

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY*, STRES POSITIF, DAN
KEPUASAN HIDUP PADA KARYAWAN
(Studi pada Mahasiswa Magister Universitas Muhammadiyah Yogyakarta)**

Dhanti Indriati

Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Jalan Lingkar Selatan, Kasihan, Bantul, DIY 55183
Telepon +62 274 387656
Fax +62 274 387646
E-mail : dhanti789@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this research is to identify the relationship between of Self-Efficacy, Eustress, and Life Satisfaction. Information of this research is useful for employee who study at undergraduate of college students at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta and organization (University) as a consideration base to improve Self-Efficacy, Eustress, and Life Satisfaction. The subject in this research is employee who study at undergraduate of college students at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Convenience Sampling is the method that used in this research. The method to collect data is by spreading the questionnaire, and through this method, research gained 103 employee as respondent. The data is analyzed by Structural Equation Modelling (SEM).

The results of this research shows that the Self-Efficacy has a positive and significant effect on Eustress, Eustress has a positive and significant effect on Life Satisfaction, and Self-Efficacy has a negative and significant effect on Life Satisfaction.

Keywords : Self-Efficacy, Eustress, and Life Satisfaction.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Di dalam dunia kerja, seseorang dituntut untuk mampu dalam beradaptasi, baik untuk bekerja secara individu maupun tim, menambah nilai perusahaan, dan bahkan melakukan yang terbaik untuk perusahaan. Untuk beberapa pekerjaan maupun pangkat tertentu, perusahaan atau lembaga memiliki kualifikasi-kualifikasi yang ditujukan kepada perkerjanya, dari beberapa kualifikasi tersebut salah satunya ialah memiliki gelar S2 (Magister). Jika karyawan tersebut menginginkan kenaikan pangkat maupun diterima untuk pangkat yang bisa dibilang *bergengsi* di perusahaan, maka wajib bagi mereka untuk menempuh pendidikan S2.

Dalam hal ini, tentu saja karyawan akan mempunyai peran ganda, yaitu sebagai karyawan dan mahasiswa yang masing-masing dari peran tersebut tentulah mempunyai bentuk dan tanggung jawab yang berbeda-beda. Karyawan yang ingin menempuh S2 (Magister) pastilah sebelumnya harus mengetahui sebab-akibat yang akan dihadapi jika nantinya akan menempuh S2 (Magister). Kemampuan dalam mengelola tanggung jawab dan waktu antara pekerjaan dan perkuliahan haruslah dimiliki oleh seorang karyawan yang ingin bekerja seraya menempuh perkuliahan.

Menurut Bandura (1997 dalam Suprpti V dan Putri Dian Ayusta, 2014) menyatakan *Self-Efficacy* adalah penilaian terhadap seberapa baik seseorang dapat bertindak dengan cara tertentu agar dapat bertemu tujuan yang diinginkan atau mengatasi situasi stress dengan efektif. Menurut Selye, (1976 dalam Shkulaku, 2015) mengkaitkan definisi stres dengan kehidupan organisasi, stres sebagai pola emosi dan

reaksi fisik yang terjadi sebagai respon terhadap tuntutan yang berasal dari dalam maupun luar organisasi. Kedua jenis stres dapat didefinisikan sebagai aspek-aspek positif dan negatif dari stres masing-masing (McGowan *et al.*, 2006). Menurut Hampton, (2000 dalam Khan & Ansari, 2015) menemukan bahwa status kesehatan (Stres Positif) seseorang berkorelasi signifikan terhadap kepuasan hidup. Hampton mengatakan bahwa status kesehatan memiliki korelasi parsial tertinggi dengan kepuasan hidup dan selanjutnya diikuti dengan *Self-Efficacy*.

Penelitian ini dilaksanakan di Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang merupakan perguruan tinggi swasta Islam yang memiliki misi untuk menghasilkan lulusan yang memiliki integritas kepribadian dan moralitas yang Islami dalam konteks kehidupan individual maupun sosial. Untuk level Magister sendiri permasalahan dalam perkuliahan dirasa lebih kompleks daripada S1. Dikarenakan kebanyakan mahasiswa Magister sudah memiliki kehidupan diluar perkuliahan yang dirasa sangat mempengaruhi kegiatan perkuliahan. Misalnya seperti tanggung jawab pekerjaan maupun kegiatan rumah tangga.

Berdasarkan uraian diatas, permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah *Self-Efficacy* mempunyai hubungan terhadap Stres Positif?
2. Apakah Stres Positif mempunyai hubungan terhadap Kepuasan Hidup?
3. Apakah *Self-Efficacy* mempunyai hubungan terhadap Kepuasan Hidup?

TINJAUAN PUSTAKA

Self-Efficacy

Definisi *Self-Efficacy* terus berkembang. Menurut Bandura, (1986 dalam Swanepoel *et al.*, 2015) mengartikan *Self-Efficacy* sebagai berikut : *Self-Efficacy* merupakan keyakinan akan kemampuan individu untuk dapat mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *Self-Efficacy* adalah penilaian seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas dengan hasil yang optimal.

Stres Positif

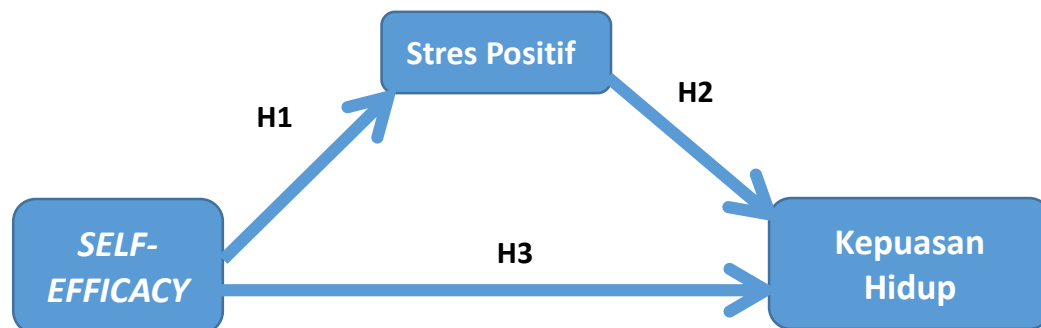
Terdapat dua type stress yang di bedakan menjadi stress positif dan stress negative. Menurut Simmons, (2000 dalam Hargrove¹, 2015) lebih spesifiknya, Stres Positif adalah “respon positif terhadap stresor” dimana stress negatif yaitu “ respon negatif terhadap *stressor*”.

Kepuasan Hidup

Menurut (Pavot dan Diener, 2013) menyatakan kepuasan hidup sebagai penilaian secara keseluruhan terhadap perasaan dan sikap seseorang berkaitan dengan kehidupannya pada suatu waktu. Sementara itu (Lyubomirsky & Diener, 2006) menyatakan kepuasan hidup seseorang itu merujuk kepada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh mana seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh.

Kerangka Pemikiran Teoritis

Berdasarkan latar belakang dan perumusan masalah yang telah diuraikan, maka kerangka pemikiran yang dikembangkan dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1

Model Penelitian

Hipotesis Penelitian

1. *Self-Efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Positif
2. Stres Positif berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Hidup
3. *Self-Efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Hidup.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, obyek dari penelitian ini yaitu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan subyeknya ialah para Mahasiswa Magister UMY yang beralamat di Kampus Terpadu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Jalan Lingkar Selatan, Kasihan, Bantul, DI Yogyakarta.

Adapun jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer tersebut berupa jawaban–jawaban atas pertanyaan mengenai Self-Efficacy, Stres Positif dan Kepuasan Hidup. Pertanyaan tersebut ditujukan kepada responden yang merupakan Mahasiswa S2 yang sudah bekerja di Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Populasi pada penelitian ini ialah semua Mahasiswa Magister Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2014/2015, 2015/2016, dan 2016/2017 Semester Gasal dan Semester Genap yang sudah bekerja.

Uji Kualitas Instrumen Dan Data

Uji Validitas

Validitas merupakan pengujian yang menunjukkan sejauh mana alat pengukur yang kita gunakan mampu mengukur apa yang ingin kita ukur dan bukan mengukur yang lain. Dalam penelitian pengujian kualitas data yang sering dilakukan adalah uji validitas untuk validitas konstruk (*construct validity*). Validitas instrumen diuji menggunakan validitas konvergen dan validitas diskriminan. Konstruk dianggap valid jika nilai rata-rata varian (*Average variance extracted-AVE*) > 0,5 dan mempunyai *cross loading* paling tidak 0,60 dan idealnya 0,70 atau lebih (Ghozali, 2014) Indikator pertanyaan akan dinyatakan valid dari tampilan output IBM SPSS Statistic pada tabel correlation dengan melihat sig. (*2-tailed*). Pengujian validitas instrumen diolah menggunakan program *software* AMOS.

Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan pengujian yang menunjukkan sejauh mana stabilitas dan konsistensi dari alat pengukur yang digunakan, sehingga memberikan hasil yang relatif konsisten jika pengukuran tersebut diulangi. Pengukuran realibilitas didasarkan pada indeks numerik yang disebut koefisien. Dalam penelitian pengujian kualitas data yang sering dilakukan adalah uji reliabilitas untuk reliabilitas konsistensi internal. Dikatakan reliabilitas jika nilai *cronbach alpha* > 0,7 (Ghozali, 2014). Indikator pertanyaan dikatakan *reliable* dengan melihat korelasi *bivariate* pada *output cronbach alpha* pada kolom *correlated item-total*. Pengujian reliabilitas instrumen diolah menggunakan program *software* AMOS. Pengujian reliabilitas instrument diolah menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Construct – Reliability} = \frac{(\sum \text{Standard Loading})^2}{(\sum \text{Standard Loading})^2 + \sum \epsilon_j}$$

Keterangan:

Standard loading diperoleh dari *standardized loading* masing-masing indikator yang sudah diperoleh hasilnya dari AMOS. $\sum \epsilon_j$ adalah *measurement error* = 1- (*standardized loading*)². *Cut off value* untuk *contruct reliability* minimal 0,7.

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Structural Equational Modelling* menggunakan program AMOS 21.0. Hair et al (1995) mengajukan tahapan pemodelan dan analisis persamaan struktural menjadi beberapa langkah yaitu pengembangan model berdasar teori, menyusun diagram alur dan

persamaan struktural, memilih jenis input matriks dan estimasi model yang diusulkan, menilai identifikasi model struktural, dan menilai kriteria *goodness of fit*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Kuesioner dibagikan dengan datang langsung ke obyek penelitian dan dibagikan dengan cara masuk pada jam terakhir kelas dengan cara meminta izin terlebih dahulu dengan dosen pengajar untuk membagikan secara langsung dan menunggu para mahasiswa masuk dan selesai perkuliahan. Penyebaran kuesioner disebarkan sebanyak 200 kuesioner sesuai dengan standar SEM dan berhasil terisi sebanyak 103 kuesioner.

Uji validitas dilakukan untuk menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur itu telah tepat untuk mengukur obyek yang diteliti. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan *CFA* dan instrument penelitian dikatakan valid apabila nilai signifikansi $< 0,05$ (Ghozali, 2013).

Tabel 1
Hasil Uji Validitas

Variabel	Item			C.R.	P Value	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i>	SE1	<---	SE	2.128	.033	Valid
	SE3	<---	SE	3.715	***	Valid
	SE4	<---	SE	4.012	***	Valid
	SE5	<---	SE	2.257	.024	Valid
	SE6	<---	SE	3.775	***	Valid
	SE7	<---	SE	2.128	.033	Valid
	SE8	<---	SE	2.738	.006	Valid
	SE9	<---	SE	3.830	***	Valid

	SE10	<---	SE			Valid
Stres Positif	SP1	<---	SP		***	Valid
	SP2	<---	SP	6.322	***	Valid
	SP3	<---	SP	4.479	***	Valid
	SP4	<---	SP	3.603	***	Valid
	SP5	<---	SP	2.335	.020	Valid
	SP6	<---	SP	7.039	***	Valid
	SP7	<---	SP	3.558	***	Valid
	SP8	<---	SP	4.128	***	Valid
	SP9	<---	SP	6.720	***	Valid
	SP10	<---	SP	7.265	***	Valid
	SP11	<---	SP	6.076	***	Valid
	SP12	<---	SP	2.983	.003	Valid
	SP13	<---	SP	6.924	***	Valid
Kepuasan Hidup	KH1	<---	KH			Valid
	KH2	<---	KH	2.362	.018	Valid
	KH3	<---	KH	2.678	.007	Valid
	KH4	<---	KH	3.313	***	Valid
	KH5	<---	KH	3.065	.002	Valid
	KH6	<---	KH	3.257	.001	Valid
	KH7	<---	KH	3.089	.002	Valid
	KH8	<---	KH	2.724	.006	Valid

Sumber: Data primer yang diolah setelah modifikasi

Hasil olah data pada table 1 diatas menunjukkan bahwa hasil keseluruhan C.R ≥ 2 dan P < 0.05 , dengan demikian uji validitas telah memenuhi syarat dan penelitian layak untuk dilanjutkan.

Uji Reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk (Ghozali, 2013). Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu.

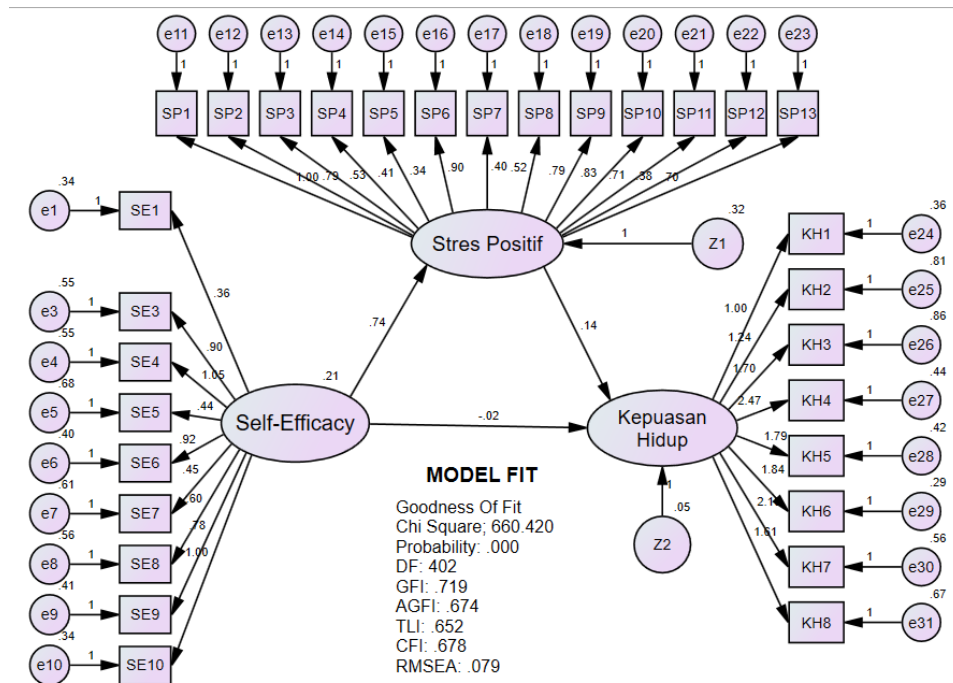
Tabel 2
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Alpha Cronbach</i> > 0,6	Keterangan
<i>Self-Efficacy</i>	0.7	Reliabel
Stres Positif	0.8	Reliabel
Kepuasan Hidup	0.7	Reliabel

Sumber:.. Data primer yang diolah

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa semua variabel dalam penelitian mempunyai nilai *Cronbach's Alpha* (α) lebih besar dari 0,7 sehingga dapat dikatakan semua konsep pengukuran masing-masing variabel dari kuesioner adalah reliabel yang berarti bahwa instrument penelitian telah layak digunakan untuk mengambil data penelitian.

Hasil pengolahan data untuk analisis model persamaan ditampilkan pada gambar 2



Gambar 2

Model Pengukuran

Hasil pengujian *Goodness of Fit* dari model persamaan struktural dalam tabel berikut ini:

Tabel 3
Hasil Pengujian Kelayakan Model Struktural

<i>Goodness-of-fit Indeks</i>	<i>Cut of value</i>	Hasil	Evaluasi
X2-Chi-Square	Diharapkan kecil (tidak signifikan)	660.420	-
Probability	$\geq 0,05$	0,000	Tidak Fit
CMIN/ DF	$\leq 2,00$	1.638	Fit
GFI	$\geq 0,90$	0,719	Tidak Fit
RMSEA	$\leq 0,08$	0,079	Fit
AGFI	$\geq 0,80$	0,674	Tidak Fit
TLI	$\geq 0,90$	0,652	Tidak Fit
CFI	$\geq 0,90$	0,678	Tidak Fit

Sumber: Data primer yang diolah

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan pengujian modifikasi model menghasilkan tingkat signifikan lebih kecil dari 0,05 sebesar 0,001 nilai X^2 pada penelitian ini sebesar 660.420.

CMIN/DF merupakan indeks kesesuaian *parsiomonious* yang mengukur hubungan *goodness of fit* model dengan jumlah koefisien-koefisien estimasi yang diharapkan untuk mencapai tingkat kesesuaian. Nilai CMIN/DF pada model ini adalah 1.638 menunjukkan bahwa model penelitian ini *fit*.

Goodness of Fit Index (GFI) menunjukkan tingkat kesesuaian model secara keseluruhan yang dihitung dari residual kuadrat dari model yang diprediksi dibandingkan data sebenarnya. Nilai GFI pada model ini adalah 0,719. Nilai yang mendekati dengan tingkat penerimaan yang direkomendasikan $\geq 0,9$ menunjukkan model penelitian ini *marginal fit*.

RMSEA adalah indeks yang digunakan untuk mengkompensasi nilai *chi-square* dalam sampel yang besar. Nilai RMSEA pada model ini adalah 0,079 dengan nilai penerimaan yang direkomendasikan $\leq 0,08$ hal ini menunjukkan model penelitian ini *fit*.

AGFI adalah GFI yang disesuaikan dengan rasio antara *degree of freedom* dari model yang diusulkan dan *degree of freedom* dari *null model*. Nilai AGFI dalam model ini adalah 0,674 dengan nilai penerimaan yang direkomendasikan $> 0,8$ hal ini menunjukkan tingkat kesesuaian yang marginal.

TLI merupakan indeks kesesuaian yang kurang dipengaruhi ukuran sampel. Nilai TLI pada model ini adalah 0,652 dengan nilai penerimaan yang

direkomendasikan $\geq 0,9$, hal ini menunjukkan model penelitian ini dengan tingkat kesesuaian yang *fit*.

CFI merupakan indeks yang relatif tidak sensitif terhadap besarnya sampel dan kerumitan model. Nilai CFI pada model ini adalah 0,678 dengan nilai penerimaan yang direkomendasikan $\geq 0,9$ hal ini menunjukkan model penelitian ini dengan tingkat kesesuaian yang *fit*.

Berdasarkan keseluruhan pengukuran *goodness of fit* di atas mengindikasikan bahwa model yang diajukan dalam penelitian dapat diterima.

Analisis atas signifikansi koefisien jalur (*path coefficients*) dianalisis melalui signifikansi besaran *regression weight* dari model seperti disajikan berikut:

Tabel 4
Hasil Pengujian Hipotesis Penelitian

No				Std. Estimate	S.E	C.R.	P	Hipotesis
1.	Stres Positif	←	Self-Efficacy	.743	.216	3.443	***	Signifikan
2.	Kepuasan Hidup	←	Stres Positif	.136	.067	2.031	.042	Signifikan
3.	Kepuasan Hidup	←	Self-Efficacy	-.024	.087	-.278	.781	Tidak Signifikan

Sumber: Data primer yang diolah

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dijelaskan pengaruh antar variabel, berikut ini:

1) Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap Stres Positif

Angka C.R 3.443 dan p adalah ***. Hal ini menunjukkan angka p di bawah 0,05 sehingga H1 diterima (signifikan) dan dapat dinyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara variabel *Self-Efficacy* dengan Stres Positif.

2) Pengaruh Stres Positif terhadap Kepuasan Hidup

Angka C.R 2.031 dan p adalah 0,042. Hal ini menunjukkan angka p di bawah 0,05 sehingga H2 diterima (signifikan) dan dapat dinyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan antara variabel Stres Positif dengan Kepuasan Hidup..

3) Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap Kepuasan Hidup

Angka C.R -.278 dan p adalah 0.781. Angka ini menunjukkan angka di atas 0,05 sehingga H3 tidak terdukung (tidak signifikan) berarti bahwa variabel Stres Positif memiliki pengaruh negatif dan berpengaruh lemah terhadap Kepuasan Hidup.

Pengujian Intervening / Efek Mediasi

Adapun pengaruh langsung dan pengaruh tidak langsung dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5

	<i>Standardized Direct Effects</i>			<i>Standardized Indirect Effects</i>		
	<i>SE</i>	<i>SP</i>	<i>KH</i>	<i>SE</i>	<i>SP</i>	<i>KH</i>
Stres Positif	0.473	0	0	0	0	0
Kepuasan Hidup	0.195	0.209	0	0.099	0	0

Sumber: Data primer yang diolah

Melihat hasil tabel 5 menunjukkan bahwa nilai pengaruh langsung *Self-Efficacy* lebih besar dari nilai pengaruh tidak langsung Stres Positif, sehingga dapat dinyatakan bahwa Stres Positif tidak memediasi hubungan *Self-Efficacy* dan Kepuasan Hidup.

Pembahasan

Hasil pengujian yang diajukan dalam penelitian ini dapat dijelaskan secara lengkap, sebagai berikut:

Berdasarkan hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel *Self-Efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel Stres Positif. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa S2 Pascasarjana UMY sudah memiliki *Self-Efficacy* dan dapat mengelola Stres Positif. Keadaan ini bisa didukung oleh *Self-Efficacy* karyawan yang menempuh S2 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta mampu dalam membagi waktu, kewajiban dan prestasi antara pekerjaan dan perkuliahan yang mempengaruhi Stres Positif individu. Hal ini sesuai dengan teori (Bandura, 1982) dalam (O'Sullivan, 2011) menyatakan berkaitan dengan mengatasi stres, telah menunjukkan bahwa “dirasakan *Self-Efficacy* dapat membantu untuk menjelaskan fenomena yang beragam seperti perubahan perilaku, tingkat reaksi stres fisiologis, regulasi diri perilaku, dan perjuangan untuk prestasi”. Hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu dari Jonathan dan (Redenghyus, 2010) dalam (Nizami N & Nisa M, 2014) “*Influence of Sources of Stress on Mental Health in Youth: A Key Role of General Self-Efficacy as Protective Factor*”. *Self-Efficacy* dapat mengurangi efek negatif dari manifestasi stress seperti yang

ditunjukkan oleh indeks dari tekanan psikologis pada psikologis, emosional dan kesejahteraan sosial.

Berdasarkan hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel Stres Positif berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Hidup. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa S2 Pascasarjana UMY memiliki Stres Positif yang akan mempengaruhi Kepuasan Hidup secara individu. Tahap Kepuasan Hidup seseorang merupakan perkara yang subjektif dan ia hanya dapat ditafsirkan oleh individu itu sendiri. Individu yang kerap berpuas hati dengan kehidupan yang mereka jalani. Mahasiswa S2 yang dapat mengelola stress nya dari tekanan yang ditimbulkan oleh pekerjaan dan pendidikan akan lebih berpeluang mendapatkan Kepuasan Hidup dan sangat mempengaruhi kesejahteraan hidup dan kesehatan mental seseorang. Hal ini sesuai dengan teori (Diener, 2013) dalam (O'Sullivan, 2011) menyatakan kebahagiaan dan kepuasan hidup adalah penilaian subjektif individu mengenai kesehatannya dan bukan atas penilaian objektif yang didasarkan pada analisa medis. Hipotesis keenam yang diajukan dalam penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu dari (O'Sullivan, 2011) "*The Relationship Between Hope, Eustress, Self-Efficacy, and Life Satisfaction Among Undergraduates.*" Penelitian sebelumnya telah menunjukkan hubungan positif antara *Eustress* dapat digunakan untuk memprediksi kepuasan hidup.

Berdasarkan hasil pengujian menunjukkan bahwa *Self-Efficacy* tidak berpengaruh signifikan terhadap Kepuasan Hidup. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *Self-Efficacy* yang dimiliki karyawan maka akan semakin rendah Kepuasan Hidup Karyawan, demikian pula sebaliknya. Secara umum, aspek *Self-Efficacy* dan Kepuasan

Hidup mempunyai keterkaitan yang erat. Individu yang memiliki *Self-Efficacy* akan berusaha untuk dapat melakukan apa yang dikehendakinya. Oleh karena itu adalah wajar jika dikatakan individu yang mempunyai *Self-Efficacy* akan mencapai tahap kepuasan hidup yang lebih baik. Tetapi, menurut Sears (dalam, Hurlock, 2009) mengatakan bahwa, di antara individu-individu yang mempunyai tingkat kecerdasan yang sangat tinggi, terdapat kecenderungan untuk menganggap kepuasan hidup lebih banyak berasal dari keluarga yang bahagia daripada keberhasilan dalam prestasi dalam pekerjaan. Pendapat ini di dapatkan oleh individu yang mengingat masa lampau dan berusaha menilai tentang penyebab kepuasan hidup mereka pada usia-usia yang berbeda dalam masa dewasa. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepuasan Hidup pun dapat menjadi pertimbangan seseorang terhadap Kepuasan Hidupnya, diantaranya yaitu Kesehatan, Status Kerja, Pendapatan, Realisme dan Konsep-Konsep Peran, Pernikahan, Usia, Pendidikan & Agama. Hasil ini menunjukkan bahwa *Self-Efficacy* dari karyawan yang menempuh perkuliahan S2 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan mempunyai keberhasilan maupun prestasi dalam pekerjaan bukan menjadi salah satu penentu karyawan tersebut akan mendapatkan Kepuasan Hidup. Hal ini tidak sesuai dengan teori (Hurlock, 1980) dalam (O'Sullivan, 2011) menyatakan kepercayaan mengenai kompetensi personal dalam sebuah situasi khusus. Tingkat keberhasilan individu ketika memecahkan masalah penting dalam kehidupannya juga mempengaruhi kebahagiaan dan menentukan kepuasan hidup individu tersebut. Hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian terdahulu dari (Khan, 2015) "*Self-Efficacy as a Predictor of Life Satisfaction among*

Undergraduate Students". *Self-Efficacy* dan status kesehatan secara signifikan berkorelasi dengan kepuasan hidup.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan menggunakan AMOS sebagai alat analisis untuk menguji 3 hipotesis penelitian di Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yaitu *Self-Efficacy*, Stres Positif, dan Kepuasan Hidup dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Pengujian hipotesis 1 diperoleh hasil *Self-Efficacy* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Positif, sehingga H1 diterima.
2. Pengujian hipotesis 2 diperoleh hasil *Self-Efficacy* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Hidup, sehingga H2 diterima.
3. Pengujian hipotesis 3 diperoleh hasil Stres Positif tidak memiliki pengaruh terhadap Kepuasan Hidup, sehingga H3 ditolak.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan-keterbatasan yang ada dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Kurangnya jumlah responden dalam penelitian ini sehingga data yang diolah kurang representatif, oleh karena itu responden perlu diperbanyak lagi agar lebih representatif.
2. Waktu yang di butuhkan dalam penelitian terlampaui lama, dikarenakan harus menunggu Mahasiswa S2 memulai perkuliahan dan aktif kembali dalam perkuliahan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diharapkan dapat membantu, mengembangkan, mengarahkan *Self-Efficacy*, Stres Positif, dan Kepuasan Hidup diharapkan dapat menyeimbangkan keempat variabel diatas agar mendapatkan keseimbangan antara pekerjaan dan akademik.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat menambah responden agar mendapatkan hasil yang lebih representatif.