Amorti: Jurnal Studi Islam Interdisipliner
Vol. 5, No. 3, Juli 2026, pp. 1967-1974
http://journal.amorfati.id/index.php/amorti | | ISSN 2962-9209

Interdisciplinary Scope of Contemporary Islamic Studies • Interdisciplinary Islamic Education • Interdisciplinary Islamic Law, Ethics, and Fatwa Studies • Interdisciplinary Islamic Economics, Finance, and Philanthropy • Islam, Society, and Culture • Islam, Politics, Governance, and Public Policy • Islam, Gender, Family, and Human Rights • Islam, Media, Communication, and Digital Da'wah • Islam, Health, Environment, and Sustainable Development • Islam, Science, Technology, Artificial Intelligence, and Digital Transformation

Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK: Peran Dukungan Keluarga, Sekolah, dan Lingkungan Sosial Muslim serta Efikasi Diri

Aliya Bintang Kurnia [a,1,*], I Rheny Arum Permitasari [a,2], Brigitan Argasiam [a,3]

[a] Fakultas Psikologi, Universitas AKI (UNAKI), Semarang, Indonesia.
[1] gbrll.alyabintang@gmail.com
*Correspondent Author; Email: gbrll.alyabintang@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history
Received:
20 April 2026
Revised:
27 May 2026
Accepted:
26 June 2026
Available online:
26 July 2026

Keywords
social support; self-efficacy; psychological well-being; vocational high school students; Muslim social environment

ABSTRACT

Psychological well-being is an important aspect for adolescents in coping with academic and social demands, particularly among Vocational High School (SMK) students who also face vocational training and career preparation. Although previous studies have examined the roles of social support and self-efficacy separately, limited evidence has investigated their combined contribution to psychological well-being among Indonesian vocational students. This study addresses this gap by examining the simultaneous relationships of social support and self-efficacy with psychological well-being in this population. A quantitative correlational approach was employed using simple random sampling to select 292 eleventh-grade students from a population of 612 students at SMK Negeri 4 Semarang. Data were collected using Likert-type scales measuring social support, self-efficacy, and psychological well-being and were analyzed using multiple linear regression with SPSS version 26.0. The results showed that social support was positively and significantly related to psychological well-being ($t = 10.223$, $p < 0.05$), while self-efficacy also demonstrated a positive and significant relationship with psychological well-being ($t = 31.714$, $p < 0.05$). Simultaneously, both predictors were significantly associated with psychological well-being ($F = 680.989$, $p < 0.05$), explaining 82.5% of the variance. Self-efficacy contributed more substantially (70.45%) than social support (12.09%). These findings emphasize the importance of strengthening students' internal psychological resources alongside supportive social relationships to enhance psychological well-being in vocational education. Although the Muslim social environment was not directly measured in this study, the findings may provide practical implications for educational and family contexts in predominantly Muslim communities, where social relationships and shared values can support adolescents' psychological well-being.

This is an open-access article under the CC–BY-SA license.

Introduction

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan psikososial, sekaligus masa ketika individu mulai membentuk identitas diri, membangun hubungan sosial, dan mengembangkan kemandirian (Santrock, 2021). Pada tahap ini, remaja berada dalam fase perkembangan psikososial *identity versus role confusion*, di mana mereka dituntut membentuk identitas diri yang matang serta mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial dan akademik yang dihadapi (Erikson, 1968). Dalam konteks tersebut, *psychological well-being* menjadi aspek penting karena berkaitan dengan kemampuan remaja menghadapi berbagai perubahan, mengelola emosi, serta beradaptasi secara efektif dengan lingkungannya (Ryff, 1989).

Ryff dan Singer (2006) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi optimal ketika individu memiliki kepuasan terhadap dirinya, mampu mengelola dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, menjalani hubungan sosial yang positif, serta memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas. Sebaliknya, individu dengan *psychological well-being* rendah cenderung memiliki pandangan negatif terhadap kehidupannya, bergantung pada orang lain, sulit menjalin hubungan dengan orang lain, serta tidak memiliki arah tujuan hidup yang jelas (Deviana et al., 2023). Data nasional turut mencerminkan permasalahan ini: survei *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* melaporkan bahwa sekitar 34,9% remaja Indonesia usia 10-17 tahun mengalami masalah kesehatan mental dengan gangguan kecemasan dan depresi sebagai keluhan dominan (Laksmono, 2023), kondisi yang semakin diperburuk oleh dampak pasca-pandemi COVID-19 yang menyebabkan penurunan motivasi belajar dan melemahnya ketahanan psikologis siswa (Julianto, 2023).

Permasalahan *psychological well-being* menjadi lebih kompleks pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), karena siswa tidak hanya dituntut memenuhi target akademik, tetapi juga menghadapi beban praktik kejuruan yang intensif serta tekanan kesiapan kerja setelah lulus. Julianto (2023) menemukan bahwa lebih dari 60% siswa SMK di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental selama dan setelah pandemi. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa *psychological well-being* remaja dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Faktor internal, seperti *self-efficacy*, membantu siswa mengelola tantangan akademik dan meningkatkan kemampuan adaptasi, sedangkan faktor eksternal berupa dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan guru memberikan dukungan emosional maupun instrumental yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis (Deviana et al., 2023; Rosyid, 2024; Izzati et al., 2024). Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada siswa sekolah menengah umum atau mahasiswa, sehingga bukti empiris mengenai siswa SMK yang memiliki karakteristik pembelajaran berbasis praktik dan orientasi kesiapan kerja masih relatif terbatas.

Selain dukungan sosial, *self-efficacy* turut menjadi faktor penting dalam membentuk *psychological well-being*. Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Lent (2005) menemukan bahwa *self-efficacy* merupakan prediktor signifikan terhadap kesejahteraan subjektif dan psikologis, dan Izzati et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan positif antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis siswa SMK. Meskipun hubungan antara dukungan sosial maupun *self-efficacy* dengan *psychological well-being* telah banyak dilaporkan, sebagian besar penelitian masih menguji kedua faktor tersebut secara terpisah atau pada populasi selain siswa SMK. Penelitian yang mengintegrasikan kedua variabel tersebut secara simultan pada siswa SMK yang menghadapi tuntutan akademik, praktik kejuruan, dan kesiapan memasuki dunia kerja masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis hubungan dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* siswa SMK, baik secara parsial maupun simultan.

Dukungan sosial yang diterima siswa tidak dapat dilepaskan dari peran keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat sebagai sumber dukungan emosional, informasional, penghargaan, maupun instrumental. Sinergi ketiga lingkungan tersebut berkontribusi dalam membentuk rasa aman, penerimaan, kepercayaan diri, serta kemampuan siswa menghadapi

tuntutan akademik maupun praktik kejuruan.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi praktis bagi keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam memperkuat dukungan sosial yang mampu meningkatkan *psychological well-being* siswa SMK. Mengingat penelitian ini dilakukan pada konteks masyarakat yang mayoritas beragama Islam, temuan penelitian juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi keluarga, sekolah, dan komunitas Muslim dalam mengembangkan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Namun demikian, lingkungan sosial Muslim tidak diukur sebagai variabel penelitian, melainkan diposisikan sebagai konteks implementasi hasil penelitian.

Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Semarang yang berjumlah 612 siswa, dengan jumlah sampel sebanyak 292 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin (minimum 242 responden) dan diambil melalui teknik *simple random sampling* (Sugiyono, 2024). Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan teori Cohen dan Wills (1985) dengan empat aspek (*emotional, instrumental, informational,* dan *appraisal support*) sebanyak 16 aitem; skala *self-efficacy* berdasarkan teori Bandura (1997) dengan tiga dimensi (*level, strength,* dan *generality*) sebanyak 15 aitem; serta skala *psychological well-being* berdasarkan teori Ryff (1989) dengan enam aspek (*self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life,* dan *personal growth*) sebanyak 24 aitem. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS versi 26.0, yang diawali dengan uji daya diskriminasi aitem, uji reliabilitas *Alpha Cronbach*, serta uji asumsi klasik (normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas); pengambilan keputusan hipotesis didasarkan pada nilai signifikansi uji F dan uji t.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 4 Semarang dengan melibatkan 292 siswa kelas XI sebagai responden. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah laki-laki (Tabel 1), sejalan dengan komposisi program keahlian di sekolah yang didominasi oleh jurusan berbasis teknik.

Tabel 1. Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	*Jumlah*	*Persentase (%)*
Laki-laki	205	70,2
Perempuan	87	29,8
Total	292	100,0

Responden tersebar di tujuh program keahlian, dengan jumlah terbanyak berasal dari jurusan Teknik Ketenagalistrikan (18,5%) dan yang paling sedikit dari Teknik Otomotif (7,9%). Sebaran ini mencerminkan keterwakilan berbagai program keahlian di SMK Negeri 4 Semarang sehingga hasil penelitian cukup menggambarkan kondisi siswa secara menyeluruh.

2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Ketiga skala penelitian dinyatakan reliabel dengan seluruh aitem valid (Tabel 2). Skala *psychological well-being* memperoleh koefisien *Cronbach's Alpha* tertinggi, diikuti skala dukungan sosial dan *self-efficacy*, yang seluruhnya berada pada kategori sangat reliabel.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Skala	*Jumlah Aitem*	*Cronbach's Alpha*	*Kategori*
Psychological Well-Being	24	0,927	Sangat reliabel
Dukungan Sosial	16	0,897	Sangat reliabel

Self-Efficacy	15	0,814	Sangat reliabel

3. Hasil Uji Asumsi Klasik

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai K-S Z sebesar 0,055 dengan signifikansi 0,200 (p > 0,05), yang berarti data berdistribusi normal. Uji multikolinearitas menunjukkan nilai VIF sebesar 1,069 (< 10) dan nilai *tolerance* sebesar 0,936 (> 0,1), sehingga tidak terjadi multikolinearitas antarvariabel bebas. Uji heteroskedastisitas menggunakan uji Glejser menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,522 untuk dukungan sosial dan 0,940 untuk *self-efficacy* (keduanya p > 0,05), yang berarti tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, seluruh asumsi klasik regresi linier berganda terpenuhi.

4. Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji F menunjukkan nilai F hitung sebesar 680,989 dengan signifikansi 0,000 (p < 0,05), yang berarti dukungan sosial dan *self-efficacy* secara simultan berhubungan signifikan dengan *psychological well-being*. Hasil uji t pada Tabel 3 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas juga berhubungan signifikan secara parsial.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Parsial (Uji t)

Variabel	*Koefisien Regresi*	*t hitung*	*Sig.*	*Keterangan*
Dukungan Sosial	0,374	10,223	0,000	Signifikan (H1 diterima)
Self-Efficacy	1,535	31,714	0,000	Signifikan (H2 diterima)

Nilai *R Square* sebesar 0,825 menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self-efficacy* secara simultan menjelaskan 82,5% variasi *psychological well-being*, sedangkan 17,5% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini. Berdasarkan sumbangan efektif, *self-efficacy* memberikan kontribusi sebesar 70,45%, sedangkan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 12,09%, yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran lebih dominan dibandingkan dukungan sosial dalam membentuk *psychological well-being* siswa.

5. Kategorisasi Variabel

Tabel 4. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	*Mean Empirik*	*Mean Hipotetik*	*Kategori*
Psychological Well-Being	72,80	60	Tinggi
Dukungan Sosial	50,18	40	Tinggi
Self-Efficacy	45,81	37,5	Tinggi

Ketiga variabel penelitian berada pada kategori tinggi, dengan mean empirik yang secara konsisten melampaui mean hipotetiknya. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara umum siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Semarang memiliki *psychological well-being*, dukungan sosial, dan *self-efficacy* yang tergolong baik.

6. Pembahasan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self-efficacy* secara simultan berhubungan signifikan dengan *psychological well-being* siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Semarang. Temuan ini sejalan dengan Model Psychological Well-Being Ryff (1989), yang menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi multidimensional yang ditandai oleh penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan diri (*personal growth*). Dalam penelitian ini, dukungan sosial berkontribusi pada terbentuknya hubungan interpersonal yang positif dan rasa diterima oleh lingkungan, sedangkan *self-efficacy* memperkuat kemampuan siswa dalam mengelola tantangan akademik maupun praktik kejuruan sehingga meningkatkan penguasaan lingkungan dan keyakinan terhadap kemampuan diri. Hasil ini juga didukung oleh temuan

Prayogi dan Mahardayani (2017) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan dukungan sosial secara bersama-sama merupakan prediktor signifikan terhadap *psychological well-being*, serta Wang et al. (2022) yang menemukan bahwa kombinasi faktor internal dan eksternal berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

Dukungan sosial terbukti berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being*, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif dalam menghadapi tekanan kehidupan (Taylor, 2018). Temuan ini juga sesuai dengan *Social Support Theory* yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985), yang menjelaskan bahwa dukungan emosional, informasional, penghargaan, dan instrumental mampu mengurangi dampak negatif stres (*stress-buffering effect*) serta meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Individu yang memperoleh dukungan emosional, informasional, dan instrumental cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dan mampu membangun hubungan interpersonal yang positif. Temuan ini konsisten dengan penelitian Awwaliyah (2025) dan Candra (2023) yang menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis siswa. Hasil penelitian ini juga memperkuat temuan Rosyid (2024), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan guru merupakan sumber daya penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja di lingkungan sekolah. Dalam konteks siswa SMK yang menghadapi tekanan akademik dan praktik kejuruan, keberadaan dukungan dari teman, guru, maupun keluarga menjadi faktor penting yang membantu siswa merasa lebih nyaman dan tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan.

Sementara itu, *self-efficacy* terbukti memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan dukungan sosial. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih optimis, tidak mudah menyerah, dan mampu mengelola stres dengan lebih baik, sehingga memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Dominannya kontribusi *self-efficacy* dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1997), yang menyatakan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya memengaruhi cara berpikir, motivasi, regulasi emosi, serta ketekunan dalam menghadapi tantangan. Siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas praktik, menghadapi evaluasi kompetensi, serta beradaptasi dengan tuntutan dunia kerja. Kondisi tersebut mendorong munculnya pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*) yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Hasil ini sejalan dengan penelitian Izzati et al. (2024) dan Sabouripour et al. (2021) yang menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan *psychological well-being*. Temuan ini juga memperluas hasil penelitian sebelumnya karena menunjukkan bahwa pada siswa SMK, *self-efficacy* memberikan kontribusi efektif sebesar 70,45%, jauh lebih besar dibandingkan dukungan sosial sebesar 12,09%. Hal ini mengindikasikan bahwa karakteristik pendidikan vokasional yang menekankan kompetensi, kemandirian, pemecahan masalah, dan kesiapan kerja menjadikan faktor internal berupa keyakinan terhadap kemampuan diri lebih menentukan dalam membentuk kesejahteraan psikologis dibandingkan dukungan eksternal semata. Dengan demikian, dukungan sosial akan memberikan manfaat yang lebih optimal apabila mampu meningkatkan *self-efficacy* siswa.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan kesesuaian dengan berbagai penelitian empiris sebelumnya yang melaporkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja dipengaruhi oleh kombinasi faktor personal dan lingkungan. Akan tetapi, penelitian ini memberikan kontribusi dengan menunjukkan bahwa pada konteks siswa SMK yang memiliki karakteristik pembelajaran berbasis praktik dan orientasi dunia kerja, pengaruh faktor internal berupa *self-efficacy* lebih dominan dibandingkan faktor eksternal berupa dukungan sosial. Temuan ini memperkaya literatur mengenai *psychological well-being* pada pendidikan vokasional yang hingga kini masih relatif terbatas dibandingkan penelitian pada siswa sekolah umum maupun mahasiswa.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi sekolah vokasional untuk tidak hanya menyediakan lingkungan belajar yang suportif, tetapi juga mengembangkan

program yang mampu meningkatkan *self-efficacy* siswa. Program seperti pelatihan keterampilan pemecahan masalah, pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*), bimbingan karier, konseling psikologis, *peer mentoring*, serta penguatan kolaborasi antara guru dan orang tua dapat membantu siswa membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya sekaligus memperoleh dukungan sosial yang memadai. Upaya tersebut diharapkan mampu meningkatkan *psychological well-being* siswa sehingga mereka lebih siap menghadapi tuntutan akademik, praktik industri, maupun transisi ke dunia kerja.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain jumlah aitem instrumen yang relatif banyak berpotensi menimbulkan kejenuhan responden, kemungkinan *social desirability bias* dalam pengisian kuesioner, serta penggunaan metode kuantitatif survei yang belum menggali pengalaman subjektif responden secara mendalam. Selain itu, desain penelitian yang bersifat korelasional tidak memungkinkan peneliti untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat antarkonstruk. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau *mixed methods* agar mampu menjelaskan mekanisme hubungan antara dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *psychological well-being* secara lebih komprehensif, sekaligus melibatkan populasi siswa SMK dari berbagai wilayah dan karakteristik sekolah.

Conclusion

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* siswa kelas XI SMK Negeri 4 Semarang ($t = 10{,}223$; $p < 0{,}05$), *self-efficacy* berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* ($t = 31{,}714$; $p < 0{,}05$), serta dukungan sosial dan *self-efficacy* secara simultan berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* ($F = 680{,}989$; $p < 0{,}05$) dengan kontribusi sebesar 82,5%. *Self-efficacy* memberikan kontribusi yang lebih dominan (70,45%) dibandingkan dukungan sosial (12,09%), yang menegaskan bahwa faktor internal memiliki peran lebih kuat dibandingkan faktor eksternal dalam konteks siswa SMK yang menghadapi tekanan akademik dan vokasional. Temuan ini memperkaya literatur dengan perspektif bahwa dukungan sosial akan lebih efektif ketika berfungsi memperkuat *self-efficacy* siswa. Secara praktis, sekolah disarankan mengembangkan program yang berorientasi pada peningkatan *self-efficacy* melalui layanan bimbingan dan konseling, pelatihan keterampilan pemecahan masalah (*problem-solving skills*), pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*), bimbingan karier, serta kegiatan *peer mentoring*. Orang tua diharapkan memperkuat dukungan emosional, penghargaan, dan komunikasi yang positif agar siswa memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi tuntutan akademik maupun praktik kejuruan. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam menyusun program intervensi preventif maupun pengembangan yang berfokus pada peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Selain itu, pengelola sekolah dan pembuat kebijakan pendidikan diharapkan mengintegrasikan program promosi kesehatan mental, penguatan keterampilan sosial-emosional, serta kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat ke dalam kebijakan maupun layanan pendidikan vokasional sehingga tercipta lingkungan belajar yang mendukung *psychological well-being* siswa secara berkelanjutan. Hasil penelitian ini juga menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan model intervensi yang mengintegrasikan penguatan *self-efficacy* dan dukungan sosial serta menguji efektivitasnya dalam meningkatkan *psychological well-being* pada berbagai konteks pendidikan vokasional.

References

Awwaliyah, F. I. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja di SMKN 4 Tasikmalaya. Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 1(1), 67–75.

Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan validitas. Pustaka Pelajar.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W.H. Freeman.

Brunsting, N. C. (2020). Predictors of psychological well-being among adolescents: The role of social support. Journal of Youth and Adolescence, 49(7), 1451–1464.

Candra, I. O. (2023). Hubungan antara dukungan emosional dengan psychological well-being pada siswa SMK X. Psyche 165 Journal, 8(2), 112–121.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310–357. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 5(1), 3463–3468. https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11563

Diener, E. O. (2018). Advances in subjective well-being research. Nature Human Behaviour, 2, 253–260.

Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. Norton.

Fahmawati, Z. N., Laili, N., Affandi, G. R., & Paryontri, R. A. (2022). Social skill, self-efficacy and psychological wellbeing on high school students. GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 12(3), 280–289.

Fahrmeir, L. K. (2022). Regression: Models, methods and applications (2nd ed.). Springer Nature.

Fatma Kurudirek, D. A. (2022). Relationship between adolescents' perceptions of social support and their psychological well-being during COVID-19 pandemic: A case study from Turkey. Children and Youth Services Review, 137, 106491. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106491

Gujarati, D. N. (2009). Basic econometrics (5th ed.). McGraw-Hill/Irwin.

Izzati, U. A., Mulyana, O. P., & Puspitadewi, N. W. S. (2024). Hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada siswa baru Sekolah Menengah Kejuruan di Surabaya. Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan, 4(1), Article 5338. https://doi.org/10.33476/knpk.v4i1.5338

Julianto, V. S. (2023). Mental health condition of vocational high school students during COVID-19 pandemic in Indonesia. Asian Journal of Psychiatry, 82, 103518. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103518

Laksmono, B. S. (2023). Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS).

Langgulung, H. (2004). Pendidikan Islam dalam abad ke-21. Pustaka Al-Husna Baru.

Lent, R. W. (2005). Social cognitive predictors of subjective well-being in college students: A test of social cognitive career theory. Journal of Counseling Psychology, 52(4), 429–440.

Prayogi, F., & Mahardayani, I. H. (2017). Hubungan self efficacy, optimism, social support dan psychological well being peserta didik SMK. Journal Universitas Malang, 2(4), 508–515.

Raimondi, G. D. (2025). Self-efficacy and psychological well-being in adolescents: Evaluating the moderating role of socioeconomic status and cultural factors. Pediatric Reports, 17(2), 39. https://doi.org/10.3390/pediatric17020039

Riani, A. L. (2022). Hubungan antara dukungan sosial dan problem-focused coping dengan psychological well-being siswa SMK Negeri 1 Wadaslintang. Didaktika: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 7(3), 445–456.

Rosyid, M. A. (2024). Social support and psychological well-being as predictors of academic stress among vocational high school students. Proceedings of the 6th International Seminar on Psychology (ISPsy 2023). https://doi.org/10.4108/eai.18-7-2023.2343802

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. Social Science Research, 35(4), 1103–1119. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002

Sabouripour, F., Roslan, S., Ghiami, Z., & Memon, M. A. (2021). Mediating role of self-efficacy in the relationship between optimism, psychological well-being, and resilience among students. Frontiers in Psychology, 12, 675645. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.675645

Santrock, J. W. (2021). Adolescence (10th ed.). McGraw-Hill Education.

Sugiyono. (2024). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

Taylor, S. E. (2018). Health psychology (10th ed.). McGraw-Hill Education.

Wang, G., Liu, Y., & Zhang, S. (2022). How psychological wellbeing and digital mental health services intervene the role of self-efficacy and affective commitment of university students in their performance. Frontiers in Psychiatry, 13, 946793. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.946793