagikan setiap pemikirannya, serta saling tukar pikiran dengan satu sama lain. Ketika mereka mampu tampil percaya diri, maka bisa dikatakan mereka telah berhasil melakukan komunikasi dengan baik.

Namun, banyak dari mahasiswa yang mungkin memiliki permasalahan pada rasa kepercayaan dirinya (*self-efficacy*). Sehingga dalam berkomunikasi membuat mereka menjadi gugup. Merasa gugup adalah suatu kenyataan yang wajar dan normal untuk dialami oleh setiap orang ketika mereka menghadapi suatu stressor. Sering kali dalam praktiknya ketika sedang berdiskusi di forum kelas, mahasiswa yang aktif berpendapat biasanya tidak menyeluruh. Sebagian dari mereka pasif dalam mengemukakan pendapatnya. Salah satu yang bisa menjadi penyebabnya mungkin karena sebagian dari mereka memiliki kepercayaan diri atau *self-efficacy* yang rendah. Rendahnya kepercayaan diri atau efikasi diri pada seseorang akan membuat seseorang merasa takut untuk mencoba melakukan sesuatu. Mereka akan lebih takut menghadapi kegagalan sebelum berani mencobanya. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Bandura bahwa disfungsi dan penderitaan yang dialami individu disebabkan karena

cara berpikirnya. Menurut Bandura (1977 p. 193), bila keyakinan sudah terbentuk, kepercayaan diri atau *self-efficacy* akan mengatur aspirasi-aspirasi, rangkaian perilaku, usaha yang akan dilakukan serta reaksi-reaksi afektif yang diperlukan. Begitu pun dalam hal memiliki keterampilan berkomunikasi yang baik, jika tidak dicoba dan tidak dilatih maka akan membuat seseorang seringkali berbelit-belit dalam berbicara. Menurut Bandura (1977 p. 194) untuk berhasil mempelajari keterampilan baru atau menyelesaikan tugas yang sulit, seseorang perlu bersedia berusaha dan tetap gigih menghadapi kemungkinan kegagalan. Menurut Schunk (1991 p. 211), hal ini tidak hanya memerlukan keterampilan khusus tetapi juga kepercayaan diri terhadap kemampuan seseorang.

Menurut Zimmerman (2000 p. 83), kepercayaan diri ini disebut sebagai *self-efficacy*, yakni keyakinan subjektif seseorang akan kemampuannya untuk berhasil menjalankan tugas yang diberikan. Efikasi diri memiliki peran krusial dalam proses mentransfer keterampilan dari satu konteks ke konteks lain, seperti dari ruang kelas ke lingkungan kerja. Bandura (1977 p. 194), mengatakan ketika seseorang mengalami rendahnya tingkat efikasi diri, mereka cenderung enggan mengaplikasikan keterampilan mereka dalam situasi baru yang bisa menjadi tantangan. Sebaliknya, mereka mungkin menghadapi situasi yang menantang dengan tingkat kecemasan yang tinggi, fokus pada kelemahan diri, dan memperbesar tingkat kesulitan serta kemungkinan hasil yang negatif. Imajinasi mereka dapat dipenuhi oleh bayangan kegagalan dan rintangan.

Pemikiran semacam ini dapat memicu respon emosional, termasuk peningkatan detak jantung, tekanan darah tinggi, pelepasan hormon stres, dan penurunan fungsi kekebalan tubuh, yang semuanya dapat mengakibatkan gangguan dalam performa. Lebih lanjut, Bandura (1993 p. 137-138), mengatakan ketika menghadapi kegagalan, individu dengan tingkat efikasi diri yang rendah cenderung menafsirkan kegagalan tersebut sebagai bukti kurangnya bakat.

Sebaliknya, Bandura (1977 p. 211), individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi lebih mungkin untuk mengalihkan keterampilan mereka ke konteks yang baru. Menurut Bandura (1993 p. 144-145), seseorang bersedia terlibat dalam tindakan yang bisa menimbulkan tantangan, bahkan saat menghadapi kecemasan, karena yakin akan kemampuan mereka untuk mengelola stres. Selain itu, tingkat efikasi diri yang tinggi memberi mereka kekuatan untuk memilih lingkungan yang lebih menantang, yang pada akhirnya menghasilkan perkembangan keterampilan baru, minat, dan jejaring sosial. Itulah mengapa efikasi berkomunikasi menjadi aspek kunci dalam menghadapi tantangan akademik, sosial, dan profesional. Dari paparan di atas maka dapat dikatakan bahwa kemungkinan dari sebagian mahasiswa yang pasif disebabkan karena rendahnya efikasi diri mereka. Efikasi diri yang rendah dapat menjadi salah satu faktor kegagalan dalam efikasi berkomunikasi. Faktor lainnya yang menjadi penyebab rendahnya efikasi diri seseorang sangat memungkinkan juga disebabkan karena kurangnya dukungan dari orang tua. Selain itu,

rendahnya efikasi diri juga akan berdampak pada kesejahteraan subjektif seseorang. Santos (2014 p. 1), mrrngatakan bahwa remaja dihadapkan pada rentetan tantangan dari penggambaran peran hidup yang berbeda-beda (siswa, pemimpin, putra, putri, teman, atlet), oleh karena itu penting untuk membekali siswa dengan kecakapan hidup yang diperlukan seperti mengejar kebahagiaan dan percaya diri.

Menurut Diener (2000 p. 34-43), pengalaman emosi yang dialami oleh remaja dapat dijelaskan melalui konsep *Subjective Well-Being* (SWB), yaitu suatu konsep umum yang mengevaluasi kehidupan remaja. SWB diartikan sebagai cara individu mengevaluasi kehidupannya, mencakup kepuasan hidup, tingkat depresi dan kecemasan yang rendah, serta adanya emosi dan suasana hati positif. *Subjective well-being* adalah bentuk penilaian terhadap kehidupan remaja, melibatkan evaluasi kognitif seperti kepuasan hidup dan respons emosional terhadap peristiwa, seperti pengalaman emosi positif. Kajian *subjective well being* menarik karena dianggap sebagai komponen inti dalam hidup yang baik. Menurut Diener (2002 p. 63-73) tingkat *subjective well-being* yang tinggi pada remaja terkait dengan kualitas hidup yang memuaskan, memungkinkan mereka mengelola emosi dan menghadapi masalah dengan lebih baik. Sebaliknya, individu dengan *subjective well-being* rendah cenderung merasa rendah diri dan menilai peristiwa sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, menghasilkan emosi negatif seperti kecemasan, depresi, dan kemarahan. Remaja dengan *subjective well-being* positif lebih sering mengalami afek positif, merasa

puas terhadap kehidupan (Diener, Lucas dalam Lewis & Haviland-Jones, 2000 p. 325-377). Menurut Bandura (1997) evaluasi kognitif dan efektif remaja dipengaruhi oleh *self-efficacy*, kemampuan untuk menilai kemampuan dalam menyelesaikan tugas atau masalah.

Berdasarkan penelitian (Putra, 2019 p. 224), dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan *subjective well-being* antara mahasiswa yang aktif berorganisasi dan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi, dimana mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dibanding mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi. Dalam penelitian Santos (2014) menunjukkan hubungan yang signifikan antara efikasi diri secara umum dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang konsisten dengan temuan sebelumnya. Variabel efikasi diri secara umum memberikan kondisi munculnya kesejahteraan subjektif.

Park & Kim (2014 p. 103-104) menemukan tentang efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh positif langsung terhadap kepuasan hidup dan dukungan sosial juga berpengaruh secara tidak langsung melalui efikasi diri. Rangkaian hasil penelitian empiris yang diulas oleh Park dan Kim (2014) tersebut menunjukkan bahwa orang dengan efikasi diri yang tinggi mempunyai kepuasan hidup, kesejahteraan subjektif, dan kebahagiaan yang lebih tinggi. Orang-orang yang percaya bahwa mereka memiliki kendali atas diri mereka sendiri atau melalui kendali kolektif dan menerima dukungan sosial dari orang terdekat cenderung merasa puas dan bahagia.

Fenomena masa kini sebagaimana yang telah disebutkan diatas, dimana banyak mahasiswa memiliki hambatan dalam kemampuan berkomunikasi, terutama pada masa kini dimana kecepatan informasi sangat amat mempengaruhi cara seseorang berpikir dan bertindak. Dan salah satu faktor hambatannya adalah karena rendahnya efikasi diri yang dimiliki oleh seorang individu. Bandura menyatakan bahwa efikasi diri berkembang secara teratur. Maka dapat di katakan bahwa tahap perkembangan efikasi diri dimulai dari masa bayi, kemudian berkembang hingga masa dewasa sampai pada masa lanjut usia.

Selain itu, pengaruh orang tua memainkan peran kunci dalam pengembangan efikasi diri anak-anak mereka. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk diingatkan tentang peran mereka dalam membentuk rasa efikasi diri pada anak karena keluarga merupakan elemen pertama yang mempengaruhi efikasi diri. Bandura (1994 p. 71-81) menunjukkan bahwa pengalaman efikasi awal kita berpusat pada keluarga, dan pengaruh orang tua sangatlah penting karena mereka dapat mulai menanamkan rasa kompetensi pada anak. Ia lebih lanjut menjelaskan bahwa “orang tua yang responsif terhadap perilaku bayinya, dan yang menciptakan peluang untuk melakukan tindakan yang efektif dengan menyediakan lingkungan fisik yang diperkaya dan memberikan kebebasan bergerak untuk eksplorasi, akan memiliki bayi yang mengalami percepatan dalam perkembangan sosial dan kognitifnya” (v .4, hal.77). Oleh karena itu, orang tua harus lebih

meningkatkan otonomi dan mengurangi kontrol untuk meningkatkan efikasi diri anak.

*Self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam suatu tindakan atau tugas tertentu. Dalam konteks ini, kemampuan berkomunikasi dapat dianggap sebagai aspek dari *self-efficacy* seseorang. Seseorang yang merasa percaya diri dalam berkomunikasi cenderung memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi terkait dengan keterampilan tersebut. Lingkungan keluarga yang positif dan mendukung dapat memberikan kontribusi positif terhadap pembentukan *self-efficacy* seseorang. Individu yang tumbuh dalam lingkungan yang memberikan dukungan emosional dan menghargai ekspresi mereka cenderung mengembangkan keyakinan diri yang kuat terkait dengan kemampuan berkomunikasi. Dukungan emosional yang konsisten dari orang tua dapat membentuk dasar bagi perkembangan kepercayaan diri mereka. Anak yang merasa didukung emosional oleh orang tua cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kemampuan berkomunikasi.

Dukungan orang tua dikonseptualisasikan sebagai sumber daya perawatan multifaset yang dapat mencakup dukungan emosional (misalnya menunjukkan empati), instrumental (misalnya menawarkan bantuan), informatif (misalnya memberikan informasi bermanfaat) dan dukungan penilaian (misalnya memberikan umpan balik) (Pierce et al., 1996 p. 3-23).

Penelitian Hart dan Risley (Mabry, 1997 p. 124-125) menunjukkan bahwa lingkungan bahasa yang diberikan oleh orang tua memiliki dampak besar pada perkembangan bahasa anak. Anak-anak dari keluarga yang memberikan lingkungan bahasa yang kaya, beragam, dan responsif memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengembangkan kosa kata yang lebih luas dan kemampuan berkomunikasi yang lebih baik. Penelitian Hart dan Risley menyoroti pentingnya intervensi dini untuk memengaruhi perkembangan bahasa anak. Intervensi yang positif dan responsif pada tahap-tahap awal kehidupan anak dapat membantu membentuk landasan yang kuat untuk *self-efficacy* di masa depan, termasuk dalam konteks kemampuan berkomunikasi.

Di dalam penelitian Mustafa (2010 p. 373-422), Lent dan Brown (1996) mengutarakan dari perspektif kognitif sosial, bahwa efikasi diri sebagian besar berkaitan dengan tindakan dan dukungan dari keluarga dalam memperkuat kepercayaan diri dan mendukung prestasi akademik dan minat karir. Orang tua yang menyatakan keyakinannya terhadap kemampuan anaknya akan memudahkan anaknya dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus (Cutrona, Cole, Colengelo, Assouline, & Russel, 1994 p. 370). Dukungan orang tua akan mempunyai pengaruh positif terhadap keterampilan coping anak-anak dan pada gilirannya mereka akan mengalami lebih sedikit stres di perguruan tinggi (Walker & Satterwhite, 2002 p. 95-96).

Kombinasi *self-efficacy* dalam berkomunikasi, dukungan emosional, dan kemampuan berkomunikasi yang baik dapat membentuk siklus positif. Anak yang percaya diri dalam berkomunikasi dan merasa didukung secara emosional oleh orang tua mereka cenderung mengalami kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi. Dalam hal ini peneliti bertujuan ingin melihat sejauh mana kesejahteraan subjektif, dan dukungan orang tua dapat mempengaruhi efikasi berkomunikasi pada mahasiswa.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat kesejahteraan subjektif atau *subjective well being* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang?
2. Bagaimana tingkat dukungan emosional orang tua atau *parental emotional support* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang?
3. Bagaimana tingkat efikasi berkomunikasi atau *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang?
4. Apakah ada pengaruh *subjective well being* dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan subjektif atau *subjective well being* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

2. Untuk mengetahui tingkat dukungan emosional orang tua atau *parental emotional support* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.
3. Untuk mengetahui tingkat efikasi berkomunikasi *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.
4. Untuk mengetahui pengaruh *subjective well being* dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Pengayaan Literatur, penelitian ini menambah literatur tentang pengaruh antara *subjective well-being*, *parental emotional support*, dan *efficacy of communication* pada mahasiswa. Hal ini memberikan landasan teoritis bagi penelitian-penelitian selanjutnya.
- b. Model Teoritis, memberikan model teoretis mengenai bagaimana *subjective well-being* dan *parental emotional support* berkontribusi terhadap peningkatan *efficacy of communication*. Model ini dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian lebih lanjut di bidang psikologi pendidikan dan komunikasi.
- c. Kontribusi Pada Teori Sosial dan Psikologi, penelitian ini memberikan kontribusi pada teori sosial dan psikologi dengan menunjukkan bahwa

faktor-faktor personal dan dukungan keluarga berperan penting dalam kemampuan komunikasi seseorang.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Strategi Pengembangan Diri Mahasiswa, temuan penelitian ini dapat digunakan oleh universitas untuk merancang program atau kegiatan yang bertujuan meningkatkan *subjective well-being* dan *parental emotional support*, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan komunikasi mahasiswa.
- b. Intervensi Psikologis, hasil penelitian ini bisa dijadikan dasar untuk merancang intervensi psikologis bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam komunikasi. Misalnya, konseling atau program pelatihan yang fokus pada peningkatan kesejahteraan subjektif dan dukungan emosional dari orang tua.
- c. Intervensi Psikologis, hasil penelitian ini bisa dijadikan dasar untuk merancang intervensi psikologis bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam komunikasi. Misalnya, konseling atau program pelatihan yang fokus pada peningkatan kesejahteraan subjektif dan dukungan emosional dari orang tua.
- d. Intervensi Psikologis, hasil penelitian ini bisa dijadikan dasar untuk merancang intervensi psikologis bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam komunikasi. Misalnya, konseling atau program pelatihan yang fokus pada peningkatan kesejahteraan subjektif dan dukungan emosional dari orang tua.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Subjective Well Being*

##### 1. Pengertian *Subjective Well Being*

Secara bahasa, istilah *Subjective Well-being* berasal dari bahasa Inggris yang dapat diterjemahkan sebagai kesejahteraan subjektif. Definisi kesejahteraan subjektif ini sering digunakan sebagai istilah untuk kebahagiaan, yang mencakup perasaan senang, emosi positif, dan kepuasan hidup. Secara istilah, *Subjective Well-being* diartikan sebagai penilaian individu secara kognitif dan afektif terhadap pengalaman hidupnya.

Menurut Diener (1984), *Subjective Well-being* atau kesejahteraan subjektif adalah evaluasi individu terhadap kehidupannya. Ini melibatkan berbagai cara individu mengevaluasi pengalaman-pengalaman dalam kehidupan mereka, termasuk penilaian emosional terhadap berbagai pengalaman sepanjang hidup dan penilaian kognitif terhadap kepuasan hidupnya. *Subjective Well-being* dapat didefinisikan dalam tiga kategori, yaitu pertama, bukan hanya pernyataan subjektif, tetapi keinginan berkualitas yang diinginkan setiap individu. Kedua, merupakan penilaian individu terhadap berbagai kriteria dalam kehidupannya secara menyeluruh. Ketiga, jika digunakan dalam kehidupan sehari-hari, diartikan sebagai emosi positif yang lebih banyak daripada emosi negatif yang dirasakan oleh individu (Diener, 2009:12).

*Subjective Well-being* sering disamakan dengan kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, sebenarnya, *Subjective Well-being* tidak hanya mencakup kebahagiaan atau emosi positif. Meskipun demikian, emosi positif tetap menjadi bagian penting yang menciptakan *Subjective Well-being* itu sendiri (Tov, 2013:1).

Menurut Compton (2005:43), *Subjective Well-being* dapat dibagi menjadi dua variabel utama, yaitu kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan berkaitan dengan keadaan emosional individu dan bagaimana individu tersebut memaknai diri dan dunianya. Sedangkan kepuasan hidup mencakup penilaian secara global mengenai kemampuan individu tersebut dalam menerima hidupnya.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa *Subjective Well-being* adalah penilaian individu terhadap kehidupannya, yang melibatkan kepuasan dalam kehidupan dan pemaknaan pengalaman-pengalaman hidup yang menyenangkan.

## **2. *Subjective Well-Being* Dalam Perspektif Psikologi**

Kesejahteraan subjektif, yang juga dikenal sebagai *subjective well-being*, merupakan salah satu pendekatan dalam psikologi positif. Psikologi positif bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dengan mengembangkan emosi positif dan menekankan kekuatan individu (Seligman, 2013). Pendekatan ini membantu seseorang membentuk pandangan positif terhadap kejadian yang tidak sesuai harapan, sehingga

dapat mengurangi ketidakpuasan dan stres saat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dalam hidup.

*Subjective well-being* (SWB) menurut Farid dan Lazarus (2008) adalah kondisi yang menguntungkan dalam kehidupan dan pekerjaan seseorang, serta secara psikologis, fisiologis, dan sosiologis berkaitan dengan kepuasan yang dievaluasi oleh individu. Diener et al. (2003) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai pandangan hidup yang mencakup aspek emosional atau afektif, seperti kebahagiaan, ketentraman, keberfungsian penuh, dan kepuasan hidup, serta evaluasi secara kognitif. Selain itu, Eid dan Larsen (2008) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi yang berfokus pada pengalaman subjektif individu mengenai kepuasan dan kebahagiaan dalam hidupnya.

Seseorang dianggap memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi ketika mereka sering merasakan emosi yang positif dan jarang mengalami emosi yang negatif, terlibat dalam aktivitas yang menarik, memiliki banyak pengalaman menyenangkan dan hanya sedikit pengalaman yang tidak menyenangkan, serta merasa puas dengan kehidupan mereka.

Istilah kesejahteraan subjektif merujuk pada penilaian individu terhadap hidup mereka, yang mencakup evaluasi kognitif, seperti kepuasan hidup, serta evaluasi afektif, seperti mood dan emosi, yang meliputi perasaan positif dan negatif. Individu yang merasa puas dengan hidupnya, sering merasakan emosi positif, dan jarang mengalami emosi negatif, memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Kesejahteraan subjektif ini

adalah istilah psikologis yang juga digunakan untuk menggambarkan kebahagiaan.

Terdapat dua pendekatan teori yang digunakan dalam *subjective well-being* yaitu (Situmorang, 2017) :

#### 1. Teori bottom-up

Menurut teori bottom-up, kesejahteraan subjektif (SWB) dianggap sebagai akumulasi dari berbagai kebahagiaan kecil. Ketika seseorang mengevaluasi kebahagiaannya, mereka melakukan kalkulasi mental untuk menjumlahkan pengalaman kegembiraan dan penderitaan yang pernah dialami (Diener et al., 2001). Pendekatan bottom-up berangkat dari pendapat Wilson bahwa terdapat kebutuhan manusia yang mendasar dan umum, dan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan ini akan menghasilkan kebahagiaan (Diener, 2000). Faktor-faktor bottom-up yang mempengaruhi kebahagiaan subjektif mencakup peristiwa eksternal, situasi, dan pengaruh demografis.

Jadi, dalam teori ini kepuasan hidup sebagai hasil kepuasan dalam berbagai bidang kehidupan. Teori ini berpendapat bahwa kita merasakan kepuasan hidup dalam banyak bidang kehidupan, seperti pekerjaan, hubungan, keluarga, teman, pengembangan pribadi, serta kesehatan. Kepuasan hidup individu terhadap kehidupannya dibidang-bidang ini digabungkan untuk menciptakan kepuasan hidup individu tersebut secara keseluruhan.

## 2. Teori top-down

Penelitian terbaru mulai fokus mengeksplorasi aspek internal manusia, seperti nilai-nilai hidup, tujuan, dan kepribadian individu (Diener & Diener, 2003). Ini dikenal sebagai teori top-down. Diener dan Scollon (2003) menjelaskan bahwa dalam teori top-down, seseorang menikmati kesenangan karena dia bahagia, bukan sebaliknya. Struktur internal seperti nilai hidup, faktor genetik, temperamen, dan kepribadian keseluruhan dianggap mempengaruhi cara seseorang bereaksi terhadap peristiwa. Faktor-faktor internal ini menentukan bagaimana seseorang memandang peristiwa dan lingkungan. Misalnya, individu yang optimis dan riang cenderung menafsirkan banyak peristiwa sebagai hal yang positif (Lucas & Baird, 2004).

Menurut teori top-down, faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan termasuk kepribadian Lima Faktor, optimisme, dan harga diri. Teori top-down didukung oleh penelitian tentang kepribadian, sikap, dan persepsi diri yang menunjukkan hubungan kuat dengan kebahagiaan (DeNeve & Cooper, 1998; Diener & Lucas, 1999).

Jadi, dalam teori top-down, kepuasan hidup sebagai pengaruh kepuasan domain spesifik. Teori ini menyatakan bahwa kepuasan hidup kita secara keseluruhan mempengaruhi atau bahkan menentukan kepuasan hidup kita di berbagai bidang. Perdebatan ini masih berlangsung, namun kebanyakan orang cukup untuk mengetahui bahwa

kepuasan hidup secara keseluruhan dan kepuasan dalam berbagai bidang kehidupan saling berkaitan erat.

### **3. Aspek-aspek *Subjective Well Being***

Diener (1984), merumuskan model tripartit *Subjective Well-being*, yang menjelaskan bagaimana seseorang mengalami kualitas hidup melalui reaksi emosional dan penilaian kognitif (Diener et al., 1985). Model ini mengidentifikasi tiga komponen utama kesejahteraan, yaitu afek positif (emosi positif yang sering terjadi), afek negatif (emosi negatif yang jarang terjadi), dan evaluasi kognitif seperti kepuasan hidup (Busseri & Sadava, 2011).

Dalam penelitian mengenai *subjective well-being*, kedua aspek, yaitu afek positif dan afek negatif, harus diukur bersama-sama karena keduanya merupakan komponen penting dalam membentuk kesejahteraan atau *subjective well-being* bagi individu. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* terdiri dari dua aspek, yaitu aspek kognitif dan aspek afektif. Aspek kognitif mencerminkan persepsi individu terhadap pengalaman hidup mereka, sedangkan aspek afektif mencerminkan perasaan individu terkait dengan pengalaman hidup yang mereka alami.

Secara keseluruhan, *subjective well-being* memiliki tiga elemen utama, yaitu kepuasan hidup, afek positif, dan tingkat afek negatif yang rendah (Diener et al., 1997). Berikut adalah penjelasan untuk aspek tersebut:

a. ***Life Satisfaction (Kepuasan Hidup)***

Dalam konteks ini, kepuasan hidup merujuk pada kebahagiaan secara menyeluruh. Kepuasan umumnya dapat diukur melalui berbagai metode, seperti kasih sayang, pernikahan, dan persahabatan.

b. ***Affect (Afeksi)***

1) ***Positive Affect (Afeksi Positif)***

Afeksi positif dapat diartikan sebagai emosi yang menyenangkan. Contohnya meliputi kegembiraan, kasih sayang, atau rasa bangga.

2) ***Negative Affect (Afeksi Negatif)***

Afeksi negatif merujuk pada emosi negatif, seperti rasa bersalah, malu, marah, kesedihan, dan kekhawatiran.

Dengan menjelaskan komponen-komponen yang ada dalam *subjective well-being*, dapat disimpulkan bahwa konsep ini terdiri dari tiga elemen, yaitu kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif

**4. Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well Being***

Terdapat beberapa faktor yang berperan dalam membentuk *subjective well-being*. Bagian berikut membahas faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan *subjective well-being*:

a. **Kepribadian dan Genetika**

Penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif (SWB) sangat terkait dengan ciri kepribadian dalam model Lima Faktor (*Big Five*

*Personality Traits*): neurotisisme, ekstrasversi, keterbukaan terhadap pengalaman, keramahan, dan kesadaran. Genetika berkontribusi sebesar 20-48% dalam variansi model ini, dan *subjective well-being* juga dapat diwariskan. Neurotisisme cenderung memprediksi *subjective well-being* yang lebih buruk, sedangkan ekstrasversi, keramahan, kesadaran, dan keterbukaan memprediksi *subjective well-being* yang lebih baik. Meta-analisis menemukan bahwa neurotisisme, ekstrasversi, keramahan, dan kesadaran memiliki hubungan signifikan dengan semua aspek *subjective well-being*, termasuk kebahagiaan dan kepuasan hidup, dengan neurotisisme sebagai prediktor terkuat untuk *subjective well-being* secara keseluruhan dan pengaruh negatif.

DeNeve (1999) mengidentifikasi tiga tren utama dalam hubungan antara kepribadian dan *subjective well-being*:

- 1) *Subjective well-being* sangat terkait dengan sifat-sifat yang berhubungan dengan kecenderungan emosional seperti stabilitas emosi, afek positif, dan ketegangan.
- 2) Sifat-sifat yang meningkatkan hubungan, seperti kepercayaan dan afiliasi, penting untuk *subjective well-being*, dengan orang bahagia cenderung memiliki hubungan yang kuat dan pandai membinanya.
- 3) Cara orang memikirkan dan menjelaskan peristiwa memengaruhi *subjective well-being*; menilai peristiwa secara optimis, memiliki rasa kendali, dan upaya penanggulangan aktif

meningkatkan *subjective well-being*. Kepercayaan, yang sangat terkait dengan *subjective well-being*, berlawanan dengan sinisme dan melibatkan atribusi positif terhadap orang lain. Membuat atribusi positif dan optimis meningkatkan *subjective well-being* dibandingkan atribusi negatif dan pesimistis.

#### **b. Pengaruh Sosial**

Tingkat kesejahteraan subjektif seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, dengan pengaruh sosial terbukti sangat kuat. Studi Jantung Framingham yang terkenal menunjukkan bahwa teman yang terhubung hingga tiga derajat (teman dari teman dari teman) dapat memengaruhi kebahagiaan seseorang. Abstraknya menyebutkan: "Seorang teman yang tinggal dalam jarak satu mil (sekitar 1,6 km) dan bahagia meningkatkan kemungkinan seseorang untuk bahagia sebesar 25%."

Kualitas hubungan sosial memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kesejahteraan subjektif (SWB) dibandingkan kuantitas hubungan tersebut. Mereka yang memiliki kontak sosial lebih sedikit tetapi lebih intim melaporkan tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki banyak kontak dengan kualitas koneksi yang lebih rendah.

Tingkat dukungan yang dirasakan seseorang juga berperan dalam memprediksi *subjective well-being*. Mereka yang merasa memiliki kelompok pendukung yang kuat cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak merasa

demikian. Tingkat pengaruh negatif yang tinggi berkorelasi dengan rendahnya persepsi dukungan sosial. Interaksi sosial yang sering dan berkualitas tinggi, ditambah dengan dukungan sosial yang dirasakan, berkontribusi besar terhadap *subjective well-being* seseorang. Penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa pengaruh sosial adalah mekanisme kunci dalam mendukung kesejahteraan subjektif seseorang, karena pengaruh ini memberikan respon positif langsung terhadap situasi apa pun yang mereka hadapi.

### c. Media Sosial

Media sosial sering kali mendorong perbandingan sosial. Ketika orang membandingkan pengalaman hidup mereka dengan yang ditampilkan di media sosial (yang umumnya pengalaman positif, bahagia, atau menarik), mereka cenderung mengalami penurunan kualitas hidup. Fan Xiaojun dkk. menekankan bahwa karena presentasi diri yang positif di media sosial sangat umum, pengamat halaman tersebut dapat mengalami tekanan kronis, yang pada akhirnya menurunkan kesejahteraan subjektif (SWB) mereka secara keseluruhan. Media sosial meningkatkan dampak konsumsi relasional dan pengalaman terhadap *subjective well-being* individu secara keseluruhan.

Jejak digital yang ditinggalkan oleh penggunaan media sosial seseorang dapat digunakan untuk menilai *subjective well-being* suatu populasi. Mengingat tantangan dalam menggunakan kuesioner pelaporan mandiri untuk semua orang dalam populasi, Twitter menyediakan metode

pengumpulan data publik berskala besar yang mencerminkan reaksi individu terhadap pengalaman mereka. Penelitian menunjukkan bahwa tantangan dalam menggunakan metode analisis kata untuk menilai *subjective well-being* dapat diatasi dengan pendekatan berbasis data, seperti analisis data Twitter, yang terbukti dapat memprediksi hasil kesehatan dan ekonomi di masa depan dengan andal.

#### **d. Keluarga**

Studi oleh Pollmann-Schult (2014) menemukan bahwa orang tua lebih bahagia dan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan bukan orang tua, ketika faktor keuangan dan waktu tetap konstan. Penelitian juga menunjukkan bahwa pasangan menikah yang tidak bahagia memiliki risiko 3–25 kali lipat lebih tinggi terkena depresi klinis.

Kesejahteraan keluarga ditentukan oleh keseimbangan antara sumber daya yang tersedia dan tuntutan keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa dinamika keluarga memiliki dampak positif terhadap *subjective well-being* remaja dan perkembangan mereka menuju dewasa. Korelasi positif antara *subjective well-being* remaja dan dinamika keluarga mendukung bahwa pengalaman keluarga sangat mempengaruhi kesejahteraan mereka. Penelitian juga mengungkap bahwa hampir semua masyarakat cenderung memihak anak laki-laki dibandingkan anak perempuan. Anak perempuan lebih mengutamakan kepuasan diri, teman sebaya, dan keluarga, sementara anak laki-laki lebih fokus pada prestasi akademis atau ukuran obyektif lainnya.

#### **e. Kekayaan**

Penelitian menunjukkan bahwa kekayaan berkaitan dengan banyak hasil positif dalam hidup, seperti peningkatan kesehatan fisik dan mental, umur yang lebih panjang, tingkat kematian bayi yang lebih rendah, lebih sedikit mengalami peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, dan lebih jarang menjadi korban kejahatan kekerasan. Namun, meskipun pendapatan yang lebih tinggi secara substansial berkorelasi dengan laporan kepuasan hidup, dampak kekayaan terhadap kesejahteraan subjektif (SWB) lebih kecil dari yang diperkirakan.

Pengaruh relatif kekayaan dan komponen material lainnya terhadap kesejahteraan subjektif sedang dipelajari dalam penelitian baru. Proyek Kesejahteraan di *Human Science Lab* meneliti bagaimana kesejahteraan materi dan kesejahteraan persepsi berfungsi sebagai penentu dalam mengkondisikan pikiran kita untuk emosi positif.

#### **f. Kesehatan**

Ada korelasi yang signifikan antara kesehatan dan kesejahteraan subjektif (SWB), dimana individu yang menganggap kesehatannya baik atau sangat baik cenderung memiliki *subjective well-being* yang lebih tinggi daripada mereka yang menilai kesehatannya sedang atau buruk. Suatu meta-analisis menunjukkan bahwa penilaian diri terhadap kesehatan secara umum lebih terkait dengan *subjective well-being* dibandingkan dengan penilaian kesehatan oleh dokter. Kemungkinan ada hubungan dua arah antara

kesehatan dan *subjective well-being*, dengan bukti bahwa *subjective well-being* yang baik dapat berkontribusi pada kesehatan yang lebih baik.

Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa aspek dasar kesejahteraan subjektif seperti optimisme dan pengaruh positif dapat memprediksi status kesehatan dan kematian dalam jangka panjang. Sebaliknya, depresi awal dapat meramalkan status kesehatan dan kematian yang lebih buruk dalam jangka panjang. Sementara kesehatan dasar mungkin memiliki pengaruh kausal pada *subjective well-being*, hubungan sebab akibatnya sulit untuk ditentukan.

Meditasi memiliki potensi untuk meningkatkan kebahagiaan dengan meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan, sehingga meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Selain itu, pengembangan kekuatan dan sumber daya pribadi seperti humor, interaksi dengan hewan, dan aktivitas sehari-hari juga tampaknya membantu individu mempertahankan tingkat *subjective well-being* yang baik meskipun mengalami gejala depresi, kecemasan, dan stres.

#### **g. *Self-Efficacy***

*Self-efficacy* juga memainkan peran dalam menentukan *subjective well-being*. Hubungan positif terlihat antara *self-efficacy* dan *subjective well-being*. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi, membantu mereka

mengatasi stres dan bersantai dalam proses pembelajaran baik di bidang akademik maupun pribadi (Santos, et al., 2014).

Dengan demikian, terdapat berbagai faktor yang memengaruhi *subjective well-being*, seperti jenis kelamin, religiusitas, kesehatan, pendapatan, hubungan pernikahan, pendidikan, kecerdasan, dan *self-efficacy*. Faktor ini saling berinteraksi dan berkontribusi pada pembentukan *subjective well-being*.

## **5. Pengukuran *Subjective Well-Being***

*Subjective well-being* menggunakan kuesioner dari skala Diener (1984). Alat ukur ini mengukur dua komponen yang terdiri dari: kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan afeksi (*affection*). Alat ukur ini juga banyak digunakan pada remaja, dewasa muda, serta lanjut usia sesuai dengan karakteristik responden. Pada penelitian ini, mahasiswa S1 sebagai responden. Mahasiswa berada pada usia remaja sampai dengan dewasa muda dan peneliti menggunakan alat ukur ini untuk mengukur tingkat dari *subjective well-being* pada mahasiswa. Sebagai mahasiswa tentunya sangatlah penting untuk bisa melakukan coping stress dengan baik. Karena sangatlah rentan bagi mahasiswa untuk dapat merasa stress selama berkuliah, seperti pada stress akademik, dan lainnya hingga akan mempengaruhi aktualisasi dirinya saat kuliah. Dengan *subjective well-being* yang tinggi maka mahasiswa akan dapat menjalani dengan baik segala tantangan yang ada di dunia perkuliahan. Dan melalui pengukuran ini akan dapat diketahui bagaimana

kepuasan hidup, dan juga afeksi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Berikut terkait penjelasannya:

a. Kepuasan hidup (*life satisfaction*)

Kepuasan hidup berkaitan dengan penilaian individu akan kehidupannya secara keseluruhan. Keseluruhan ini meliputi pengalamannya dimasa lalu maupun di masa kini. Kepuasan umumnya dapat diukur melalui berbagai metode, seperti kasih sayang, pernikahan, dan persahabatan.

Dalam penelitian ini, kepuasan hidup pada mahasiswa tentunya berkaitan dengan segala kehidupan mereka diperkuliahan, ataupun pencapaiannya semasa ia menuntut studi di universitas. Contoh kepuasan hidup pada mahasiswa yaitu ketika ia merasakan bahwa hidupnya sudah mendekati cita-citanya. Atau ketika ia merasa bersyukur bahwa ia sudah berjuang sejauh ini untuk bisa mencapai impiannya. Selain itu, mahasiswa juga bisa merasa bahwa ia telah mendapatkan hal-hal penting yang diinginkannya sepanjang masa hidupnya hingga saat ini.

b. Afeksi (*Affection*)

Dalam konteks ini, afeksi merujuk kepada reaksi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup yang meliputi emosi yang menyenangkan dan emosi yang tidak menyenangkan. Emosi disini juga dapat diartikan sebagai suasana hati. Bagi mahasiswa tentunya rentan mengalami emosi negatif atau perasaan negatif tentang banyak hal atas

kehidupannya. Individu yang memiliki afeksi positif mengenai hidupnya, maka akan memiliki kepuasan hidup yang baik.

Dalam penelitian ini, afeksi pada mahasiswa tentunya yang berkaitan dengan emosi ataupun perasaan positif dan negatif yang dirasakan oleh mahasiswa selama masa hidupnya termasuk selama masa perkuliahannya. Dan penelitian ini lebih dominan pada afeksi positif. Contohnya, mahasiswa berpikir dan merasa bahwa kondisi hidupnya sangat baik, atau mungkin mahasiswa dapat berpikir dan merasa puas dengan hidupnya. Atau mahasiswa berpikir dan merasa bahwa dirinya tidak pernah menyesali setiap keputusan yang pernah ia ambil semasa hidupnya.

## ***B. Parental Emotional Support***

### ***1. Pengertian Emotional Support***

Emotional support atau dukungan emosional adalah bentuk bantuan yang didasarkan pada keterlibatan emosional dari individu yang memberikannya. Secara etimologis, "dukungan" merujuk pada sokongan atau bantuan, sementara "emosional" berkaitan dengan perasaan atau sentuhan emosional. Menurut Notoatmodjo (dalam Khairinal, Syuhadah, & Aminah, 2022), dukungan adalah upaya individu untuk memberikan dorongan moral atau material kepada orang lain untuk memberikan motivasi dalam menjalankan suatu kegiatan. Sementara menurut Goleman (dalam Faizi, 2018), aspek emosional mencakup perasaan khas, keadaan biologis dan psikologis, serta kecenderungan untuk bertindak.

*Emotional support* merupakan bagian dari dukungan sosial (Weiss dalam Sari, 2014). Dukungan emosional ini bertujuan untuk menciptakan perasaan nyaman dan dicintai melalui semangat dan empati yang diberikan melalui interaksi sosial dengan orang lain, seperti keluarga, teman, atau dosen (Sarafino dalam Hasiolan & Sutejo, 2015). Taylor dkk. (dalam Sari, 2014) menjelaskan bahwa dukungan emosional melibatkan pemberian kehangatan dan perhatian kepada individu serta keyakinan bahwa individu tersebut berharga dan diperhatikan.

Menurut House & Kahn (dalam Arham, 2015), dukungan emosional melibatkan empati, peduli, dan perhatian kepada orang lain untuk menciptakan perasaan nyaman, dicintai, dan diperhatikan saat menghadapi tekanan hidup. Dukungan ini dapat berbentuk penghargaan, cinta, perhatian, kesediaan untuk mendengarkan, dan rasa percaya (Apollo & Cahyadi, 2012). Cohen & Syme (dalam Arham, 2015) juga menyatakan bahwa dukungan emosional meliputi kepercayaan, empati, dan cinta dengan pengertian, percaya, keterbukaan, dan penghargaan.

Ketika individu menghadapi situasi yang menekan, mereka sering mengalami penderitaan emosional seperti depresi, kecemasan, atau kehilangan harga diri. Kehadiran orang lain yang memberikan dukungan emosional dapat memberikan ketenangan dengan menunjukkan bahwa ada orang yang peduli, yang membantu individu untuk mengatasi stres dengan keyakinan yang lebih besar (Taylor dalam King, 2010).

Dari berbagai definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional adalah bantuan yang diberikan oleh siapa pun kepada orang lain melalui ekspresi empati, kepedulian, cinta, kepercayaan, perhatian, dan kesediaan untuk mendengarkan. Namun dalam penelitian ini dikhususkan dukungan emosional dari orang tua. Hal ini bertujuan untuk membuat individu merasa nyaman, dicintai, dihargai, dan peduli oleh orang lain saat menghadapi tekanan hidup.

Menurut Friedman (2013), dukungan emosional meliputi ekspresi empati, perhatian, penyemangat, kehangatan pribadi, cinta, dan bantuan emosional. Konsep dukungan emosional juga menggambarkan keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan, serta sebagai wadah yang membantu individu mengendalikan emosinya. Aspek-aspek dari dukungan emosional mencakup bentuk dukungan yang diwujudkan dalam afeksi, kepercayaan, perhatian, mendengarkan, dan memberikan dukungan.

Dukungan sendiri dapat berupa informasi verbal maupun nonverbal, termasuk saran, bantuan yang nyata, dan tingkah laku, yang diberikan oleh kelompok orang yang dekat dan akrab dengan subjek dalam lingkungan sosialnya. Lebih lanjut, dukungan emosional dapat diartikan sebagai sesuatu yang memberikan keuntungan emosional yang signifikan pada penerima dukungan. Bentuk dukungan yang dapat diberikan meliputi aspek kepedulian, keberadaan, kesediaan, serta sikap menghargai dan menyayangi.

Dukungan emosional juga merupakan fungsi afektif keluarga yang harus diterapkan kepada seluruh anggota keluarga untuk memenuhi kebutuhan psikososial mereka, dengan saling mencintai, memberikan cinta kasih, kehangatan, serta mendukung dan menghargai satu sama lain. Dukungan emosional, sebagai bentuk dukungan, memiliki kemampuan untuk memberikan rasa aman, cinta kasih, meningkatkan semangat, serta mengurangi perasaan putus asa, rendah diri, dan keterbatasan akibat ketidakmampuan fisik dan kelainan yang mungkin dialami oleh individu (Friedman Dkk, 2010).

Berbagai orang yang memiliki hubungan penting dalam kehidupan seseorang, seperti keluarga, teman dekat, pasangan hidup, saudara, tetangga, teman-teman, atau bahkan guru/dosen, dapat memberikan dukungan emosional yang sangat diperlukan bagi individu tersebut menurut Wentzel (dalam Apollo & Cahyadi, 2012). Terdapat dua sumber dukungan emosional yaitu: orang tua dan teman sebaya.

#### **a. *Emotional Support* Orang Tua**

Santrock (dalam Budikunconingsih, 2017) menjelaskan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membantu anak menghadapi dunia sosial yang kompleks dan luas, serta berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan harga diri, efikasi diri, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan hidup. Dukungan orang tua juga memengaruhi kesehatan mental, prestasi akademik, dan pandangan diri yang positif

(Cutrona, dkk. dalam Sari, 2014; CorviileSmith, dkk., dalam Tarmidi & Rambe, 2010).

Selain itu, dukungan emosional dari orang tua juga sangat penting dalam membantu anak beradaptasi dengan perubahan besar seperti memasuki lingkungan perkuliahan (Mounts, dkk. dalam Putri, 2014). Ini melibatkan ekspresi empati dan perhatian yang membuat anak merasa aman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan ini mencakup pengakuan positif, kedekatan emosional, integrasi sosial, dan kesempatan bagi orang tua untuk memberikan bantuan kepada anak (Putri, 2014). Kesimpulannya, dukungan emosional dari orang tua memiliki dampak yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan anak dan membantu mereka meraih kesuksesan.

#### **b. *Emotional Support* Teman Sebaya**

Dukungan sosial dari teman sebaya, yang mencakup dukungan emosional, adalah sebuah sistem kolaboratif yang didasarkan pada prinsip-prinsip seperti rasa hormat, berbagi tanggung jawab, dan mencapai kesepakatan yang bermanfaat (Mead, Hilton, & Curtis dalam Sari, 2014). Dalam lingkungan remaja, dukungan dari teman sebaya menjadi penting karena seringkali komunikasi yang lebih intens terjadi di antara mereka di lingkungan kampus daripada dengan orang tua. Namun, penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari orang tua memiliki korelasi yang lebih kuat dengan prestasi akademik daripada dukungan dari teman sebaya (Levitt, dkk. dalam Sari, 2014).

Salah satu bentuk dukungan sosial dari teman sebaya adalah dukungan emosional. Ini melibatkan ekspresi empati dan perhatian dari teman sebaya terhadap individu lain, yang bertujuan untuk menciptakan perasaan nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan emosional ini mencakup pengakuan positif, kedekatan emosional, integrasi sosial, dan kesempatan bagi teman sebaya untuk memberikan bantuan (Sari, 2014). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional dari teman sebaya juga memiliki nilai yang signifikan, terutama saat seseorang jauh dari orang tua, dengan tetap memperhatikan prinsip-prinsip rasa hormat, berbagi tanggung jawab, dan mencapai kesepakatan yang bermanfaat.

## **2. *Parental Emotional Support Dalam Perspektif Psikologi***

Dukungan emosional merupakan bagian dari dukungan sosial. Memahami pentingnya dukungan sosial sangatlah krusial, terutama ketika seseorang menghadapi masalah. Dalam situasi tersebut, individu memerlukan orang-orang terdekat yang dapat dipercaya untuk membantu mengatasi kesulitannya. Dukungan sosial memainkan peran penting dalam perkembangan manusia. Contohnya, individu yang memiliki hubungan baik dengan orang lain cenderung memiliki kesehatan mental dan fisik yang lebih baik, kesejahteraan subjektif yang tinggi, serta tingkat morbiditas dan mortalitas yang lebih rendah (David & Oscar, 2017).

Menurut Safarino dukungan emosional adalah salah satu aspek dari dukungan sosial. Dukungan emosional didefinisikan sebagai sebuah ungkapan kasih sayang, kepedulian, bentuk perhatian, empati dan simpati

dari orang lain. Dan sumber dari dukungan emosional ini terbagi menjadi dua, yaitu dukungan dari orang tua, dan dukungan dari teman sebaya. Penelitian ini membahas dukungan emosional dari orang tua atau parental *emotional support*, dimana pada pengukurannya berfokus pada item kuesioner mengenai dukungan emosional dari orang tua.

Dukungan sosial adalah perilaku yang dapat mengurangi tekanan psikologis seseorang dan membantu dalam menghadapi emosi negatif. Menurut Hageston dan Cohen (2004) serta Mohammadi, Asgarizadeh, & Bagheri (2018), dukungan sosial adalah salah satu cara untuk mengatasi stres emosional. Rook juga menekankan pentingnya dukungan sosial dalam hubungan interpersonal, yang melibatkan perhatian emosional, informasi, penghargaan, dan bantuan praktis setelah interaksi sosial (Kumalasari & Nur, 2012). Dengan memberikan dukungan sosial, seseorang dapat mengurangi masalah psikologis dan memperkuat hubungan interpersonal, serta mendapatkan bantuan dari komunitas, jaringan sosial, atau pasangan yang dapat membantu menyelesaikan masalah.

Dengan adanya dukungan sosial melindungi individu dari stres dengan membuat mereka merasa tenteram, dicintai, dan percaya diri. Hubungan sosial yang mendukung juga mengurangi stres, meningkatkan kesehatan, dan membantu mengatasi tekanan psikologis. Penilaian positif terhadap bantuan sosial menunjukkan bahwa individu merasa bantuan yang diterima sesuai dengan kebutuhan, sementara penilaian negatif menunjukkan sebaliknya.

Dukungan sosial telah menjadi subjek penelitian yang luas, terutama dalam menilai perannya dalam memberikan rasa aman dan kesejahteraan bagi anak-anak, keluarga, serta dalam menghadapi dampak penyakit kronis dan bencana alam. Penelitian ini membahas bagaimana dukungan sosial dapat membantu individu dalam mengatasi efek negatif dari situasi stresor. Studi-studi oleh Barrera (1986), Lakey dan Cohen (2000), Bovier et al. (2004), Gjesfjeld et al. (2010), dan Lin et al. (2009) menyoroti pentingnya dukungan sosial dalam memberikan ketahanan terhadap dampak negatif peristiwa atau kondisi yang menimbulkan stres.

Melalui dukungan sosial termasuk untuk dukungan emosional dari orang tua, dalam hal ini sebagaimana teori Abraham Maslow mengenai hirarki kebutuhan yang mengedepankan sifat sosial yang ditinjau melalui psikologi humanistik, maka dapat dikatakan jika individu mendapatkan dukungan sosial ataupun dukungan emosional secara utuh berarti hirarki kebutuhan mereka telah terpenuhi secara keseluruhan sehingga mereka dapat mengaktualisasikan diri dengan baik. Melalui dukungan emosional dari orang tua kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan cinta dan kasih sayang, dan kebutuhan untuk dihargai akan terpenuhi, sehingga seorang individu dapat mengaktualisasikan dirinya dengan baik.

Berikut adalah penjelasan mengenai teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow seperti yang dijelaskan dalam *International Journal of Development and Economic Sustainability*, mencakup beberapa tingkatan kebutuhan:

1. **Kebutuhan Fisiologis**

Kebutuhan dasar manusia seperti sandang, pangan, dan papan yang harus dipenuhi untuk kelangsungan hidup. Dalam arsitektur, hal ini mencakup hak setiap individu untuk memiliki tempat yang mampu memenuhi kebutuhan aktivitas mereka.

2. **Kebutuhan Keamanan**

Kebutuhan akan rasa aman dan keselamatan untuk memberikan kenyamanan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam arsitektur, bangunan harus memberikan perlindungan dan kenyamanan bagi penghuninya.

3. **Kebutuhan Percaya dan Cinta Kasih**

Kebutuhan akan kasih sayang dan kepercayaan dalam menciptakan hubungan yang harmonis. Dalam arsitektur, ruang harus mampu memfasilitasi interaksi sosial yang membangun rasa afeksi dan keakraban.

4. **Kebutuhan untuk Dihargai**

Kebutuhan akan dihargai dan diakui atas prestasi individu. Dalam arsitektur, ruang atau bangunan dapat mencerminkan prestise dan penghargaan bagi penggunanya.

5. **Kebutuhan Aktualisasi Diri**

Kebutuhan tertinggi individu untuk berkembang dan mencapai potensi penuhnya. Dalam tingkatan ini, manusia berusaha untuk mencapai cita-cita dan mengembangkan diri.

Dari penjelasan diatas maka dapat diketahui bahwa dukungan emosional dari orang tua dalam perspektif psikologi, bahwa seorang individu yang mendapatkan dukungan emosional maka kebutuhan hirarki berdasarkan teori dari Maslow dapat terpenuhi sehingga individu dapat mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan baik. Selain itu juga dukungan emosional dari orang tua yang baik akan berpengaruh pada kesehatan mental seorang individu.

### **3. Aspek-aspek *Parental Emotional Support***

Aspek-aspek dari dukungan emosional mencakup dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, kepercayaan, perhatian, mendengarkan, dan interaksi saling mendengarkan. Jenis dukungan ini menciptakan suasana di mana individu merasa nyaman, yakin, dihargai, dan dicintai oleh keluarga, memungkinkannya untuk mengatasi masalah dengan efektif. Aspek emosional juga melibatkan hubungan yang erat, jaminan, dan keinginan untuk mempercayai orang lain, sehingga individu merasa yakin bahwa orang tersebut dapat memberikan cinta dan kasih sayang.

Menurut Weiss (1974) dukungan emosional adalah jenis dukungan sosial yang terdiri dari aspek-aspek yang membantu individu mengatasi masalah emosional dan psikologis. Dukungan ini diberikan melalui interaksi antara individu dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya. Weiss mengidentifikasi beberapa bentuk dukungan emosional, yaitu:

- 1) Kelekatan (*attachment*), yang menggambarkan hubungan emosional yang erat dan memberikan rasa aman serta kenyamanan.

- 2) Pengakuan Positif (*reassurance of worth*), yang berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai
- 3) Perasaan Ketergantungan (*a sense of reliable alliance*), yang menggambarkan kepercayaan akan ketersediaan seseorang untuk memberikan bantuan saat dibutuhkan atau sebagai pendukung dalam mengatasi masalah.
- 4) Mendapatkan Bimbingan (*the obtaining of guidance*), yang menunjukkan ketersediaan saran atau arahan dari orang lain untuk membantu menemukan solusi atas masalah yang dihadapi.

#### **4. Faktor yang Mempengaruhi *Parental Emotional Support***

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nisak pada tahun 2017, terdapat tiga faktor yang memengaruhi dukungan emosional pada individu, yaitu:

##### **a. Keintiman**

Dukungan emosional menjadi bagian integral dari dukungan sosial dan cenderung lebih banyak diperoleh melalui tingkat keintiman dalam interaksi sosial. Semakin tinggi tingkat keintiman seseorang, semakin besar dukungan emosional yang dapat diperoleh.

##### **b. Harga Diri**

Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung melihat bantuan dari orang lain sebagai bentuk dukungan yang positif. Sebaliknya,

menerima bantuan dari orang lain oleh individu dengan harga diri rendah dapat dianggap sebagai penurunan harga diri, karena diinterpretasikan sebagai tanda bahwa individu tersebut tidak mampu mengatasi situasi tanpa bantuan.

**c. Keterampilan Sosial**

Keterampilan sosial individu sangat mempengaruhi dukungan emosional yang mereka terima. Individu dengan pergaulan yang luas dan keterampilan sosial tinggi cenderung memiliki jaringan sosial yang lebih besar. Sebaliknya, individu dengan jaringan sosial yang terbatas atau kurang luas cenderung memiliki keterampilan sosial yang rendah.

**5. Pengukuran *Parental Emotional Support***

*Parental emotional support* menggunakan kuesioener berdasarkan skala Weiss (1994). Alat ukur ini mengukur beberapa aspek: Kelekatan (*attachment*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), perasaan ketergantungan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapat bimbingan (*the obtaining of guidance*). Pengukuran ini biasanya digunakan untuk mengukur dukungan sosial yang biasanya diperoleh dari pasangan hidup, anggota keluarga, teman sebaya, atau orang tua. Dukungan emosional juga adalah salah satu bagian dari dukungan sosial, sehingga pengukuran ini disesuaikan dengan karakteristik pada mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Malang. Dengan tujuan untuk melihat tingkat dukungan emosional dari orang tua pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Dengan tingkat dukungan dari orang tua yang tinggi akan membantu

keberfungsian diri individu atau aktualisasi mereka dengan baik. Sebagaimana teori hirarki kebutuhan oleh Abraham Maslow, dukungan emosional dari orang tua yang didapatkan secara utuh dapat memenuhi hirarki kebutuhan menurut Maslow. Mulai dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan untuk dihargai, dan kebutuhan aktualisasi. Jika kebutuhan-kebutuhan di awal terpenuhi, maka individu akan dapat mengaktualisasikan kemampuan dirinya atau keberfungsian dirinya dengan baik. Dalam pengukuran ini mengukur kebutuhan-kebutuhan tersebut pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Lebih jelas mengenai penjelasan pengukuran parental emotional support dengan skala Weiss 1994, sebagai berikut:

a. Kelekatan (*attachment*)

Jenis dukungan emosional ini memungkinkan seseorang untuk merasakan kelekatan emosional yang memberikan rasa aman dan kedamaian. Pada dukungan emosional ini bersumber dari orang tua. Contoh dukungan emosional dari orang tua pada mahasiswa yaitu dengan aitem yang menggambarkan bahwa orang tua mereka membuatnya merasa aman, dan nyaman. Ini mencerminkan perasaan keamanan dan kenyamanan yang dihasilkan oleh hubungan emosional yang dekat dengan orang tuanya. Jadi dapat disimpulkan, pada aspek ini menggambarkan penyedia rasa aman, kenyamanan, dan hubungan emosional yang dekat antara orang tua dan mahasiswa.

b. Pengakuan positif (*reassurance of worth*)

Dukungan emosional ini melibatkan pengakuan atas kemampuan dan keahlian seseorang, serta penerimaan dan penghargaan dari orang lain atau lembaga. Sumber dukungan emosional ini dikhususkan bersumber dari orang tua. Pada mahasiswa, tentunya merasa dihargai oleh orang tua akan memberikan dampak positif untuk dirinya. Individu yang dihargai oleh orang tuanya cenderung lebih bahagia, lebih tenang, dan lebih stabil secara emosional. Kasih sayang orang tua juga berperan dalam membantu anak untuk lebih fokus dan lebih mudah belajar.

Pada komponen ini mahasiswa akan mendapatkan perasaan pengakuan yang positif dari orang tuanya. Contohnya, mereka akan merasa bahwa orang tuanya sangat mengenal dan memahami dirinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa orang tua mengakui dan memahami individu, yang memberikan perasaan dihargai dan diterima. Jadi dapat disimpulkan, pada aspek ini menggambarkan pengakuan, penghargaan, dan penegasan atas nilai dan kemampuan mahasiswa oleh orang tua, yang dapat membantu mahasiswa merasa dihargai dan diterima oleh orang tuanya.

c. Perasaan ketergantungan (*a sense of reliable alliance*)

Dukungan emosional jenis ini memberikan keyakinan bahwa ada orang yang dapat diandalkan, baik itu diri sendiri, guru, orang tua atau teman sebaya, yang akan membantu ketika menghadapi kesulitan. Dalam penelitian itu perasaan ketergantungan atau orang yang dapat

diandalkan bersumber dari orang tua kepada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Contohnya, mahasiswa merasa bahwa selama ini orang tua mereka selalu baik dan hangat. Hal ini mencerminkan ketersediaan orang tua untuk memberikan dukungan emosional yang hangat dan dapat diandalkan.

Jadi dapat disimpulkan, pada aspek ini menggambarkan ketersediaan dan kepercayaan bahwa orang tua dapat diandalkan sebagai sumber dukungan emosional dan bantuan ketika mahasiswa sebagai anak membutuhkannya.

d. Mendapat bimbingan (*the obtaining of guidance*)

Jenis dukungan emosional ini melibatkan hubungan kerja atau sosial yang memungkinkan seseorang untuk mendapatkan informasi, saran, atau nasehat yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan. Sumber dukungan emosional ini bisa berasal dari guru, tokoh agama dalam masyarakat, orang yang dituakan, dan juga orang tua.

Dalam penelitian ini, konteks mendapatkan bimbingan yaitu pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yang bersumber dari orang tua sebagai dukungan emosional. Jadi dalam dukungan emosional pada aspek ini melibatkan hubungan dalam mendapatkan nasihat atau bimbingan dari orang tua. Contohnya, mahasiswa merasa bahwa orang tuanya selalu mendengarkan kekhawatirannya. Ini menunjukkan bahwa orang tua memberikan dukungan emosional

dengan mendengarkan kekhawatiran mereka dan memberikan bimbingan atau nasihat yang dibutuhkan. Atau contoh lainnya, ketika mahasiswa merasakan bahwa orang tuanya selalu menghibur mereka ketika sedang dalam situasi sulit. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua memberikan dukungan emosional saat mereka sedang mengalami kesulitan.

Jadi dapat disimpulkan, pada aspek ini menggambarkan kemampuan orang tua untuk mendengarkan, memberikan nasihat, dan memberikan arahan kepada mereka dalam mengatasi masalah atau kesulitan emosional.

### ***C. Efficacy of Communication***

#### ***1. Pengertian Efficacy of Communication***

##### **a. Efikasi Diri**

Efikasi diri, menurut Bandura (1997), merujuk pada keyakinan individu akan kemampuannya untuk melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu. Sementara menurut Feist & Feist (2010), efikasi diri merupakan proses di mana perilaku seseorang dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara tindakan individu, lingkungan sekitar, dan kondisi mental, terutama faktor-faktor kognitif yang terkait dengan keyakinan individu akan kemampuannya dalam menjalankan perilaku yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Alwisol mendefinisikan efikasi diri sebagai pandangan individu terhadap seberapa baik mereka dapat berfungsi dalam situasi tertentu, yang

berkaitan dengan keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan yang diharapkan (Alwisol, 2009). Sementara itu, Patton menyatakan bahwa efikasi diri melibatkan keyakinan yang penuh optimisme dan harapan untuk dapat mengatasi masalah tanpa kehilangan semangat.

Menurut Schunk, *self efficacy* memiliki peran penting dalam memengaruhi tingkat usaha yang diberikan seseorang, serta seberapa kuat usaha tersebut dapat memprediksi keberhasilan yang akan dicapai. Pernyataan ini sejalan dengan Woolfolk (dikutip dalam Anwar, 2009) yang menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan penilaian individu terhadap kemampuannya sendiri atau keyakinan tentang seberapa baik mereka dapat menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil tertentu.

Dengan mempertimbangkan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk menyelesaikan tugas atau mengatasi masalah demi mencapai tujuan yang diinginkan.

#### **b. Komunikasi (*Communication*)**

Sedangkan pengertian dari komunikasi adalah sebagai suatu proses pertukaran ide, pesan, dan interaksi sosial adalah kegiatan yang esensial dalam kehidupan manusia. Lewat komunikasi, individu dapat saling mengenal, membentuk hubungan, membangun kerjasama, memengaruhi satu sama lain, berbagi ide dan pandangan, serta mengembangkan budaya dan masyarakat. Dapat diungkapkan bahwa peranan komunikasi sangatlah

vital dalam kehidupan manusia, dan individu yang tidak aktif dalam komunikasi akan menghadapi kesulitan dalam pertumbuhan dan kelangsungan hidup. Sadar atau tidak, komunikasi merupakan kebutuhan yang tak terhindarkan bagi setiap individu dan merupakan elemen yang tak terpisahkan dari kehidupan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitasnya.

Komunikasi berasal dari kata Latin "*communicatio, communicare, communic*", yang terdiri dari kata "*com*" (sama) dan "*munic*" (diikat). Dengan demikian, komunikasi dapat diartikan sebagai kegiatan yang menghasilkan kesamaan pengertian di antara pelaku komunikasi, yaitu komunikator dan komunikan. Harold D. Laswell, seorang ahli komunikasi terkenal, mendefinisikan komunikasi sebagai pertanyaan tentang siapa yang mengatakan apa kepada siapa, menggunakan saluran apa, dan apa efeknya.

Dari definisi Laswell, dapat disimpulkan bahwa unsur penting dalam komunikasi terdiri dari komunikator, isi pesan, komunikan, saluran atau media yang digunakan, dan efek yang dihasilkan dari komunikasi tersebut. Keberhasilan atau efektivitas komunikasi dapat dilihat dari dampak yang diterima oleh komunikan sebagai penerima pesan.

Proses pembentukan kepribadian manusia sepanjang hidupnya dipengaruhi oleh proses komunikasi. Komunikasi membantu manusia mengenali dan mengembangkan diri serta menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya, yang memengaruhi kualitas hidup manusia. Komunikasi efektif terjadi ketika komunikator berhasil membuat

komunikasikan memahami pesan, merasa senang, mampu mengatasi masalah, dan menjaga hubungan baik dengan komunikasikan.

Didalam buku (Nofrion, 2019) menurut John R. Wenburg mengungkapkan bahwa komunikasi merupakan upaya untuk memahami atau menemukan makna di dalamnya. Donald Byker dan Loren J. Anderson juga menjelaskan bahwa komunikasi manusia melibatkan pertukaran informasi di antara dua orang atau lebih. Diana K. Ivy dan Phil Backlund mendefinisikan komunikasi sebagai sebuah proses yang terus berlangsung, dinamis, di mana pesan-pesan diterima dan dikirim dengan tujuan berbagi makna (Nofrion, 2019).

Dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses yang esensial dalam kehidupan manusia yang melibatkan pertukaran ide, pesan, dan interaksi sosial. Melalui komunikasi, individu dapat saling mengenal, membentuk hubungan, membangun kerjasama, memengaruhi satu sama lain, berbagi ide dan pandangan, serta mengembangkan budaya dan masyarakat. Komunikasi juga merupakan kebutuhan tak terhindarkan bagi setiap individu, yang menjadi elemen tak terpisahkan dari kehidupan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitasnya.

Dari paparan pengertian efikasi diri dan komunikasi, dapat disimpulkan bahwa efikasi berkomunikasi atau *efficacy of communication* merujuk pada keyakinan individu akan kemampuannya untuk melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan dalam konteks komunikasi guna mencapai hasil tertentu. Dalam konteks ini, efikasi diri dalam

berkomunikasi melibatkan keyakinan individu akan kemampuannya dalam menjalankan perilaku komunikasi yang diinginkan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Para ahli memberikan pandangan yang menekankan pentingnya keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk berkomunikasi secara efektif, yang dapat memengaruhi tingkat usaha yang diberikan seseorang dalam berkomunikasi dan kemungkinan keberhasilan yang akan dicapai dalam interaksi komunikatif. Oleh karena itu, efikasi berkomunikasi menjadi faktor penting dalam memahami dan mengevaluasi bagaimana individu melibatkan diri dalam interaksi komunikasi dan mencapai tujuan komunikatif yang diinginkan.

## **2. *Efficacy of Communication* Dalam Perspektif Psikologi**

Efikasi Berkomunikasi merupakan suatu keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam berkomunikasi. Efikasi dan komunikasi adalah dua konsep yang berbeda, namun keduanya dapat saling terkait. Dalam berkomunikasi dengan sukses akan membutuhkan efikasi diri yang baik. Seseorang dengan efikasi diri yang baik cenderung menganggap sebuah tugas yang sulit adalah sebagai suatu tantangan, bukan beban. Tidak setiap orang memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik, bagi mereka seperti mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah akan menganggap berkomunikasi adalah suatu tugas yang sulit. Padahal skill berkomunikasi adalah kemampuan yang sangat bernilai untuk kehidupan seseorang didunia pekerjaan. Maka dari itu, mahasiswa membutuhkan kompetensi tersebut.

Menurut Bandura, dalam buku teori psikologi efikasi diri merupakan unsur kepribadian yang berkembang, pengalaman yang terjadi dalam akibat dari situasi tertentu. Bandura juga mengatakan bahwa persepsi terhadap efikasi diri pada setiap individu perkembangannya dicapai secara bertahap dan proses sesuai dengan kemampuan dan pengalaman tertentu secara terus – menerus. Jika individu menggunakan kemampuan kognitifnya untuk mempersepsikan keahlian yang dimiliki maka hal tersebut akan menggunakan kepercayaan sebagai landasan atas kemantapan diri sebagai landasan individu untuk mencapai target yang diharapkan.

Dalam penerapannya, teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura ini mudah diterapkan dalam berbagai bidang kehidupan. Dalam bidang psikologi perkembangan, teori ini mudah dapat diterapkan karena sejalan dengan teori – teori lainnya. Apabila dikaitkan dengan teori perkembangan menurut Erikson yaitu keadaan dimana dalam tahap – tahap perkembangan kepribadian manusia ada krisis – krisis psikososial yang harus dilalui (seseorang akan dapat mencapai kematangan diri setelah mampu menyelesaikan krisis di setiap tahap perkembangan), maka teori efikasi diri yang menyatakan pentingnya peranan *mastery experience* dapat diterapkan dengan mudah dalam mengasuh anak. Selain itu *mastery experience* juga dapat diterapkan dalam konteks berkomunikasi.

Komunikasi merupakan elemen krusial dalam kehidupan manusia. Setiap hari, interaksi komunikasi terjadi dengan berbagai orang dan tujuan yang berbeda. Komunikasi efektif terjadi ketika terdapat keselarasan antara

orang yang mengirim pesan dan orang yang menerimanya. Komunikasi, sebagai interaksi yang melibatkan sikap dan perilaku manusia, sangat erat hubungannya dengan psikologi, disiplin ilmu yang mempelajari perilaku manusia. Pendekatan psikologi digunakan untuk meningkatkan efektivitas komunikasi dengan memahami hubungan antara perilaku manusia dan proses kesadaran yang mendasarinya. Psikologi memandang komunikasi sebagai manifestasi jiwa manusia yang tercermin dalam cara mereka berkomunikasi.

Dari deskripsi di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi berkomunikasi merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam berkomunikasi. Konsep ini sangat penting karena efikasi diri yang baik dapat membantu seseorang dalam berkomunikasi dengan sukses, mengubah pandangan terhadap tugas yang sulit menjadi tantangan yang bisa diatasi. Teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura menekankan bahwa pengalaman dan persepsi individu terhadap kemampuan mereka memainkan peran penting dalam perkembangan efikasi diri. Dalam konteks psikologi, efikasi berkomunikasi dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam pengasuhan anak dan dalam konteks komunikasi sehari-hari. Keselarasan antara perilaku dan sikap manusia dalam komunikasi juga menunjukkan hubungan erat antara komunikasi dan psikologi. Dengan pemahaman ini, efikasi berkomunikasi dapat menjadi landasan penting bagi individu untuk mencapai tujuan yang diharapkan dalam interaksi komunikasi mereka.

### **3. Aspek-aspek *Efficacy of Communication***

Keterampilan berkomunikasi mencakup kemampuan untuk secara efektif mengungkapkan ide dan pemikiran, mendengarkan dengan cermat, menyampaikan informasi dengan jelas menggunakan bahasa yang sesuai, serta mempertimbangkan desain pesan dan cara penyampaian informasi (Budiono & Abdurrohman, 2020). Kesuksesan dalam komunikasi bergantung pada bagaimana pesan atau informasi dirancang dan disampaikan kepada orang lain (Majid & Rochman, 2014:194). Memiliki keterampilan komunikasi yang baik dapat meningkatkan kualitas aktivitas belajar bagi siswa dan juga memperkuat kepercayaan diri mereka (Purnomo, 2016; Kartianti, 2019; Mollah, 2019).

Peningkatan keterampilan komunikasi tidak hanya bergantung pada peningkatan efikasi diri mahasiswa saja. Selain itu, terdapat faktor-faktor lain yang juga dapat berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa. Salah satunya adalah melalui latihan dan praktik yang terus-menerus. Untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi menurut Bandura bisa dilakukan dengan mengembangkan dan memperkuat keterampilan-keterampilan tertentu melalui proses pengamatan, peniruan, dan penguatan.

Albert Bandura, psikolog yang terkenal dengan teori efikasi diri, juga memiliki konsep terkait keterampilan komunikasi. Meskipun efikasi diri adalah salah satu konsep utamanya, Bandura juga memperhatikan bagaimana individu mengembangkan dan memperkuat keterampilan-

keterampilan tertentu melalui proses pengamatan, peniruan, dan penguatan. Namun, fokus penelitian ini bukanlah untuk meningkatkan efikasi berkomunikasi mahasiswa, tetapi untuk melihat bagaimana tingkat efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Dan untuk melihat pengaruhnya dengan variabel bebas yaitu *subjective well-being*, dan *parental emotional support*.

Dalam konteks keterampilan komunikasi, Bandura menekankan pentingnya proses belajar melalui observasi (*modeling*) dan percobaan. Menurutnya, individu dapat memperoleh dan meningkatkan keterampilan komunikasi dengan mengamati orang lain yang memiliki keterampilan yang diinginkan dan mencoba menerapkan apa yang mereka amati dalam situasi komunikasi mereka sendiri. Proses penguatan juga merupakan bagian penting dari teori Bandura, di mana individu akan cenderung mengulangi dan memperkuat keterampilan komunikasi yang memberikan hasil positif atau reinforcement.

Menurut Byers dan Weber (1995) dalam penelitian mereka, seseorang yang mengalami kesulitan dalam berkomunikasi cenderung tidak dipersepsikan secara positif oleh orang lain. Mereka mungkin dianggap kurang responsif, kurang komunikatif, sulit dipahami, kurang memiliki minat sosial, kurang kompeten, tidak dapat diandalkan, kurang fokus pada tugas, tidak suka berinteraksi sosial, tidak tertarik menjadi pemimpin, dan kurang produktif dalam kehidupan profesional mereka. Secara keseluruhan,

kesulitan dalam berkomunikasi memiliki dampak negatif pada aspek ekonomi, akademis, politik, dan sosial individu.

Banyak literatur yang menunjukkan keterkaitan yang positif antara efikasi diri dengan komunikasi. Dalam penelitian Astuti & Pratama (2020) terdapat korelasi positif dan bermakna antara efikasi diri dan keterampilan komunikasi. Efikasi diri adalah keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu hal. Namun, keterampilan komunikasi tidak hanya tergantung pada kepercayaan diri semata; proses ini juga memerlukan latihan dan praktik yang berkelanjutan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa.

Bandura (1997) mengemukakan bahwa efikasi diri seseorang dapat dianalisis melalui tiga dimensi utama:

**a. Tingkat (*level*)**

Dimensi ini mengacu pada tingkat kesulitan dari suatu tugas. Setiap tugas memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda. Efikasi diri seseorang ditentukan oleh seberapa sulit atau mudahnya tingkat kesulitan dari tugas tersebut. Misalnya, jika seseorang diberi tugas yang tidak terlalu sulit, maka tugas tersebut akan terasa lebih mudah untuk dijalankan. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memilih tugas yang sesuai dengan kemampuannya.

**b. Keluasan (*generality*)**

Dimensi ini berkaitan dengan seberapa luas penguasaan individu terhadap berbagai bidang atau tugas. Individu dengan efikasi diri yang tinggi mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang rendah hanya mampu menguasai sedikit bidang untuk menyelesaikan tugasnya.

**c. Kekuatan (*strength*)**

Dimensi ini menekankan pada seberapa kuat keyakinan individu terhadap dirinya sendiri. Individu dengan efikasi diri yang lemah mudah diragukan oleh pengalaman yang menantang, sementara individu dengan efikasi diri yang kuat akan tetap tekun dan gigih dalam usahanya meskipun menghadapi banyak tantangan dan rintangan. Kekuatan merujuk pada tingkat kestabilan keyakinan individu, yang menentukan ketahanan dan ketekunan mereka.

**4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi *Efficacy of Communication***

Menurut Bandura, terdapat empat faktor yang mempengaruhi efikasi diri (*self efficacy*), yaitu:

**a. Pengalaman Menguasai Sesuatu (*Mastery Experience*)**

Pengalaman dalam berhasil menguasai suatu hal atau meraih prestasi di masa lalu akan meningkatkan keyakinan diri seseorang secara umum. Sebaliknya, pengalaman kegagalan cenderung menurunkan tingkat keyakinan diri. Namun, dengan terus menerus meraih

keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan-kegagalan sebelumnya dapat berkurang secara alami. Bahkan, kegagalan-kegagalan tersebut dapat diatasi dengan memperkuat motivasi diri, terutama saat menghadapi hambatan yang sulit. Secara teoritis, metode yang paling ampuh untuk mempengaruhi efikasi diri adalah pengalaman langsung, dan penting bagi siswa untuk diberikan sumber daya, dukungan, dan kesempatan untuk berhasil (Bandura, 1977).

#### **b. Modeling Sosial**

Melalui pengamatan terhadap keberhasilan orang lain yang memiliki kemampuan serupa dalam suatu tugas, tingkat keyakinan diri individu dapat meningkat. Sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain dapat menurunkan penilaian individu terhadap kemampuannya, mengakibatkan pengurangan usaha yang dilakukan.

Sebagaimana dicatat dalam (Cavanagh, 2014), pengalaman perwakilan paling efektif ketika modelnya serupa dengan siswa, dan ketika model tersebut harus bertahan melalui tantangan untuk mencapai kesuksesan (Bandura, 1993). Dengan mengamati teman sekelasnya melakukan tugas komunikasi lisan, siswa dapat mengamati model yang serupa dalam hal usia, jenis kelamin, dan tingkat pengalaman. Banyak siswa yang kesulitan dengan tugas komunikasi lisan, namun pada akhirnya berhasil, dan, dalam prosesnya, tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri mereka sendiri namun juga menjadi teladan bagi

rekan-rekan mereka yang belajar bahwa usaha dan ketekunan akan membawa pada kesuksesan.

### **c. Persuasi Sosial**

Individu dapat dibimbing dan didorong untuk meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan yang dimilikinya melalui saran, nasihat, dan bimbingan. Dorongan verbal ini cenderung mendorong individu untuk berusaha lebih keras dalam mencapai keberhasilan. Namun, pengaruh persuasi tidak begitu besar karena tidak memberikan pengalaman langsung kepada individu.

Persuasi verbal mencakup meyakinkan seseorang bahwa mereka mampu melakukan tugas yang diberikan (Bandura, 1977). Umpan balik setelah setiap presentasi memberikan kesempatan kepada instruktur dan sesama siswa untuk mendorong presenter mengenai kemajuan mereka dan kesuksesan.

Dalam penelitian (Cavanagh et al., 2019) ditemukan dalam penelitian tersebut untuk meningkatkan efikasi diri siswa melalui persuasi verbal dengan mencurahkan waktu kursus kepada siswa untuk menerima umpan balik dari instruktur dan rekan-rekan mereka. Persuasi verbal adalah salah satu sumber informasi yang paling lemah karena pendapat orang lain (bahkan pendapat orang lain yang penuh rasa hormat) kurang berdampak secara psikologis dibandingkan pengalaman langsung mengenai keberhasilan atau kegagalan (Schunk,

1991). Namun, persuasi verbal juga merupakan salah satu intervensi yang paling mudah diterapkan di ruang kelas, dan kami menggunakan beberapa pendekatan untuk memaksimalkan dampaknya. Misalnya, persuasi verbal dari rekan-rekan yang dipercaya dapat sangat berpengaruh pada keyakinan efikasi diri (Howardson & Behrend, 2015). Untuk memanfaatkan hal ini, kami mendorong teman-teman siswa untuk memberikan persuasi verbal dengan menanyakan siswa lain di kelas apa yang dilakukan pembicara dengan baik setelah setiap presentasi. Selain itu, karena keyakinan efikasi diri bersifat unik untuk tugas tertentu (Bandura, 1977), kami memfokuskan umpan balik pada bidang kesuksesan tertentu, daripada memberi tahu siswa bahwa mereka telah melakukan presentasi dengan baik secara umum. Misalnya, kita akan mencatat jika seorang siswa berhasil dalam gerakan tangan, modulasi suara, penggunaan panggung, dan sebagainya. Dengan melakukan hal ini, kami menargetkan efikasi diri untuk perilaku spesifik yang terkait dengan komunikasi lisan yang sukses.

#### **d. Kondisi Fisik dan Emosional**

Kondisi emosional yang kuat, seperti rasa takut yang intens, kecemasan, atau tingkat stres yang tinggi, dapat mengurangi keyakinan diri seseorang. Hal ini karena emosi yang kuat sering kali mengganggu performa. Tingkat keyakinan diri seseorang dalam setiap tugas juga dipengaruhi oleh kondisi fisik dan emosionalnya, yang dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya. Gairah fisiologis

(stres/kecemasan) dapat menurunkan efikasi diri sehingga menurunkan kinerja (Bandura, 1977). Karena berbicara di depan umum sering kali dianggap sebagai pengalaman yang memicu stres, tingkat kecemasan yang meningkat dapat menurunkan fungsi kognitif dan kinerja. Oleh karena itu, siswa diajarkan teknik untuk mengurangi tingkat stres dan cara menyalurkan energi saraf. Misalnya, siswa diyakinkan bahwa meskipun mereka merasa gugup dan cemas, kinerja mereka tidak selalu mencerminkan betapa gugupnya mereka. Hal ini menjadi jelas ketika mereka meninjau rekaman presentasi mereka.

Dalam penelitian (Cavanagh et al., 2019) Terakhir, kami meningkatkan efikasi diri dengan menargetkan gairah fisiologis siswa. Kegembiraan fisiologis dapat mengalihkan perhatian siswa dan menghambat kinerja, terutama pada tugas yang menimbulkan kecemasan seperti komunikasi lisan (Tucker & McCarthy, 2001).

Studi menunjukkan bahwa gairah fisiologis dapat dikurangi melalui paparan berulang (Bandura, 1977), sehingga dalam kursus kami, kami memastikan bahwa siswa memiliki beberapa kesempatan untuk berlatih komunikasi lisan. Kami juga menargetkan gairah fisiologis dengan berdiskusi langsung dengan siswa dan meyakinkan mereka bahwa perasaan gugup adalah hal yang normal dan alami (sehingga diharapkan dapat mengurangi perasaan stres sebagai respons terhadap pengalaman stres), dan dengan membekali mereka dengan keterampilan mengatasi yang dirancang khusus untuk mengatasi gairah

fisiologis. (misalnya, latihan yang cukup, pernapasan dalam, bahasa tubuh yang percaya diri, akses mudah terhadap air, dll.).

## 5. Pengukuran *Efficacy of Communication*

*Efficacy of communication* menggunakan kuesioner Efikasi diri (Bandura 1997) dalam konteks efikasi berkomunikasi. Alat ukur ini mengukur tiga dimensi yang terdiri dari: Tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*), keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*). Alat ukur ini digunakan untuk mengukur tingkat *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Sebagaimana aktualisasi diri sebagai seorang mahasiswa sangat dibutuhkan kemampuan diri dalam berkomunikasi, maka dari itu efikasi diri mereka dalam berkomunikasi menjadi hal yang penting untuk diukur pada mahasiswa. Berikut penjelasan terkait aspek-aspek yang di ukur dalam *efficacy of communication*:

### a. Tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*)

Dimensi tingkat atau level dalam berkomunikasi berkaitan dengan seberapa sulitnya tugas yang dihadapi individu dan sejauh mana individu merasa mampu untuk menyelesaikannya. Ketika individu diberikan tugas sesuai tingkat kesulitannya, efikasi diri individu dapat mengalami peningkatan atau penurunan tergantung pada seberapa tepat tugas tersebut dengan batas kemampuan yang dirasakan individu. Implikasi dari dimensi ini adalah individu cenderung memilih tingkah laku yang sesuai dengan

tingkat kesulitan yang dirasakan mampu dilakukan dan menghindari tingkah laku yang di luar batas kemampuannya.

Dalam penelitian ini, aspek tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*) mengacu pada sejauh mana kemampuan individu dalam berkomunikasi, atau spesifiknya adalah dalam menyampaikan ide-ide dengan jelas dan efektif, dan kemampuan spesifik dalam konteks kerja tim. Contoh tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*) pada mahasiswa S1 yaitu menyadari akan kemampuannya atau seberapa baik mereka dapat menyampaikan ide-ide dengan jelas dan efektif. Dan juga, seberapa baik mereka dapat berkomunikasi dengan anggota tim untuk mencapai suatu kesepakatan bersama. Pernyataan-pernyataan tersebut dapat mengukur kemampuan spesifik mahasiswa baik dalam menyampaikan ide-ide dengan efektif, maupun dalam konteks kerja tim untuk mencapai kesepakatan yang juga merupakan tugas spesifik.

b. Keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*)

Dimensi keluasan atau *generality* dalam berkomunikasi berkaitan dengan sejauh mana individu merasa yakin akan kemampuannya dalam berbagai bidang tingkah laku. Hal ini dapat mencakup kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam berkomunikasi secara luas, baik dalam situasi tertentu maupun dalam beragam situasi dan aktivitas. Efikasi berkomunikasi dapat dipengaruhi oleh dimensi generalisasi ini, di mana individu dapat merasa yakin atau tidak yakin terhadap kemampuannya dalam berkomunikasi dalam berbagai konteks.

Dalam penelitian ini aspek keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*) mengacu pada cakupan luasnya kemampuan berkomunikasi yang berlaku dalam berbagai situasi atau konteks yang lebih luas. Contohnya kemampuan pada mahasiswa dalam memahami isyarat non-verbal yang berlaku dalam banyak situasi komunikasi yang berbeda, atau kemampuan mahasiswa dalam mengajukan pertanyaan yang bisa digunakan diberbagai interaksi sosial. Kedua contoh tersebut dapat mengukur kemampuan mahasiswa untuk memperjelas dan memahami informasi yang bisa diterapkan dalam berbagai situasi, serta dapat mengukur kemampuan mahasiswa dalam mendengar, memahami dan memberikan tanggapan yang baik dalam berbagai konteks komunikasi.

c. Kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*)

Dimensi kekuatan berkaitan dengan seberapa kuatnya keyakinan atau penghargaan individu terhadap kemampuannya. Keyakinan yang kuat akan memberikan dorongan bagi individu untuk tetap bertahan dalam menghadapi tantangan, sedangkan keyakinan yang lemah rentan digoyahkan oleh pengalaman negatif. Meskipun pengalaman yang kurang mendukung dapat terjadi, dimensi kekuatan biasanya terkait dengan dimensi tingkat, di mana semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, semakin lemah keyakinan individu untuk menyelesaikannya.

Dalam penelitian ini, aspek kekuatan atau strength dalam berkomunikasi mengacu pada kekuatan akan keyakinan diri pada

mahasiswa dalam berkomunikasi. Jika mereka memiliki afeksi diri yang positif maupun negatif, maka akan mempengaruhi kekuatannya akan keyakinan dirinya dalam berkomunikasi. Contoh kekuatan dalam berkomunikasi pada mahasiswa yaitu ketika mahasiswa mampu bertahan dan tetap tenang saat menghadapi situasi tidak terduga seperti adanya perbedaan pendapat ataupun konflik. Hal tersebut dapat mengukur kekuatan keyakinan dalam kemampuan berkomunikasi meskipun bertemu hambatan dalam pelaksanaannya.

Dengan demikian, efikasi berkomunikasi dipengaruhi oleh seberapa tepat individu menilai tingkat kesulitan tugas komunikasi, seberapa kuat keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam berkomunikasi, dan sejauh mana kekuatan dari individu untuk merasa yakin akan kemampuannya dalam berkomunikasi di berbagai situasi.

#### **6. Pengaruh *Subjective Well Being* dan *Parental Emotional Support* Terhadap *Efficacy of Communication***

Sebagai seorang mahasiswa yang harus mampu menghadapi berbagai tantangan didunia perkuliahan dan dituntut untuk berani mencoba hal baru terkhususnya untuk belajar dan mengembangkan kemampuan atau efikasi dirinya dalam berkomunikasi, dalam hal ini *subjective well-being* pada setiap individu sangat dibutuhkan bahkan menjadi hal yang penting bagi mahasiswa agar dapat mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan baik, termasuk kemampuannya atau efikasi dirinya dalam berkomunikasi. *Subjective well-being* yang tinggi dapat diperoleh dengan membiasakan diri

untuk selalu belajar mengontrol emosi, dan membiasakan diri untuk melakukan hal-hal yang diinginkan untuk mencapai kebahagiaan, serta memahami pentingnya penilaian kognitif mereka atas hidupnya, dan dapat mengatasi dengan baik emosi-emosi dirinya baik dalam hal positif maupun negatif.

Pengaruh antara *subjective well-being* terhadap *efficacy of communication* terletak pada faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*. Yaitu kepuasan hidup dan afeksi positif maupun negatif. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *efficacy of communication* yaitu: tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*), keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*).

Kepuasan hidup yang tinggi akan mempengaruhi kemampuan efikasi berkomunikasi pada mahasiswa dalam berkomunikasi secara efektif. Sebagaimana yang dikatakan oleh Diener (1984), bahwa semakin tinggi kepuasan hidup seseorang maka semakin mudah mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya. Maka dapat dikatakan bahwa dengan kepuasan hidup yang tinggi, mahasiswa akan lebih bahagia dalam melakukan banyak hal termasuk dalam berkomunikasi. Tidak banyak penelitian lain yang membahas mengenai pengaruh antara kedua variabel ini, tetapi banyak penelitian yang membahas mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut. Dalam penelitian Nabila & Wahyuni (2022) mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kepuasan hidup mahasiswa Fakultas Ilmu

Pendidikan Universitas Negeri Jakarta dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan kepuasan hidup. Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa meskipun ada hubungan positif, hubungan ini tidak terlalu kuat. Efikasi diri memang berhubungan dengan kepuasan hidup, tetapi tidak dengan intensitas yang sangat tinggi.

Selain kepuasan hidup, afeksi juga mempengaruhi kemampuan efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dalam berkomunikasi secara efektif. Ketika mahasiswa memiliki afeksi positif, maka akan mempengaruhi kemampuannya dalam efikasi berkomunikasi. Afeksi disebut juga sebagai emosi yang dirasakan oleh seseorang, baik itu emosi positif maupun negatif. Emosi mempengaruhi komunikasi seseorang karena sering membuat seseorang cenderung tidak dapat berpikir rasional, dan membuat pesan yang sama yang dikomunikasikan di tangkap dengan berbeda makna, tergantung pada emosi tertentu yang mempengaruhinya (Robbins & Timothy, 2013).

Selain itu juga suasana hati dapat mempengaruhi efikasi diri, suasana hati yang gembira akan menyebabkan efikasi diri yang lebih tinggi (Chamariyah, 2015:23). Afeksi yang positif dan negatif akan mempengaruhi kekuatan efikasi dalam berkomunikasi pada mahasiswa. Ketika mahasiswa sedang dalam emosi yang negatif, maka kekuatan efikasi dalam berkomunikasinya pun akan melemah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fall, MacDonald, Primm dan Holmes pada

mahasiswa angkatan kerja, ternyata kecerdasan emosi dapat mempengaruhi kemampuan seseorang terkait bagaimana mengelola atau mengurangi kecemasan komunikasi dalam dirinya ketika berkomunikasi (Fall et al., 2013). Kecerdasan emosi juga membahas terkait kontrol emosi, maka dapat dikatakan ketika individu tidak dapat mengontrol emosinya kemungkinan ia akan memiliki afeksi yang negatif. Dan emosi negatif tersebut dapat menyebabkan individu mengalami kecemasan komunikasi yang membuat efikasi dirinya melemah atau tidak yakin akan kemampuannya untuk berkomunikasi.

Dalam menjalani kegiatan-kegiatan di kampus para mahasiswa mungkin akan menemukan kendala seperti sulitnya mengikuti proses pembelajaran, ketidakmampuan diri dalam berkomunikasi, dan lain sebagainya. Kendala-kendala tersebut dapat memicu stres berlebihan yang pada akhirnya akan berdampak pada rendahnya *subjective well-being* pada diri mahasiswa. Ketika menghadapi kendala tersebut, mahasiswa membutuhkan *subjective well-being* yang tinggi untuk membangun kembali kekuatan dalam diri guna untuk mengatasi segala rintangan dan tantangan dalam dunia perkuliahan. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Guay, Ratelle, dan Chanal (2008) menemukan bahwa siswa yang menganggap pekerjaan akademis mereka sebagai hal yang bernilai secara pribadi lebih cenderung termotivasi, mencapai nilai yang lebih baik, dan mengalami kesejahteraan yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak.

Dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi mahasiswa dapat meminimalisir kendala yang dialami. Apabila didalam diri seseorang memiliki keyakinan yang baik akan kemampuan dirinya, memiliki tujuan yang selalu ingin dicapai, dan tidak pantang menyerah ataupun tidak takut akan kegagalan, tetapi selalu lekas pulih dari segala kegagalan dan kembali berambisi dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai, maka mahasiswa akan mampu menghadapi segala tantangan di dunia perkuliahan, salah satunya adalah tantangan dalam efikasi berkomunikasi.

Selain variabel *subjective well-being*, penelitian ini juga ingin melihat variabel *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Karena kemampuan diri seseorang akan efikasi berkomunikasi yang dimiliki berbeda-beda antara satu individu dengan individu lainnya, peneliti ingin melihat apakah selain *subjective well-being*, *parental emotional support* juga memiliki pengaruh pada *efficacy of communication* seseorang. Mungkin saja seseorang tidak mampu mengaktualisasikan kemampuan dirinya disebabkan karena rendahnya dukungan emosional yang didapatkan dari orang tuanya. Sebagaimana teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow, seseorang akan dapat mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan baik ketika setiap tingkat kebutuhan-kebutuhan mereka terpenuhi. Hirarki kebutuhan menurut Maslow diantaranya: kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, dan kasih sayang, kebutuhan untuk dihargai, dan kebutuhan aktualisasi diri. Melalui dukungan emosional dari orang tua, individu atau

mahasiswa akan dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut. Sehingga mereka akan dapat mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan baik, termasuk dalam efikasi berkomunikasi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *parental emotional support* diantaranya: kelekatan (*attachment*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), perasaan ketergantungan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapat bimbingan (*the obtaining of guidance*). Individu yang mendapatkan rasa aman, dan nyaman dari orang tuanya akan memiliki aktualisasi pada kemampuan dirinya dengan baik. Sebagaimana pada penelitian Fitria, dkk (2023) berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kelekatan pada orangtua berhubungan signifikan dengan kepercayaan diri pada remaja. Penelitian lainnya pada Rahayu, dkk (2022), Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif antara kelekatan aman orangtua dengan kompetensi sosial pada remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelekatan aman dengan orangtua, semakin tinggi pula kompetensi sosial pada remaja akhir di kota Makassar. Begitupun dalam hal efikasi berkomunikasi, ketika seorang individu mendapatkan kelekatan yang utuh dari orang tuanya, maka akan mempengaruhi aktualisasi dirinya dalam hal efikasi berkomunikasi

Pada aspek pengakuan positif (*reassurance of worth*), mahasiswa akan merasa diakui dan dihargai oleh orang tuanya. Perasaan dihargai tersebut akan mempengaruhi efikasi dirinya dalam berkomunikasi. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh (Hasanah, 2019) yaitu hasil penelitian

menunjukkan bahwa penerimaan orangtua memiliki dampak positif dan signifikan terhadap efikasi diri anak. Artinya, penerimaan orangtua dapat menjadi indikator untuk memprediksi tingkat efikasi diri pada anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Aktar & Nahar (2014, p.1) yang menemukan adanya korelasi kuat dan signifikan antara penerimaan orangtua dan efikasi diri anak. Penerimaan orangtua mencakup cinta, perhatian, dan perlakuan positif yang ditunjukkan melalui ekspresi kasih sayang kepada anak. Dengan demikian, anak merasa dihargai, dan rasa percaya dirinya, terutama keyakinan akan kemampuan dirinya atau efikasi diri, akan berkembang dengan baik ketika orangtua menunjukkan penerimaan yang tinggi.

Pada aspek *parental emotional support* lainnya yaitu mendapatkan bimbingan, dalam hal ini gaya pengasuhan orang tua berhubungan dengan cara mereka mendidik atau membimbing anak. Sebuah studi oleh Gherasim, dkk. (2020) menemukan bahwa pola asuh otoritatif, yang melibatkan kehangatan, struktur, dan kontrol perilaku berhubungan positif dengan motivasi akademik di kalangan siswa sekolah dasar Rumania. Sehubungan dengan itu, Li, dkk. (2019) mengungkapkan bahwa gaya pengasuhan orang tua terhadap *self-regulated learning* dan prestasi akademik siswa sekolah dasar Tiongkok berhubungan positif. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya pengasuhan yang mengedepankan kehangatan, struktur, dan kontrol perilaku lebih mungkin menumbuhkan motivasi dan keberhasilan belajar anak. Pendidik dan orang tua dapat bekerja sama untuk mendorong praktik

pengasuhan positif yang mendukung motivasi anak untuk belajar. Begitupun dalam konteks efikasi berkomunikasi, ketika seorang individu mendapatkan bimbingan yang utuh dari orang tuanya maka ia akan dapat mengaktualisasikan dirinya dalam berkomunikasi.

Dalam penelitian (Antoxida & Sawitri, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri berwirausaha pada kelompok mahasiswa Undip Young Entrepreneur. Penelitian yang sama dalam (Antara et al., 2022) ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua untuk mengembangkan keterampilan berwirausaha dengan efikasi diri berwirausaha pada mahasiswa tahun kedua, ketiga, dan keempat departemen administrasi bisnis fisip universitas diponegoro. Penelitian lainnya oleh yaitu Kim dkk. (2020), menemukan bahwa dukungan orang tua, termasuk dukungan emosional, bimbingan akademik, dan bantuan praktis, berhubungan positif dengan motivasi akademik di kalangan pelajar Korea. Dalam penelitian (Wahyuningsih et al., 2023) menyatakan bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial orang tua dengan kepercayaan diri remaja pada siswa. Dengan demikian maka dukungan emosional orang tua juga memiliki pengaruh terhadap efikasi berkomunikasi.

Terdapat perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Dalam penelitian-penelitian terdahulu, banyak menggunakan variabel *subjective well-being*, dukungan sosial, dan efikasi diri. Namun, dalam

penelitian ini, peneliti menggunakan variabel yang tidak sama persis. Peneliti menggunakan variabel efikasi diri dalam konteks berkomunikasi, serta *subjective well-being* dan juga menggunakan variabel dukungan emotional dari orang tua dengan subjek mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban awal terhadap rumusan masalah dalam penelitian yang bersifat sementara. Selain itu, Paramita, Rizal, & Sulistyan (2021) mendefinisikan hipotesis sebagai keterkaitan logis antara dua variabel atau lebih yang berdasarkan pada teori dan masih perlu diuji kebenarannya.

Berdasarkan telaah latar belakang dan kerangka teoritis yang telah diuraikan sebelumnya, serta rumusan masalah penelitian, peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

##### **1. Hipotesis Mayor**

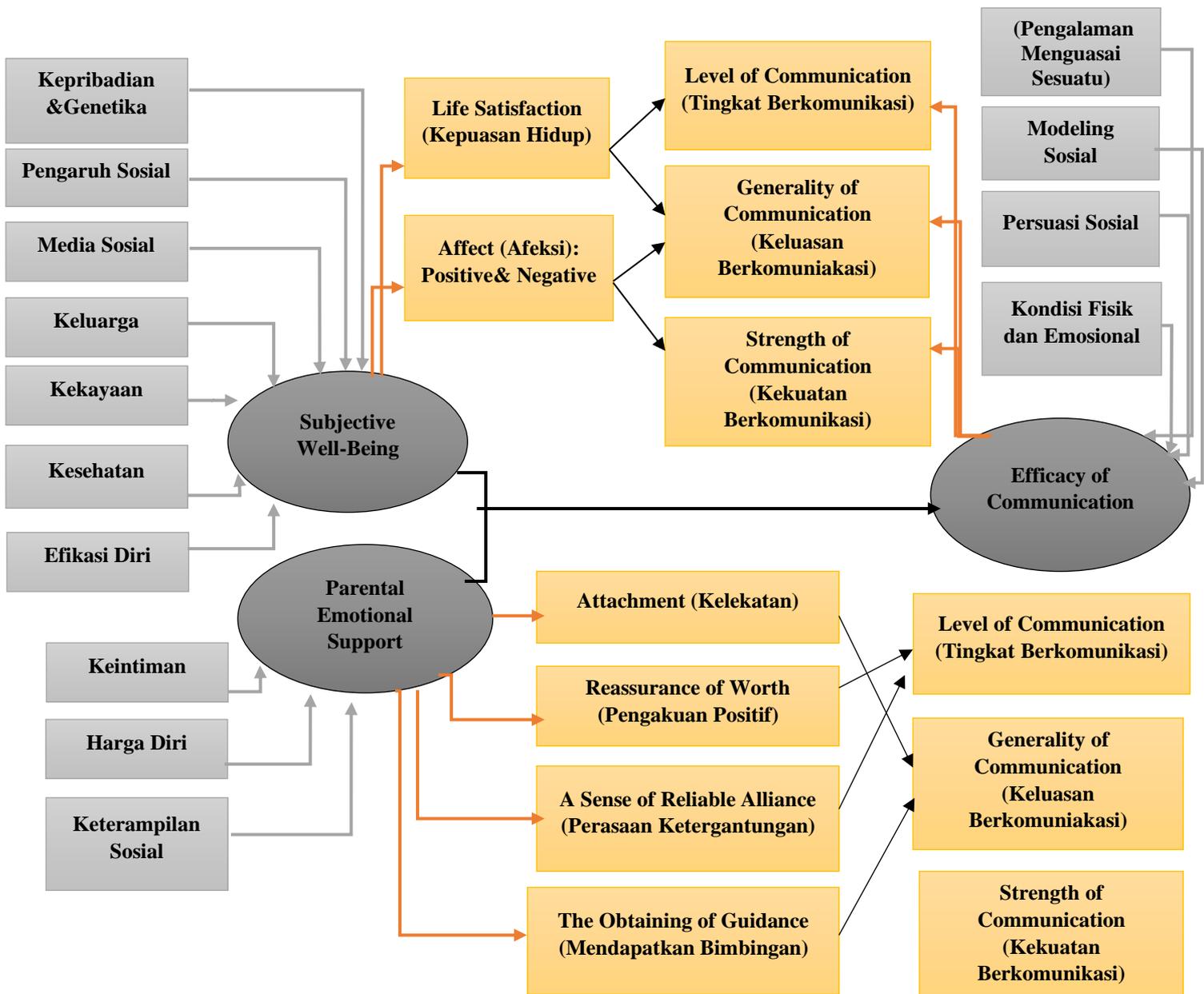
- a. Ha: Adanya pengaruh *subjective well-being* dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

##### **2. Hipotesis Minor**

- a. Ha: Adanya pengaruh *subjective well-being* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

- b. Ha2: Adanya pengaruh *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

### E. Kerangka Berpikir



GAMBAR 2. 1 KERANGKA BERPIKIR

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Tipe Penelitian**

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Menurut Azwar (2014), pendekatan kuantitatif menitikberatkan pada penganalisisan data numerik atau berupa angka yang diolah melalui metode statistika. Pendekatan ini melibatkan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dan analisis data dilakukan secara kuantitatif atau statistik dengan maksud untuk menguji hipotesis yang telah diusulkan (Sugiyono, 2009).

Dalam penelitian ini, peneliti mengadopsi metode penelitian deskriptif. Jenis penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan penjelasan atau gambaran mengenai suatu peristiwa berdasarkan data yang ada. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan melalui identifikasi variabel bebas terhadap variabel terikat.

Rancangan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan subjective well-being dan parental emotional support terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang.

Dalam penelitian ini juga, untuk menilai apakah terdapat pengaruh antara variabel yang diteliti, peneliti menggunakan rancangan regresi linear berganda. Dalam konteks penelitian ini, terdapat dua variabel X dan satu

variabel Y, yaitu *Subjective Well Being* (X1), *Parental Emotional Support* (X2), dan *Efficacy of Communication* (Y) yang akan diinvestigasi untuk mengetahui pengaruhnya satu sama lain.

## **B. Identifikasi Variabel**

Dalam konteks teoritis, variabel merujuk pada atribut yang dimiliki oleh individu atau objek, menunjukkan "variasi" yang dapat dibedakan antara satu individu dengan individu lainnya atau satu objek dengan objek lainnya (Hatch dan Farhady, 1981). Kerlinger, seperti yang dikutip oleh Sugiyono (2009: 61), mengartikan variabel sebagai konstruk atau sifat yang menjadi fokus kajian. Dalam kerangka penelitian ini, terdapat tiga variabel yang terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat, dengan rincian sebagai berikut:

### 1. Variabel Bebas (Independen)

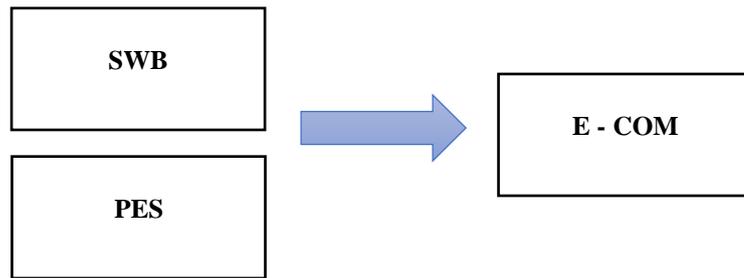
$X_1$  : *Subjective well-being* (SWB) / Kesejahteraan Subjektif

$X_2$  : *Parental Emotional Support* (PES) / Dukungan Emosional Orang  
Tua

### 2. Variabel Terikat (Dependen)

$Y$  : *Efficacy of Communication* (Com) / Efikasi berkomunikasi

Pengaruh antar variabel dapat digambarkan sebagai berikut:



GAMBAR 3. 1 PENGARUH ANTAR VARIABEL

### C. Definisi Operasional

#### 1. *Subjective Well-Being*

*Subjective well-being* merupakan evaluasi positif terhadap kehidupan individu, baik dari segi kognitif maupun emosional. Penilaian kognitif terkait dengan tingkat kepuasan hidup, sementara penilaian emosional melibatkan suasana hati serta emosi positif dan negatif yang dialami oleh individu. Konsep *subjective well-being* (Menurut Diener 1985), terdiri dari tiga komponen utama, yakni kepuasan hidup, efek positif, dan efek negatif. Pengukuran kepuasan hidup dapat dilakukan melalui *Life Scale Satisfaction*, sedangkan pengukuran emosi positif dan negatif dilakukan melalui *Affection*. Tingkat *subjective well-being* dianggap tinggi ketika kepuasan hidup dan emosi positif mencapai skala tinggi, sementara emosi negatif berada pada skala rendah.

## 2. *Parental Emotional Support*

*Parental emotional support* adalah dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua kepada anak-anak mereka. Dukungan ini mencakup beberapa aspek utama menurut kerangka kerja (Weiss 1974), yaitu: *Attachment* (kelekatan), *Reassurance of worth* (adanya pengakuan positif), *A sense of reliable alliance* (perasaan ketergantungan), *The obtaining of guidance* (mendapatkan bimbingan).

## 3. *Efficacy of Communication*

Efikasi diri adalah ukuran dari tingkat keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau melakukan tindakan tertentu guna mencapai hasil yang diinginkan. Ini mencakup evaluasi subjektif individu terhadap kemampuannya sendiri berdasarkan keterampilan, pengetahuan, dan kepercayaan diri mereka dalam menghadapi tugas atau tantangan tertentu.

Sedangkan, berkomunikasi berdasarkan model Lasswell yaitu memahami komunikasi dengan mengidentifikasi siapa yang terlibat, apa yang dikatakan, cara pesan disampaikan, siapa yang menerimanya, dan efeknya.

Dalam penelitian ini komunikasi yang dimaksud tidaklah hanya kemampuan mahasiswa dalam berkomunikasi, tapi juga keyakinannya (efikasi) dalam berkomunikasi. Efikasi berkomunikasi ini mencakup beberapa aspek berdasarkan Bandura (1997), yaitu: Tingkat dalam

berkomunikasi (*level of communication*), keluasan dalam berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*).

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah sekelompok individu yang memiliki atribut dan karakteristik tertentu yang menjadi fokus dalam suatu penelitian (Kasiram, 2008). Dalam konteks penelitian ini, populasi yang dimaksud adalah kelompok mahasiswa, yaitu mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang. Berikut tabel jumlah populasi mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang:

No.	Fakultas	Jumlah
1.	Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	2.733
2.	Fakultas Syari'ah	2.774
3.	Fakultas Humaniora	2.018
4.	Fakultas Psikologi	1.224
5.	Fakultas Ekonomi	2.425
6.	Fakultas Sains dan Teknologi	3.924
7.	Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	722
<b>Total</b>		<b>±15.820</b>

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang

### 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih berdasarkan jumlah dan karakteristik tertentu untuk keperluan penelitian (Sugiyono, 2016;118). Pemilihan sampel dilakukan karena jumlah populasi yang sangat

besar, sehingga tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi. Oleh karena itu, dibuatlah perwakilan dari populasi tersebut. Menurut Sugiyono (2008:57), sampel yang baik berjumlah antara 30 hingga 500 responden. Dalam penelitian ini, akan diambil sampel sebanyak 296 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Sampling Insidental* atau *Accidental Sampling*. Sugiyono (2016:124) mendefinisikan *Sampling Insidental* atau *Accidental Sampling* sebagai teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, di mana siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dianggap cocok sebagai sumber data dapat dijadikan sampel. Yaitu dengan membagikan link kuesioner melalui whatsapp baik personal maupun grup.

Sampel dihitung dengan menggunakan teknik Slovin menurut Sugiyono, 2011. Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{15.820}{1 + 15.820 (10\%)^2}$$

$$n = \frac{15.820}{15.821 (0,01)^2} = 100$$

Jadi setelah dihitung menggunakan Rumus Slovin menurut Sugiyono 2011 didapatkan sampel minimal 100 sampel.

Keterangan :

$n$  = ukuran sampel/jumlah responden

$N$  = ukuran populasi

$e$  = persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir

Dalam rumus Slovin ada ketentuan sebagai berikut :

Nilai  $e = 0,1$  (10%) untuk populasi dalam jumlah besar

Nilai  $e = 0,2$  (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil

Jadi rentang sampel yang dapat diambil dari teknik slovin adalah antara 10 – 20 % dari populasi

Maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa populasi yang sangat besar menyulitkan untuk melakukan penelitian terhadap seluruh anggota populasi. Oleh karena itu, dipilihlah 296 responden sebagai sampel yang mewakili populasi tersebut. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah Sampling Insidental atau *Accidental Sampling*, di mana responden dipilih berdasarkan kebetulan atau aksesibilitas mereka yang bertemu dengan peneliti dan cocok sebagai sumber data.

Untuk menentukan ukuran sampel yang tepat, penelitian menggunakan Rumus Slovin. Dengan menggunakan nilai  $e$  (persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel) sebesar 10%, rumus tersebut menghasilkan jumlah sampel minimal yang dibutuhkan. Dalam kasus ini,

setelah perhitungan, diperoleh bahwa 296 responden adalah jumlah yang dipilih, yang dianggap mencukupi untuk mewakili populasi dengan baik. Metode distribusi kuesioner dibagikan melalui WhatsApp (baik secara personal maupun grup) dipilih sebagai cara untuk mencapai sampel tersebut dengan efisien dan efektif.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam rangka penelitian ini, peneliti memanfaatkan skala sebagai instrumen pengumpulan data, yakni sebuah formulasi tertulis yang bertujuan untuk mendapatkan tanggapan dari para responden. Jenis skala yang diterapkan adalah model Likert, di mana responden diminta memberikan indikasi tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan terhadap pernyataan pendapat (Sevilla, 1993).

Skala merupakan sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dari responden mengenai pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2006). Penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala sikap ini disusun untuk menunjukkan sikap pro dan kontra, setuju dan tidak setuju, positif dan negatif terhadap suatu objek sosial (Azwar, 2010). Skala tersebut berisi pernyataan yang dikonstruksikan dari teori variabel yang ingin diukur. Beberapa pernyataan yang ada dalam skala merupakan turunan dari aspek *Subjective Well Being*, *Parental Emotional Support*, dan *Efficacy of Communication*. Respon subjek diklasifikasikan menjadi 7 jawaban yang dipilih salah satu, yaitu :

*Tabel 3. 2 Model Skala Likert: Subjective Well- Being*

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Favourable</b>
Sangat Tidak Setuju	1
Tidak Setuju	2
Agak Tidak Setuju	3
Netral	4
Agak Setuju	5
Setuju	6
Sangat Setuju	7

*Tabel 3. 3 Model Skala Likert: Parental Emotional Support*

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Favourable</b>
Tidak Sama Sekali	1
Hampir Tidak Ada	2
Sedikit	3
Netral	4
Sedikit Lebih Banyak	5
Banyak	6
Sangat Banyak	7

*Tabel 3. 4 Model Skala Likert: Efficacy of Communication*

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Favourable</b>
Sangat Tidak Baik	1
Tidak Baik	2
Sedikit Tidak Baik	3
Netral	4
Sedikit Baik	5
Baik	6
Sangat	7

## 1. Skala *Subjective Well Being*

Skala *Subjective Well-Being* yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek-aspek yang dikemukakan oleh Diener (1984), dimana meliputi dua aspek yaitu: *Life Satisfaction* (Kepuasan Hidup), dan *Affect: Possitive Affect* (Afeksi Positif), dan *Negative Affect* (Afeksi Negatif). Berikut tabel blueprint skala *Subjective Well Being*:

Tabel 3. 5 Blueprint Skala *Subjective Well-Being*

Aspek	Aitem	Aitem Gugur		$\Sigma$
		F	UF	
Kepuasan Hidup ( <i>Life Satisfaction</i> )	Dalam banyak hal, hidup saya mendekati cita-cita saya (SW1)	[SW1, SW4]	-	3
	Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup. (SW4)			
Afeksi ( <i>Affect</i> )	Kondisi hidup saya sangat baik. (SW2)	[SW2, SW3, SW5]	-	2
	Saya puas dengan hidup saya. (SW3)			
	Jika saya bisa menjalani hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apa pun. (SW5)			
<b>Jumlah Aitem</b>		5		5

## 2. Skala *Parental Emotional Support*

Skala *Parental Emotional Support* yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek-aspek yang dikemukakan oleh Weiss (1974). Berikut tabel blueprint skala *Parental Emotional Support*:

Tabel 3. 6 Blueprint Skala *Parental Emotional support*

Aspek	Aitem	Aitem Gugur		$\Sigma$
		F	UF	
<i>Attachment</i> (Kelekatan)	Orang tua saya membuat saya merasa aman dan nyaman. (SS1)	[SS1]	-	1
Adanya Pengakuan Positif ( <i>Reassurance of worth</i> )	Orang tua saya mengenal dan memahami saya. (SS6)	[SS6]	-	1
Perasaan Ketergantungan ( <i>A sense of reliable alliance</i> )	Orang tua saya baik dan hangat. (SS11)	[SS11]	-	1
Mendapatkan Bimbingan ( <i>The obtaining of guidance</i> )	Orang tua saya mendengarkan kekhawatiran saya (SS16)	[SS16, SS21]	-	2
	Orang tua saya menghibur saya ketika saya dalam kesulitan. (SS21)			
<b>Jumlah Aitem</b>		5	-	5

## 3. Skala *Efficacy of Communication*

Skala *Efficacy of Communication* yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh (Bandura 1977), dimana meliputi 3 aspek di antaranya: (1) Tingkat dalam Berkomunikasi (*level of communication*), (2) Keluasan dalam Berkomunikasi (*generality of communication*), dan (3) Kekuatan dalam Berkomunikasi (*strength of communication*). Berikut tabel blueprint skala *Efficacy of Communication*:

Tabel 3. 7 Blueprint Skala Efficacy of Communication

Aspek	Aitem	Aitem Gugur		Σ
		F	UF	
Tingkat dalam Berkomunikasi ( <i>Level of communication</i> )	Seberapa baik kamu dapat menyampaikan ide-idemu secara jelas dan efektif? (LE2)	[LE2, LE42]	-	2
	Seberapa baik kamu dapat berkomunikasi dengan anggota tim untuk mencapai sebuah kesepakatan bersama? (LE42)			
Keluasan dalam Berkomunikasi ( <i>Generality of communication</i> )	Seberapa baik kamu dapat memahami isyarat non-verbal dan tuntutan situasi? (LE10)	[LE10, LE26, LE34]	-	3
	Seberapa baik kamu dapat mengajukan pertanyaan untuk memperjelas dan memahami? (LE26)			
	Seberapa baik kamu dapat mendengarkan gagasan orang lain dan memberikan tanggapan yang baik? (LE34)			
Kekuatan dalam Berkomunikasi ( <i>Strength of communication</i> )	Seberapa baik kamu dapat berkomunikasi dengan tenang bahkan saat dalam perbedaan pendapat atau konflik? (LE18)	[LE18]	-	1
<b>Jumlah Aitem</b>		6		6

## F. Validitas Alat Ukur

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat keabsahan atau ketepatan suatu instrumen. Instrumen yang valid atau sah memiliki validitas tinggi, sementara instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah. Dalam uji validitas instrumen ini, akan diuji pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yang berjumlah 296 orang. Validitas alat ukur menunjukkan sejauh mana tes mengukur sesuai dengan yang dimaksudkan. Menurut Azwar (2008), sebuah item dikatakan valid jika memiliki koefisien korelasi sebesar  $\geq 0,3$  atau  $p < 0,05$ . Jika validitas alat ukur rendah, maka alat tersebut akan menghasilkan data yang tidak sesuai

dengan tujuan pengukuran (Azwar, 2013). Validitas item juga bisa dilihat dari nilai *Corrected Item-Total Correlation* (CITC), dengan kriteria pemilihan item berdasarkan koefisien sebesar  $\geq 0,3$  atau  $p < 0,05$ . Item dengan koefisien korelasi  $\geq 0,3$  dianggap valid karena memenuhi kriteria sebagai bagian dari alat ukur tersebut. Setelah dianalisis menggunakan program komputer SPSS versi 24.0, ditemukan bahwa tidak ada item yang gugur.

### **G. Reliabilitas Alat Ukur**

Reliabilitas berasal dari kata *reliability*, yang mengacu pada kemampuan suatu pengukuran untuk menghasilkan data yang konsisten dan dapat diandalkan (Azwar, 2012). Menurut Suryabrata (Suharsono Y & Istiqomah, 2014), reliabilitas alat ukur mengindikasikan sejauh mana hasil pengukuran dengan alat tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas juga mencerminkan seberapa jauh kesalahan pengukuran dapat diestimasi, meskipun tidak dapat ditentukan secara pasti.

Koefisien reliabilitas memiliki rentang nilai antara 0 hingga 1, di mana semakin mendekati 1, reliabilitasnya dianggap semakin tinggi (Alfiroh, 2019). Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Alphacronbach* melalui perangkat lunak IBM SPSS versi 24 for windows. Kualitas reliabilitas suatu konstruk variabel dianggap baik jika koefisien *Alphacronbach*-nya lebih besar dari 0,60.

## H. Analisis Data

### 1. Analisa Deskriptif

Syamsu (2017) menyatakan bahwa analisis deskriptif berfungsi untuk memaparkan atau merangkum data yang dikumpulkan dari setiap variabel penelitian. Dalam statistik deskriptif, presentasi data dilakukan melalui tabel, distribusi frekuensi, grafik batang, garis, diagram lingkaran, dan pictogram, serta penjelasan kelompok menggunakan perhitungan mean, median, modus, serta variasi kelompok melalui rentang dan simpangan baku (Sugiyono, 2007). Beberapa tahapan dilakukan dengan rumus sebagai berikut :

#### a. Rumus Rata-Rata (Mean)

##### a) Mean Hipotetik

Menghitung mean hipotetik dengan rumus sebagai berikut :

$$M = \frac{1}{2} (i_{\text{Max}} + i_{\text{Min}}) \times \sum \text{item}$$

Keterangan:

M = Mean Hipotetik

$i_{\text{Max}}$  = skor tertinggi item

$i_{\text{Min}}$  = skor terendah item

$\sum \text{item}$  = jumlah item dalam skala

b) Mean Empirik

Mean adalah rata-rata dari data yang diperoleh dengan menjumlahkan seluruh angka kemudian membaginya sesuai dengan jumlah banyaknya data yang dijumlahkan. Rumus dari mencari mean adalah sebagai berikut:

$$M = \sum X/n$$

Keterangan:

M = Mean

$\sum X$  = Jumlah nilai dalam distribusi

N = Jumlah total responden

**b. Rumus Standar Deviasi**

Setelah mean atau rata diketahui, selanjutnya adalah mencari standart deviasi dengan rumus:

$$SD = 1/6 \sqrt{(i \text{ Max} - i \text{ Min})}$$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

i Max = skor tertinggi item

i Min = skor terendah item

**c. Mencari Kategorisasi**

Setelah mencari standart deviasi selanjutnya adalah mencari kategorisasi pada tiap-tiap variabel untuk mengetahui tingkat subjective

well-being, parental emotional support, dan efikasi berkomunikasi. Untuk mencari kategorisasi digunakan rumus sebagai berikut :

Rendah:  $X < M - 1SD$

Sedang:  $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi :  $X \geq M + 1SD$

## **2. Uji Asumsi**

### **a. Uji Normalitas**

Menurut Sarjono dan Julianita (2011:53), tujuan dari uji normalitas adalah untuk menentukan apakah distribusi data bersifat normal atau tidak. Ghozali (2013:154) mengemukakan bahwa terdapat dua metode untuk menilai normalitas data, yaitu melalui analisis grafik dan uji statistik.

#### **1) Analisis Grafik:**

Salah satu pendekatan untuk menguji normalitas adalah dengan menggunakan analisis grafik seperti histogram dan Normal P-Plot. Namun, analisis grafik memiliki kelemahan terutama ketika sampel penelitian adalah sedikit. Dalam histogram, jika distribusi data membentuk pola lonceng dengan simetri, ini menandakan bahwa data tersebut terdistribusi secara normal. Sedangkan pada Normal P-Plot, normalitas dapat dilihat dari sebaran titik data di sepanjang garis diagonal. Pengamatan hasil uji normalitas sebagai berikut:

- a) Jika data tersebar mengikuti garis diagonal atau histogramnya menunjukkan pola distribusi normal, maka model regresi memenuhi asumsi normalitas.

b) Sebaliknya, jika data tersebar jauh dari diagonal atau tidak mengikuti arah garis diagonal, atau histogram tidak menunjukkan pola distribusi normal, maka model regresi tidak memenuhi asumsi normalitas.

2) Uji Statistik:

Selain analisis grafik, disarankan untuk menguji normalitas menggunakan uji statistik. Salah satu uji yang dapat digunakan adalah uji One Sample Kolmogorov Smirnov. Dasar dalam menafsirkan hasil uji Kolmogorov Smirnov adalah jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data yang diuji tidak dapat dianggap sebagai data yang berdistribusi normal.

**b. Uji Linearitas**

Penggunaan uji linearitas dimaksudkan untuk mengetahui tentang variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak. Apabila nilai *deviation for linearity* lebih dari atau  $> 0,05$  maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier. Namun, jika nilai *deviation for linearity* kurang dari atau  $< 0,05$  maka dapat dikatakan tidak terdapat hubungan yang linier.

**c. Uji Multikolinearitas**

Pengujian multikolinearitas bertujuan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear antara dua atau lebih variabel independen. Kehadiran multikolinearitas dapat menyulitkan peneliti dalam membedakan kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

Proses pengujian ini sering dibantu oleh perangkat lunak statistik seperti SPSS 24 for Windows.

Pendekatan pengambilan keputusan dalam pengujian ini didasarkan pada nilai toleransi dan Variance Inflation Factor (VIF). Jika nilai toleransi kurang dari 0.10 atau VIF lebih dari 10.00, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat indikasi adanya multikolinearitas di antara variabel independen. Sebaliknya, jika nilai toleransi lebih besar dari 0.10 atau VIF kurang dari 10.00, dapat dianggap bahwa tidak ada indikasi multikolinearitas di antara variabel independen.

#### **d. Uji Heterokedastitas**

Uji heteroskedastisitas adalah prosedur yang bertujuan untuk menilai apakah terjadi ketidakseragaman dalam variasi residual antara satu pengamatan regresi dan pengamatan lainnya. Keberadaan heteroskedastisitas ditandai dengan variasi residual yang tidak konsisten, sementara homoskedastisitas mengindikasikan variasi residual yang tetap. Menurut Ghozali (2011), model regresi yang optimal adalah yang tidak menderita heteroskedastisitas. Dalam penelitian ini, pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan memeriksa pola scatterplots menggunakan perangkat lunak SPSS 24 for Windows.

Proses pengambilan keputusan dalam uji ini didasarkan pada beberapa kriteria:

- 1) Penyebaran titik data di sekitar angka 0, baik di atas maupun di bawahnya.
- 2) Tidak terdapat penumpukan titik hanya di satu sisi (atas atau bawah).
- 3) Tidak ada pola gelombang yang jelas dalam penyebaran titik data, seperti menyempit dan melebar secara bergantian.
- 4) Titik data tidak menunjukkan pola yang dapat diprediksi atau teratur secara khusus.

### **3. Uji Hipotesis**

#### **a. Regresi Linear Berganda**

Analisis regresi merupakan suatu teknik analisis yang bertujuan untuk memahami korelasi antara beberapa variabel, seperti yang dikemukakan oleh Kutner (2005). Dengan demikian, analisis regresi digunakan untuk menjelajahi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, dengan variabel terikat biasanya berupa skor pada suatu variabel yang diamati. Dalam penelitian ini, digunakan metode Analisis Regresi Linear Berganda (multiple regression analysis) dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 24 for Windows. Tujuan analisis ini adalah untuk menilai seberapa besar pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Setting Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

Universitas Islam Negeri Malang merupakan salah satu pusat pendidikan tinggi di Malang, Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang ini berasal dari berbagai latar belakang yang beragam, baik dari segi asal daerah, budaya, ekonomi, dan pendidikan orang tua.

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdiri berdasarkan Surat Keputusan Presiden No. 50 tanggal 21 Juni 2004. Bermula dari gagasan para tokoh Jawa Timur untuk mendirikan lembaga pendidikan tinggi Islam di bawah Departemen Agama, dibentuklah Panitia Pendirian IAIN Cabang Surabaya melalui Surat Keputusan Menteri Agama No. 17 Tahun 1961 yang bertugas untuk mendirikan Fakultas Syari'ah yang berkedudukan di Surabaya dan Fakultas Tarbiyah yang berkedudukan di Malang. Keduanya merupakan fakultas cabang IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan diresmikan bersamaan oleh Menteri Agama pada 28 Oktober 1961. Pada 1 Oktober 1964 didirikan juga Fakultas Ushuluddin yang berkedudukan di Kediri melalui Surat Keputusan Menteri Agama No. 66/1964.

Dalam perkembangannya, ketiga fakultas cabang tersebut digabung dan secara struktural berada di bawah naungan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Ampel yang didirikan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama No. 20 tahun 1965. Sejak saat itu, Fakultas Tarbiyah Malang merupakan fakultas cabang IAIN Sunan Ampel. Melalui Keputusan Presiden No. 11 Tahun 1997, pada pertengahan 1997 Fakultas Tarbiyah Malang IAIN Sunan Ampel beralih status menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang bersamaan dengan perubahan status kelembagaan semua fakultas cabang di lingkungan IAIN se-Indonesia yang berjumlah 33 buah. Dengan demikian, sejak saat itu pula STAIN Malang merupakan lembaga pendidikan tinggi Islam otonom yang lepas dari IAIN Sunan Ampel.

Di dalam rencana strategis pengembangannya sebagaimana tertuang dalam Rencana Strategis Pengembangan STAIN Malang Sepuluh Tahun ke Depan (1998/1999-2008/2009), pada paruh kedua waktu periode pengembangannya STAIN Malang mencanangkan mengubah status kelembagaannya menjadi universitas. Melalui upaya yang sungguh-sungguh usulan menjadi universitas disetujui Presiden melalui Surat Keputusan Presiden RI No. 50, tanggal 21 Juni 2004 dan diresmikan oleh Menko Kesra Prof. H. A. Malik Fadjar, M.Sc atas nama Presiden pada 8 Oktober 2004 dengan nama Universitas Islam Negeri Malang dengan tugas utamanya adalah menyelenggarakan program pendidikan tinggi bidang

ilmu agama Islam dan bidang ilmu umum. Dengan demikian, 21 Juni 2004 dijadikan sebagai hari kelahiran Universitas ini.

Sempat bernama Universitas Islam Indonesia-Sudan (UIIS) sebagai implementasi kerjasama antara pemerintah Indonesia dan Sudan dan diresmikan oleh Wakil Presiden RI, Dr. (Hc) H. Hamzah Haz pada 21 Juli 2002 yang juga dihadiri oleh para pejabat tinggi pemerintah Sudan. Secara spesifik akademik, Universitas ini mengembangkan ilmu pengetahuan tidak saja bersumber dari metode-metode ilmiah melalui penalaran logis seperti observasi, eksperimentasi, survei, wawancara, dan sebagainya. Tetapi, juga dari al-Qur'an dan Hadits yang selanjutnya disebut paradigma integrasi. Oleh karena itu, posisi matakuliah studi keislaman: al-Qur'an, Hadits, dan Fiqih menjadi sangat sentral dalam kerangka integrasi keilmuan tersebut.

Secara kelembagaan, sampai saat ini Universitas ini memiliki 6 (enam) fakultas dan 1 (satu) Program Pascasarjana, yaitu: (1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, menyelenggarakan Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), dan Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), (2) Fakultas Syari'ah, menyelenggarakan Jurusan al-Ahwal al-Syakhshiyah dan Hukum Bisnis Syari'ah (3) Fakultas Humaniora, menyelenggarakan Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, dan Jurusan Bahasa dan Sastra Inggris, dan Jurusan Pendidikan Bahasa Arab (4) Fakultas Ekonomi, menyelenggarakan Jurusan Manajemen, Akuntansi, Diploma III Perbankan Syariah, dan S-1 Perbankan Syariah (5) Fakultas Psikologi, dan (6) Fakultas Sains dan

Teknologi, menyelenggarakan Jurusan Matematika, Biologi, Fisika, Kimia, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur dan Farmasi. Adapun Program Pascasarjana mengembangkan 6 (enam) program studi magister, yaitu: (1) Program Magister Manajemen Pendidikan Islam, (2) Program Magister Pendidikan Bahasa Arab, (3) Program Magister Agama Islam, (4) Program Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), (5) Program Magister Pendidikan Agama Islam, dan (6) Program Magister al-Ahwal al-Syakhshiyah. Sedangkan untuk program doktor dikembangkan 2 (dua) program yaitu (1) Program Doktor Manajemen Pendidikan Islam dan (2) Program Doktor Pendidikan Bahasa Arab.

Ciri khusus lain Universitas ini sebagai implikasi dari model pengembangan keilmuannya adalah keharusan bagi seluruh anggota sivitas akademika untuk menguasai bahasa Arab dan bahasa Inggris. Melalui bahasa Arab, diharapkan mereka mampu melakukan kajian Islam melalui sumber aslinya, yaitu al-Qur'an dan Hadis, dan melalui bahasa Inggris mereka diharapkan mampu mengkaji ilmu-ilmu umum dan modern, selain sebagai piranti komunikasi global. Karena itu pula, Universitas ini disebut bilingual university. Untuk mencapai maksud tersebut, dikembangkan ma'had atau pesantren kampus di mana seluruh mahasiswa tahun pertama harus tinggal di ma'had. Karena itu, pendidikan di Universitas ini merupakan sintesis antara tradisi universitas dan ma'had atau pesantren.

Melalui model pendidikan semacam itu, diharapkan akan lahir lulusan yang berpredikat ulama yang intelek profesional dan/atau intelek

profesional yang ulama. Ciri utama sosok lulusan demikian adalah tidak saja menguasai disiplin ilmu masing-masing sesuai pilihannya, tetapi juga menguasai al-Qur'an dan Hadis sebagai sumber utama ajaran Islam.

Terletak di Jalan Gajayana 50, Dinoyo Malang dengan lahan seluas 14 hektar, Universitas ini memodernisasi diri secara fisik sejak September 2005 dengan membangun gedung rektorat, fakultas, kantor administrasi, perkuliahan, laboratorium, kemahasiswaan, pelatihan, olah raga, bussiness center, poliklinik dan tentu masjid dan ma'had yang sudah lebih dulu ada, dengan pendanaan dari Islamic Development Bank (IDB) melalui Surat Persetujuan IDB No. 41/IND/1287 tanggal 17 Agustus 2004.

Pada tanggal 27 Januari 2009, Presiden Republik Indonesia Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono berkenan memberikan nama Universitas ini dengan nama Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Mengingat nama tersebut cukup panjang diucapkan, maka pada pidato dies natalis ke-4, Rektor menyampaikan singkatan nama Universitas ini menjadi UIN Maliki Malang.

Dengan performansi fisik yang megah dan modern dan tekad, semangat, serta komitmen yang kuat dari seluruh anggota sivitas akademika seraya memohon ridha dan petunjuk Allah swt, Universitas ini bercita-cita menjadi thecenter of excellence dan the center of Islamic civilization sebagai langkah mengimplementasikan ajaran Islam sebagai rahmat bagi semesta alam (al Islam rahmat li al-alamin).

Berikut adalah visi dan misi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang:

i. Visi

Terwujudnya pendidikan tinggi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

ii. Misi

- 1) Mencetak sarjana yang berkarakter *Ulul Albab*
- 2) Menghasilkan sains, teknologi, seni yang relevan dan budaya saing tinggi

## **B. Pelaksanaan Penelitian**

### **1. Waktu dan Tempat**

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 30 Mei – 23 Desember 2023 sedangkan tempat penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, yang dilakukan dengan menyebarkan skala *subjective well-being*, skala *parental emotional support* dan skala *efficacy of communication* melalui personal chat maupun whatsapp grup yang didalamnya sudah memuat aturan pengisian skala kepada semua mahasiswa aktif dari berbagai jurusan yang berbeda.

### **2. Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 296 mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dari berbagai jurusan. Pada tabel berikut terdapat gambaran mengenai sampel penelitian:

### 3. Deskripsi Sampel Berdasarkan Data Demografis

Berdasarkan data yang telah didapatkan, berikut merupakan hasil data demografi:

*Tabel 4. 1 Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Perempuan	171	57,8%
Laki – Laki	125	42,2%
N	296	100%

Berdasarkan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa subjek mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan yang berjenis kelamin laki-laki.

*Tabel 4. 2 Deskripsi Berdasarkan Usia*

Usia	Frekuensi	Presentase
18	16	5,4%
19	37	12,5%
20	62	20,9%
21	87	29,4%
22	65	22,0%
23	21	7,1%
24	3	1,0%
25	5	1,7%
N	296	100%

Berdasarkan rentang usia subjek pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yaitu 18-25 tahun, usia subjek terbanyak berada pada usia 21 tahun dengan presentase 29,4%, dan terendah berada pada usia 24 tahun dengan presentase 1%.

*Tabel 4. 3 Berdasarkan Deskripsi Tahun Angkatan*

<b>Tahun Angkatan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
> Tahun ke empat	26	8,8%
Tahun ke empat	52	17,6%
Tahun ke tiga	35	11,8%
Tahun ke dua	121	40,9%
Tahun pertama	62	20,9%
N	296	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui tahun anangkatan kuliah pada subjek mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang paling banyak ada di tahun kedua yaitu 121 mahasiswa dengan presentase 40,9%.

*Tabel 4. 4 Berdasarkan Deskripsi Jurusan*

<b>Jurusan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Akuntansi</b>	9	3,0
<b>Bahasa &amp; Sastra Arab</b>	4	1,4
<b>Biologi</b>	3	1,0
<b>Farmasi</b>	3	1,0
<b>Hukum Ekonomi Syaria'ah</b>	15	5,1
<b>Hukum dan Tata Negara</b>	3	1,0
<b>Ilmu Alqur'an &amp; Tafsir</b>	3	1,0
<b>Keluarga Islam</b>	7	2,4
<b>Kimia</b>	1	0,3
<b>Lainnya</b>	23	7,8
<b>Manajemen</b>	35	11,8
<b>Manajemen Pendidikan Islam</b>	4	1,4
<b>Matematika</b>	6	2,0
<b>Pendidikan Agama Islam</b>	8	2,7

Jurusan	Frekuensi	Presentase
Pendidikan Bahasa Arab	2	0,7
Pendidikan Dokter	2	0,7
Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah	8	2,7
Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial	1	0,3
Pendidikan Islam Anak Usia Dini	3	1,0
Perbankan Syari'ah	4	1,4
Perpustakaan & Sains Informasi	2	0,7
Profesi Dokter	1	0,3
Psikologi	132	44,6
Sastra Inggris	5	1,7
Tadris Bahasa Inggris	1	1,3
Tadris Matematika	2	1,7
Teknik Arsitektur	6	2,0
Teknik Informatika	3	1,0
N	296	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa jurusan terbanyak dari subjek mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yaitu dari jurusan Psikologi dengan jumlah 132 mahasiswa dan presentase 44,6%.

### C. Pemaparan Hasil Penelitian

#### 1. Validitas dan Reliabilitas

##### a. Validitas

Validitas alat ukur menunjukkan sejauh mana tes mengukur sesuai dengan yang dimaksudkan. Menurut Azwar (2008), sebuah item dikatakan valid jika memiliki koefisien korelasi sebesar  $\geq 0,3$  atau  $p < 0,05$ . Validitas item juga bisa dilihat dari nilai *Corrected Item-Total Correlation* (CITC), dengan kriteria pemilihan item berdasarkan koefisien sebesar  $\geq 0,3$  atau  $p < 0,05$ . Item dengan koefisien korelasi  $\geq 0,3$  dianggap valid karena memenuhi kriteria sebagai bagian daraliditas pada penelitian ini:

Tabel 4. 5 Hasil Validitas

No	Variabel	Aitem	Corrected item Total Correlation	Keterangan
1.	SWB	SW 1	0,789	Valid
		SW 2	0,778	
		SW3	0,824	
		SW 4	0,763	
		SW 5	0,664	
	<b>Total</b>	5		
2.	PES	SS 1	0,736	Valid
		SS 6	0,786	
		SS 11	0,634	
		SS 16	0,782	
		SS 21	0,747	
	<b>Total</b>	5		
3.	E-COM	LE 2	0,729	Valid
		LE 10	0,769	
		LE 18	0,789	
		LE 26	0,777	
		LE 34	0,746	
		LE 42	0,800	
	<b>Total</b>	6		

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tidak terdapat item yang gugur pada ketiga skala tersebut, yaitu *subjective well-being*, *parental emotional support*, dan *efficacy of commnication*. Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga skala pada masing-masing variabel tersebut valid karena corrected item total correlation  $\geq 0,3$ .

#### b. Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode Alfacronbach melalui perangkat lunak IBM SPSS versi 24 for windows. Kualitas reliabilitas suatu konstruk variabel dianggap baik jika koefisien Alfacronbach-nya lebih besar dari 0,60. Berikut ini hasil uji reliabilitas

skala *Subjective Well Being* (SWB), *Parental Emotional Support* (PES), dan *Efficacy of Communication* (E-COM):

*Tabel 4. 6 Hasil Reliabilitas*

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
<b>Dependen</b>		
Subjective Well Being (SWB)	0,901	Reliabel
Parental Emotional Support (PES)	0,892	Reliabel
<b>Independen</b>		
Communication Of Efficacy (COM)	0,918	Reliabel

Berdasarkan tabel hasil diatas, dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel dalam penelitian ini terbukti reliabel karena koefisien Alphacronbach-nya > dari 0,60.

## 2. Analisis Deskriptif

### b. Analisis Data Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran tentang bagaimana data tersebar, termasuk nilai rata-rata (mean), standar deviasi, serta nilai maksimum dan minimum. Karena pentingnya analisis deskriptif dalam penelitian ini adalah untuk memastikan ukuran atau tingkat keberadaan setiap data dalam variabel penelitian, maka distribusi data yang diperlukan adalah nilai mean dan standar deviasi. Berikut adalah hasil dari analisis deskriptif:

Tabel 4. 7 Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	Nilai Minimal	Nilai Maksimal	Mean	SD
<i>Subjective Well-Being (SWB)</i>	5	35	25	6
<i>Parental Emotional Support (PES)</i>	5	35	27	6
<i>Efficacy of Communication (E-Com)</i>	6	42	32	6

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa variabel *Subjective Well Being (SWB)* memiliki nilai terendah (min) yaitu 5 dan nilai tertinggi (maks) 35. Kemudian rata-rata (mean) dari SWB adaalah 25 dengan standar deviasi (SD) sebesar 6. Sementara itu, variabel *Parental Emotional Support (PES)* diketahui memiliki nilai terendah (min) 5 dan nilai tertinggi (maks) adalah 35 dengan rata-rata (mean) sebesar 27 dan standar deviasi (SD) sebesar 6. Pada variabel *Efficacy of Communication (E-COM)* memiliki nilai terendah (min) 6 dan nilai tertinggi (maks) sebesar 42 dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 32 dan standar deviasi (SD) sebesar 6.

Setelah menghitung nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi dari setiap variabel, langkah selanjutnya adalah menetapkan tingkat masing-masing variabel dalam responden penelitian, yang dapat berupa tinggi, sedang, atau rendah. Untuk melakukan klasifikasi ini, digunakan rumus sebagai berikut:

### c. Kategorisasi Data

Tabel 4. 8 Pedoman Kategorisasi Tingkat variabel

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1 SD$
Tinggi	$X \geq M + 1SD$

#### 1. Variabel *Subjective Well Being* (SWB)

##### a) Kategorisasi *Subjective Well- Being*

Penentuan skor menggunakan mean dan standard deviasi yang sudah diketahui sebelumnya. Sehingga mendapatkan hasil kategorisasi variabel *subjective well-being* sebagai berikut :

Tabel 4. 9 Kategorisasi *Subjective Well-Being*

Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Rendah $X < 15$	14	4,7%
Sedang $15 \leq X < 25$	115	38,9%
Tinggi $X \geq 25$	167	56,4%
Jumlah	296	100%

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa subjek penelitian memiliki *subjective well-being* yang tergolong tinggi yaitu dengan presentase sebesar 56,4%. Tingginya *subjective well-being* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang bermakna bahwa mereka memiliki kepuasan hidup dan afeksi positif yang sangat baik.

## 2. Variabel *Parental Emotional Support* (PES)

### a) Kategorisasi *Parental Emotional Support*

Penentuan skor menggunakan mean dan standard deviasi yang sudah diketahui sebelumnya. Sehingga mendapatkan hasil kategorisasi variabel *parental emotional support* sebagai berikut :

Tabel 4. 10 Kategorisasi *Parental Emotional Support*

Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Rendah $X < 15$	5	1,7%
Sedang $15 \leq X < 25$	80	27%
Tinggi $X \geq 25$	211	71,3%
Jumlah	296	100%

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang memiliki *parental emotional support* yang tergolong tinggi yaitu dengan presentase sebesar 71,3%. Tingginya *parental emotional support* yang dimiliki oleh mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang bermakna bahwa mereka memiliki kelekatan (*attachment*), pengakuan positif (*reassurance of worth*), perasaan ketergantungan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapatkan bimbingan (*the obtaining of guidance*) yang bersumber dari orang tua dengan sangat baik.

## 3. Variabel *Efficacy of Communication*

### a) Kategorisasi *Efficacy of Communication* (E-COM)

Penentuan skor menggunakan mean dan standard deviasi yang sudah diketahui sebelumnya. Sehingga mendapatkan hasil kategorisasi variabel *efficacy of communication* sebagai berikut :

Tabel 4. 11 Kategorisasi *Efficacy of Communication*

Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Rendah $X < 18$	3	1%
Sedang $18 \leq X < 30$	97	32,8%
Tinggi $X \geq 30$	196	66,2%
Jumlah	296	100%

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa subjek penelitian memiliki efikasi berkomunikasi yang tergolong tinggi yaitu dengan presentase sebesar 66,2%. Tingginya *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang bermakna bahwa mereka memiliki tingkat dalam berkomunikasi (*level of communication*), keluasan berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan dalam berkomunikasi (*strength of communication*) dengan baik.

**d. Uji Pengaruh Setiap Aspek Pengaruh Subjective Well Being, dan**

**Parental Emotional Support Terhadap Efficacy of Communication**

**1) Uji Pengaruh Aspek Pengaruh *Subjective Well-Being* Terhadap *Efficacy of Communication***

Adapun hasil uji pengaruh aspek *subjective well-being* terhadap *efficacy of communication* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 12 Tabel Pearson Correlation Aspek Subjective Well-Being

		Kepuasan Hidup	Afeksi	Efficacy of Communication
<b>Kepuasan Hidup</b>	Pearson Correlation	1	,840**	,650**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	296	296	296
<b>Afeksi</b>	Pearson Correlation	,840**	1	,598**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	296	296	296
<b>Efficacy of Communication</b>	Pearson Correlation	,650**	,598**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	296	296	296
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				

Tabel 4. 13 Skor Beta Subjective Well-Being

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
<b>1</b>	(Constant)	15,093	1,168		12,919	,000
	KepuasanHidup	1,253	,202	,502	6,197	,000
	Afeksi	,283	,130	,176	2,169	,031
a. Dependent Variable: Efficacy of Communication						

Hasil uji pengaruh setiap aspek variabel *subjective well-being* terhadap *efficacy of communication* pada tabel diatas menunjukkan bahwa nilai pengaruh dapat dikalkulasikan dengan cara menghitung nilai *Beta* pada *Standardized Coefficients x Pearson Correlation x 100* maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 14 Uji Pengaruh Aspek Subjective Well-Being

Aspek	Nilai Beta	Pearson Correlation	Koefisien Korelasi (R <sup>2</sup> )
Kepuasan Hidup ( <i>Life Satisfaction</i> )	0,502	0,650	32,6%
Afeksi ( <i>Affection</i> )	0,176	0,598	10,5%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa aspek *subjective well-being* yang paling besar pengaruhnya terhadap *efficacy of communication* yaitu aspek *life satisfaction* yaitu sebesar 32,6%. Dan aspek *subjective well-being* yang paling sedikit pengaruhnya yaitu aspek *the affection* yaitu sebesar 10,5%.

## 2) Uji Pengaruh Aspek Pengaruh Parental Emotional Support Terhadap *Efficacy of Communication*

Adapun hasil uji pengaruh aspek *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 15 Pearson Correlation Aspek Parental Emotional Support

		Attachment	Reassurance of Worth	A Sense of Reliable Alliance	The Obtaining of Guidance	Efficacy of Communication
Attachment	Pearson Correlation	1	,678**	,580**	,666**	,452**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000
	N	296	296	296	296	296
	Pearson	,678**	1	,560**	,746**	,442**

		<b>Attach ment</b>	<b>Reassu rance of Worth</b>	<b>A Sense of ReliableA lliance</b>	<b>The Obtai ning of Guida nce</b>	<b>Efficacy of Communi cation</b>
<b>Reassura nce of Worth</b>	Correl ation					
	Sig. (2- tailed)	,000		,000	,000	,000
	N	296	296	296	296	296
<b>A sense of Reliable Alliance</b>	Pearso n Correl ation	,580**	,560**	1	,571**	,433**
	Sig. (2- tailed)	,000	,000		,000	,000
	N	296	296	296	296	296
<b>The Obtaining of Guidance</b>	Pearso n Correl ation	,666**	,746**	,571**	1	,441**
	Sig. (2- tailed)	,000	,000	,000		,000
	N	296	296	296	296	296
<b>Efficacy of Communi cation</b>	Pearso n Correl ation	,452**	,442**	,433**	,441**	1
	Sig. (2- tailed)	,000	,000	,000	,000	
	N	296	296	296	296	296
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).						

Tabel 4. 16 Skor Beta Parental Emotional Support

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	16,418	1,600		10,263	,000
	Kelekatan ( <i>attachment</i> )	,757	,321	,176	2,360	,019
	Pengakuan positif ( <i>reassurance of worth</i> )	,506	,332	,124	1,525	,128
	Perasaan ketergantungan ( <i>a sense of reliable alliance</i> )	,970	,328	,193	2,962	,003
	Mendapat bimbingan ( <i>the obtaining of guidance</i> )	,271	,182	,120	1,485	,139

a. Dependent Variable: *Efficacy of Communication*

Hasil uji pengaruh setiap aspek variabel *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada tabel diatas menunjukkan bahwa nilai pengaruh dapat dikalkulasikan dengan cara menghitung nilai *Beta* pada *Standardized Coefficients x Pearson Correlation x 100* maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 17 Uji Pengaruh Aspek Parental Emotional Support

Aspek	Nilai Beta	Pearson Correlation	Koefisien Korelasi (R2)
Kelekatan ( <i>attachment</i> )	0,176	0,452	7,9%
Pengakuan positif ( <i>reassurance of worth</i> )	0,124	0,442	5,4%
Perasaan ketergantungan ( <i>a sense of reliable alliance</i> )	0,193	0,433	8,3%
Mendapat bimbingan ( <i>the obtaining of guidance</i> )	0,120	0,441	5,2%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa aspek *parental emotional support* yang paling besar pengaruhnya terhadap *efficacy of communication* yaitu aspek *a sense of reliable alliance* yaitu sebesar 8,3%. Aspek *attachment* sebesar 7,9%. Selanjutnya aspek *reassurance of worth* sebesar 5,4%. Dan aspek *parental emotional support* yang paling sedikit pengaruhnya yaitu aspek *the obtaining of guidance* yaitu sebesar 5,2%.

#### **4. Uji Asumsi**

##### **a. Uji Normalitas**

Penelitian Ini Menggunakan uji hipotesis atau uji korelasi serta analisis tambahan lainnya, tetapi sebelum peneliti memulai menganalisa data maka hendaknya perlu dilakukan uji persyaratan analisis yaitu uji asumsi. Untuk syarat uji normalitas adalah nilai signifikansi harus  $> 0,05$ .

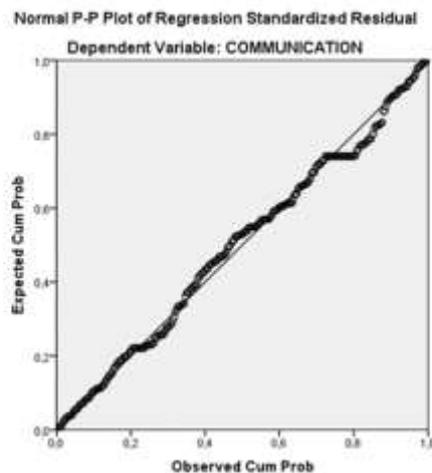
Dalam buku *IBM SPSS Exact Tests* oleh Cyrus R. M dan Nitin R.P dikatakan bahwasanya banyak kumpulan data yang terlalu besar untuk perhitungan nilai p yang tepat, namun terlalu jarang atau tidak seimbang sehingga hasil *asmyptotic only* tidak bisa diandalkan. Dengan kata lain untuk perhitungan nilai p yang tepat bisa dilakukan dengan mengubah *Asymptotic Only* menjadi *Monte Carlo*. Karena nilai uji normalitas pada *Asymptotic Only* tidak memenuhi uji normalitas, kemudian dilakukan alternatif lain yaitu dengan mengubah *asymptotic only* menjadi *monte carlo* Berikut adalah tabel hasilnya:

Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Monte Carlo
Subjective Well-Being (SWB)	0,145
Parental Emotional Support (PES)	0,001
Efficacy of Communication (E- COM)	0,149

Berdasarkan tabel hasil tersebut, terdapat perubahan nilai pada kedua variabel yaitu E - COM, dan SWB. Sedangkan pada nilai PES masih belum memenuhi.

Selain dilakukan uji statistik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test*, kemudian dilakukan juga uji normal probability plot hasilnya grafik P-P Plot menunjukkan data berdistribusi normal karena mengikuti dan mendekati garis diagonalnya. Berikut adalah grafiknya:



Gambar 4. 1 Grafik PP-PLOT

Berdasarkan gambar tersebut mengenai grafik PP-PLOT menunjukkan bahwa uji normalitas telah terpenuhi.

#### b. Uji Linearitas

Uji Linieritas digunakan untuk mengetahui hubungan linier atau tidak antara dua variabel dalam penelitian tersebut. Uji linearitas yang digunakan adalah tes deviation for linearity dengan menggunakan SPSS 24 for Windows. Apabila nilai *deviation for linearity* > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier. Namun, jika nilai *deviation for linearity* < 0,05 maka dapat dikatakan tidak terdapat hubungan yang linier. Berikut hasil uji linearitas yang peneliti lakukan :

Tabel 4. 19 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Efficacy of Communication
Subjective Well-Being (SWB)	0,000
Keterangan	Tidak Linear
Parental Emotinal Support (PES)	0,001
Keterangan	Tidak Linear

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai Sig. deviation for linearity adalah 0,000. Hal ini menandakan bahwa nilai deviation for linearity < 0,05. Artinya bahwa tidak terdapat hubungan linear antara variabel *Efficacy of Communication* dengan *Subjective Well-Being*. Begitupun antara variabel *Efficacy of Communication* dengan *Parental Emotional Support*.

### c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk menentukan apakah ada dua atau lebih variabel bebas yang memiliki hubungan linear. Suatu model regresi yang dianggap baik adalah model yang tidak mengalami multikolinearitas. Proses pengujian ini akan dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS 24 for Windows. Kriteria untuk pengambilan keputusan dalam uji ini adalah apabila nilai toleransi (tolerance value)  $> 0.10$  atau nilai *Variance Inflation Factor* (VIF)  $< 10.00$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas pada variabel bebas. Berikut adalah hasil dari uji multikolinearitas dalam penelitian ini:

Tabel 4. 20 Hasil Uji Multikolinearitas

No	Model	Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1.	SWB	0,696	1,438
2.	PES	0,696	1,438

a. Dependent Variabel : Communication

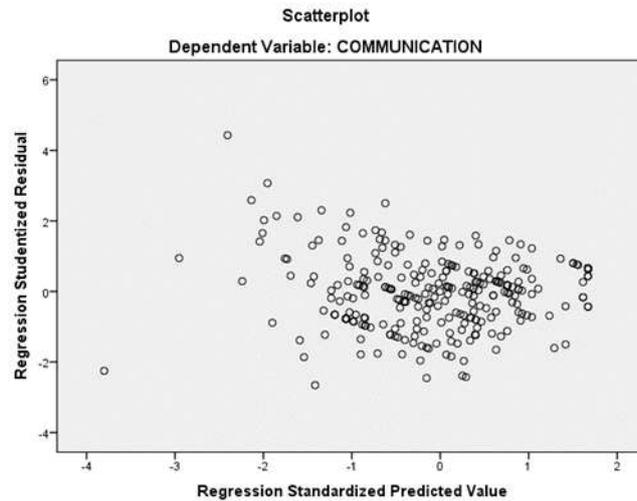
Berdasarkan tabel diatas mengenai hasil uji multikolinearitas dengan diketahui bahwa nilai toleransi (tolerance value) yang didapatkan pada variabel *Subjective Well-Being* (SWB) sebesar 0,696, dan pada variabel *Parental Emotional Support* (PES) sebesar 0,696 yang berarti  $> 0.10$ . Selain itu, nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) yang didapatkan pada variabel *Subjective Well-Being* (SWB) sebesar 1,438 dan pada variabel *Parental Emotional Support* (PES) sebesar 1,438 yang berarti  $< 10.00$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada gejala mutikolinearitas pada variabel bebas dalam penelitian ini.

#### **d. Uji Heteroskedastisitas**

Uji heteroskedastisitas merupakan suatu prosedur statistik yang bertujuan untuk menentukan apakah model regresi mengalami ketidakseragaman varians dari residual antara satu pengamatan dengan pengamatan lainnya. Menurut Ghozali (2011), model regresi yang dianggap baik adalah model yang tidak mengalami heteroskedastisitas. Dalam penelitian ini, pengujian heteroskedastisitas data dilakukan dengan mengamati pola gambar Scatterplots menggunakan perangkat lunak SPSS 20 for Windows. Kriteria untuk pengambilan keputusan dalam uji ini adalah sebagai berikut:

- 1) Penyebaran titik data terjadi di atas dan di bawah, atau di sekitar angka 0.
- 2) Titik data tidak terkonsentrasi hanya di atas atau di bawah saja.
- 3) Tidak terdapat pola gelombang yang melebar dan menyempit secara berulang.
- 4) Pola sebaran titik data tidak menunjukkan pola tertentu.

Berikut Gambar hasil Uji Heteroskedastisitas:



Gambar 4. 2 Grafik Scatterplot

Berdasarkan gambar diatas mengenai hasil uji heteroskedastisitas diketahui bahwa gambar Scatterplot tersebut telah memenuhi dasar pengambilan keputusan.

## 5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian bertujuan untuk menentukan apakah terdapat hubungan antara *Subjective Well-Being* (SWB), dan *Parental Emotional Support* (PES), dengan kemampuan *Efficacy of Communication* (E-COM). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda, yang dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 24 untuk Windows. Hasil dari analisis data penelitian tersebut dapat dirangkum sebagai berikut:

### a. Regresi Linear Berganda

Analisis regresi berganda digunakan untuk menilai apakah ada dampak yang signifikan dari dua variabel bebas atau lebih (X) terhadap variabel terikat (Y).

#### 1) Uji F

Uji F digunakan untuk menentukan apakah terdapat pengaruh secara bersama-sama dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

Tabel 4. 21 Hasil Uji F

#### ANOVA<sup>b</sup>

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1.	Regression	5148,147	2	2574,074	119,399	0,000 <sup>b</sup>
	Residual	6316,687	293	21,559		
	Total	11464,834	295			

a. Predictors: (Constant), Parental Emotional Support (PES), Subjective Well-Being (SWB).

b. Dependent Variable: Efikasi Berkomunikasi (COM)

Apabila merujuk pada kolom Sig. dapat diketahui bahwa  $0.000 < 0.05$  yang mengartikan bahwa hipotesis mayor ( $H_a$ ) diterima, yaitu “Adanya pengaruh subjective well-being dan parental emotional support terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.” Selanjutnya, dalam upaya menjawab hipotesis minor pada penelitian ini maka peneliti melakukan uji t atau dikenal sebagai uji parsial yang merupakan pengujian untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

## 2) Uji T

Uji t digunakan untuk menentukan apakah terdapat pengaruh parsial dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

Tabel 4. 22 Hasil Uji T

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1.	Constant	12,335	1,366		9,032	0,000
	Subjective Well-Being (X <sub>1</sub> )	0,530	0,053	0,519	9,989	0,000
	Parental Emotional Support (X <sub>2</sub> )	0,232	0,054	0,225	4,322	0,000

a. Dependent Variabel: Efikasi Berkomunikasi (COM)

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa masing-masing variabel independen, yaitu *subjective well-being* dan *parental emotional support* berpengaruh signifikan terhadap *efficacy of communication*. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan nilai signifikansi. Pada variabel *subjective well-being* nilai signifikansi yang diperoleh, yaitu  $0.000 < 0.05$  dan pada variabel *parental emotional support* nilai signifikansi yang diperoleh, yaitu  $0.000 < 0.05$  maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis minor, yaitu Ha<sub>1</sub> (Adanya pengaruh *subjective well-being* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, dan Ha<sub>2</sub> (Adanya pengaruh *Parental emotional support* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang), diterima.

Berdasarkan tabel uji T diatas, dapat dilihat variabel independen mana yang lebih dominan memberikan pengaruh terhadap variabel dependen dengan melihat kolom *standardized coefficients beta* yang penjabarannya sebagai berikut:

Tabel 4. 23 Hasil Standardized Coefficients Beta

Variable	Standardized Coefficients
Subjective Well-Being	0,519
Parental Emotional Support	0,225

Berdasarkan tabel di atas, variabel *subjective well-being* merupakan variabel yang mempunyai *standardized coefficients beta* paling tinggi, yaitu 0.519 yang berarti efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang lebih banyak dipengaruhi oleh variabel *subjective well-being* dibandingkan dengan variabel *parental emotional support*.

### 3) Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk menentukan persentase seberapa besar pengaruh yang diberikan secara bersama-sama oleh variabel X terhadap variabel Y.

Tabel 4. 24 Hasil Koefisien Determinasi Keseluruhan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,670 <sup>a</sup>	0,449	0,445	4,64313

a. Predictors: (Constant), *Parental Emotional Support*, *Subjective Well-Being*

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0.449 atau 44.9% yang mengartikan bahwa variabel *subjective well-being* dan *parental emotional support* memberikan kontribusi pengaruh terhadap variabel efikasi berkomunikasi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang sebesar 44.9% dan sisanya, yaitu sebesar 55.1% dipengaruhi oleh variabel lain.

Dan berikut adalah tabel koefisien determinasi per variabel:

*Tabel 4. 25 Hasil Koefisien Determinasi Subjective Well-Being*

<b>Model</b>	<b>R</b>	<b>R Square</b>	<b>Adjusted R Square</b>	<b>Std. Error of the Estimate</b>
1	,643 <sup>a</sup>	,414	,412	4,78072
a. Predictors: (Constant), Subjective Well-being				

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0.414 atau 41,4% yang mengartikan bahwa variabel *subjective well-being* memberikan kontribusi pengaruh terhadap variabel efikasi berkomunikasi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri (UIN) Malang sebesar 41.4% dan sisanya, yaitu sebesar 58.6% dipengaruhi oleh variabel lain.

*Tabel 4. 26 Hasil Koefisien Determinasi Parental Emotional Support*

<b>Model</b>	<b>R</b>	<b>R Square</b>	<b>Adjusted R Square</b>	<b>Std. Error of the Estimate</b>
1	,511 <sup>a</sup>	,261	,259	5,36673
a. Predictors: (Constant), Parental Emotional Support				

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0.261 atau 26.1% yang mengartikan bahwa variabel *parental emotional support* memberikan kontribusi pengaruh terhadap variabel efikasi berkomunikasi pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang sebesar 26.1% dan sisanya, yaitu sebesar 73.9% dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan paparan tabel hasil koefisien determinasi diatas diketahui bahwa *subjective well-being* memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

#### **D. Hasil Pembahasan**

##### **1. *Subjective Well-being* Pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

###### **a. *Tingkat Subjective Well-Being* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

Konsep *Subjective Well-Being* oleh Diener (1984), menggambarkan bagaimana orang mengalami kualitas hidup mereka dan mencakup reaksi emosional dan penilaian kognitif. Oleh karena itu *subjective well-being* mencakup suasana hati dan emosi serta evaluasi kepuasan seseorang terhadap bidang umum dan spesifik kehidupan seseorang. *Subjective Well-Being* adalah salah satu definisi kebahagiaan. Berdasarkan dari konsep tersebut, penelitian ini ingin mengetahui tingkat dari *subjective well-being* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Dalam menjalani kehidupannya sehari-hari,

sebagai seorang mahasiswa S1 tentunya akan rentan terhadap permasalahan hidup, baik itu masalah personal, ataupun dari kehidupan sosial.

Berdasarkan penelitian ini tingkat *subjective well-being* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 56,4%, dan dengan responden 167 mahasiswa. Sedangkan 115 mahasiswa berada pada kategori sedang dengan presentase 38,9%, dan 14 mahasiswa dalam kategori rendah dengan presentase 4,7%.

*Subjective well-being* mengacu pada penilaian subjektif setiap individu terhadap kualitas hidupnya. *Subjective well-being* yang tinggi dari Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang akan membuat mereka mampu dalam menjalani kehidupannya di dunia perkuliahan. Dimana mereka diharuskan untuk belajar berpikir kritis, belajar untuk menyampaikan opininya guna untuk mengasah kemampuannya atau efikasi dirinya dalam berkomunikasi, serta belajar dalam menghadapi permasalahan - permasalahan dalam kehidupan sosial.

. Seseorang yang merasa yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dengan baik akan lebih mudah untuk merasa puas dan merasakan afeksi senang atau bahagia. Mahasiswa yang memiliki tingkat *subjective well-being* pada kategori tinggi akan merasa puas dan bahagia pada kehidupannya dalam banyak aspek. Baik itu dalam kehidupan pribadinya, maupun kehidupan sosialnya termasuk dalam kehidupan perkuliahannya. Mereka juga memiliki pengalaman emosi yang baik, serta memiliki kepuasan hidup dan emosi positif seperti kebahagiaan dalam skala yang tinggi. Mereka

juga akan mampu menafsirkan kehidupannya dengan baik dan melakukan evaluasi terhadap kehidupannya dengan baik. Remaja dengan *subjective well-being* positif lebih sering mengalami afek positif, merasa puas terhadap kehidupan (Diener, Lucas dalam Lewis & Haviland-Jones, 2000).

Sedangkan mahasiswa yang memiliki tingkat *subjective well-being* pada kategori rendah mereka akan cenderung memiliki kepuasan hidup dan emosi positif yang rendah. Rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa juga akan membuat mereka memiliki efikasi diri yang rendah termasuk efikasi dalam konteks kemampuannya dalam berkomunikasi. Mereka yang berada pada kategori ini akan kesulitan dalam melakukan penafsiran tentang kehidupannya ataupun dalam melakukan evaluasi individu terhadap kehidupannya. Mereka lebih cenderung merasa pesimis dalam segala segi kehidupan yang dijalannya. Individu dengan *subjective well-being* rendah cenderung merasa rendah diri dan menilai peristiwa sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, menghasilkan emosi negatif seperti kecemasan, depresi, dan kemarahan (Myers & Diener, 1995).

Kesimpulannya, sebagian mahasiswa memiliki tingkat *subjective well-being* dalam kategori tinggi, dan sebagiannya dalam kategori sedang atau cukup. Tingkat *subjective well-being* tersebut berperan penting bagi kehidupan pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Mereka akan lebih mudah menjalani kehidupannya terkhusus sebagai mahasiswa dalam menjalani perkuliahan. Mereka akan cenderung merasa puas atas segala pencapaiannya dan seluruh aspek kehidupannya.

**b. Sumber *Subjective Well-Being* yang paling tinggi pada Mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Malang**

*Subjective well-being* memiliki tiga elemen utama, yaitu kepuasan hidup, afek positif, dan tingkat afek negatif yang rendah (Diener et al., 1997).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber *subjective well-being* yang paling tinggi pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yaitu diperoleh dari kepuasan hidup (mencakup penilaian secara global mengenai kemampuan individu tersebut dalam menerima hidupnya) dengan rata-rata sebesar 32,6% pada hasil pengkategorisasian secara hipotetik. Mahasiswa S1 sering kali berada dalam fase transisi penting dalam kehidupan mereka, seperti penyesuaian terhadap lingkungan kampus, tuntutan akademik, dan pengembangan diri. Kepuasan hidup yang tinggi bisa mencerminkan adaptasi yang baik terhadap kondisi-kondisi ini, termasuk hubungan sosial, fasilitas kampus, dan pencapaian akademik yang memadai. Menurut studi dilapangan dalam dunia perkuliahan terutama bagi anak S1 tentunya banyak dari mereka yang memiliki ambisi mengenai prestasi mereka, baik itu dalam hal prestasi akademik maupun non akademik. Karena itulah mereka turut aktif dalam berbagai macam kegiatan kampus ataupun aktif berpendapat dalam diskusi kelas, dan sebagainya. Mereka mampu untuk merasa puas atas segala proses yang mereka jalani di dalam perkuliahan selama menempuh jenjang pendidikan tinggi. Bagi mahasiswa, prestasi akademik bisa menjadi sumber utama kepuasan hidup. Pencapaian akademik yang baik dapat meningkatkan rasa percaya diri dan *self-efficacy*, yang berkontribusi pada *subjective well-*

*being* secara keseluruhan. Mahasiswa yang aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi kampus mungkin merasa lebih puas dengan kehidupan mereka. Keterlibatan ini bisa memberikan pengalaman berharga dan rasa tujuan yang lebih besar. Sebagaimana yang dikatakan oleh Diener (1984), bahwa semakin tinggi kepuasan hidup seseorang maka semakin mudah mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya. Maka dapat dikatakan bahwa dengan kepuasan hidup yang tinggi, mahasiswa akan lebih bahagia dalam melakukan banyak hal termasuk dalam berkomunikasi. Karena itulah kepuasan hidup dapat membantu mereka dalam memiliki semangat dan ambisi yang baik untuk terus berproses selama menjalani proses perkuliahan diperguruan tinggi.

Berdasarkan teori bottom up dijelaskan bahwa seseorang dapat merasakan kepuasan hidup dalam banyak bidang kehidupan. Pada mahasiswa maka kepuasan hidup yang mereka rasakan bersumber dalam bidang pendidikan yang sedang mereka tempuh, termasuk kepuasan hidup dalam hal pengembangan pribadi mereka seperti pencapaian prestasi, dan adaptasi dengan lingkungan kampus. Dalam teori bottom up ini kepuasan hidup individu terhadap kehidupan mahasiswa dibidang-bidang yang telah disebutkan tersebut digabungkan untuk menciptakan kepuasan hidup mahasiswa S1 secara menyeluruh. Selain itu dalam teori top down disebutkan bahwa kepuasan hidup seseorang sebagai pengaruh dari kepuasan hidup domain spesifik yang ada dalam teori bottom up. Jadi, kepuasan hidup mahasiswa S1 secara keseluruhan dapat mempengaruhi atau bahkan menentukan kepuasannya dalam hal efikasi berkomunikasi. Maka bisa

dikatakan bahwa mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang merasa puas dengan kehidupannya dalam bidang pendidikan diperguruan tinggi, maka akan dapat mempengaruhi efikasi mereka dalam berkomunikasi. Hal tersebut dapat menjadi salah satu penyebab kepuasan hidup merupakan sumber *subjective well-being* yang paling tinggi di kalangan mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Sumber *subjective well-being* yang paling rendah adalah afeksi dengan rata-rata sebesar 10,5% pada hasil pengkategorian secara hipotetik. Afeksi sebagai komponen *subjective well-being* sering kali dipengaruhi oleh perasaan dan emosi sehari-hari. Faktor-faktor seperti stres akademik, tekanan sosial, dan kecemasan terkait masa depan bisa menurunkan tingkat afeksi positif. Mahasiswa S1 mungkin menghadapi banyak tekanan dari tugas-tugas akademik, ujian, dan tuntutan untuk meraih prestasi yang baik, yang bisa menyebabkan rendahnya rata-rata afeksi. Mereka mungkin berfokus lebih banyak pada pencapaian akademik dan kurang memperhatikan aspek lain dari kesejahteraan emosional mereka. Kurangnya waktu untuk relaksasi, hobi, dan interaksi sosial yang menyenangkan bisa menurunkan afeksi positif.

Dengan memahami dan meningkatkan kedua aspek ini, diharapkan mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang dapat mencapai tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada efikasi berkomunikasi dan aspek-aspek positif lainnya dalam kehidupan mereka.

## **2. *Parental Emotinal Support* Pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

### **a. *Tingkat Parental Emotional Support* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

*Emotional Support* merupakan bagian dari *social support* (Weiss dalam Sari, 2014). Konsep *emotional support* atau dukungan emosional adalah bentuk bantuan yang didasarkan pada keterlibatan emosional dari individu yang memberikannya. Salah satu sumber *emotional support* adalah dari orang tua. Maka *parental emotional support* sendiri dapat diartikan sebagai bentuk bantuan atau keterlibatan emosional dengan orang tua. Santrock (dalam Budikunconingsih, 2017) menjelaskan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membantu anak menghadapi dunia sosial yang kompleks dan luas, juga berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan harga diri, efikasi diri, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan hidup. Selain itu dukungan emosional dari orang tua juga berperan penting dalam membantu anak beradaptasi dengan perubahan besar seperti memasuki lingkungan perkuliahan (Mounts, dkk. dalam Putri, 2014).

Berdasarkan penelitian ini tingkat *parental emotional support* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 71,3% dan 211 responden. Kategori sedang dengan 80 responden dan presentase 27%. Dan kategori rendah dengan 5 responden dan presentase 1,7%.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *parental emotional support* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang tergolong tinggi. Maka dapat dikatakan bahwa mahasiswa di Universitas Islam Negeri Malang memiliki tingkat *parental emotional support* atau dukungan emosional dari orang tua yang tinggi. Tingginya dukungan emosional dari orang tua akan mempengaruhi efikasi diri mereka termasuk dalam konteks efikasi mereka dalam berkomunikasi. Menurut Santrock (2003), dukungan yang diberikan orang tua terhadap anak dapat mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri pada anak. Kepercayaan diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses di dalamnya yang bisa membuat seseorang dapat memiliki kepercayaan diri. Menurut Rini (2002), faktor yang paling mendasar dalam mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri salah satunya adalah pola asuh dan interaksi sejak dini.

Pada mahasiswa yang memiliki tingkat *parental emotional support* pada kategori rendah, mereka cenderung memiliki rasa kepercayaan diri yang kurang sehingga dapat mempengaruhi efikasi diri mereka dalam berkomunikasi. Dukungan emosional yang konsisten dari orang tua dapat membentuk dasar bagi perkembangan kepercayaan diri mereka. Anak yang merasa didukung emosional oleh orang tua cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kemampuan berkomunikasi.

Sedangkan pada mahasiswa yang memiliki tingkat *parental emotional support* pada kategori sedang, hal ini berarti menunjukkan bahwa mereka

memiliki dukungan emosional dari orang tua yang cukup untuk mendukung dan membantu mereka dalam menghadapi kehidupannya secara keseluruhan.

Implikasi penting lainnya dari keterlibatan orang tua adalah membantu menjembatani kesenjangan antara lingkungan rumah dan sekolah. Orang tua yang terlibat dalam pendidikan anak-anak mereka dapat berkomunikasi dengan guru tentang kurikulum, tugas, dan ekspektasi kelas, yang dapat membantu anak-anak memahami apa yang diharapkan dari mereka dan mengapa pendidikan mereka penting. Hal ini dapat membantu meningkatkan kemampuan anak termasuk dalam konteks efikasi mereka dalam berkomunikasi. Motivasi untuk belajar dan dapat membantu mereka untuk melihat relevansi dan pentingnya apa yang mereka pelajari.

#### **b. Sumber *Parental Emotional Support* Yang Paling Tinggi Pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

Menurut Weiss Dukungan emosional adalah bagian dari dukungan sosial. Aspek-aspek Dukungan Sosial menurut Weiss (1974) yang mencakup aspek-aspek: kelekatan (*attachment*), adanya penilaian positif (*reassurance of worth*), seseorang yang 'dapat diandalkan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapatkan bimbingan (*the obtaining of guidance*).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber *parental emotional support* yang paling tinggi pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang yaitu diperoleh dari aspek perasaan ketergantungan (menggambarkan kepercayaan akan ketersediaan seseorang untuk memberikan

bantuan saat dibutuhkan atau sebagai pendukung dalam mengatasi masalah.) dengan rata-rata sebesar 8,3% pada hasil pengkategorisasian secara hipotetik. Menurut Weiss, *reliable alliance* merujuk pada keyakinan bahwa ada orang lain yang bisa diandalkan dalam situasi sulit. Ini sangat penting karena memberikan rasa aman dan stabilitas emosional. Mahasiswa yang merasa mereka bisa mengandalkan orang tua mereka memiliki dasar yang kuat untuk mengembangkan efikasi berkomunikasi. Keyakinan ini memenuhi kebutuhan dasar untuk rasa aman dan mengurangi kecemasan, memungkinkan mahasiswa untuk berkomunikasi dengan lebih percaya diri dan efisien. Dalam konteks teori hirarki kebutuhan Maslow, perasaan ketergantungan sangat terkait dengan kebutuhan sosial (cinta dan rasa memiliki) serta kebutuhan keamanan. Ketika mahasiswa merasa bahwa mereka bisa mengandalkan orang tua mereka, mereka merasakan keamanan emosional dan stabilitas yang sangat penting. Rasa aman dan didukung ini memungkinkan mereka untuk merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi, karena mereka tidak takut akan penolakan atau kegagalan. Hal ini memenuhi kebutuhan keamanan dan cinta/rasa memiliki, yang esensial untuk mengembangkan rasa percaya diri dan kemampuan berkomunikasi.

Kemudian aspek tertinggi kedua yaitu aspek kelekatan dengan rata-rata sebesar 7,9% pada hasil pengkategorisasian secara hipotetik. Kelekatan dalam konteks Weiss mengacu pada hubungan emosional yang kuat dan dekat dengan orang lain. Kelekatan dengan orang tua memberikan rasa cinta, keamanan, dan penerimaan, yang sangat penting bagi pengembangan kepercayaan diri dan

kemampuan komunikasi. Mahasiswa yang memiliki ikatan yang kuat dengan orang tua mereka cenderung merasa lebih nyaman dan percaya diri dalam berkomunikasi. Selain itu, Kelekatan atau *attachment* berhubungan erat dengan kebutuhan sosial dalam hierarki Maslow. Hubungan emosional yang kuat dengan orang tua memberikan rasa cinta dan rasa memiliki, yang sangat penting bagi kesejahteraan emosional. Mahasiswa yang memiliki ikatan yang kuat dengan orang tua mereka merasa lebih diterima dan dicintai, yang meningkatkan efikasi berkomunikasi mereka. Mereka lebih mungkin untuk merasa percaya diri dan didukung saat berinteraksi dengan orang lain. Karena mereka merasakan dukungan emosional yang stabil. Mahasiswa yang memiliki hubungan emosional yang erat dengan orang tua cenderung merasakan dukungan emosional yang lebih kuat. Dukungan orang tua akan mempunyai pengaruh positif terhadap keterampilan coping anak-anak dan pada gilirannya mereka akan mengalami lebih sedikit stres di perguruan tinggi (Walker & Satterwhite, 2002).

Aspek selanjutnya yaitu aspek pengakuan positif dengan rata-rata sebesar 5,4% pada hasil pengkategorisasian secara hipotetik. Pengakuan positif atau *Reassurance of worth* dari Weiss mengacu pada dukungan yang membantu individu merasa dihargai dan berharga. Pengakuan positif dari orang tua memberikan validasi atas nilai diri mahasiswa, yang meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri mereka. Dengan pengakuan positif ini, mahasiswa merasa lebih yakin akan kemampuan mereka sendiri, termasuk dalam hal berkomunikasi. Mereka lebih mungkin untuk terlibat dalam interaksi sosial

dengan percaya diri karena merasa diakui dan dihargai. Selain itu, pengakuan positif dari orang tua memenuhi kebutuhan penghargaan dalam hierarki Maslow. Ketika mahasiswa merasa dihargai dan diakui oleh orang tua mereka, harga diri dan kepercayaan diri mereka meningkat. Pengakuan ini memberikan validasi atas kemampuan mereka, termasuk dalam hal berkomunikasi. Dengan penghargaan yang mereka terima, mereka merasa lebih yakin dan mampu dalam berinteraksi dengan orang lain.

Dan aspek yang terakhir yaitu aspek mendapatkan bimbingan dengan rata-rata sebesar 5,2% pada hasil pengkategorisasian secara hipotetik. Mendapatkan bimbingan atau *Guidance* menurut Weiss adalah nasihat dan arahan yang membantu individu dalam membuat keputusan dan menghadapi berbagai situasi. Mendapat bimbingan dari orang tua memberikan struktur dan arahan yang membantu mahasiswa merasa lebih terorganisir dan aman. Ini memberikan dasar yang baik untuk mengembangkan kemampuan komunikasi, karena mahasiswa tahu bahwa mereka memiliki dukungan dan nasihat yang dapat mereka andalkan. Meskipun pengaruhnya mungkin tidak sebesar *reliable alliance*, bimbingan tetap memberikan kontribusi penting dalam meningkatkan efikasi berkomunikasi. Selain itu, mendapat bimbingan dari orang tua memenuhi kebutuhan keamanan dan sebagian kebutuhan penghargaan. Bimbingan memberikan arah dan nasihat yang membantu mahasiswa merasa lebih aman dan terstruktur dalam menghadapi berbagai situasi. Bimbingan ini juga memberikan validasi atas keputusan mereka, yang berkontribusi pada rasa percaya diri dan kemampuan komunikasi. Meskipun pengaruhnya tidak

sebesar aspek ketergantungan, bimbingan tetap memberikan dukungan yang signifikan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa berdasarkan aspek Weiss (1974), perasaan ketergantungan menjadi aspek yang paling tinggi dalam mempengaruhi efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dan memenuhi kebutuhan sosial Maslow mengenai rasa keamanan secara signifikan. Mahasiswa yang merasa bisa mengandalkan orang tua mereka merasa lebih aman dan didukung, yang merupakan dasar penting untuk mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi. Dan dengan memahami peran setiap aspek dari teori Weiss, kita dapat melihat bagaimana berbagai bentuk dukungan emosional dari orang tua berkontribusi secara signifikan terhadap efikasi berkomunikasi mahasiswa. Dukungan yang konsisten dan positif dalam bentuk kelekatan, pengakuan positif, dan bimbingan, serta perasaan ketergantungan, memberikan dasar yang kuat bagi pengembangan kemampuan komunikasi yang efektif.

### **3. *Efficacy of Communication* Pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

#### **1) *Tingkat Efficacy of Communication* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

Konsep efikasi berkomunikasi merujuk pada bagaimana keyakinan individu akan kemampuannya dalam berkomunikasi. Seberapa sulit mereka menganggap bahwa komunikasi itu menjadi sebuah tantangan yang positif atau justru menjadi suatu hal yang dapat membuat cemas. Hal tersebut dapat di ukur

melalui efikasi mereka dalam konteks berkomunikasi. Bandura (1977), mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang tentang kemampuan mereka untuk mencapai sebuah tujuan yang juga ditunjuk mempunyai pengaruh atas peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka. Keyakinan efikasi diri ini menentukan bagaimana seseorang akan merasa, berpikir, memotivasi diri dan berperilaku (Bandura, 1994). Secara teoritis, metode yang paling ampuh untuk mempengaruhi efikasi diri adalah pengalaman langsung, dan penting bagi siswa untuk diberikan sumber daya, dukungan, dan kesempatan untuk berhasil (Bandura, 1977). Namun, mahasiswa juga dapat membangun efikasi diri melalui pengalaman perwakilan yaitu, menyaksikan orang lain yang serupa berhasil. Dan pada penelitian ini efikasi diri yang dimaksud adalah dalam konteks efikasi mahasiswa dalam berkomunikasi.

Sebagaimana yang telah disebutkan pada bagian latar belakang mengenai informasi dalam survei *LinkedIn* tahun 2016 yang dilakukan di Amerika Serikat. Bahwa komunikasi menduduki peringkat teratas dalam daftar *soft skill* yang paling dicari di kalangan pengusaha. Itulah mengapa kemampuan berkomunikasi yang baik sangatlah penting untuk bisa dikuasai oleh mahasiswa, yaitu sebagai bentuk investasi dalam proses pengembangan karirnya. Untuk itu penelitian ini ingin membuat para mahasiswa untuk lebih *aware* terhadap *skill* mereka dalam berkomunikasi. Karena saat ini, menjadi seorang penulis pun seseorang haruslah pandai berkomunikasi. Agar ketika ia di undang dalam acara atas terbit bukunya ia mampu menyampaikan dengan baik intisari dari buku tulisannya. Penelitian telah menunjukkan bahwa

memiliki suatu keterampilan itu perlu tetapi tidak cukup untuk keberhasilan kinerja keterampilan tersebut; individu juga harus memiliki kepercayaan diri, atau efikasi diri, dalam kemampuan mereka menggunakan keterampilan tersebut dalam situasi tertentu (Bandura, 1977).

Berdasarkan penelitian ini tingkat *efficacy of communication* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 66,2% dengan 196 responden. Kategori sedang dengan 97 responden dan presentase 32,8%. Dan kategori rendah dengan 3 responden dan presentase 1%.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang tergolong tinggi. Hal ini berarti menunjukkan bahwa mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang memiliki keyakinan untuk berkomunikasi yang baik. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan memandang tantangan sebagai hal yang seharusnya dikuasai, bukan ancaman yang harus di hindari. Dan mereka mampu untuk pulih dari kegagalan lebih cepat dan cenderung menghubungkan kegagalan dengan kurangnya usaha. Mereka menghadapi situasi yang mengancam dengan keyakinan bahwa mereka dapat mengendalikannya. Hal-hal ini dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih rendah dan kerentanan yang lebih rendah terhadap depresi (Bandura, 2010).

Sedangkan dalam konteks efikasi berkomunikasi, seseorang yang memiliki efikasi berkomunikasi yang tinggi maka seseorang tersebut akan menganggap bahwa tantangan dalam berkomunikasi adalah hal yang dapat

mereka kendalikan, bukan menjadi suatu ancaman bagi mereka. Jika bertemu dengan kegagalan ketika misalnya mereka tidak mampu menghadapi kecemasannya ketika menjadi pembicara dalam suatu diskusi, mereka akan lekas pulih dari kegagalan tersebut dan mencoba mengevaluasi apa yang salah dari metodenya, kemudian terus berusaha untuk mengatasinya kembali.

Pada mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi berkomunikasi pada kategori sedang, maka dapat dikatakan mereka memiliki kemampuan efikasi berkomunikasi yang cukup. Bisa dikatakan dalam arti mereka cukup mampu menghadapi tantangan dalam melakukan komunikasi.

Sedangkan pada mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi berkomunikasi rendah, maka dapat dikatakan bahwa mereka memiliki kemampuan efikasi berkomunikasi yang rendah. Seseorang dengan rasa efikasi diri yang rendah akan memandang tugas-tugas sulit sebagai suatu ancaman bagi mereka, dan cenderung menghindarinya dari pada menghadapinya. Suatu tugas yang sulit akan membuat mereka merasa tidak memiliki keterampilan yang baik. Sangat mudah bagi mereka untuk kehilangan kepercayaan pada kemampuan mereka setelah menghadapi suatu kegagalan. Dan efikasi diri yang rendah dapat dikaitkan dengan tingkat stres dan depresi yang lebih tinggi (Bandura, 2010).

Dalam konteks efikasi berkomunikasi, mereka yang memiliki efikasi berkomunikasi rendah, maka mereka akan cenderung melihat tantangan dalam berkomunikasi menjadi suatu ancaman. Mereka merasa tidak mampu untuk menghadapinya, dan memilih untuk menghindarinya. Maka kemungkinan besar

bagi mahasiswa yang pasif atau tidak pernah ikut andil dalam beropini ketika diskusi, dan tidak mengikuti kegiatan apapun selama masa perkuliahan itu karena mereka ingin menghindari hal tersebut. Karena merasa takut, dan tidak mampu untuk menjalaninya dengan baik. Namun, hasil penelitian menunjukkan tingginya efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, yang berarti dapat diartikan bahwa mereka mampu dalam menghadapi tantangan yang ada di dalam lingkungan perkuliahan, terkhusus dalam konteks upaya mereka untuk mengembangkan keterampilannya dalam berkomunikasi. Kemungkinan besar mereka memiliki kemampuan berkomunikasi yang sangat baik atau keinginan untuk memilikinya. Mereka tidak takut gagal, dan terus berusaha untuk menghadapi segala tantangan yang ada selama perkuliahan dan terus melatih kemampuan dirinya. Melihat dari realita banyaknya mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi, atau menjadi pembicara dalam suatu forum diskusi itu telah menunjukkan bahwa mereka mampu menghadapi tantangan dalam mencapai efikasi berkomunikasi yang baik.

Efikasi diri sangat penting untuk mengaktifkan serangkaian keterampilan, terutama dalam situasi baru atau situasi stres tinggi, situasi yang dihadapi siswa ketika mereka perlu mentransfer keterampilan komunikasi lisan yang mereka pelajari dalam lingkungan akademis ke lingkungan profesional (Tucker & McCarthy, 2001). Bukti menunjukkan bahwa efikasi diri adalah salah satu faktor paling penting untuk memprediksi apakah orang akan mentransfer keterampilan yang dipelajari dalam satu situasi ke situasi lain

(Tucker & McCarthy, 2001), dan efikasi diri adalah salah satu ciri utama individu yang memprediksi apakah siswa akan menerapkan keterampilan yang diperoleh dalam lingkungan pendidikan atau pelatihan untuk kinerja kerja yang sebenarnya (Mathieu, Martineau, & Tannenbaum, 1993). Maka dapat diartikan bahwa efikasi berkomunikasi yang tinggi pada mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang akan mempermudah mereka dalam mentransfer kemampuan efikasi komunikasinya pada kehidupan profesional sehingga dapat menghasilkan kinerja yang baik pula saat mereka mulai memasuki dunia kerja atau profesional. Karena tujuan perkuliahan bukan hanya untuk meningkatkan keterampilan komunikasi lisan, namun untuk meningkatkan kinerja kerja juga, program bisnis ataupun perkuliahan haruslah fokus pada pengembangan efikasi diri komunikasi lisan serta keterampilan komunikasi lisan itu sendiri.

#### **4. Pengaruh *Subjective Well-Being*, dan *Parental Emotional Support* terhadap *Efficacy of Communication* pada Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang**

Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk memahami keterkaitan antara *subjective well-being*, dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. *Subjective well-being* adalah penilaian subjektif individu terhadap hidupnya. Kemudian, *parental emotional support* adalah bentuk dukungan emosional dari orang tuanya terhadap anak-anaknya yang mencakup aspek-aspek pembentuk *parental emotional support*. Sedangkan *Efficacy of communication* adalah

keyakinan seseorang akan kemampuannya dalam berkomunikasi. Tujuan dari penelitian adalah untuk menguji hipotesis bahwa terdapat pengaruh *subjective well-being*, dan *parental emotional support* berpengaruh terhadap *efficacy of communication*. Dan ditemukan hasil bahwa *subjective well-being* lah yang paling berpengaruh dan berperan lebih dominan dibandingkan dengan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

Kajian ini mengadopsi kerangka teoritis untuk mengukur konstruk *subjective well-being* yang dikembangkan oleh Diener (1984). Menurut teori ini komponen atau aspek yang bisa diukur terdiri dari dimensi: Kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan afeksi (*affection*) baik positif maupun negatif. Pengukuran *parental emotional support* mengacu pada konstruk yang dikembangkan oleh Weiss (1974) yang mencakup aspek-aspek: kelekatan (*attachment*), adanya penilaian positif (*reassurance of worth*), seseorang yang ‘dapat diandalkan (*a sense of reliable alliance*), dan mendapatkan bimbingan (*the obtaining of guidance*). Dan untuk pengukuran *efficacy of communication* mengacu pada konstruk yang dikembangkan oleh Bandura (1977) yaitu: tingkat berkomunikasi (*level of communication*), keluasan berkomunikasi (*generality of communication*), dan kekuatan (*strength of communication*) dengan aitem-aitem yang dibuat dalam konteks efikasi berkomunikasi.

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 296 orang mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang ditemukan hasil bahwa *subjective well-being* dan *parental emotional support* secara simultan

(bersama-sama) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, yaitu sebesar 44.9% dan sisanya, yaitu sebesar 55.1% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Dan secara simultan *subjective well-being* mempengaruhi efikasi berkomunikasi sebesar 41,4%, sedangkan *parental emotional support* secara simultan mempengaruhi sebesar 26,1%. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan *subjective well-being* memberikan pengaruh positif yang lebih besar dibandingkan *parental emotional support* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dapat dijelaskan dengan asumsi bahwa individu yang mampu merasa puas, dan bahagia atas hidupnya, dan individu yang mendapatkan kasih sayang serta dukungan emosional dari orang tuanya, cenderung mampu mengaktualisasikan efikasi dirinya dalam melakukan komunikasi dengan baik.

Ed Diener (1985) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi keseluruhan seseorang terhadap kehidupan mereka, yang mencakup kepuasan hidup dan keseimbangan antara afeksi positif dan negatif. Kepuasan hidup yang tinggi dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri yang sangat penting dalam komunikasi efektif. Mahasiswa yang puas dengan hidupnya cenderung lebih terbuka, asertif, dan percaya diri dalam berinteraksi sosial. Sedangkan, afeksi positif seperti kebahagiaan dan antusiasme mendukung keterlibatan dalam komunikasi dan menciptakan interaksi yang lebih positif. Sebaliknya, afeksi negatif seperti stres dan kecemasan dapat menghambat kemampuan

komunikasi. Meskipun *subjective well-being* hanya memberikan kontribusi signifikan sebesar 41,4%, ini menunjukkan bahwa aspek-aspek lain yang mempengaruhi efikasi berkomunikasi juga penting. Begitupun dengan *parental emotional support*, Weiss (1974) mengemukakan enam jenis dukungan sosial yang mencakup dukungan emosional, termasuk kelekatan, pengakuan positif, perasaan ketergantungan, dan bimbingan. Kelekatan yang aman dengan orang tua membentuk dasar yang kuat untuk perkembangan keterampilan sosial dan komunikasi. Selain kelekatan, mahasiswa yang merasa aman dan didukung oleh orang tua mereka cenderung lebih terbuka dan percaya diri dalam komunikasi. Pengakuan positif dari orang tua juga dapat meningkatkan harga diri dan motivasi pada mahasiswa, yang berdampak pada efikasi berkomunikasi. Mahasiswa yang sering mendapatkan pengakuan positif cenderung lebih percaya diri dalam interaksi sosial. Selain itu, ketergantungan yang sehat pada orang tua memberikan rasa aman dan kepercayaan diri, memungkinkan para mahasiswa untuk bereksperimen dengan berbagai cara berkomunikasi. Dan, bimbingan dari orang tua menyediakan arahan dan model untuk komunikasi yang efektif. Mahasiswa yang menerima nasihat dan bimbingan yang baik cenderung lebih terampil dalam mengelola interaksi sosial. *Parental Emotional Support* mempengaruhi efikasi berkomunikasi hanya sebesar 26,1%, yang menunjukkan bahwa dukungan emosional orang tua merupakan faktor penting, tetapi bukan satu-satunya faktor, dalam arti terdapat faktor lain yang lebih besar dalam mempengaruhi efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain dukungan dari orang tua,

interaksi dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial yang lebih luas juga memainkan peran penting dalam mengembangkan keterampilan komunikasi.

Menurut Bandura (1977) yang dapat mempengaruhi efikasi berkomunikasi selain kedua variabel pada penelitian ini diantaranya yaitu pengalaman langsung, modeling sosial, persuasi sosial, serta kondisi fisik dan emosional. Secara teoritis, metode yang paling ampuh untuk mempengaruhi efikasi diri adalah pengalaman langsung, dan penting bagi mahasiswa untuk diberikan sumber daya, dukungan, dan kesempatan untuk berhasil. Pengalaman langsung adalah cara paling efektif untuk meningkatkan efikasi diri. Ketika seseorang berhasil dalam suatu tugas, hal ini meningkatkan keyakinannya bahwa ia dapat berhasil dalam tugas serupa di masa depan. Dalam konteks komunikasi, pengalaman sukses dalam berkomunikasi akan memperkuat keyakinan pada mahasiswa bahwa mereka mampu berkomunikasi dengan baik di situasi yang lain. Pada mahasiswa yang berhasil menyampaikan presentasi dengan baik di kelas akan merasa lebih percaya diri untuk berbicara di depan umum di kesempatan lain. Selain dari pengalaman langsung, mengamati orang lain atau modeling sosial juga dapat meningkatkan efikasi diri. Ketika individu atau mahasiswa melihat seseorang yang mirip dengan dirinya berhasil dalam berkomunikasi, mereka akan percaya bahwa mereka juga dapat mencapai keberhasilan yang sama. Misal ketika seorang mahasiswa yang melihat temannya yang memiliki kemampuan komunikasi yang mirip dengannya berhasil berdebat di kelas akan merasa lebih yakin bahwa ia juga dapat melakukannya. Selain itu, persuasi sosial atau umpan balik positif dari orang

lain juga dapat meningkatkan efikasi diri seseorang, termasuk dalam konteks berkomunikasi. Ketika individu atau mahasiswa menerima dorongan dan pujian dari orang-orang di sekitarnya, mereka cenderung merasa lebih percaya diri dalam kemampuannya. Dalam konteks komunikasi, guru, teman, atau anggota keluarga yang memberikan pujian dan dorongan akan membantu mahasiswa merasa lebih yakin dengan kemampuan komunikasinya. Dan terakhir, kondisi fisik dan emosional juga memainkan peran penting dalam efikasi diri. Ketika seseorang berada dalam kondisi fisik yang baik dan tidak merasa cemas atau stres, mereka lebih mungkin untuk merasa yakin dengan kemampuan komunikasinya. Sebaliknya, rasa cemas, takut, atau stres dapat menurunkan efikasi diri. Seorang mahasiswa yang merasa rileks dan tenang sebelum berbicara di depan umum akan lebih percaya diri dibandingkan dengan siswa yang merasa cemas dan gugup.

Segala permasalahan dalam kehidupan akan membawa setiap individu menjadi sosok yang dewasa. Namun, kenyataannya ketika menghadapi suatu peristiwa yang berat, tidak semua individu mampu untuk mengatasinya dengan baik. Mereka memiliki respon yang berbeda-beda terhadap permasalahan yang mereka hadapi. Perlu diketahui bahwa individu dapat memiliki perubahan filosofi hidup, kesejahteraan subjektif setiap individu berbeda-beda. Perbedaan ini disebabkan oleh berbagai pengalaman hidup yang mereka alami. Oleh karena itu, penting bagi setiap orang untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka demi keberlangsungan hidup yang lebih baik. Terdapat beberapa jenis intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *subjective*

*well-being*, yaitu *peer support and teaching method program*, *acceptance commitment therapy*, *hope-based intervention*, *emotion regulation training*, dan *Gratitude training*.

Implikasi temuan ini, penting untuk berupaya dalam membangun *Efficacy of Communication* yang baik bagi mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Pelatihan dan program pengembangan pribadi bisa menjadi alternatif untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, dukungan emosional orang tua, dan efikasi berkomunikasi bagi mahasiswa. Maka dari itu, penelitian ini menginginkan agar mahasiswa bisa lebih *aware* terhadap *subjective well-being* diri mereka sendiri, yaitu dengan memahami bahwa pentingnya dukungan emosional dari orang tua juga bisa menjadi awal terciptanya *subjective well-being* yang baik. Karena dengan tingginya *subjective well-being* maka akan mempengaruhi kemampuan diri mereka dalam banyak aspek kehidupan, salah satunya adalah keterampilan dalam berkomunikasi. Tingginya *subjective well-being* dan *parental emotional support* pada mahasiswa, maka akan membawa individu mereka tersebut dalam mengaktualisasikan diri dengan baik, termasuk aktualisasi diri akan efikasi berkomunikasi.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita tentang pentingnya *subjective well-being* dan *parental emotional support* yang dapat mempengaruhi *efficacy of communication* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang. Dalam konteks yang lebih luas, penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya

mengintegrasikan aspek *subjective well-being* dan *parental emotional support* dalam upaya membangun *efficacy communication* yang baik.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dipaparkan, peneliti memperoleh kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini mengenai pengaruh *subjective well-being* dan *parental emotional support* terhadap *efficacy of communication* pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang sebagai berikut:

1. Mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang mempunyai tingkat *subjective well-being* yang tinggi dengan presentase 56,4% dengan 167 responden, tingkat sedang 38,9% dengan 115 responden, dan tingkat rendah 14% dengan 14 responden.
2. Tingkat *parental emotional support* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang berada ditingkat tinggi dengan presentase 71,3% dengan 211 responden, tingkat sedang 27% dengan 80 responden, dan tingkat rendah 1,7% dengan 5 responden.
3. Tingkat *efficacy of communication* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang berada ditingkat tinggi dengan presentase 66,2% dengan 196 responden, tingkat sedang 32,8% dengan 97 responden, dan tingkat rendah 1% dengan 3 responden.

4. Berdasarkan Uji F menjawab hipotesis mayor ( $H_a$ ), yaitu “Terdapat pengaruh *subjective well-being* dan *parental emotional support* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.” Maka, hipotesis  $H_a$  diterima. Sedangkan pada Uji T menjawab hipotesis minor, yaitu  $H_{a^1}$  (Terdapat pengaruh *subjective well-being* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang, dan  $H_{a^2}$  (Terdapat pengaruh *Parental emotional support* terhadap efikasi berkomunikasi pada mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang), diterima. Serta ditemukan secara simultan bahwa *subjective well-being* memberikan pengaruh terhadap *efficacy of communication* sebanyak 41,4%, sedangkan *parental emotional support* memberikan pengaruh terhadap *efficacy of communication* hanya sebanyak 26,1% sehingga dapat dikatakan bahwa *subjective well-being* lebih dominan mempengaruhi *efficacy of communication* dibandingkan dengan *parental emotional support*. Secara keseluruhan *subjective well-being* dan *parental emotional support* memberikan pengaruh terhadap *efficacy of communication* sebanyak 44,9% dan sisanya 55,1% dipengaruhi oleh variabel lain diantaranya yang dapat mempengaruhi efikasi berkomunikasi yaitu: pengalaman langsung, modeling sosial, persuasi sosial, serta kondisi fisik dan emosional.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pemahaman kita tentang pentingnya *subjective well-being* dan *parental*

*emotional support* dalam upaya membangun *efficacy of communication* yang baik. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan strategi ataupun intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan *efficacy of communication* mahasiswa S1 di Universitas Islam Negeri Malang.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, beberapa saran dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya:

### **1. Pengembangan Variabel Penelitian**

Perlu adanya pengembangan variabel-variabel lain yang mempengaruhi *efficacy of communication*, seperti pengalaman langsung, modeling sosial, persuasi sosial, serta kondisi fisik dan emosional. Hal ini untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan komunikasi mahasiswa.

### **2. Penelitian Longitudinal**

Disarankan untuk melakukan penelitian longitudinal untuk melihat perubahan dan perkembangan *subjective well-being* dan *parental emotional support* serta pengaruhnya terhadap *efficacy of communication* dalam jangka waktu yang lebih panjang.

### **3. Pendekatan Kualitatif**

Menggunakan pendekatan kualitatif seperti wawancara mendalam atau fokus grup diskusi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam

mengenai pengalaman mahasiswa terkait *subjective well-being* dan *parental emotional support*.

#### **4. Perluasan Sampel**

Perlu memperluas sampel penelitian ke universitas lain atau wilayah geografis yang berbeda untuk melihat apakah temuan ini konsisten di berbagai konteks.

#### **5. Intervensi Praktis**

Melakukan intervensi praktis yang bertujuan untuk meningkatkan *subjective well-being* dan *parental emotional support*, kemudian mengukur dampaknya terhadap *efficacy of communication* untuk mengetahui efektivitas intervensi tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiroh, A. C. (2019). Pengaruh Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Perilaku Cyberbullying Siswa SMPI Singosari Malang. Skripsi. UIN Malang. Malang.
- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian edisi revisi. Malang: UMM Press.
- Antara, H., Sosial, D., Untuk, O., Keempat, D. A. N., Administrasi, D., & Fisip, B. (2022). *Mengembangkan Keterampilan Berwirausaha Dengan Efikasi Diri Berwirausaha Pada Mahasiswa Tahun Kedua*, k. 11, 425–431.
- Antoxida, R. B., & Sawitri, D. R. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Efikasi Diri Berwirausaha Pada Kelompok Mahasiswa Undip Young Entrepreneur. *Jurnal EMPATI*, 9(4), 320–326. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.28962>
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Jurnal Widya Warta*, 02, 255-271.
- Arham, A. B. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Orientasi Masa Depan Remaja di Bidang Pekerjaan pada Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 11 Malang. Skripsi. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arindawanti, R. A. D., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Bagian Produksi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1–15.
- Astuti, B., & Pratama, A. I. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan keterampilan komunikasi siswa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 147–155. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i2.33757>
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian (Edisi 1)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 1(4), 139–161. [https://doi.org/10.1016/0146-6402\(78\)90002-4](https://doi.org/10.1016/0146-6402(78)90002-4).
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28, 117-148. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep2802\\_3](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2802_3).
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V.S. Ramachaudran (Ed.) *Encyclopedia of Human Behavior*. New York: Academic Press.

- Bandura, A. 1997. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, Albert (2010), "Self-Efficacy", *The Corsini Encyclopedia of Psychology*, American Cancer Society, pp. 1–3, doi:[10.1002/9780470479216.corpsy0836](https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0836), ISBN 978-0-470-47921-6, retrieved 2021-03-20.
- Budikunconingsih, S. (2017). Pengaruh Teman Sebaya dan Persepsi Pola Asuh Orang Tua terhadap Agresivitas Siswa di Sekolah Dasar Gugus Sugarda. Skripsi. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Budiono, H & Abdurrohim, M. (2020). Peran guru dalam mengembangkan keterampilan komunikasi (communication) siswa kelas V sekolah dasar negeri Teratai. *Jurnal IKA: Ikatan Alumni PGSD UNARS*, 8(1), Juni 2020. Doi: <https://doi.org/1036841/pgsdunars.v8il.589>.
- Busseri, M. A., & Sadava, S. W. (2011). A review of the tripartite structure of subjective well-being: Implications for conceptualization, operationalization, analysis, and synthesis. In *Personality and Social Psychology Review* (Vol. 15, Issue 3). <https://doi.org/10.1177/1088868310391271>.
- Byers, P.Y & Weber, C. S. (1995). The Timing of Speech Anxiety Reduction Treatments in the Public Speaking Classroom. *The Southern Communication Journal* 60, hal. 246-256.
- Cavanagh, T. M., Leeds, C., & Peters, J. M. (2019). Increasing Oral Communication Self-Efficacy Improves Oral Communication and General Academic Performance. *Business and Professional Communication Quarterly*, 82(4), 440–457. <https://doi.org/10.1177/2329490619853242>
- Chamariyah. (2015). *Manajemen Sumber Daya Manusia Indonesia*. Jakarta :Gunung Agung.
- Cutrona, C.E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S.G. & Russell, D.W. (1994). Perceived parental social support and academic achievement an attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology* 66 (2): 369-378.
- Colon-Baco, E. (2010). The strength of religious beliefs is important for subjective well-being. *Undergraduate economic review*, 6(1).
- Compton, W. C. 2005. *An Introduction to Positive Psychology*. USA: Tompson Learning.
- Consuelo G.Sevilla. (1993). *Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A metaanalysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197– 229.
- Diener, Ed. 1984. *Subjective Well-being*. American Psychological Association,

Inc, Vol. 95 (3), 542-575.

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective WellBeing: Three Decades of Progrss, *Psychological Bulletin*, 125 (2).
- Diener, E., & Lucas, R. 2000. Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 325-337). New York: Guilford.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective wellbeing. *Indian journal of clinical psychology*, 2.
- Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, and N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of Hedonic Psychology* (pp. 213-229). New York: Russel Sage Foundation.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. 2002. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C.R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The hand book of positive psychology*.(pp. 63-73). NewYork: Oxford University Press.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2003). Personality culture, a.nd subjective well-being: Emotional and cognitive evaluation of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403 – 425.
- Diener 2009. *The Science of Well-being The Cillected Works of Ed Diener*.USA:Springer.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. & Scollon, C. (2003). Subjective well being is desirable, but not the summon bonum. Paper delivered at the University of Minnesota interdisciplinary Workshop on Well Being, Minneapolis; October 23-25.
- Diener, E., Wirtz, D., & Oishi, S. (2001). End effects of rated life quality: The James Dean Effect. *Psychological Science*, 12, 124-128.
- Eid, M. & Larsen R.J. (2008). “Ed Diener and the Science of Subjective Well-Being”. Eid, M., & Randy, J. L.(eds). *The Science of Subjective Well-Being*. London: The Guilford Perss (hal. 1- 13).
- Etta Mamang Sagadji, Sopiah. 2010. *Metodologi Penelitian : Pendekatan Praktis dalam Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Fall, L. T., Kelly, S., MacDonald, P., Primm, C., & Holmes, W. (2013). Intercultural communication apprehension and emotional intelligence in higher education: preparing business students for career success. *Business Communication Quarterly*, 76, 412–426. <https://doi.org/10.1177/1080569913501861>.
- Faizi, M. F. (2018). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Islam Babussalam Kecamatan

- Durenan Kabupaten Trenggalek Tahun Ajaran 2017/2018. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 3(2), 224-234.
- Farid, M & Lazarus, H. (2008). Subjective well-being in rich and poor countries. *Journal of Management Development*, 27(10), 1053-1065.
- Feist, J. & Feist, G. (2010). *Teori Kepribadian*, buku 2 edisi 7. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitria, S., Wihartati, W., & Rochmawati, N. (2023). Hubungan antara kelekatan pada orang tua dan kemandirian dengan kepercayaan diri remaja. *Indonesian Journal of Psychological Studies*, 1(1), 13–28.
- Friedman, B., Kahn, P. H., Borning, A., & Huldtgren, A. (2013). Value sensitive design and information systems. Early engagement and new technologies: Opening up the laboratory, 55-95.
- Guay, F., Ratelle, C.F., & Chanal, J. (2008). Optimal learning in optimal contexts: The role of self-determination in education. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 233.
- Gherasim, L.R., Baban, A., & Dinu, V. (2020). Parenting styles and academic motivation in elementary schools. *Journal of Education & Psychology*, 10(2), 64-75.
- Hasanah, N. (2019). Pengaruh Dukungan dan Penerimaan Orangtua Terhadap Efikasi Diri pada Anak Usia Dini. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 7(2), 309. <https://doi.org/10.21043/thufula.v7i2.6092>.
- Hasiolan, M. I. S., & Sutejo. (2015). Efek Dukungan Emosional Keluarga pada Harga Diri Remaja: Pilot Study. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(2), 67-71.
- Heaton, J. M., & Bourke, E. (1976). Papillary necrosis associated with calyceal arteritis. *Nephron*, 16(1), 57–63. <https://doi.org/10.1159/000180583>.
- Howardson, G. N., & Behrend, T. S. (2015). The relative importance of specific self-efficacy sources in pretraining self-efficacy beliefs. *International Journal of Training & Development*, 19, 233-252. <https://doi.org/10.1111/ijtd.12060>.
- Kasiram, M. (2008). *Metodologi Penelitian*. UIN Malang Pers.
- Khairinal, K., Syuhadah, S., & Aminah, S. (2022). Pengaruh Kondisi Sosial Ekonomi Orang Tua, Potensi Diri, dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Keputusan Siswa Memilih Universitas Jambi. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(2), 754-762.
- Kim, A.M., Lee, H.J., & Lim, J.Y. (2020). The impact of parental support on Korean students' academic motivation: Focusing on the mediating effect of psychological well-being. *Sustainability*, 12(12), 4847.
- King, L. A. (2010). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Salemba Humanika.

- Kumalasari, F., & Nur, L, A., 2012. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 No. 1., Juni 2012.
- Li, J., Zhou, H., Yan, J., & Shang, B. (2019). The influence of parenting style on learning self-regulation and academic achievement in Chinese elementary school students: Mediating role of learning motivation. *Frontiers in Psychology*, 10, 578.
- Lucas, R. E., & Baird, B. M. (2004). Extraversion and emotional reactivity. *Journal Personality and Social Psychology*, 86, 473-485.
- Mabry, J. H. (1997). Review of Hart and Risley's meaningful differences in the everyday experience of young American children. *Behavior Analyst*, 20(1), 25–30. <https://doi.org/10.1007/BF03392760>.
- Majid, A, & Rochman, C. (2014). Pendekatan ilmiah dalam implementasi kurikulum 2013. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mapp, K. L., & Kuttner, P. (2015). Promoting parent involvement in urban schools: The importance of cultural responsiveness. *Harvard Educational Review*, 85(3), 485-514.
- Morin, L., & Latham, G. P. P. (2000). The effect of mental practice and goal setting as a transfer of training intervention on supervisors' self-efficacy and communication skills: An exploratory study. *Applied Psychology*, 49(3), 566–578. <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00032>.
- Mustafa, M. B., Nasir, R., & Yusooff, F. (2010). Parental support, personality, self-efficacy and depression among medical students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 7(C), 419–424. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.10.057>.
- Myers, D. G., & Diener, E. 1995. *Psychological Science*, 6, 10-19. (reprinted in Annual Editions: Social Psychology 97/98; digested in Frontier Issues in Economic Thought: Vol. 3, Human Well-Being and Economic Goals, ed. Neva Goodwin.
- Nabila, T., & Wahyuni, E. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dengan Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) Mahasiswa. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 164–171. <https://doi.org/10.21009/insight.102.08>.
- Nofrion, D. (2019). Komunikasi Pendidikan: Penerapan Teori dan Konsep Komunikasi Dalam Pembelajaran. In *ResearchGate* (Issue October).
- Pamungkas, E. A., Astuti, K., & Yuniasanti, R. (2021). Systematic literature review on types of intervention : Efforts to improve subjective well-being. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Umby, 2009*, 129–137.
- Park, Y. S., & Kim, U. (2014). Happiness and quality of life among Koreans:

- Indigenous psychological analysis (Cultural Psychology Series 8). Kyoyook Kwahasa.
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., Sarason, I. G., Joseph, H. J., & Henderson, C. A. (1996). Conceptualizing and Assessing Social Support in the Context of the Family. *Handbook of Social Support and the Family*, 3–23. [https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1388-3\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1388-3_1).
- Purnomo, P. D. (2016). Hubungan keterampilan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Gariam Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 55–59. Doi: <http://dx.doi.org./10.7977/um00lvli22016p055>.
- Putri, D. A. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Skripsi. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Putra, M. M. G. A. (2019). Perbandingan subjective well-being berdasarkan keterlibatan organisasi pada mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa Psikologi*, 1(1), 216–226.
- Pramudita, R. (2015). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Subjective Well-Being pada Siswa SMA Negeri 1 Belitang. *Psychology Forum UMM*, ISBN, 978–979. <http://mpsi.umm.ac.id/files/file/541-546 Rhesaroka.pdf>.
- Rahayu, A., Murdiana, S., & Siswanti, D. N. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Aman dengan Kompetensi Sosial pada Remaja Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(4), 32–41.
- R. Cyrus, & R. Nitin. (2011). ~IBM SPSS Exact Tests~. 2011, January 1996, 1–236. <http://www.spss.co.jp/medical/tutorial/04.html ???>.
- Rini, J.F. (2002). Memupuk Rasa Percaya Diri. Dalam <http://www.epsikologi.com/dewasa/160802>.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A review of Research on Hedonic and Eudaimonic WellBeing. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Santos, M. C. J. (2014). *Establishing The Relationship Between General Self-Efficacy And Subjective Well-Being Among College*. 3(1), 1–12.
- Santrock, J.W. (2003). *Life-Span Development: Perkembangan masa-hidup edisi 13*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, S. Z. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua, Teman, dan Dosen Pembimbing Skripsi dengan Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2009-2010 Universitas Islam Negeri Malang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Situmorang, N. Z. (2017). Kesejahteraan Subjektif Perempuan Pemimpin Ditinjau dari Peran Optimisme dan Efikasi Diri. *Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2(1), 3.
- Sudirman, dkk, (2023). Hubungan Self Efficacy dengan Kemampuan Komunikasi Siswa Kelas V SDN 22 Jeppe'e Kecamatan Tanete Riattang Barat Kabupaten Bone.
- Sugiyono. 2009. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung : Alfabeta.
- Suharsono, Y. & Istiqomah. (2014). Validitas dan Reliabilitas Skala Self Efficacy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 02, 01.
- Schunk, D. H. (1991). Self-Efficacy and Academic Motivation. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 207-231. <https://doi.org/10.1080/00461520.1991.9653133>.
- SumberBPS:jumlahmahasiswakotamalang:  
<https://jatim.bps.go.id/statictable/2023/07/20/2959/jumlah-mahasiswa-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-agama-menurut-kabupaten-kota-2021-dan-2022.html>.
- Tarmidi & Rambe. (2010). Korelasi antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self Directed Learning pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 37(2).
- Tov, William and Diener, Ed. 2013. Subjective Well-being. In encyclopedia of Cross-Culture Psychology. New York: Wiley.
- Tucker, M. L., & McCarthy, A. M. (2001). Presentation self-efficacy: Increasing communication skills through service-learning. *Journal of Managerial Issues*, 13, 227-244.
- Wahyuningsih, C., Hayu, P., Tyas, P., Studi, P., Sanata, U., & Yogyakarta, D. (2023). *Korelasi Dukungan Sosial Orang Tua Pada Kepercayaan Diri Remaja Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kalasan*. 5(1), 92-102.
- Walker, Katrina, L. & Satterwhite, T. (2002). Academic performance among African American and Caucasian college students: Is the family still important? *College Student Journal*, 36 (1): 113-129.
- Wardoyo, T., Awalya, A., & Mulawarman, M. (2021). Contribution of Self-Efficacy and Self-Esteem to Subjective Well-Being. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 22-28. <https://doi.org/10.15294/jubk.v9i1.45285>.
- Weiss, R. S. (1974). The provision of social relationship. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (pp. 17-28). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82-91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>.

## LAMPIRAN – LAMPIRAN

### Lampiran 1 Skala Pengukuran

#### A. Skala Subjective Well-being

Dengan Ketentuan Sebagai Berikut:

- 1 : Sangat Tidak Setuju
- 2 : Tidak Setuju
- 3 : Sedikit Tidak Setuju
- 4 : Netral
- 5 : Sedikit Setuju
- 6 : Setuju
- 7 : Sangat Setuju

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5	6	7
1.	Dalam banyak hal, hidup saya mendekati cita-cita saya (SW1)							
2.	Kondisi hidup saya sangat baik. (SW 2)							
3.	Saya puas dengan hidup saya. (SW 3)							
4.	Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup. (SW 4)							
5.	Jika saya bisa menjalani hidup saya, saya hampir tidak akan mengubah apa pun. (SW 5)							

## B. Skala Parental Emotional Support

Dengan Ketentuan Sebagai Berikut:

- 1 : Tidak Sama Sekali
- 2 : Hampir Tidak Ada
- 3 : Sedikit
- 4 : Netral
- 5 : Sedikit Lebih banyak
- 6 : Banyak
- 7 : Sangat Banyak

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5	6	7
1.	Orang tua saya membuat saya merasa aman dan nyaman. (SS1)							
2.	Orang tua saya mengenal dan memahami saya. (SS6)							
3.	Orang tua saya baik dan hangat. (SS11)							
4.	Orang tua saya mendengarkan kekhawatiran saya (SS16)							
5.	Orang tua saya menghibur saya ketika saya dalam kesulitan. (SS21)							

### C. Skala Efficacy of Communication

Dengan Ketentuan Sebagai Berikut:

1 : Sangat Tidak Baik

2 : Tidak Baik

3 : Sedikit Tidak Baik

4 : Netral

5 : Cukup Baik

6 : Baik

7 : Sangat Baik

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5	6	7
1.	Seberapa baik kamu dapat menyampaikan ide-ide kamu secara jelas dan efektif? LE2							
2.	Seberapa baik kamu dapat memahami isyarat non-verbal dan tuntutan situasi? LE10							
3.	Seberapa baik kamu dapat berkomunikasi dengan tenang bahkan saat dalam perbedaan pendapat atau konflik? LE18							
4.	Seberapa baik kamu dapat mengajukan pertanyaan untuk memperjelas dan memahami? LE26							
5.	Seberapa baik kamu dapat mendengarkan gagasan orang lain dan memberikan tanggapan yang baik? LE34							
6.	Seberapa baik kamu dapat berkomunikasi dengan anggota tim untuk mencapai sebuah kesepakatan bersama? LE42							

## Lampiran 2 Uji Validitas

### A. Validitas Skala Subjective Well-Being

	Item-Total Statistics			Cronbach's Alpha if Item Deleted
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	
SW 1	20,0068	24,664	,789	,872
SW 2	19,7770	25,448	,778	,875
SW 3	19,8919	24,320	,824	,865
SW 4	19,8682	25,423	,763	,878
SW 5	20,5236	23,294	,664	,908

### B. Validitas Skala Parental Emotional Support

	Item-Total Statistics			Cronbach's Alpha if Item Deleted
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	
SS 1	22,0439	23,974	,736	,868
SS 6	22,3514	22,696	,786	,857
SS 11	21,7838	26,848	,634	,890
SS 16	22,2703	23,086	,782	,858
SS 21	22,2669	23,451	,747	,866

### C. Validitas Skala Efficacy of Communication

	Item-Total Statistics			Cronbach's Alpha if Item Deleted
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	
LE 2	26,7297	27,628	,729	,909
LE 10	26,7804	27,487	,769	,903
LE 18	26,7432	27,080	,789	,901
LE 26	26,7162	26,726	,777	,903
LE 34	26,5439	28,323	,746	,907
LE 42	26,6047	27,331	,800	,899

### Lampiran 3 Uji Reliabilitas

#### 1. Reliabilitas Subjective Well-Being

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,901	5

#### 2. Reliabilitas Parental Emotional Support

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,892	5

#### 3. Reliabilitas Efficacy of Communication

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,918	6

## Lampiran 4 Uji Kategorisasi

### A. Subjective Well-Being

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	14	4,7	4,7	4,7
	Sedang	115	38,9	38,9	43,6
	Tinggi	167	56,4	56,4	100,0
	Total	296	100,0	100,0	

### B. Parental Emotional Support

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	5	1,7	1,7	1,7
	Sedang	80	27,0	27,0	28,7
	Tinggi	211	71,3	71,3	100,0
	Total	296	100,0	100,0	

### C. Efficacy of Communication

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	3	1,0	1,0	1,0
	Sedang	97	32,8	32,8	33,8
	Tinggi	196	66,2	66,2	100,0
	Total	296	100,0	100,0	

## Lampiran 5 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		E-COM	SWB	PES	
N		296	296	296	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	32,0236	25,0405	27,6757	
	Std. Deviation	6,23409	6,10793	6,04415	
Most Extreme Differences	Absolute	,066	,066	,123	
	Positive	,063	,066	,113	
	Negative	-,066	-,063	-,123	
Test Statistic		,066	,066	,123	
Asymp. Sig. (2-tailed)		,003 <sup>c</sup>	,004 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	,145 <sup>d</sup>	,149 <sup>d</sup>	,001 <sup>d</sup>	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,136	,139	,000
		Upper Bound	,154	,158	,001

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 299883525.

## Lampiran 6 Uji Linearitas

ANOVA Table

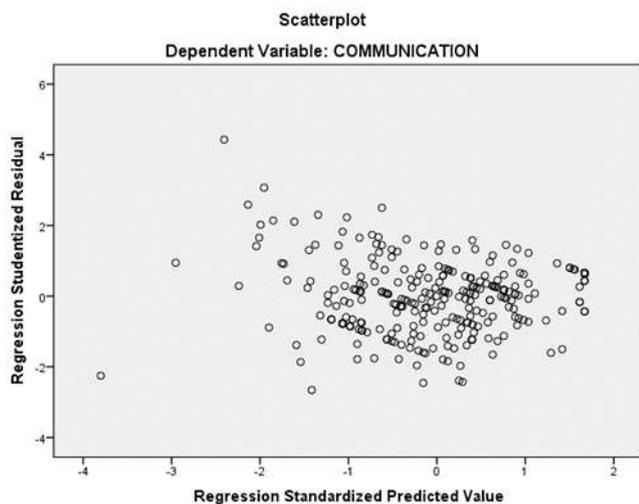
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
COMMUNICATIO N * SUBJECTIVE WELL-BEING	Between Groups	(Combined)	6462,564	27	239,354	12,824	,000
		Linearity	4745,388	1	4745,388	254,237	,000
		Deviation from Linearity	1717,176	26	66,045	3,538	,000
	Within Groups		5002,270	268	18,665		
Total			11464,834	295			

## Lampiran 7 Uji Multikolinearitas

		Coefficients <sup>a</sup>						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	12,335	1,366		9,032	,000		
	SUBJECTIVE WELL-BEING	,530	,053	,519	9,989	,000	,696	1,438
	PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT	,232	,054	,225	4,322	,000	,696	1,438

a. Dependent Variable: COMMUNICATION

## Lampiran 8 Uji Heterokedastisitas dengan Scatter-Plot



## Lampiran 9 Uji Regresi Linear Berganda

### A. Uji T

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	12,335	1,366		9,032	,000
	SUBJECTIVE WELL-BEING	,530	,053	,519	9,989	,000
	PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT	,232	,054	,225	4,322	,000

a. Dependent Variable: COMMUNICATION

### B. Uji F

		ANOVA <sup>a</sup>				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5148,147	2	2574,074	119,399	,000 <sup>b</sup>
	Residual	6316,687	293	21,559		
	Total	11464,834	295			

a. Dependent Variable: COMMUNICATION

b. Predictors: (Constant), PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT, SUBJECTIVE WELL-BEING

### C. Uji Koefisien Determinasi (KD)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,670 <sup>a</sup>	,449	,445	4,64313

a. Predictors: (Constant), PARENTAL EMOTIONAL SUPPORT, SUBJECTIVE WELL-BEING

## Lampiran 10 Data Penelitian

### A. Subjective Well-Being

SW1	SW2	SW3	SW4	SW5	TOTAL
6	7	6	6	7	32
6	5	5	5	3	24
2	3	3	3	1	12
5	4	4	2	6	21
4	4	4	7	1	20
5	4	4	4	1	18
5	6	4	4	3	22
6	5	4	4	5	24
5	6	6	5	6	28
4	5	4	5	5	23
4	4	4	5	3	20
6	5	4	7	7	29
5	5	6	5	5	26
4	6	4	6	5	25
5	6	5	6	4	26
6	6	6	6	6	30
5	5	5	5	4	24
5	5	6	6	4	26
3	7	7	7	4	28
6	7	6	6	6	31
6	5	4	4	4	23
4	4	4	6	2	20
4	6	6	5	4	25
6	7	7	6	7	33
7	7	7	6	6	33
6	5	5	5	4	25
5	5	4	5	2	21
1	2	1	1	1	6
6	6	6	6	6	30
5	5	3	3	1	17
5	5	5	5	4	24
4	4	4	4	4	20
4	4	6	3	4	21

5	4	5	5	6	25
5	5	5	6	5	26
6	6	6	6	6	30
5	5	5	6	2	23
5	5	5	5	5	25
4	4	4	3	5	20
5	4	4	3	3	19
2	2	1	2	2	9
5	4	4	6	1	20
6	6	4	4	4	24
4	4	4	4	4	20
4	6	5	5	5	25
4	4	7	7	7	29
4	4	4	4	4	20
6	6	6	4	5	27
5	6	6	6	5	28
3	6	4	6	4	23
6	7	6	7	5	31
6	6	5	7	4	28
5	5	5	6	4	25
6	6	7	6	2	27
5	5	5	5	5	25
4	3	5	4	4	20
5	6	5	5	5	26
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	5	29
6	5	6	6	6	29
4	4	4	4	4	20
5	6	7	6	5	29
6	6	6	5	4	27
4	4	4	4	4	20
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
2	2	3	3	3	13
4	4	4	4	4	20
4	4	4	4	4	20
4	3	3	3	2	15
6	6	7	6	6	31
6	5	6	5	5	27

4	4	4	4	4	20
4	4	4	4	4	20
5	6	6	6	4	27
4	6	5	5	5	25
6	7	7	7	5	32
6	6	6	6	6	30
5	4	3	4	3	19
6	6	7	6	4	29
4	4	4	3	2	17
6	6	6	5	5	28
4	4	4	3	4	19
6	5	5	5	5	26
4	4	4	6	5	23
6	6	6	6	6	30
4	5	5	5	5	24
6	5	6	6	6	29
5	6	6	6	6	29
4	5	5	5	5	24
7	6	6	4	6	29
5	6	6	5	2	24
5	5	6	6	1	23
6	7	6	5	5	29
4	4	4	4	4	20
5	5	5	5	5	25
4	4	5	5	5	23
5	5	4	5	7	26
3	3	4	4	4	18
1	1	1	1	1	5
7	7	7	7	7	35
5	5	5	5	5	25
5	5	4	4	5	23
5	4	4	3	1	17
4	5	5	3	2	19
6	6	6	6	7	31
7	7	7	7	7	35
2	4	2	3	1	12
5	5	5	5	5	25
4	4	4	4	4	20
6	7	7	7	5	32
2	2	2	2	1	9
7	7	7	7	7	35

4	6	6	6	5	27
4	5	4	4	3	20
4	4	4	4	4	20
5	7	5	5	3	25
6	6	6	6	3	27
5	5	6	5	6	27
6	6	6	6	6	30
5	3	4	5	5	22
6	5	6	5	1	23
6	6	5	6	6	29
3	4	7	1	1	16
4	4	4	4	4	20
5	4	4	5	1	19
4	6	6	5	2	23
3	1	1	6	4	15
5	6	5	5	6	27
6	6	6	6	5	29
5	5	5	4	5	24
4	5	4	5	3	21
6	6	6	6	3	27
4	5	5	6	5	25
7	7	7	7	7	35
6	6	5	5	5	27
7	7	7	7	7	35
5	5	5	5	5	25
7	7	7	7	7	35
5	6	6	7	6	30
3	6	6	6	6	27
4	5	5	5	4	23
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
5	3	5	5	3	21
6	7	6	6	6	31
4	5	4	3	4	20
3	3	3	3	3	15
4	5	4	5	4	22
4	5	3	6	2	20
5	3	3	3	5	19
5	5	5	6	6	27
2	3	4	5	5	19
5	6	6	6	6	29



7	6	7	7	7	34
5	4	6	5	4	24
6	4	4	6	4	24
4	4	5	4	3	20
4	4	4	4	4	20
5	6	6	6	6	29
5	4	5	4	2	20
2	5	5	4	2	18
4	4	4	4	4	20
6	5	5	5	6	27
6	5	5	6	7	29
2	5	7	5	2	21
3	6	4	5	5	23
4	4	4	4	5	21
4	4	4	4	4	20
4	4	4	4	4	20
5	6	5	5	3	24
6	5	4	5	5	25
3	2	1	6	4	16
7	7	5	7	3	29
7	7	7	7	7	35
4	4	6	4	4	22
4	4	4	4	2	18
4	6	6	6	6	28
7	7	7	7	7	35
4	4	4	4	4	20
5	7	5	6	4	27
7	7	6	6	2	28
5	6	5	4	2	22
6	6	5	6	6	29
6	6	6	4	3	25
7	7	7	7	7	35
6	6	6	4	4	26
4	4	4	4	4	20
3	4	3	3	1	14
7	7	7	7	1	29
6	7	6	7	2	28
6	6	6	6	6	30
4	4	4	4	4	20
3	3	4	5	3	18
6	5	7	6	5	29

4	5	5	6	4	24
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	6	6	33
5	5	5	6	4	25
6	6	6	6	6	30
7	7	6	5	6	31
7	7	7	7	7	35
4	4	4	4	3	19
7	7	7	7	7	35
5	6	6	6	3	26
7	7	7	6	6	33
3	5	5	6	2	21
4	4	4	4	4	20
7	7	7	7	7	35
5	5	5	5	5	25
6	6	6	6	6	30
4	3	2	3	1	13
2	6	4	3	3	18
4	5	5	5	5	24
5	5	6	5	5	26
5	5	6	6	4	26
4	5	5	4	5	23
2	6	3	4	3	18
4	4	4	4	2	18
5	6	5	4	6	26
6	4	3	4	1	18
1	1	1	2	1	6
3	5	5	6	3	22
5	5	4	5	4	23
6	6	5	5	5	27
5	6	7	4	5	27
6	6	6	6	6	30
4	3	4	4	4	19
4	4	4	4	4	20
6	6	5	4	4	25
5	7	6	6	6	30
6	6	5	5	4	26
3	3	3	3	2	14
4	4	5	4	5	22

6	5	5	5	6	27
6	6	6	6	3	27
6	6	5	5	5	27
5	5	5	6	3	24
6	6	6	6	6	30
7	7	7	7	7	35
3	4	3	3	2	15
6	5	6	6	5	28
5	5	6	6	6	28
3	6	5	5	2	21
5	5	4	4	2	20
5	7	5	5	5	27
7	7	7	7	7	35
4	5	5	3	2	19
5	6	6	6	4	27
6	6	6	7	5	30
4	4	3	4	4	19
1483	1551	1517	1524	1330	7405

**B. Parental Emotional Support**

SS1	SS6	SS11	SS16	SS21	TOTAL
5	6	5	6	6	28
7	6	6	7	5	31
3	4	4	3	5	19
5	3	6	6	7	27
3	1	5	1	5	15
7	4	7	4	4	26
7	4	7	6	7	31
4	1	5	5	5	20
6	5	6	6	4	27
7	4	6	4	4	25
6	6	7	4	6	29
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30
7	6	4	7	4	28
7	6	7	7	6	33
7	6	7	5	7	32
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
5	3	7	7	6	28

6	6	6	6	6	30
4	3	4	4	4	19
6	6	7	6	6	31
7	7	7	7	5	33
7	7	7	7	7	35
7	4	1	5	3	20
5	4	5	5	5	24
6	5	6	6	6	29
3	2	6	4	3	18
7	7	7	5	7	33
6	6	6	3	5	26
5	5	5	5	5	25
5	5	7	6	5	28
3	4	4	3	4	18
7	3	6	4	5	25
4	5	4	4	4	21
6	6	6	6	6	30
5	5	5	4	5	24
6	6	6	6	6	30
5	4	5	4	4	22
4	6	5	5	6	26
6	5	6	2	5	24
6	7	7	7	7	34
6	5	5	6	4	26
4	7	7	7	7	32
1	4	5	2	3	15
5	2	7	1	1	16
4	2	4	4	3	17
6	5	6	6	6	29
7	5	7	5	5	29
2	1	5	6	3	17
4	4	5	4	4	21
7	7	7	7	7	35
6	5	6	4	5	26
6	6	6	6	7	31
5	5	5	5	5	25
5	4	4	4	3	20
5	5	5	5	5	25
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30

7	6	6	6	6	31
4	4	4	4	4	20
7	7	6	6	5	31
2	2	5	2	1	12
6	5	5	5	7	28
7	7	7	7	6	34
7	6	5	7	7	32
6	6	6	6	6	30
1	4	5	5	6	21
4	4	4	4	4	20
4	4	4	4	4	20
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
5	5	4	6	5	25
4	5	5	5	5	24
4	4	4	4	4	20
6	6	6	6	6	30
5	6	5	6	7	29
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
5	5	5	6	5	26
4	4	4	4	5	21
7	2	6	2	3	20
5	5	7	5	5	27
4	4	4	4	4	20
7	6	7	6	6	32
2	1	7	1	3	14
6	6	6	6	6	30
5	5	5	5	5	25
6	5	6	6	6	29
4	4	5	5	5	23
4	5	4	5	4	22
5	3	5	4	7	24
7	5	7	4	4	27
7	6	7	7	7	34
6	6	6	5	7	30
7	4	7	5	5	28
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30
1	6	7	4	7	25
3	3	4	3	5	18

1	1	1	1	1	5
7	7	7	7	7	35
6	5	7	5	6	29
5	5	5	5	5	25
3	3	4	3	4	17
6	5	6	4	4	25
6	6	6	6	6	30
7	7	7	7	7	35
7	6	7	7	7	34
7	7	7	7	7	35
7	7	7	4	4	29
7	7	7	6	7	34
7	6	6	6	6	31
7	7	7	7	7	35
6	5	7	7	5	30
5	4	7	4	3	23
6	6	6	6	5	29
7	7	7	7	7	35
6	7	6	7	6	32
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	4	5	6	4	26
7	6	5	6	6	30
7	5	6	6	6	30
1	1	1	1	1	5
6	6	7	5	6	30
3	2	6	2	2	15
6	6	7	6	5	30
7	6	6	7	7	33
6	6	6	6	6	30
6	6	6	6	6	30
5	6	6	6	5	28
5	4	5	2	4	20
6	7	7	6	6	32
5	5	5	5	5	25
7	7	7	7	7	35
6	7	7	7	7	34
7	7	7	7	7	35
4	7	7	6	6	30
7	7	7	7	7	35
6	7	7	6	4	30

7	7	7	6	6	33
4	3	6	2	2	17
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
5	5	5	4	4	23
7	7	7	7	6	34
2	3	5	4	3	17
6	3	5	4	4	22
4	4	6	6	2	22
7	4	7	6	2	26
1	2	4	2	2	11
6	6	7	6	6	31
4	3	5	5	3	20
7	7	7	7	7	35
6	5	6	5	4	26
6	5	6	6	6	29
5	7	7	2	1	22
6	6	5	5	6	28
6	6	6	4	5	27
2	6	6	5	5	24
6	6	6	6	6	30
4	2	7	3	4	20
5	3	4	3	2	17
7	7	7	7	7	35
6	5	5	5	5	26
6	6	7	6	6	31
4	4	4	4	4	20
4	4	4	4	4	20
6	6	6	5	5	28
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
7	5	7	6	7	32
7	7	7	7	7	35
6	7	7	7	7	34
6	5	6	6	5	28
7	7	1	7	1	23
3	2	6	4	5	20
6	7	6	6	6	31
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35

7	6	7	6	6	32
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
5	4	5	5	4	23
6	5	7	6	7	31
5	7	7	7	6	32
7	7	7	7	7	35
5	5	5	4	5	24
7	6	7	7	7	34
4	5	6	6	5	26
4	4	4	4	4	20
6	6	5	5	5	27
7	7	7	5	7	33
1	5	4	4	2	16
6	6	6	6	6	30
6	5	4	4	6	25
5	4	6	3	1	19
5	1	3	2	7	18
4	4	4	4	4	20
4	5	7	2	3	21
4	4	4	4	4	20
5	5	5	5	5	25
6	6	6	6	6	30
5	6	5	5	6	27
4	5	1	7	5	22
7	6	7	7	7	34
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	4	28
5	3	4	4	4	20
5	6	6	6	6	29
7	7	7	7	7	35
4	4	4	4	4	20
6	5	7	5	7	30

7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
6	5	7	6	5	29
7	7	7	7	7	35
6	6	7	7	7	33
4	4	4	4	4	20
3	2	4	4	4	17
7	7	7	7	7	35
7	6	7	7	7	34
7	6	7	7	7	34
6	5	7	6	6	30
4	5	6	2	2	19
5	6	7	7	6	31
5	6	6	5	5	27
6	7	7	5	7	32
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	7	7	7	7	35
7	5	7	6	6	31
6	6	6	6	7	31
7	7	7	7	7	35
4	4	4	5	4	21
7	7	7	6	7	34
4	4	4	5	4	21
7	6	7	7	7	34
4	4	5	2	7	22
4	4	4	4	4	20
6	7	7	7	6	33
7	7	7	7	7	35
6	6	6	6	6	30
3	4	4	6	7	24
6	6	7	4	5	28
5	5	6	5	5	26
5	5	5	7	7	29
5	5	6	4	4	24
7	5	7	5	5	29
7	2	7	7	5	28
5	5	5	5	5	25
5	6	6	5	4	26

4	4	7	5	6	26
7	7	7	7	7	35
6	4	6	4	4	24
6	4	6	6	5	27
5	4	5	4	4	22
7	7	5	4	5	28
7	6	6	6	6	31
5	4	6	4	4	23
6	3	6	4	4	23
3	2	6	6	6	23
7	7	7	7	7	35
5	5	6	6	5	27
7	7	7	5	6	32
6	5	4	4	4	23
6	6	5	5	6	28
6	4	6	4	4	24
7	7	7	7	6	34
7	6	6	7	6	32
6	7	7	7	6	33
7	7	6	7	7	34
4	3	4	4	4	19
6	5	5	6	5	27
6	5	5	5	4	25
5	5	5	4	6	25
7	6	7	6	6	32
6	6	6	6	5	29
7	7	7	7	7	35
6	4	4	4	5	23
7	6	7	7	7	34
7	7	7	6	7	34
4	4	4	4	4	20
1668	1577	1745	1601	1602	8193

**C. Efficacy of Communication**

LE2	LE10	LE18	LE26	LE34	LE42	TOTAL
6	6	5	7	6	5	35
4	5	6	6	5	5	31
5	6	6	6	6	6	35
6	4	4	6	6	4	30
7	7	6	5	6	6	37

4	4	4	4	7	4	27
6	5	6	6	6	5	34
5	6	5	6	4	4	30
3	4	5	5	5	5	27
6	4	4	5	6	4	29
4	5	4	5	6	6	30
6	4	4	4	4	5	27
3	3	4	4	4	4	22
4	5	6	4	4	5	28
6	6	6	5	6	6	35
6	6	5	5	6	6	34
4	5	4	4	6	6	29
6	6	5	6	5	5	33
5	6	4	4	4	5	28
4	6	6	6	4	7	33
5	5	4	4	5	6	29
4	4	5	5	5	5	28
4	4	3	4	4	3	22
4	5	5	6	5	6	31
6	4	4	4	7	4	29
4	4	4	4	4	4	24
5	4	5	6	6	6	32
3	2	6	1	7	5	24
5	6	5	6	6	5	33
6	5	7	6	4	6	34
6	5	5	6	5	5	32
4	4	6	6	5	5	30
6	6	5	5	5	5	32
3	4	5	3	6	3	24
4	5	5	5	5	5	29
6	6	6	6	6	6	36
3	4	5	5	6	6	29
6	6	6	6	6	6	36
5	4	5	3	4	4	25
4	7	4	5	5	4	29
4	4	3	2	5	6	24
4	4	4	3	5	5	25
3	4	3	3	5	4	22
4	4	4	4	4	4	24
1	4	4	2	6	4	21
6	7	5	6	7	7	38

4	5	5	4	4	5	27
6	6	6	6	6	6	36
5	6	6	6	6	6	35
5	4	3	3	5	5	25
6	4	5	7	7	7	36
6	5	5	6	6	7	35
6	6	4	6	6	6	34
7	7	7	6	6	7	40
4	4	5	5	5	5	28
3	1	4	6	7	3	24
5	5	5	5	5	5	30
6	6	6	6	6	6	36
5	5	5	5	5	5	30
6	6	5	5	5	5	32
6	4	4	5	5	5	29
4	4	4	4	4	4	24
7	6	6	6	5	6	36
6	6	6	6	6	6	36
7	7	6	7	7	7	41
7	6	6	6	6	7	38
7	7	7	7	7	7	42
6	6	6	6	6	6	36
5	3	3	5	2	2	20
4	4	4	4	4	4	24
4	4	4	4	4	4	24
5	4	5	6	5	5	30
6	5	6	6	6	7	36
5	6	5	6	6	5	33
4	4	4	4	4	4	24
4	4	4	4	4	4	24
6	5	5	5	5	5	31
4	4	5	3	4	4	24
5	5	5	5	5	5	30
5	6	6	6	6	6	35
5	4	4	4	4	4	25
6	5	5	6	5	6	33
5	4	5	6	6	6	32
5	5	5	5	5	5	30
4	4	4	4	4	4	24
6	5	6	3	7	5	32
4	6	7	7	7	7	38

6	6	6	6	6	6	36
5	5	5	5	5	5	30
6	5	6	4	5	5	31
5	5	5	4	5	4	28
4	4	4	5	4	5	26
6	6	5	6	6	5	34
5	5	6	4	5	6	31
6	6	6	6	6	6	36
7	5	7	7	7	7	40
5	5	5	5	5	5	30
4	4	4	4	4	4	24
4	4	4	4	4	4	24
6	4	2	1	4	3	20
4	5	5	5	4	5	28
1	1	1	1	1	1	6
7	4	7	6	6	7	37
6	5	5	6	6	5	33
5	5	5	5	5	4	29
5	7	4	6	6	7	35
6	4	5	5	4	5	29
6	6	6	6	6	7	37
7	7	7	6	7	7	41
4	3	3	3	4	4	21
4	6	5	5	5	5	30
4	4	4	4	4	4	24
6	7	5	7	5	4	34
6	5	6	5	6	6	34
7	7	7	7	7	7	42
7	4	6	5	6	6	34
4	3	3	3	5	4	22
4	4	4	4	4	4	24
7	7	7	7	7	6	41
6	6	6	7	5	6	36
6	6	6	6	6	6	36
6	7	7	6	6	6	38
5	4	5	4	4	2	24
5	5	6	7	5	4	32
6	5	7	6	7	5	36
7	7	7	7	7	7	42
7	4	6	6	6	6	35
5	6	5	6	5	6	33

5	5	5	5	5	5	30
3	6	4	4	2	5	24
6	6	6	6	6	6	36
6	6	6	6	6	6	36
6	4	6	5	5	4	30
5	4	5	5	5	5	29
5	6	6	6	6	6	35
5	5	5	5	5	4	29
7	7	7	7	7	7	42
5	5	6	6	6	6	34
7	7	7	7	7	7	42
4	4	5	5	4	4	26
7	7	7	7	7	7	42
7	6	7	6	6	6	38
6	6	5	6	7	7	37
6	5	4	4	4	5	28
7	7	7	7	7	7	42
7	6	7	7	7	7	41
4	4	4	5	4	6	27
7	7	6	5	6	6	37
5	4	5	4	4	4	26
3	3	3	3	4	3	19
5	5	6	5	5	5	31
6	5	6	6	6	5	34
4	5	5	4	5	4	27
5	5	6	6	6	6	34
4	5	3	4	4	4	24
5	5	6	6	5	5	32
5	6	6	7	5	7	36
5	6	6	6	6	6	35
7	5	6	6	6	6	36
7	7	4	6	7	5	36
6	6	6	4	6	5	33
6	5	6	5	3	5	30
6	6	6	6	6	6	36
5	5	7	7	7	7	38
3	4	3	4	5	5	24
4	4	4	4	5	7	28
5	6	5	4	6	5	31
5	6	4	5	5	5	30
4	4	4	4	4	4	24



4	4	4	4	4	4	24
6	6	6	6	6	6	36
4	4	4	4	4	4	24
6	4	5	6	5	6	32
4	4	5	4	4	4	25
2	5	5	6	6	3	27
7	7	7	7	6	6	40
7	7	7	7	7	7	42
4	6	6	6	6	6	34
4	4	4	4	4	4	24
6	6	4	5	6	5	32
6	7	6	6	6	6	37
4	4	4	4	4	4	24
4	5	5	6	6	7	33
7	7	7	7	7	7	42
6	6	5	7	7	7	38
6	6	6	6	6	6	36
6	5	6	6	6	6	35
7	7	7	7	7	7	42
5	5	5	4	5	5	29
4	4	4	4	4	4	24
5	5	6	6	6	5	33
7	7	7	7	7	7	42
7	4	6	6	6	6	35
6	5	6	6	5	5	33
4	4	4	4	4	4	24
6	7	3	5	6	6	33
6	6	6	6	7	6	37
7	6	5	5	6	6	35
7	7	7	7	7	7	42
7	7	7	7	7	7	42
7	7	7	7	7	7	42
6	6	6	6	6	6	36
6	6	5	6	5	7	35
6	5	6	5	6	6	34
6	7	6	7	7	6	39
7	7	7	7	7	7	42
4	4	4	4	5	5	26
6	6	7	6	7	6	38
5	5	6	4	5	5	30
7	7	7	7	7	7	42

5	5	4	4	6	6	30
4	4	4	4	4	4	24
7	7	7	7	7	7	42
5	5	5	5	5	5	30
6	6	6	6	6	6	36
4	6	6	3	5	5	29
5	6	6	6	6	7	36
5	5	5	6	6	6	33
4	6	4	5	3	4	26
6	5	6	6	4	5	32
5	4	4	3	5	5	26
3	7	6	5	4	4	29
5	4	5	5	5	5	29
6	5	6	5	6	6	34
5	5	3	3	4	4	24
4	4	4	7	6	6	31
5	4	6	6	6	6	33
5	5	5	6	6	6	33
6	5	5	5	5	5	31
3	3	2	5	7	4	24
6	6	6	6	6	6	36
4	4	4	4	4	5	25
4	3	3	4	3	3	20
6	4	6	3	4	3	26
6	4	5	6	6	6	33
5	5	6	6	5	5	32
5	4	5	5	5	4	28
4	4	4	4	5	4	25
5	5	5	5	5	5	30
6	6	6	7	7	7	39
7	6	6	7	6	7	39
6	5	4	3	4	5	27
6	6	6	6	6	6	36
7	7	7	5	7	7	40
4	4	4	6	5	6	29
6	5	6	5	6	6	34
5	5	6	5	5	4	30
6	7	7	5	6	6	37
5	5	5	5	5	5	30
6	5	6	6	6	4	33
7	7	7	7	7	7	42

6	5	2	6	7	5	31
5	5	6	6	6	6	34
6	6	7	7	6	7	39
4	4	4	4	4	4	24
1567	1552	1563	1571	1622	1604	9479