

# HUBUNGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* TERHADAP *ACADEMIC ACHIEVEMENT* SISWA DI MAS JEUMALA AMAL

<sup>1</sup>Ulva Niswa, <sup>2</sup>Teuku Fadhli, <sup>3</sup>Zamratul Aini

<sup>1,2,3</sup> Bimbingan dan Konseling, Universitas Jabal Ghafur, Sigli

e-mail: [ulvaniswa0@gmail.com](mailto:ulvaniswa0@gmail.com), [teukufadhli@unigha.ac.id](mailto:teukufadhli@unigha.ac.id), [zamratulaini@unigha.ac.id](mailto:zamratulaini@unigha.ac.id)

Jurnal Psiko-Konseling  
Vol. 3 No. 2 Th 2025  
ISSN 2987-5048

## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between psychological well-being (PWB) and students' academic achievement at MAS Jeumala Amal. The research method uses a quantitative approach with a correlational design. The research sample consists of 23 students from class XI IPA-5 selected through purposive sampling technique. The data collection instrument is a Likert scale questionnaire to measure PWB and academic achievement. Data were analyzed using validity tests, reliability, normality, and Pearson Product Moment correlation test with the help of SPSS version 26. The research results show that the majority of students have PWB in the moderate category (73.91%) and academic achievement in the moderate category (60.87%). The correlation test yields a value of  $r = 0.954$  with significance  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), which means there is a positive and significant relationship between PWB and academic achievement. These findings indicate that the higher the students' psychological well-being, the higher their academic achievement. The study recommends strengthening aspects of students' PWB as one strategy to improve academic achievement in the school environment.*

**Keywords:** *Psychological Well-Being, Academic Achievement, Students.*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* (PWB) dengan *academic achievement* siswa di MAS Jeumala Amal. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian sebanyak 23 siswa kelas XI IPA-5 yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data berupa angket skala Likert untuk mengukur PWB dan prestasi akademik. Data dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, normalitas, serta uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki PWB pada kategori sedang (73,91%) dan *academic achievement* pada kategori sedang (60,87%). Uji korelasi menghasilkan nilai  $r = 0,954$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara PWB dan *academic achievement*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *psychological well-being* siswa, semakin tinggi pula pencapaian akademiknya. Penelitian merekomendasikan penguatan aspek-aspek PWB siswa sebagai salah satu strategi peningkatan prestasi akademik di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** *Psychological Well-Being, Academic Achievement, Siswa.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pendidikan juga memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perkembangan individu dan memajukan

suatu negara. Melalui pendidikan, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga mengembangkan karakter, sikap, dan kemampuan sosial yang diperlukan untuk menghadapi tantangan kehidupan di masa depan (Edward, 2014). Keberhasilan dalam dunia pendidikan yang seringkali

diukur melalui *academic achievement* atau prestasi akademik, menjadi indikator penting dari efektivitas proses pembelajaran dan potensi masa depan siswa (York et al., 2015). Prestasi akademik yang tinggi tidak hanya mencerminkan penguasaan materi pelajaran, tetapi juga menjadi landasan bagi jenjang pendidikan selanjutnya dan peluang karir di masa depan (Farooq et al., 2011).

Pencapaian prestasi akademik tidak semata-mata ditentukan oleh faktor-faktor kognitif seperti kemampuan intelektual dan strategi belajar. Penelitian menunjukkan bahwa aspek-aspek non-kognitif, khususnya yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being*, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keberhasilan siswa di sekolah (Diener et al., 2017). Ryff (di dalam Dwi, 2019) mengatakan *Psychological well-being* merujuk pada kondisi individu yang merasa positif dan berfungsi secara efektif dalam berbagai aspek kehidupannya, termasuk memiliki tujuan hidup, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan penerimaan diri.

Di sisi lain, *psychological well-being* juga merupakan elemen penting dalam kehidupan pelajar. *Psychological well-being* yang optimal memungkinkan siswa untuk lebih fokus dalam belajar, memiliki motivasi yang tinggi, mampu mengelola stres dan tekanan akademik, serta membangun interaksi sosial yang positif di lingkungan sekolah (Huppert, 2009). Siswa yang merasa bahagia, memiliki rasa percaya diri, dan mampu mengatasi tantangan cenderung lebih proaktif dalam belajar, lebih gigih dalam menghadapi kesulitan, dan pada akhirnya mencapai hasil akademik yang lebih baik (Seligman, 2011). Sebaliknya, tingkat *psychological well-being* yang rendah dapat menghambat proses belajar, meningkatkan risiko masalah perilaku,

dan berkontribusi pada penurunan prestasi akademik (Suldo, 2006).

Ryff (di dalam Dwi, 2019) mengatakan bahwa setiap individu senantiasa mendambakan kehidupan yang sejahtera serta bahagia. Kesejahteraan dapat digolongkan menjadi beberapa bentuk, diantaranya kesejahteraan fisik, ekonomi, sosial, psikologis, dan lain sebagainya. Dari beberapa bentuk kesejahteraan tersebut, kesejahteraan psikologis merupakan salah satu bentuk kesejahteraan yang harus dimiliki oleh setiap individu tidak terkecuali siswa. Kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh setiap individu dapat membuat individu terbebas dari adanya gangguan-gangguan psikologis dan dapat membuat individu berfungsi secara positif.

Kesejahteraan psikologis di sekolah terpadu sangat penting sehingga perlu menjadi perhatian karena pendidikan di sekolah terpadu atau yang lebih dikenal dengan sebutan pesantren yang memiliki karakteristik unik dengan memadukan pendidikan agama dan umum dalam lingkungan berasrama yang intensif. Khususnya di tingkat Madrasah Aliyah Swasta (MAS), pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik siswa menjadi sangat penting.

Sekolah Madrasah Aliyah Swasta (MAS) di pesantren terpadu merupakan pendidikan menengah atas yang memiliki karakteristik dan tantangan tersendiri, lingkungan belajar, interaksi sosial maupun tuntutan akademik, sehingga dapat memberikan tekanan yang berbeda bagi siswa. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor psikologis yang berperan dalam membentuk prestasi akademik siswa di lingkungan pesantren terpadu di Jeumala Amal. MAS Jeumala Amal sebagai salah satu institusi pendidikan tingkat menengah atas yang menyelenggarakan pendidikan terpadu yang dapat melahirkan insan berkualitas tinggi (Kemenag, 2023). Dikenal luas sebagai salah satu institusi pendidikan Islam terkemuka dengan rekam jejak

prestasi akademik siswa yang gemilang di Pidie Jaya, menjadi arena yang menarik untuk mengamati dinamika faktor-faktor yang berkontribusi pada kesuksesan tersebut. Di tengah tuntutan akademik yang tinggi, kedisiplinan ketat, serta kehidupan sosial yang terstruktur dalam lingkungan pesantren, kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) siswa memegang peranan krusial yang patut untuk dieksplorasi lebih mendalam.

## METODE

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di MAS Jeumala Amal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Guna menguji hipotesis penelitian, data penelitian diuji dengan metode uji korelasi *pearson product moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Analisis Instrumen

Adapun hasil analisis instrumen adalah sebagai berikut:

#### a. Hasil uji validitas

Hasil dari analisis uji validitas adalah sebagai berikut:

Variabel	Item	r hitung	r tabel	Keterangan
Psychological Well Being (X)	X.1	.708	.433	Valid
	X.2	.906	.433	Valid
	X.3	.849	.433	Valid
	X.4	.793	.433	Valid
	X.5	.742	.433	Valid
	X.6	.488	.433	Valid
	X.7	.668	.433	Valid
	X.8	.550	.433	Valid
	X.9	.854	.433	Valid
	X.10	.587	.433	Valid
	X.11	.862	.433	Valid
	X.12	.927	.433	Valid
	X.13	.499	.433	Valid
Academic Achievement (Y)	Y.1	.531	.433	Valid
	Y.2	.450	.433	Valid
	Y.3	.509	.433	Valid
	Y.4	.820	.433	Valid
	Y.5	.830	.433	Valid

	Y.6	.576	.433	Valid
	Y.7	.578	.433	Valid
	Y.8	.606	.433	Valid
	Y.9	.539	.433	Valid
	Y.10	.654	.433	Valid
	Y.11	.447	.433	Valid
	Y.12	.917	.433	Valid

Pengujian validitas dengan jumlah responden sebanyak 23 siswi pada tingkat signifikansi 5% (0,05), maka  $df = n - 2$  ( $23 - 2 = 21$ ), nilai  $r$  tabel untuk  $df 21 = 0,433$ . Pengujian validitas pada variabel *Psychological Well Being* (X) terhadap 13 item pernyataan dan pada variabel *Academic Achievement* (Y) terhadap 12 item pernyataan, diketahui bahwa setiap pernyataan pada variabel *Psychological Well Being* dan pada variabel *Academic Achievement* (Y) dengan hasil nilai  $r$  hitung  $> 0,433$  menunjukkan pernyataan yang digunakan adalah valid. Maka setiap pernyataan pada variabel *Psychological Well Being* dan pada variabel *Academic Achievement* dapat digunakan untuk menganalisis lebih lanjut mengenai penelitian ini.

#### b. Hasil uji Reabilitas

Hasil dari analisis uji reabilitas adalah sebagai berikut:

Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
<i>Psychological Well Being</i> (X)	.925	Reliabel
<i>Academic Achievement</i> (Y)	.853	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas setiap variabel, bahwa nilai *Cronbach Alpha* untuk setiap variabel lebih besar dari 0,60, yang menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan reliabel. Untuk variabel *Psychological Well Being* ( $X_1$ ), nilai Cronbach Alpha adalah 0,925, dan untuk nilai variabel *Academic Achievement* (Y) sebesar 0,853. Dengan demikian, setiap variabel dinyatakan reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian ini serta

menenadakan bahwa responden memahami dari setiap pertanyaan penelitian.

#### c. Hasil Uji Normalitas

Hasil dari analisis uji normalitas adalah sebagai berikut:

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
N	23
Test Statistic	.139
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan hasil Uji Kolmogorov-Smirnov, diketahui bahwa nilai signifikansi residual adalah 0,200, yang lebih besar dari 0,05 (5%). Artinya uji normalitas pada data penelitian ini terpenuhi dan data tersebut terdistribusi normal.

#### d. Hasil Uji Homogenitas

Hasil analisis uji homogenitas adalah sebagai berikut:

Test of Homogeneity of Variances	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Academic Achievement (Y)	1.835	4	16	.171

Berdasarkan hasil uji homogenitas menunjukan nilai signifikansi sebesar 0,171. Karena nilai signifikansi  $0,171 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa varians data adalah homogen. Persyaratan homogenitas dalam penelitian ini telah terpenuhi, sehingga data layak untuk dilanjutkan ke tahap uji korelasi *Pearson Product Moment*.

## 2. Hasil Analisis Data Penelitian

Adapun hasil analisis data penelitian sebagai berikut:

#### a. Deskripsi Data *Psychological Well Being* (X)

Adapun hasil dari deskripsi data *Psychological Well Being* (X):

Interval X	Kategori	Frekuensi	%
$X < 34$	Rendah	4	17,39
$34 \leq X < 48$	Sedang	17	73,91
$X > 48$	Tinggi	2	8,70
Total		23	100,00

Data diatas, menggambarkan bahwa secara keseluruhan *Psychological Well Being* (X) berada pada kategori sedang, yaitu 73,91%.

#### b. Deskripsi Data *Academic Achievement* (Y)

Adapun hasil dari deskripsi data *Academic Achievement* (Y)

Interval Y	Kategori	Frekuensi	%
$X < 33$	Rendah	4	17,39
$33 \leq X < 44$	Sedang	14	60,87
$X > 44$	Tinggi	5	21,74
Total		23	100,00

Data diatas, menggambarkan bahwa secara keseluruhan *Academic Achievement* (Y) berada pada kategori sedang, yaitu 60,87%.

#### c. Hasil Uji Korelasi

Hasil dari analisis uji korelasi adalah sebagai berikut:

Correlations			
		x	y
x	Pearson Correlation	1	.954**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	23	23
y	Pearson Correlation	.954**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	23	23
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan hasil analisis data dari tabel di atas, didapatkan bahwa hasil nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi 0,000 kurang dari 0,05 ( $p <$

0,05) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* terhadap *academic achievement*. Koefisien korelasi sebesar 0,418 sehingga berkorelasi sedang dan arah hubungannya adalah positif semakin tinggi *psychological well-being*, maka semakin tinggi pula *academic achievement*. Sebaliknya, semakin rendah *psychological well-being*, maka semakin rendah *academic achievement*.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian di MAS Jeumala Amal menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat ( $r = 0,954$ ) dan signifikan ( $p = 0,000$ ) antara kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik kondisi psikologis siswa, semakin optimal pula pencapaian akademik mereka,

Penelitian ini juga menemukan bahwa mayoritas siswa (73,91%) memiliki PWB dalam kategori sedang. Menurut Ryff, kesejahteraan psikologis bukan sekadar kebahagiaan, melainkan pencapaian potensi diri yang mencakup enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian oleh Mustafa et al. (2020) juga mendukung bahwa kesejahteraan psikologis merupakan elemen kunci yang memungkinkan mahasiswa berfungsi secara efektif dalam lingkungan akademik yang kompetitif.

Data menunjukkan bahwa prestasi akademik siswa juga didominasi oleh kategori sedang (60,87%). Korelasi yang sangat kuat ( $r=0,954$ ) menunjukkan bahwa faktor non-kognitif memiliki peran yang sangat penting. Seligman (2011) dalam teori *Positive Psychology* menyatakan bahwa siswa yang memiliki emosi positif dan rasa percaya diri cenderung lebih gigih menghadapi tantangan akademik dan mencapai hasil yang lebih baik. Sebaliknya, PWB yang rendah dapat menghambat fokus dan meningkatkan risiko masalah perilaku. Temuan ini

sejalan dengan studi Reza et al. (2023) yang dilakukan di SMAN 1 Way Lima, yang juga menemukan hubungan signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan prestasi belajar siswa.

Reza, et al. (2023): Menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berkorelasi positif dengan prestasi siswa di tingkat SMA, memperkuat validitas temuan di MAS Jeumala Amal. Diener et al. (2017): Menjelaskan bahwa aspek non-kognitif seperti kebahagiaan subjektif memberikan kontribusi signifikan terhadap keberhasilan siswa di sekolah.

York et al. (2015): Menekankan bahwa prestasi akademik adalah indikator utama efektivitas pembelajaran yang dipengaruhi oleh banyak faktor internal siswa.

Garg & Jain, (2017). *Relationship between Psychological Well-Being and Academic Achievement of Senior Secondary School Students. International Journal of Psychology and Counseling*. Jurnal ini mengkaji hubungan serupa pada siswa menengah atas dan menemukan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan prediktor signifikan bagi keberhasilan akademik sama halnya dengan hasil penelitian ini.

Salami, (2015). *Psychological Well-Being and Academic Performance Among University Undergraduate Students. Studies on Ethno-Medicine*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk menunjukkan bahwa stabilitas emosi dan hubungan positif (bagian dari PWB) memiliki korelasi kuat dengan efektivitas pembelajaran.

Amalia & Kustanti (2016). *Hubungan antara Psychological Well-Being dengan Prestasi Akademik Mahasiswa S1 Keperawatan. Jurnal Empati*. Penelitian ini relevan karena mengeksplorasi dimensi kesejahteraan psikologis Ryff (otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi) dalam konteks institusi pendidikan dengan beban akademik tinggi.

Breslau et al. (2017). *The impact of mental health problems on secondary school completion*. Journal of Adolescent Health. Jurnal ini memberikan perspektif tambahan mengenai bagaimana kesejahteraan psikologis yang rendah dapat menjadi hambatan serius dalam menyelesaikan pendidikan menengah.

Hadi & Fariz (2020). *Pengaruh Kesejahteraan Psikologis terhadap Motivasi Belajar dan Prestasi Siswa di Sekolah Berasrama*. Jurnal Psikologi Pendidikan. Mengingat penelitian Anda dilakukan di lingkungan pesantren (MAS Jeumala Amal), jurnal ini sangat relevan karena membahas dinamika psikologis khusus di lingkungan berasrama.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *Psychological Well-Being* siswa di MAS Jeumala Amal secara umum berada pada kategori sedang. Dari 23 siswa yang diteliti, 73,91% berada dalam kategori sedang, 17,39% dalam kategori rendah, dan hanya 8,70% dalam kategori tinggi. Dan tingkat *Academic Achievement* siswa di MAS Jeumala Amal juga berada pada kategori sedang. Sebanyak 60,87% siswa memiliki prestasi akademik dalam kategori sedang, 21,74% dalam kategori tinggi, dan 17,39% dalam kategori rendah.

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *psychological well-being* terhadap *academic achievement*. Siswa di MAS Jeumla Amal. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0,954$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak. Ini berarti semakin tinggi *psychological well-being* siswa, maka semakin tinggi pula *academic achievement*, dan sebaliknya.

Diharapkan bagi siswa dapat meningkatkan *academic achievement* dalam dirinya secara keseluruhan dengan proses yang berkelanjutan setiap harinya agar tujuan yang di harapkan tercapai

secara optimal. Serta peningkatan aspek *psychological well being* yang menjadi salah satu faktor utama keberhasilan *academic achievement* siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., & Kustanti, E. R. (2016). Hubungan antara *Psychological Well-Being* dengan Prestasi Akademik Mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 1-5.
- Breslau, J., Miller, E., Jin, R., Sampson, N. A., Alonso, J., Andrade, L. H., ... & Kessler, R. C. (2017). A Multinational Study of Mental Disorders, Marriage, and Divorce. *Journal of Adolescent Health*, 61(2), 200-207.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2017). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation.
- Farooq, M. S., Chaudhry, A. H., Shafiq, M., & Berhanu, G. (2011). Factors affecting students' quality of academic performance: A case of secondary school level. *Journal of Quality and Technology Management*, 7(2), 1-14.
- Garg, R., & Jain, M. (2017). Relationship between Psychological Well-Being and Academic Achievement of Senior Secondary School Students. *International Journal of Psychology and Counseling*, 9(6), 43-48.
- Hadi, A., & Fariz, M. (2020). Kesejahteraan Psikologis dan Hubungannya dengan Motivasi Belajar Siswa di Lingkungan Sekolah Berasrama. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 9(2), 112-125.
- Mustafa, M. B., Rani, N. H. M., Bistaman, M. N., Salim, S. S. S., Ahmad, A., Zakaria, N. H., & Safian, N. A. A. (2020). The Relationship between Psychological Well-Being and

- University Students Academic Achievement. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(7), 518–525.
- Prajitno, E, D. (2014). Hubungan Psychological Well Being Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Universitas Psikologi Kristen Satya Wacana. Universitas Psikologi Kristen Satya Wacana.
- Pitunov, B. 13 Desember 2007. Sekolah Unggulan Ataukah Sekolah Pengunggulan *Majapahit Pos*, hlm. 4 & 11
- Reza, O, M. Bulantika, S, Z. Sutrisno, Joko. (2023). Hubungan Antara Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologis) Dengan Prestasi Akademik Siswa Kelas Xi Di Sman 1 Way Lima. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Pendidikan Bimbingan Dan Konseling STKIP PGRI Bandar Lampung*.
- Ryff, C.D. & Singer B.H. (2008). Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well Being. *Journal Of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Salami, S. O. (2015). Psychological Well-Being and Academic Performance Among University Undergraduate Students: The Moderating Role of Mental Health. *Studies on Ethno-Medicine*, 9(1), 111-121.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Children's life satisfaction: Putting the pieces together. *The Elementary School Journal*, 106(5), 409-429.
- York, T. T., Gibson, C., & Rankin, S. (2015). Defining and measuring academic success. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 20(5), 1 20.