

Pengaruh *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Terhadap *Student Well Being* Di SMA N 4 Karawang

Randwitya Ayu Ganis Hemasti¹, Nur Ainy Sadijah², Ahmad Paisal Gojali³, Kurnia Pratiwi⁴

^{1,2,3,4}Universitas Buana Perjuangan Karawang, Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat 41361
randwitya.ganis@ubpkarawang.ac.id

Abstract

Improving the quality of human resources is one of the emphasis of educational goals. High school students in their developmental stage are classified as teenagers. According to Santrock (2011) there are several problems experienced by adolescents in fulfilling developmental tasks in adolescence, namely personal problems and typical adolescent problems. Teenagers today get a lot of pressures starting from environmental and socio-cultural conditions as well as the self-development of the teenagers themselves. This study aims to determine the effect of self-efficacy and peer social support on student well-being at SMAN 4 Karawang. In this study there are three variables, namely Self Efficacy, peer social support, and student well-being. The major hypothesis of this study is that there is an influence of Self Efficacy and peer social support on student well-being at SMA N 4 Karawang. Self-efficacy is a learning strategy in which students are metacognitively motivated or driven to learn and actively participate in the independent learning process. Peer social support is an individual's assessment of positive assistance or support received from friends whose level of maturity or age is more the same, so that individuals feel valued, cared for, and loved (Simanjuntak & Indrawati, 2019). The number of samples used was 177 students at SMA N 4 Karawang. Using purposive sampling method. The data method in this study uses a quantitative method. The analysis in this study used multiple regression analysis using SPSS 22.0.

Keywords: Self-efficacy, peer social support, student well-being

Abstrak

Peningkatan kualitas sumber daya manusia merupakan salah satu penekanan dari tujuan pendidikan. Siswa SMA dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai masa remaja. Menurut Santrock (2011) ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja, yaitu masalah pribadi dan masalah khas remaja. Remaja masa kini banyak sekali mendapatkan tekanan-tekanan mulai dari kondisi lingkungan dan sosial budaya serta perkembangan diri dari remaja itu sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *student well being* di SMA N 4 Karawang. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, yaitu *self regulated learning*, dukungan Sosial Teman Sebaya, dan *Student Well Being*. Hipotesis mayor penelitian ini adalah Ada Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Student Well Being* di SMA N 4 Karawang. *Self Efficacy* adalah suatu strategi belajar dimana siswa secara metakognitif mempunyai motivasi atau dorongan untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar mandiri. Dukungan sosial teman sebaya merupakan penilaian individu terhadap bantuan atau dukungan positif yang diterima dari temannya tingkat kematangannya atau usianya lebih sama, sehingga individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai (Simanjuntak & Indrawati, 2019). Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 177 siswa di SMA N 4 Karawang. Menggunakan metode *purposive sampling*. Metode data dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda dengan menggunakan SPSS 22.0.

Kata kunci : *Self efficacy*, dukungan sosial teman sebaya, *student well being*

Copyright (c) 2024 Randwitya Ayu Ganis Hemasti, Nur Ainy Sadijah, Ahmad Paisal Gojali, Kurnia Pratiwi

✉Corresponding author: Randwitya Ayu Ganis Hemasti

Email Address: randwitya.ganis@ubpkarawang.ac.id (Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat 41361)

Received 30 December 2023, Accepted 04 January 2024, Published 08 January 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek kehidupan yang sangat penting bagi individu. Selain sebagai usaha untuk mewujudkan proses pembelajaran yang efektif, pendidikan juga berfungsi untuk

mengembangkan potensi peserta didiknya. Menurut Syah (dalam Pratiwi 2015), pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar untuk menumbuhkembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Peningkatan kualitas sumber daya manusia merupakan salah satu penekanan dari tujuan pendidikan. Undang-Undang tentang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003 merumuskan fungsi dan tujuan pendidikan nasional sebagai berikut. Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokrasi serta bertanggung jawab.

Siswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di suatu lembaga sekolah tertentu. Siswa SMA dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai masa remaja. Siswa adalah individu yang sedang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, baik fisik maupun psikis menurut fitrahnya masing-masing. Sebagai individu yang tengah tumbuh dan berkembang, siswa memerlukan bimbingan dan pengarahan yang konsisten menuju ke arah titik optimal kemampuan fitrahnya (Arifin dalam Desmita, 2017). Seorang siswa dapat dikatakan masa remaja karena berada pada rentang rentang usia 13-18 tahun. Pada masa ini, remaja memiliki perasaan sangat sensitif dan cepat banyak perubahan, artinya pada masa remaja dikatakan sebagai bahan yang ingin mencoba dengan hal-hal baru. Perubahan yang dialami seorang siswa meliputi perubahan secara fisik, psikis dan lingkungannya (Permana, 2019).

Remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar fisik, kognitif, dan psikososial (Mardison, 2016). Masa remaja awal dimulai pada usia 12 sedangkan masa remaja akhir yaitu pada usia dua puluhan (Papalia, 2008). Menurut Santrock (2011) ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja, yaitu masalah pribadi dan masalah khas remaja. Remaja masa kini banyak sekali mendapatkan tekanan-tekanan mulai dari kondisi lingkungan dan sosial budaya serta perkembangan diri dari remaja itu sendiri.

Menurut teori perkembangan, siswa SMA termasuk dalam masa remaja. Santrock (dalam Listiara, 2015), menyatakan bahwa usia remaja berkisar antara usia 13 – 22 tahun. Perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang terjadi berkisar dari perkembangan fungsi seksual, proses berpikir abstrak sampai pada kemandirian. Santrock (dalam Listiara, 2015) juga menyatakan transisi menuju sekolah menengah merupakan pengalaman yang normatif.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap siswa, didapatkan hasil bahwa Siswa merasa sejahtera ketika merasa nyaman, aman dan sehat di sekolahnya. Terkait dengan kesejahteraan siswa yang menyebabkan siswa sejahtera adalah kondisi lingkungan fisik sekolah, relasi sosial sekolah dan pemenuhan diri di sekolah. Hal yang berbeda ia juga mengatakan hal yang hampir serupa seperti siswa sebelumnya yaitu Permasalahan yang sering terjadi adalah sekolah kurang

memperhatikan kondisi lingkungan fisik sekolahnya yang membuat siswa merasa panas didalam kelas, siswa tidak nyaman dikelas. Mereka kesulitan untuk menyesuaikan, dan tidak sedikit dari mereka jika dalam proses pembelajaran di kelas ada yang mereka tidak pahami dalam materi nya mereka sulit dan malu untuk bertanya kepada guru, beberapa dari mereka hanya sanggup menanyakan pada temannya.

Student well-being didefinisikan sebagai sejauh mana seorang siswa berfungsi efektif dalam komunitas sekolah. Komunitas sekolah adalah kesatuan kelompok yang bertujuan untuk berbagi yang berpusat di sekolah (Fraillon, 2004). Hubungan antara kesejahteraan siswa dan hasil penting lainnya dari sekolah telah ditetapkan. Peningkatan hasil dalam semua aspek kesejahteraan siswa secara positif terkait dengan hasil yang lebih baik dalam semua aspek lain dari sekolah. Kesejahteraan siswa (*student well-being*) didefinisikan sebagai keadaan yang berkesinambungan dari kondisi mood positif dan sikap, ketahanan (resiliensi) dan kepuasan diri, serta hubungan dan pengalaman di sekolah (Noble, McGrath, Roffey & Rowling, 2008) Hal ini berarti bahwa kesejahteraan (*well-being*) mempunyai peranyang sangat penting dalam proses pendidikan di sekolah. Kesejahteraan (*Well-being*) yang tinggi berhubungan dengan peningkatan hasil akademik, kehadiran di sekolah, perilaku prososial, keamanan sekolah dan kesehatan mental (Noble, McGrath, Roffey & Rowling, 2008). Artinya siswa yang kurang atau merasa tidak sejahtera di sekolah cukup rentan terhadap permasalahan yang ada di sekolah yang menunjukkan bahwa siswa kurang sehat secara mental ataupun menunjukkan hasil akademik yang kurangmaksimal sebagaimana potensinya.

Pencapaian peserta didik yaitu berusaha mengerjakan dan menuntaskan berbagai tugas akademiknya, dan berusaha untuk tidak gagal dalam mengerjakannya, sehingga tugas yang terlalu banyak, tuntutan yang terlalu tinggi, dan keterbatasan keterampilan *coping* membuat beberapa peserta didik tidak mampu beradaptasi yang menyebabkan peserta didik mengalami kecemasan terutama dalam lingkup akademik (Sari, 2013). Menurut Winkel & Sri Astuti (2007), untuk mencapai perkembangan optimal siswa, sesuai dengan tujuan institusional, lembaga pendidikan pada dasarnya membina tiga usaha pokok, yaitu (1) pengelolaan administrasi sekolah, (2) pengembangan pemahaman dan pengetahuan, nilai dan sikap, serta keterampilan melalui program kegiatan intrakurikuler dan kokulikuler, dan (3) pelayanan khusus kepada siswa dalam berbagai bidang yang membulatkan pendidikan siswa dan/ atau menunjang keajahteraan siswa. Salah satu diantara bidang pelayanan kepada siswa adalah pembinaan siswa, fungsi bidang ini ialah memberikan pelayanan kepada siswa dalam hal –hal yang tidak ditangani dalam rangka program pengajaran, namun diperlukan oleh siswa untuk membulatkan pendidikan yang mereka terima selama waktu bersekolah atau untuk menjamin kesejahteraan mereka dalam unsur keseharatan jasmani, kesehatan mental, dan perkembangan kehidupan rohani. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu subbidang dari bidang pembinaan siswa yang mempunyai fungsi khas bila dibandingkan dengan subbidang yang lain.

Tekanan sebaya positif dapat membawa perilaku siswa menjadi positif pula, termasuk juga dalam meningkatkan motivasi belajar. Jika teman sebaya mempunyai kebiasaan belajar yang baik,

saling mengingatkan jika salah satunya merasa malas, membantu mengajari teman yang mendapat nilai buruk, tentu motivasi belajar yang baik atau semakin meningkat maka hasil belajar akan diraih dengan mudah pula. Sebaliknya, tekanan sebaya yang negatif akan mendorong perilaku destruktif. Misalnya, apabila anak suka bergaul dengan mereka yang tidak sekolah, maka ia akan malas belajar, sebab cara hidup anak bersekolah berlainan dengan anak yang tidak bersekolah (Ahmadi dan Supriyono, 1991). Selain itu, kegiatan-kegiatan yang dijalani saat bergaul juga mampu menentukan motivasi belajar. Kegiatan yang dilakoni lebih banyak membawa manfaat, menjadi sarana untuk mawas diri, dan mampu menimbulkan cita-cita. Intensitas pertemuan juga terjadi cukup sering, sehingga tumbuhlah keakraban antar anggota kelompok teman sebaya, karena itu teman sebaya sangat berperan untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa.

Sarason (1983) mengatakan bahwa individu dengan dukungan teman sebaya tinggi memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, serta pandangan hidup yang lebih positif dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan teman sebaya yang lebih rendah. Menurut Robinson (dalam Papalia 2008) mengemukakan bahwa keterlibatan remaja dengan teman sebayanya, selain menjadi sumber dukungan emosional yang penting sepanjang masa transisi masa remaja. Sebuah grup sebaya remaja yang mungkin merujuk pada orang-orang tetangga, orang-orang tempat ibadah, tim olahraga, kelompok sahabat, dan teman Brown (dalam Santrock 2007). Teman sebaya merupakan sumber penting dukung social yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja. Dukungan emosional dan persetujuan social dalam bentuk konfirmasi dari orang lain merupakan pengaruh yang penting bagi rasa percaya diri remaja (Santrock, 2007). Remaja yang mendapatkan dukungan teman sebaya yang tinggi dari teman sebayanya akan merasa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga meningkatkan rasa harga diri mereka. Seseorang dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil positif, dalam hal ini adalah keyakinan diri dalam menghadapi permasalahan. Keadaan ini akan membantu remaja dalam mengatasi stres yang sangat berat.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa stres akademik yang berada dalam taraf yang tinggi dapat mempengaruhi kemampuan *self efficacy* siswa. Atas dasar ini, dapat dibangun suatu asumsi bahwa stres akademik berhubungan dengan kemampuan *self regulated learning* siswa. Rendahnya kemampuan siswa dalam *self regulated learning* patut diduga karena siswa merasakan adanya tekanan dalam proses pembelajaran di kampus, dengan kata lain mengalami stres akademik. Asumsi tersebut tentu masih perlu diuji dengan sejumlah fakta empiris. Untuk itulah, penulis tertarik untuk meneliti dengan mengemukakan topik “Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Student Well Being* di SMA N 4 Karawang”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Objek dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 4 Karawang. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan menggunakan metode sampel *simple random sampling*. *Simple random sampling* digunakan untuk menentukan sampel apabila obyek yang akan diteliti atau sumber datanya dianggap homogen. Pada penelitian ini sumber data atau populasinya yang akan diteliti adalah SMA N 4 Karawang yang berjumlah 177 siswa. Pemilihan subjek menggunakan metode *simple random sampling* yang setiap populasinya memiliki peluang yang sama dalam mengisikuisioner.

Terdapat tiga skala yang akan digunakan skala kecemasan akademik, skala *self regulated learning* dan skala *student well being*. Teknik analisis data menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji regresi berganda, uji koefisien determinasi dan uji kategorisasi

HASIL DAN DISKUSI

Tabel 1 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		177
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.53869799
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.052
	Negative	-.040
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d

Tabel 2 Uji Linearitas antara *Self-Efficacy*, Dukungan Sosial terhadap *Student Well-Being* ANOVA

Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
StudentWell Being * SelfEfficacy	Between Groups	(Combined)	4779.203	43	111.144	2.445	.000
		Linearity	265.527	1	265.527	5.841	.017
		Deviation from Linearity	4513.676	42	107.468	2.364	.000
	Within Groups		6046.232	133	45.460		
	Total		10825.435	176			

Tabel 3 Uji Hipotesis (Regresi Linear Berganda)

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11.359	3.490		3.255	.001
	SelfEfficacy	.081	.048	.106	1.671	.036

DukunganSosial	.489	.058	.532	8.377	.000
a. Dependent Variable: StudentWellBeing					

Tabel 4 Uji Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.552 ^a	.305	.297	6.576

Tabel 5 Kategorisasi Self-Efficacy

Self-Efficacy					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	14.7	14.7	14.7
	Sedang	120	67.8	67.8	82.5
	Tinggi	31	17.5	17.5	100.0
	Total	177	100.0	100.0	

Tabel 6 Kategorisasi Dukungan Sosial

Dukungan Sosial					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	14.7	14.7	14.7
	Sedang	124	70.1	70.1	84.7
	Tinggi	27	15.3	15.3	100.0
	Total	177	100.0	100.0	

Tabel 7 Kategorisasi Student Well-Being

Student Well-Being					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	13.0	13.0	13.0
	Sedang	122	68.9	68.9	81.9
	Tinggi	32	18.1	18.1	100.0
	Total	177	100.0	100.0	

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *student well-being* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah skala psikologi dengan teknik sampel yakni *nonprobability sampling* dalam bentuk *convenience sampling* serta banyaknya responden dalam penelitian ini diperoleh dari tabel perhitungan Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%. Populasi dalam penelitian ini adalah 359 siswa kelas X, sehingga sampel yang digunakan yaitu 177 siswa kelas X.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diketahui bahwa uji hipotesis penelitian ini mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak

sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *student well-being* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang. Hasil analisis data uji koefisien determinasi menunjukkan besarnya pengaruh dari variabel independen (*self-efficacy* dan dukungan sosial) terhadap variabel dependen (*student well-being*), yakni sebesar 30,5%. Sisanya 69,5 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis uji kategorisasi pada variabel *self-efficacy* menunjukkan bahwa subjek yang memiliki *self-efficacy* rendah sebanyak 26 orang dengan persentase 14,7%, artinya siswa memiliki *self-efficacy* yang kurang baik. Subjek yang memiliki *self-efficacy* sedang sebanyak 120 orang dengan persentase 67,8%, artinya siswa memiliki *self-efficacy* yang cukup baik. Sedangkan subjek yang memiliki *self-efficacy* tinggi sebanyak 31 orang dengan persentase 17,5%, artinya siswa memiliki *self-efficacy* yang baik.

Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 4 Karawang memiliki *self-efficacy* dalam kategori sedang, artinya siswa memiliki *self-efficacy* yang cukup baik. Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang cukup baik maka siswa tersebut cukup mampu dalam memiliki keyakinan yang baik akan kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan sehingga individu akan terus berusaha lebih keras dan tidak menyerah ketika mengalami suatu kegagalan pada proses belajarnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bandura (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* yang dimiliki individu dapat dikatakan baik, apabila individu tersebut mampu memiliki dimensi tingkat (*level*) yang merupakan keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas. Kedua, dimensi kekuatan (*strength*) yang merupakan keyakinan atau kemantapan individu mengenai kemampuannya. Ketiga, dimensi keluasan (*generality*) yang merupakan keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktifitas.

Hasil analisis data uji kategorisasi pada variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa subjek yang memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 26 orang dengan persentase 14,7%, artinya siswa memiliki dukungan sosial yang kurang baik. Subjek yang memiliki dukungan sosial sedang sebanyak 124 orang dengan persentase 70,1%, artinya siswa memiliki dukungan sosial yang cukup baik. Sedangkan subjek yang memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 27 orang dengan persentase 15,3%, artinya siswa memiliki dukungan sosial yang baik.

Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 4 Karawang memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang, artinya siswa memiliki dukungan sosial yang cukup baik. Siswa yang memiliki dukungan sosial yang cukup baik maka siswa tersebut cukup mampu dalam memiliki dukungan dari segi perhatian, motivasi, empati, dukungan nyata yang diberikan secara langsung oleh orang disekitarnya seperti mengerjakan tugas bersama-sama, finansial, dukungan nasehat, arahan, serta dukungan berupa waktu yang dihabiskan untuk memberikan nuansa kebersamaan. Hal ini sesuai dengan pendapat Sarafino dan Smith (dalam Oktavia & Muhopilah, 2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial yang dimiliki individu dapat dikatakan baik, apabila

individu tersebut mampu memiliki dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan *informative* serta dukungan persahabatan dan kebersamaan di sekitarnya.

Kemudian, hasil analisis data uji kategorisasi pada variabel *student well-being* menunjukkan bahwa subjek yang memiliki *student well-being* rendah sebanyak 23 orang dengan persentase 13,0%, artinya siswa memiliki *student well-being* yang kurang baik. Subjek yang memiliki *student well-being* sedang sebanyak 122 orang dengan persentase 68,9%, artinya siswa memiliki *student well-being* yang cukup baik. Sedangkan subjek yang memiliki *student well-being* tinggi sebanyak 32 orang dengan persentase 18,1%, artinya siswa memiliki *student well-being* yang baik.

Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 4 Karawang memiliki *student well-being* dalam kategori sedang, artinya siswa memiliki *student well-being* yang cukup baik. Siswa yang memiliki *student well-being* yang cukup baik maka siswa tersebut cukup mampu dalam mendapatkan dukungan sosial dari lingkungannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa *self-efficacy* dan dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *student well-being* di SMA N 4 karawang, dengan artian hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan para siswa mampu meningkatkan kesejahteraan dalam diri sendiri dengan bantuan dari dukungan sosial dan efikasi diri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua sampel penelitian yang telah aktif mengikuti pelatihan ini dan memberikan waktu dengan baik selama sesi pelatihan berlangsung.

REFERENSI

- Abidin, M. Z. (2021). Analisis business plan pelaku UMKM di kecamatan Mlarak. *Niqosiya: Journal of Economics and Business Research*, 1(2), 166-172.
- Andayani, E., Hariani, L. S., & Ain, N. (2019). Langkah awal memulai usaha melalui business plan. *Abdimas Pedagogi: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 92-96.
- Davidsson, P. (2003). The impact of business planning on new venture performance. *Journal of Business Venturing*, 18(1), 1-16.
- Febriansyah, T., Syahrizal, F., Hutami, R., Hanif, M. F., Almazakira, A., & Fransiska, Y. A. (2020). Business plan Toko Sehat.com. *Journal of Entrepreneurship, Management and Industry (JEMI)*, 3(2), 49-58.
- Fitriady, M. Y., & Ponadi, P. (2019). Pelatihan pengambilan keputusan bisnis plan pengembangan usaha berbantuan komputer bagi percetakan skala kecil di Tangerang Selatan. *Jurnal Manajemen Kompeten*, 2(1), 46-63.

- Gasperzs, V., & Mahatma, M. (2018). The effect of entrepreneurial readiness, bussines plan quality and entrepreneurship education on the intentions to strats a new venture. *Journal of Interpreneurship Education*, 21(1), 1-9.
- Hamdani, H., Simatupang, M., & Sadijah, N. A. (2023). Pengaruh learning agility terhadap innovative work behavior pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(3), 230-238.
- Harto, B. (2020). Pelatihan pembuatan business plan menggunakan aplikasi excel bagi UMKM Juara Kota Bandung. *KUAT: Keuangan Umum dan Akuntansi Terapan*, 2(1), 18-22.
- Hasan, H. A. (2020). Pendidikan kewirausahaan: Konsep, karakteristik dan Implikasi dalam Memandirikan Generasi Muda. *PILAR*, 11(1).
- Irawati, R. (2017). Pengambilan keputusan usaha mandiri mahasiswa ditinjau dari faktor internal dan eksternal. *Jurnal Ilmiah Business dan Ekonomi Asia*, 11(2), 58-69.
- Irmayanti., & Keri, I. (2021). Strategi penerapan business plan dalam meningkatkan penjualan menurut perspektif ekonomi Islam. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan Syariah (Jurnal Akunsyah)*, 1(2), 65-80.
- Iswahyuni, I. (2020). Menumbuhkan Minat Kewirausahaan Melalui Pembuatan Perencanaan Bisnis (BUSINESS PLAN) Studi Kasus Mahasiswa Jurusan Ekonomi Syariah di STAI Denpasar Bali. *Widya Balina*, 5(1), 50-67.
- Kusumaningsih, A., Hasan, M., Al Hamid, D. M., Maris, S. F., Ismail, M., Wibowo, A., & Djuanda, G. (2023). *Pengambilan Keputusan Dalam Bisnis*. Jakarta: Penerbit Tahta Media.
- Liao, J., Welsch, H., & Stoica, M. (2003). Organizational absorptive capacity and responsiveness: An empirical investigation of growth-oriented SMEs. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 28(1), 63-86.
- Naldi, L., Nordqvist, M., Sjöberg, K., & Wiklund, J. (2007). Entrepreneurial orientation, risk taking, and performance in family firms. *Family Business Review*, 27(1), 1-21.
- Nurchayono, J., & Sulistyowati, N. W. (2021). Keputusan berwirausaha alumni Pendidikan Akuntansi UNIPMA dipengaruhi pengetahuan Akuntansi dan jiwa kewirausahaan. *TangibleJournal*, 6(1), 66-76.
- Septiyan, D., Simatupang, M., & Sadijah, N. A. (2023). Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat. *Psikologi Prima*, 6(2), 62-69.
- Sarasvathy, S. D. (2001). *Causation and effectuation: Toward a theoretical shift from economic inevitability to entrepreneurial contingency*. *Academy of Management Review*, 26(2), 243-263.
- Setiarini, S. E. (2013). Business plan sebagai implementasi kewirausahaan pada pembelajaran ekonomi di SMA. *Dinamika Pendidikan*, 8(2).
- Shane, S., & Venkataraman, S. (2000). The promise of entrepreneurship as a field of research. *Academy of Management Review*, 25(1), 217-226.

- Simatupang, M., Hemasti, R. A. G., & Simatupang, T. (2022). Peran optimisme dan agility terhadap kesiapan untuk berubah dalam melaksanakan merdeka belajar kampus merdeka. *Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA, 14*(2), 123-131.
- Simatupang, M. (2022). Passion for teaching sebagai moderator terhadap pemberian kompensasi dan loyalitas kerja guru honorer di Karawang. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi, 20*, (01), 17-25.
- Simatupang, M. (2017). Gambaran keharmonisan commuter family pada anggota Brigade Mobile Kepolisian daerah Sumatera Utara. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi, 9*(1), 27-35.
- Simatupang, M. (2019). Kebahagiaan pada Wanita plari depo (Studi kualitatif deskriptif di Nusa Tenggara Timur). *Pyschopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, 4*(1).
- Simatupang, M. (2020). Budaya organisasi sebagai variabel prediktor terhadap organizational citizenship behavior pada karyawan koperasi. *Pyschopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, 5*(1), 18-19.
- Simatupang, M., Baihaqi, A., & Guritna, T. (2022). The meaning of work and work performance on autism therapist: The mediating role of employee engagement. *International Journal of Innovative Science and Research Technology, 7*(8), 165-172.
- Simatupang, T. (2022). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan untuk berubah (Kajian Psikologi Industri dan Organisasi)*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Simatupang, M., Muharsih, L., Barus, D. A., & Ratnaningtyas, A. (2022). Apakah keterlekatan kerja mampu memediasi dukungan lembaga terhadap kinerja karyawan?. *Psikologi Prima 5*(2), 16-24.
- Simatupang, M., Sadijah, N., & Hemasti, R. A. G. (2021). *The commuter family: Keharmonisan keluarga*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Steiner, A. G. (2010). *Kebijakan Strategi Manajemen*. Terjemahan Tim Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.
- Suprpto, H. A. (2019). Pengaruh pembuatan proposal rencana business (business plan) terhadap kemampuan berwirausaha di SMK Bhakti Husada. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 5*(2), 19-23.
- Supriyanto. (2009). Business plan sebagai langkah awal memulai usaha. *Jurnal Ekonomi dan Pendidikan, 6*(1), 73-83.
- Suryana, Y., & Suyatno. (2017). Pengaruh Business Plan Terhadap Keputusan Berwirausaha Mahasiswa. *Jurnal Manajemen dan Business Sriwijaya, 15*(2), 187-198.
- Zahra, A. A., Husna, A. N., & Haq, A. L. A. (2019). Dinamika pengambilan keputusan dan perkembangan jiwa wirausaha pada mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 6*(1), 111-130.