

Original Article

Hubungan *Parental Support* dan *Academic Self-Efficacy* Dengan *Academic Well-Being* Siswa SMA di Semarang Selatan

Amira Luthfy Budiharjo^{1*)}, Rossi Galih Kesuma²
Universitas Negeri Semarang¹²

*) Alamat korespondensi: Sekaran, Kec. Gunung Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah 50229, Indonesia; E-mail: rossigk@mail.unnes.ac.id

Article History:

Received: 20/04/2026;
Revised: 25/04/2026;
Accepted: 25/06/2026;
Published: 30/06/2026.

How to cite:

Amira Luthfy Budiharjo 1, Rossi Galih Kesuma 2. (2026). Hubungan *Parental Support* dan *Academic Self-Efficacy* Dengan *Academic Well-Being* Siswa SMA di Semarang Selatan. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), pp. 104–114. DOI: 10.26539/teraputik/10/1/26.1237



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2026, Luthfy, A.B., & Galih, R. K. (s).

Abstract: *The academic well-being of high school students requires attention due to academic demands that can affect students' learning experiences and psychological adjustment. This study aims to examine the relationship between parental support and academic self-efficacy with academic well-being among 11th-grade students at a public high school in Semarang Selatan District. The study employed a quantitative correlational design. The population consisted of 862 students, with a sample of 274 students selected using cluster random sampling. Data were collected using psychological scales that had been validated for both validity and reliability, with Cronbach's Alpha values of 0.940 for the parental support scale, 0.905 for academic self-efficacy, and 0.906 for academic well-being. The data were analyzed using multiple linear regression. The results indicated that parental support ($\beta = 0.176$; $t = 4.013$; $p < 0.001$) and academic self-efficacy ($\beta = 0.668$; $t = 15.234$; $p < 0.001$) are significantly associated with academic well-being. Simultaneously, academic self-efficacy has a greater impact than parental support ($\beta = 0.668 > \beta = 0.176$). These two variables account for 58.1% of the variation in academic well-being. These findings confirm that students' academic well-being must be understood through the integration of family support and academic self-efficacy.*

Keywords: *Parental Support, Academic Self-Efficacy, Academic Well-being, High School Students*

Abstrak: *Academic well-being siswa SMA perlu mendapat perhatian karena tuntutan akademik yang dapat memengaruhi pengalaman belajar dan penyesuaian psikologis siswa. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan *parental support* dan *academic self-efficacy* dengan *academic well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif desain korelasional. Populasi berjumlah 862 siswa, dengan sampel sebanyak 274 siswa yang dipilih menggunakan *cluster random sampling*. Data dikumpulkan dengan skala psikologis yang telah divalidasi baik dari segi validitas maupun reliabilitas, dengan nilai *Cronbach's Alpha* pada skala *parental support* sebesar 0,940, *academic self-efficacy* sebesar 0,905, dan *academic well-being* sebesar 0,906. Data dianalisis dengan regresi linier berganda. Hasil menunjukkan bahwa *parental support* ($\beta = 0,176$; $t = 4,013$; $p < 0,001$) dan *academic self-efficacy* ($\beta = 0,668$; $t = 15,234$; $p < 0,001$) berhubungan signifikan dengan *academic well-being*. *Academic self-efficacy* memiliki kontribusi yang lebih tinggi dibandingkan *parental support* ($\beta = 0,668 > \beta = 0,176$). Kedua variabel menjelaskan sebesar 58,1% variasi *academic well-being*. Temuan ini menegaskan bahwa *academic well-being* siswa perlu dipahami melalui keterpaduan dukungan keluarga dan *academic self-efficacy*.*

Kata Kunci: *Parental Support, Academic Self-Efficacy, Academic Well-being, siswa SMA*

Pendahuluan

Sekolah berperan mengembangkan potensi dan kesejahteraan siswa secara menyeluruh (Rohman & Fauziah, 2016). Dalam konteks pendidikan, *academic well-being* merujuk pada kondisi kesejahteraan siswa dalam menjalani aktivitas akademik secara optimal. Kondisi ini ditunjukkan melalui keterlibatan siswa dalam belajar, kepuasan terhadap pengalaman akademik, serta kemampuan menghadapi tuntutan akademik secara adaptif (Renshaw & Bolognino, 2016). Selain itu, *academic well-being* juga berkaitan dengan perasaan terhubung dengan lingkungan

sekolah, memiliki efikasi diri, serta mencapai kepuasan dalam proses belajar yang menunjukkan bahwa pengalaman belajar siswa tidak hanya bersifat kognitif tetapi juga emosional dan sosial (Putwain et al., 2015; Suldo et al., 2013). Dengan demikian, *academic well-being* menjadi indikator penting dalam memahami pengalaman belajar siswa, bukan semata-mata hasil akademiknya.

Perhatian terhadap *academic well-being* semakin penting karena siswa SMA berada pada fase perkembangan yang berhadapan dengan tuntutan akademik, sosial, dan masa depan pendidikan yang semakin kompleks. Siswa dengan tingkat *academic well-being* yang baik cenderung menunjukkan motivasi yang tinggi, mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik, serta terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran. Mereka memandang kegiatan belajar bukan sebagai beban, melainkan sebagai kesempatan untuk berkembang, sehingga menunjukkan sikap positif terhadap proses belajar dan kehidupan sekolah, sementara pada kondisi *academic well-being* yang rendah dapat berdampak pada munculnya kelelahan belajar, stres akademik, serta menurunnya keterlibatan siswa dalam pembelajaran yang pada akhirnya dapat menghambat pencapaian akademik secara optimal (Pascoe et al., 2020; Liu et al., 2013). Hal ini selaras dengan temuan Schnell et al. (2025) dan Uno (2016) yang menunjukkan bahwa kesejahteraan siswa berhubungan positif dengan *school engagement* dan sikap positif terhadap sekolah, serta menjadi prediktor bagi keberhasilan akademik. Dari kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya *academic well-being* dapat memengaruhi motivasi belajar, keterlibatan siswa dalam pembelajaran, serta kemampuan siswa dalam menghadapi tuntutan akademik. Oleh karena itu, *academic well-being* menjadi aspek yang harus diperhatikan dalam usaha meningkatkan kualitas proses dan hasil pendidikan siswa.

Meskipun *academic well-being* memiliki peran yang penting dalam mendukung keberhasilan proses belajar siswa, pada kenyataannya tidak semua siswa mampu mencapai kondisi kesejahteraan akademik yang optimal. Berbagai tuntutan akademik dan tekanan selama proses pendidikan dapat menjadi hambatan bagi siswa dalam mempertahankan kesejahteraan akademiknya. Banyak siswa yang mengalami berbagai tuntutan akademik seperti beban tugas yang tinggi serta kesulitan dalam memahami materi pembelajaran yang sering dialami oleh siswa/i usia remaja (Barselii et al., 2017). Berdasarkan Survei Nasional yang telah dilakukan oleh UNICEF Indonesia Tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 45% siswa di Indonesia merasa tertekan di sekolah dan hal ini berdampak pada *academic well-being* siswa. Pada penelitian lain ditemukan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis remaja SMA Negeri di Kecamatan Semarang Tengah belum mencapai tingkat optimal dan cenderung berada pada kategori sedang, yang ditandai dengan belum optimalnya kebahagiaan dan kepuasan hidup serta adanya indikasi depresi (Soputan, 2021). Selain itu, tekanan dan ekspektasi orang tua terhadap kekhawatiran akan masa depan pendidikan dapat menjadi salah satu sumber stres (Zhou et al., 2023). Hasil pra-survei yang dilakukan kepada 5 siswa kelas XI di SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan menggunakan kuesioner terbuka melalui *Google Form*. Kuesioner tersebut berisi beberapa pertanyaan terbuka yang bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi *academic well-being* siswa sebelum penelitian dilakukan. Hasil pra-survei menunjukkan bahwa sebagian siswa belum sepenuhnya menunjukkan *academic well-being* yang optimal. Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka sering merasa lelah dan kehilangan semangat dalam mengikuti kegiatan belajar, terutama ketika tugas sekolah menumpuk atau jadwal ujian padat. Namun, terdapat pula siswa yang merasa nyaman dan termotivasi dalam mengikuti kegiatan belajar. Temuan pra-survei ini menggambarkan bahwa *academic well-being* siswa Kelas XI di SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan masih bervariasi dan belum mencapai kondisi yang ideal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *academic well-being* siswa tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan akademik, tetapi juga dari berbagai faktor yang dapat membantu siswa menghadapi tekanan belajar seperti faktor eksternal berupa dukungan keluarga serta faktor internal berupa keyakinan terhadap kemampuan diri.

Kondisi *academic well-being* siswa tidak terlepas dari peran dukungan dari lingkungan sosialnya, salah satunya adalah *parental support*. Menurut Sarafino dalam (Pangaribuan, 2023) menyatakan bahwa *parental support* merujuk pada bentuk dukungan yang diterima individu dari orang tua, seperti rasa nyaman, perhatian, penghargaan, maupun bantuan yang diberikan dalam berbagai situasi. Hubungan yang dekat, hangat dan penuh dukungan antara orang tua dan anak

tidak hanya memberikan rasa aman secara emosional tetapi juga dapat menumbuhkan motivasi, keyakinan diri dan juga kemampuan siswa dalam menghadapi tuntutan akademik. Temuan ini konsisten dengan studi oleh (A. M.-C. Vansoeterstede et al., 2025; A. Vansoeterstede et al., 2024) yang mengungkapkan bahwa keterikatan yang aman dengan orang tua berhubungan positif dengan tingkat keterlibatan siswa dalam pekerjaan sekolah dan menurunkan kelelahan akademik, dan dukungan sosial dari orang tua dapat meningkatkan kesejahteraan akademik. Selain itu, Chan et al., (2022) juga menyatakan bahwa remaja dengan dukungan orangtua yang kuat menunjukkan fungsi psikososial dan akademik yang lebih tinggi.

Namun, dukungan dari lingkungan keluarga saja belum cukup apabila siswa tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan akademik. Oleh karena itu, faktor internal berupa *academic self-efficacy* juga berperan dalam menentukan *academic well-being* siswa. Menurut Bandura dalam (Khodapanah, F., & Tamannaeifar, M., 2023) efikasi diri akademik mencerminkan sejauh mana siswa percaya diri terhadap kemampuannya untuk memahami, mengatur, dan menyelesaikan tuntutan akademik yang dihadapi. Penelitian yang dilakukan oleh Khodapanah, F., & Tamannaeifar, M. (2023) menghasilkan bahwa efikasi diri akademik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan akademik dan bahkan berperan lebih besar dalam menjelaskan variansi kesejahteraan akademik dibandingkan kebahagiaan. Selain itu, menurut Sahraei dalam (Afrashteh & Rezaei, 2022) juga menunjukkan bahwa sebagian dari distribusi *academic well-being* siswa dapat dijelaskan oleh efikasi diri akademik. Berdasarkan uraian tersebut, dapat diketahui bahwa *academic well-being* siswa dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal (*parental support*) dan faktor internal (*academic self-efficacy*).

Walaupun banyak penelitian telah mengkaji *academic well-being*, sebagian besar penelitian masih berfokus pada konsep *school well-being* atau *student well-being* secara umum serta lebih banyak dilakukan pada konteks luar negeri. Padahal, karakteristik budaya, sistem pendidikan, serta pola hubungan keluarga di Indonesia berbeda dengan negara lain, sehingga hasil penelitian luar negeri belum tentu dapat menggambarkan kondisi *academic well-being* siswa di Indonesia secara spesifik. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji *academic well-being* pada siswa SMA di Indonesia, terutama dengan mengombinasikan faktor eksternal seperti *parental support* dan faktor internal seperti *academic self-efficacy*, masih relatif terbatas. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Amalia, I. (2020) yang hanya mendeskripsikan tingkat *school well-being* siswa tanpa menguji hubungan variabel yang memengaruhi kesejahteraan tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih kontekstual mengenai faktor-faktor yang berkorelasi dengan *academic well-being* pada siswa SMA, dengan menambahkan variabel yang berasal dari lingkungan eksternal (*parental support*) dan faktor internal dari dalam diri siswa (*academic self-efficacy*).

Penelitian akan dilakukan di SMA Negeri Kecamatan Semarang Selatan, dengan pertimbangan bahwa berdasarkan hasil pra-survei yang peneliti lakukan kepada beberapa siswa di kedua sekolah tersebut, masih ditemukan gejala rendahnya *academic well-being* siswa. Kondisi tersebut terlihat dari adanya siswa yang merasa lelah dalam mengikuti kegiatan belajar, kehilangan semangat saat menghadapi tugas yang menumpuk, serta mengalami tekanan akademik yang cukup tinggi. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa *academic well-being* menjadi aspek yang perlu diperhatikan dalam proses pendidikan, terutama pada siswa SMA yang berada pada fase perkembangan dengan tuntutan akademik yang semakin kompleks. Apabila kondisi ini dibiarkan, maka hal tersebut dapat berdampak pada menurunnya keterlibatan belajar serta membuat kesejahteraan akademik semakin rendah dan terganggu.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *parental support* dan *academic self-efficacy* dengan *academic well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan, dengan harapan hasilnya dapat dijadikan untuk bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dan guru BK saat menyusun program agar tidak berfokus pada *academic achievements* saja, namun juga kesejahteraan akademik siswa secara menyeluruh.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional bertujuan untuk melihat hubungan antar ketiga variabel yang diteliti serta mengukur seberapa besar hubungannya. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Semarang dan SMA Negeri 11 Semarang yang berjumlah 862 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan *cluster random sampling*. Metode ini dipilih karena populasi penelitian terbagi dalam kelompok-kelompok alami berupa kelas, sehingga memudahkan peneliti dalam proses pengambilan sampel secara efisien dan tetap representatif.

Penentuan jumlah sampel dihitung menggunakan rumus *Slovin* dengan tingkat kesalahan 5%, dan didapatkan sampel sejumlah 274 siswa. Sampel kemudian didistribusikan secara proporsional ke masing-masing sekolah, yaitu 137 siswa dari SMA Negeri 1 Semarang dan 137 siswa dari SMA Negeri 11 Semarang. Seluruh kelas XI pada kedua sekolah yang semula berjumlah 24 kelas dijadikan sebagai klaster penelitian. Namun, 2 kelas di SMA Negeri 11 Semarang telah digunakan untuk uji coba instrumen sehingga tidak dilibatkan dalam sampel penelitian utama. Dengan demikian, jumlah klaster yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 22 kelas. Selanjutnya, dari setiap klaster (kelas) dipilih sejumlah siswa sekitar 11-14 siswa yang dipilih secara acak melalui undian untuk digunakan sebagai sampel penelitian dan jumlah sampel tiap kelas dibagi secara proporsional, sehingga setiap siswa memiliki peluang setara untuk terpilih.

Instrumen dalam penelitian ini meliputi skala *parental support*, skala *academic self-efficacy*, dan skala *academic well-being* yang dikembangkan berdasarkan indikator teoretis yang relevan serta telah melalui pengujian validitas dan reliabilitas. Skala *parental support* disusun berdasarkan aspek dari Sarafino dan Smith yang meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Skala *academic self-efficacy* disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Bandura, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*. Sementara itu, skala *academic well-being* disusun berdasarkan model PERMA dari Seligman yang mencakup aspek *positive emotion*, *engagement*, *relationship*, *meaning*, dan *accomplishment*. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*) melalui *expert judgement* untuk menilai kesesuaian item dengan aspek teori yang digunakan. Setelah itu dilakukan uji coba instrumen kepada 50 responden diluar sampel utama penelitian dan analisis validitas konstruk menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* melalui bantuan SPSS untuk mengetahui validitas setiap item pernyataan.

Hasil uji instrumen menunjukkan bahwa pada skala *parental support* terdapat 26 item yang dinyatakan valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* (α) sebesar 0,940, dapat dikategorikan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi. Selanjutnya, skala *academic self-efficacy* terdiri dari 25 item valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* (α) sebesar 0,905, menunjukkan tingkat reliabilitas sangat baik. Adapun skala *academic well-being* memiliki 34 item valid dengan nilai *Cronbach's Alpha* (α) sebesar 0,906, sehingga seluruh instrumen dalam penelitian ini dinyatakan layak dan konsisten untuk digunakan dalam pengumpulan data. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear berganda. Teknik ini dipilih karena mampu menjelaskan hubungan serta kontribusi variabel *parental support*, *academic self-efficacy* terhadap *academic well-being*, baik secara simultan ataupun parsial.

Dalam penelitian ini, ketiga skala tersebut menggunakan model skala Likert dengan empat alternatif respons, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS), yang dirancang untuk menggambarkan tingkat persetujuan responden terhadap setiap pernyataan.

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan pada bulan Februari - Maret 2026. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner secara langsung kepada responden di kedua sekolah tersebut setelah memperoleh izin dari pihak sekolah. Sebelum pengisian kuesioner dilakukan, peneliti terlebih dahulu menjelaskan tujuan penelitian serta memberikan arahan terkait tata cara pengisian instrumen. Penelitian ini juga memperhatikan aspek etika penelitian, di mana responden diberikan kebebasan untuk bersedia atau tidak berpartisipasi dalam penelitian, serta dijamin kerahasiaan identitas dan data yang diberikan.

Analisis diawali dengan analisis deskriptif untuk menggambarkan tingkat variabel-variabel yang diteliti. Kemudian, dilakukan pengujian asumsi klasik (uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas) agar memastikan kelayakan data sebelum dilakukan analisis regresi. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, dilakukan uji hipotesis menggunakan regresi linier berganda melalui uji F, uji T serta Uji koefisien determinasi.

Keterbatasan penelitian ini yaitu variabel yang diteliti masih terbatas pada *parental support* dan *academic self-efficacy*, sementara masih terdapat berbagai faktor lain yang berpotensi memengaruhi *academic well-being* serta sampel yang digunakan hanya dilakukan pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan.

Hasil dan Diskusi

Hasil

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilaksanakan guna menggambarkan tingkat *parental support*, *academic self-efficacy*, dan *academic well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan. Proses analisis dibantu oleh perangkat lunak *Microsoft Excel* dan *SPSS* versi 26. Penentuan kategori pada masing-masing variabel dilakukan berdasarkan pembagian interval skor dari nilai minimum dan maksimum ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil analisis deskriptif variabel *parental support*, *academic self-efficacy*, dan *academic well-being* disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD	Ket
<i>Parental Support</i>	274	35	104	78,325	12,323	Tinggi
<i>Academic Self-Efficacy</i>	274	37	96	71,810	8,814	Sedang
<i>Academic Well-being</i>	274	70	130	100,821	10,873	Sedang

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa variabel *parental support* berada pada kategori tinggi dengan nilai *mean* 78,325 dan standar deviasi (SD) 12,323. *Academic Self-Efficacy* berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 71,810 dan standar deviasi (SD) 8,814 dan *academic well-being* berada pada kategori sedang dengan nilai *mean* 100,821 dan standar deviasi (SD) 10,873.

2. Uji Asumsi Klasik

Setelah analisis deskriptif dilakukan, langkah berikutnya adalah pengujian asumsi klasik guna memverifikasi bahwa data memenuhi syarat analisis statistik. Uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas. Pengujian normalitas memakai metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*, di mana data dianggap normal apabila nilai sig. > 0,05, dan tidak normal jika nilainya < 0,05. Hasil pengujian menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200, yang lebih tinggi dari 0,05 (0,200 > 0,05). Dengan demikian, data dari penelitian ini berdistribusi normal.

Uji linearitas dilakukan menggunakan Uji Linearitas (ANOVA) dalam perangkat lunak SPSS. Hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen dianggap ada jika nilai sig. deviasi dari linearitas lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilainya kurang dari 0,05, hubungan tersebut bersifat non-linear. Berdasarkan hasil uji, nilai deviasi dari linearitas antara *parental support* dan *academic well-being* adalah 0,437 (> 0,05), sedangkan antara *academic self-efficacy* dan *academic well-being* adalah 0,469 (> 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antar variabel bersifat linier.

Multikolinearitas diuji menggunakan analisis regresi dengan memeriksa nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor (VIF)*. Kriteria keputusannya adalah: tidak ada multikolinearitas jika toleransi > 0,10 dan VIF < 10,00; sebaliknya, multikolinearitas terjadi jika toleransi < 0,10 atau VIF > 10,00. Hasil pengujian menunjukkan nilai Toleransi untuk variabel *parental support* dan *academic self-efficacy* yaitu 0,798 (> 0,10) dan VIF sebesar 1,253 (< 10). Oleh karena itu, tidak ditemukan tanda-tanda multikolinearitas.

Uji heteroskedastisitas menggunakan metode uji Park melalui analisis regresi di SPSS versi 26. Tidak terdapat heteroskedastisitas jika nilai Sig. > 0,05, sedangkan heteroskedastisitas terjadi jika nilainya < 0,05. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,604 untuk *parental support* dan 0,079 untuk *academic self-efficacy*, keduanya melebihi 0,05. Dengan demikian, model penelitian bebas dari heteroskedastisitas. Secara keseluruhan, hasil uji asumsi klasik menegaskan bahwa data memenuhi persyaratan normalitas dan linearitas serta bebas dari multikolinearitas dan heteroskedastisitas, sehingga analisis dapat dilanjutkan ke uji hipotesis dengan regresi linier berganda.

3. Uji Hipotesis

Analisis regresi linear berganda dipakai untuk menganalisis korelasi satu variabel dependen terhadap dua atau lebih variabel independen (Hair et al., 2019). Tujuan utamanya adalah menguji tingkat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, baik secara simultan maupun parsial. Selain itu, analisis ini juga berguna untuk menentukan arah hubungan (positif atau negatif) serta variabel yang memiliki pengaruh paling dominan. Hasil uji T (parsial) untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independen terhadap *academic well-being* dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji T

Coefficients^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
		B	Std. Error	Beta	t Sig.
1	(Constant)	29.438	3.726		7.900 .000
	Parental Support	.155	.039	.176	4.013 .000
	Academic Self Efficacy	.825	.054	.668	15.234 .000

a. Dependent Variable: Academic Wellbeing

Dari tabel.2 hasil uji t (parsial), menunjukkan variabel *parental support* memiliki nilai sig. sebesar 0,000 (< 0,05) dengan nilai t hitung sebesar 4,013. Hal tersebut memperlihatkan ada hubungan yang signifikan antara *parental support* dengan *academic well-being*. Selain itu, variabel *academic self-efficacy* juga memiliki nilai sig. sebesar 0,000 (< 0,05) dengan nilai t hitung sebesar 15,234. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *academic self-efficacy* dengan *academic well-being*. Berdasarkan nilai koefisien beta, diketahui *academic self-efficacy* mempunyai nilai beta sebesar 0,668, lebih tinggi dibandingkan dengan *parental support* (0,176). Hasil tersebut mengartikan bahwa *academic self-efficacy* adalah variabel yang mempunyai pengaruh paling dominan dengan *academic well-being*.

Selanjutnya, dilakukan uji F untuk mengetahui hubungan *parental support* dan *academic self-efficacy* secara simultan terhadap *academic well-being* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji F

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	18838.172	2	9419.086	189.979	.000 ^b
	Residual	13436.065	271	49.580		
	Total	32274.237	273			

a. Dependent Variable: Academic Wellbeing
b. Predictors: (Constant), Academic Self Efficacy, Parental Support

Berdasarkan hasil uji F tabel 3. diatas, menunjukkan nilai sig. sebesar 0,000 < 0,05. Dari hasil ini, secara simultan, ada hubungan yang signifikan antara variabel *parental support* dan *academic self-efficacy* terhadap *academic well-being*.

Selanjutnya, Uji koefisien determinasi (R^2) dilakukan untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen. Hasil uji koefisien determinasi dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
	.764 ^a	0,584	0,581	7,04128
a. Predictors: (Constant), Academic Self Efficacy, Parental Support				

Dari tabel 4. diatas, diperoleh nilai *Adjusted R Square* 0,581. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebesar 58,1% variasi *academic well being* dapat dijelaskan oleh variabel *parental support* dan *academic self-efficacy* secara simultan, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel *parental support* berada pada kategori tinggi dengan nilai *mean* 78,325 dan standar deviasi (SD) 12,323. Hasil ini menggambarkan bahwa secara umum siswa merasakan dukungan yang baik dari orang tua, baik dalam bentuk perhatian, motivasi, maupun bantuan dalam menghadapi kegiatan akademik. Kemudian, variabel *academic self-efficacy* berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 71,810 dan standar deviasi (SD) 8,814. Hal ini menggambarkan bahwa siswa telah mempunyai keyakinan yang cukup baik pada kemampuan akademiknya. Siswa cenderung mampu menghadapi tugas dan tuntutan belajar, meskipun dalam beberapa situasi tertentu masih diperlukan penguatan untuk meningkatkan kepercayaan diri secara lebih optimal. Selanjutnya, variabel *academic well-being* berada pada kategori sedang dengan nilai *mean* 100,821 dan standar deviasi (SD) 10,873. Hal ini menunjukkan bahwa siswa telah mampu menjalani aktivitas akademik dengan cukup baik dan menunjukkan keterlibatan dalam proses pembelajaran.

Hasil penelitian melalui analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa *parental support* dan *academic self-efficacy* secara bersama-sama ada hubungan yang signifikan dengan *academic well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa *academic well-being* siswa terbentuk melalui interaksi antara faktor eksternal berupa dukungan lingkungan dan faktor internal berupa keyakinan terhadap kemampuan diri. Pada siswa SMA, tuntutan akademik seperti beban tugas, jadwal ujian, serta persiapan pendidikan lanjutan dapat menjadi sumber tekanan dalam proses belajar. Dalam kondisi tersebut, dukungan orang tua membantu siswa merasa diperhatikan dan termotivasi, sedangkan *academic self-efficacy* mendorong siswa lebih percaya diri dalam menghadapi kesulitan akademik. Kombinasi keduanya membuat siswa lebih mampu menjalani proses pembelajaran dengan nyaman dan stabil secara emosional, sehingga semakin tinggi *parental support* dan *academic self-efficacy*, maka semakin tinggi pula tingkat *academic well-being* yang dimiliki siswa. Hal ini selaras dengan temuan Yusuf & Nurihsan (2016) yang mengatakan perkembangan siswa tidak terlepas dari pengaruh lingkungan keluarga serta kondisi psikologis individu. Selain itu, Mubarak & Pierewan (2020) juga menyatakan bahwa *academic well-being* merupakan hasil interaksi antara faktor kontekstual seperti dukungan sosial dan faktor personal seperti efikasi diri, yang bersama-sama memengaruhi keterlibatan dan kepuasan siswa dalam belajar.

Jika dianalisis masing-masing variabel dari hasil Uji t, *parental support* menunjukkan hubungan yang signifikan dengan *academic well-being*. Hal tersebut memperlihatkan bahwa dukungan orang tua berperan dalam menciptakan *academic well-being* siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan. Dukungan tersebut berupa pemberian perhatian terhadap kegiatan belajar, dorongan motivasi, bantuan dalam menyelesaikan tugas, serta komunikasi positif terkait Pendidikan (Rahmat, C. P., Nirwana, H., & Netrawati, N. 2020). Kondisi tersebut membuat siswa merasa dihargai dan memperoleh lingkungan belajar yang lebih nyaman, sehingga dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Hal ini didukung pendapat Nurjan (2016) yang mengatakan proses belajar dipengaruhi oleh faktor

internal dan eksternal, termasuk lingkungan keluarga yang dapat menciptakan suasana belajar kondusif. Hubungan orang tua dan anak yang suportif dapat meningkatkan keterlibatan akademik dan menurunkan tingkat kelelahan belajar. Hal ini didukung oleh penelitian Aditaputri., et al (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan orang tua memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan individu. *Parental engagement* dalam proses pendidikan dapat membentuk sikap positif siswa terhadap pembelajaran. Ketika orang tua menunjukkan kepedulian terhadap perkembangan akademik anak, siswa akan lebih terdorong untuk memiliki tanggung jawab terhadap tugas-tugas sekolahnya. Dengan demikian, *parental support* tidak hanya berdampak pada sisi emosional, namun pada aspek perilaku akademik siswa juga.

Selain *parental support*, hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic well-being*, dan menjadi variabel yang lebih dominan dibandingkan *parental support*. Hal ini diperkuat oleh nilai koefisien beta, di mana *academic self-efficacy* memiliki nilai sebesar 0,668, lebih tinggi dibandingkan *parental support* sebesar 0,176. Temuan ini mengindikasikan bahwa pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan, keyakinan terhadap kemampuan diri (*academic self-efficacy*) dalam menyelesaikan tugas akademik merupakan faktor utama dalam menentukan *academic well-being*.

Siswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung akan percaya diri dalam menghadapi tantangan belajar, tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan, serta mampu mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif. Tekanan belajar seperti banyaknya tugas, ujian, maupun tuntutan pencapaian akademik tidak dipandang sebagai hambatan yang mengancam, melainkan sebagai tantangan yang dapat diatasi melalui usaha dan kemampuan yang dimiliki. Sebaliknya, siswa dengan *self-efficacy* yang lebih rendah cenderung mudah merasa ragu, tertekan dan membutuhkan waktu lebih dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik. Dengan demikian, *academic self-efficacy* tidak hanya berperan sebagai faktor pendukung, tetapi juga sebagai determinan utama dalam membentuk *academic well-being*.

Temuan ini sejalan dengan teori Bandura yang mengatakan bahwa *self-efficacy* memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi suatu tugas. Temuan ini juga didukung oleh Khodapanah, F., & Tamannaeifar, M. (2023) yang menyatakan bahwa *academic self-efficacy* merupakan prediktor kuat dari *academic well-being*, serta Afrashteh & Rezaei (2022) yang menemukan bahwa *self-efficacy* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *well-being* siswa dalam konteks akademik.

Dominannya peran *academic self-efficacy* menunjukkan bahwa faktor internal memiliki pengaruh yang lebih proksimal terhadap *academic well-being* dibandingkan faktor eksternal. Meskipun *parental support* berperan sebagai sumber dukungan lingkungan, pengaruh tersebut tidak selalu langsung meningkatkan *academic well-being* apabila tidak diinternalisasi dalam bentuk keyakinan diri oleh siswa. Dengan kata lain, dukungan orang tua akan lebih efektif ketika mampu meningkatkan keyakinan diri akademik siswa, yang pada akhirnya menjadi mekanisme utama dalam meningkatkan *academic well-being*. Selain itu, pada konteks remaja, terdapat kecenderungan perkembangan menuju kemandirian psikologis, di mana individu mulai lebih mengandalkan evaluasi diri dibandingkan pengaruh eksternal. Hal ini menyebabkan *academic self-efficacy* menjadi faktor yang lebih menentukan dalam menghadapi tuntutan akademik, karena siswa lebih banyak bergantung pada persepsi kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, menghadapi kesulitan, serta mempertahankan keterlibatan dalam proses belajar.

Selain faktor keluarga, lingkungan sekolah juga dapat memengaruhi terbentuknya *academic well-being* siswa. Siswa yang berada pada lingkungan belajar yang kompetitif cenderung membutuhkan keyakinan diri (*self-efficacy*) yang kuat agar mampu menghadapi tuntutan akademik secara adaptif. Hal ini dapat menjelaskan mengapa *academic self-efficacy* dalam penelitian ini menjadi variabel yang paling dominan. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik budaya Indonesia yang menempatkan keluarga sebagai sumber dukungan utama bagi remaja, sehingga keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak masih cukup tinggi, baik melalui perhatian, pengawasan, maupun pemberian dorongan akademik. Kondisi tersebut membuat *parental support* memiliki peran penting dalam membentuk kenyamanan dan kesejahteraan siswa selama menjalani proses pendidikan.

Maka dari itu, meskipun *academic self-efficacy* memiliki kontribusi yang lebih dominan terhadap *academic well-being* siswa, namun *parental support* tetap menjadi faktor yang tidak dapat diabaikan. Dalam konteks siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan, *parental support* dapat berperan sebagai faktor yang memperkuat *academic self-efficacy* siswa. Orang tua yang memberikan dorongan, kepercayaan, serta lingkungan belajar yang positif mampu membantu siswa dalam membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya. Dengan demikian, terdapat hubungan yang saling melengkapi antara *parental support* dan *academic self-efficacy* dalam membentuk *academic well-being* siswa.

Berdasarkan hasil analisis R^2 , memperlihatkan bahwa sebesar 58,1% variasi *academic well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan dapat dijelaskan oleh *parental support* dan *academic self-efficacy*. Persentase ini menunjukkan kontribusi yang cukup besar dari kedua variabel tersebut dalam menjelaskan kesejahteraan akademik siswa. Namun demikian, masih terdapat 41,9% variabel lain di luar penelitian yang turut memengaruhi *academic well-being*. Besarnya kontribusi kedua variabel menunjukkan bahwa kombinasi antara dukungan lingkungan keluarga dan keyakinan diri akademik menjadi fondasi dalam membentuk kondisi psikologis siswa yang positif dalam menghadapi tuntutan akademik. Dengan demikian, semakin optimal *parental support* yang diterima siswa serta semakin tinggi tingkat *academic self-efficacy* yang dimiliki, maka semakin besar pula kemungkinan siswa mencapai tingkat *academic well-being* yang lebih baik.

Secara teoritis, hasil penelitian ini mendukung teori sosial kognitif dari Bandura bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) memengaruhi cara individu menghadapi tuntutan akademik. Penelitian ini memperkuat bahwa *academic well-being* terbentuk melalui interaksi faktor lingkungan dan faktor personal. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi sekolah dan guru BK untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada penguatan *academic self-efficacy* seperti pelatihan manajemen belajar dan strategi menghadapi tekanan belajar dan pihak sekolah dapat memperkuat keterlibatan orang tua dalam pendidikan siswa melalui kegiatan seperti *parenting education* dan komunikasi rutin antara sekolah dan keluarga.

Simpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan, dapat disimpulkan bahwa *parental support* mempunyai hubungan signifikan dengan *academic well-being*. Dukungan orang tua melalui perhatian, motivasi, dan keterlibatan dalam aktivitas belajar berkontribusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan mendukung bagi siswa. Semakin tinggi *parental support*, maka semakin tinggi pula *academic well-being* siswa.

Sementara itu, *academic self-efficacy* juga menunjukkan hubungan yang signifikan dan memiliki peran yang lebih dominan terhadap *academic well-being*. Semakin tinggi *academic self-efficacy*, maka semakin tinggi pula *academic well-being* siswa. Hal ini menegaskan bahwa keyakinan siswa terhadap kemampuan akademiknya berperan tinggi dalam membantu siswa menghadapi tuntutan belajar, sehingga siswa dapat merasa lebih percaya diri, mampu mengelola tekanan akademik, dan lebih terlibat dalam aktivitas belajar.

Selain itu, terdapat korelasi yang signifikan antara *parental support* dan *academic self-efficacy* dengan *academic well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa *academic well-being* siswa dipengaruhi oleh kombinasi faktor eksternal berupa dukungan orang tua dan faktor internal berupa *academic self-efficacy*. *Parental support* dan *academic self-efficacy* secara bersamaan memberikan kontribusi sebesar 58,1% terhadap *academic well-being*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa upaya peningkatan *academic well-being* tidak hanya berfokus pada pemberian dukungan dari lingkungan, tetapi juga perlu diarahkan pada penguatan keyakinan diri siswa terhadap kemampuan akademiknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini tidak hanya memberikan gambaran mengenai hubungan *parental support* dan *academic self-efficacy* dengan *academic well-being*, tetapi juga diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis, praktis dan

akademis. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian bimbingan dan konseling serta psikologi pendidikan, khususnya terkait faktor-faktor yang memengaruhi *academic well-being* siswa. Hasil penelitian ini memperkuat teori bahwa faktor eksternal berupa *parental support* dan faktor internal berupa *academic self-efficacy* memiliki peran yang kuat dalam membentuk *academic well-being* siswa. Penelitian ini turut memperkaya kajian mengenai pentingnya aspek psikologis dan lingkungan dalam mendukung keberhasilan proses belajar siswa di sekolah.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru BK, sekolah, dan orang tua dalam meningkatkan *academic well-being* siswa. Guru BK dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada peningkatan *academic self-efficacy* siswa melalui bimbingan klasikal seperti pelatihan manajemen belajar, strategi menghadapi tekanan belajar dan pengembangan rasa percaya diri akademik. Selain itu, guru BK juga dapat melakukan konseling individu bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar atau memiliki *academic self-efficacy* rendah. Sekolah juga diharapkan mampu memperkuat kerja sama dengan orang tua guna meningkatkan kualitas dukungan terhadap kegiatan belajar siswa misalnya melalui komunikasi rutin dan kegiatan *parenting education*. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya perhatian, motivasi, dan keterlibatan dalam mendukung kesejahteraan akademik siswa.

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji topik *academic well-being*, *parental support*, dan *academic self-efficacy*. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya dengan menambahkan variabel lain, menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda maupun memperluas subjek penelitian pada jenjang pendidikan atau wilayah untuk meningkatkan generalisasi hasil penelitian.

Ucapan Terima Kasih

Penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih pada seluruh pihak yang sudah mendukung penelitian ini, khususnya pihak SMA Negeri di Kecamatan Semarang Selatan, para siswa yang telah berpartisipasi, dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta masukan, keluarga maupun teman-teman atas motivasi dan dukungan yang diberikan. Penulis menyadari keberhasilan penelitian ini tidak akan tercapai tanpa bantuan dan peran berbagai pihak, sehingga penulis sampaikan apresiasi sebesar-besarnya.

Daftar Rujukan

- Aditaputri, A., Novita, D., & Abidin, Z. (2024). Relationship Between Perceived Parental Support and Subjective Well-being of Emerging Adults in Indonesia. *Sage Journals*, 12(3). <https://doi.org/10.1177/21676968241234125>
- Afrashteh, M. Y., & Rezaei, S. (2022). The mediating role of motivated strategies in the relationship between formative classroom assessment and academic well-being in medical students: a path analysis. *BMC Medical Education*, 22(38). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03118-y>
- Amalia, I. (2020). Gambaran school well being pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(1). <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i1.3637>
- Barselii, M., Ildil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa Mufadhal. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5, 143–148.
- Chan, M.-K. M., Sharkey, J., Nylund-Gibson, K., Dowdy, E., & Furlong, M. (2022). Social support profiles associations with adolescents' psychological and academic functioning. *Journal of School Psychology*, 91, 160–177. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2022.01.006>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis (8th ed.)*. Cengage. <https://books.google.co.id/books?id=0R9ZswEACAAJ>
- Khodapanah, F., & Tamannaeifar, M. (2023). Academic well-being of adolescent girls: The role of academic self-efficacy and happiness. *International Journal of Medical Investigation*, 12(1).

- Liu, Y., Wang, Z., & Lü, W. (2013). Resilience and affect balance as mediators between trait emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 54(7). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.010>
- Mubarok, F., & Pierewan, A. (2020). Well-Being And Academic Achievement On Students In City Of Yogyakarta. *Jurnal Ecopsy*, 7(1). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v7i1.6025>
- Nurjan, S. (2016). *Psikologi Belajar*. Pustaka Pelajar.
- Pangaribuan, E. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Orangtua terhadap Motivasi Belajar pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kota Medan. *Journal Of Social Science Research*, 3(4).
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*. 25(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Putwain, D., Daly, A., Chamberlain, S., & Sadreddini, S. (2015). “Sink or swim”: buoyancy and coping in the cognitive test anxiety – academic performance relationship.” *Educational Psychology*, 36, 1–19. <https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1066493>
- Rahmat, C. P., Nirwana, H., & Netrawati, N. (2020). Contribution of parental social support and self-control to student truancy behavior. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 3(2), 47.
- Renshaw, T. L., & Bolognino, S. J. (2016). The College Student Subjective Wellbeing Questionnaire: A Brief, Multidimensional Measure of Undergraduate’s Covitality. *Journal of Happiness Studies*, 17(2). <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9606-4>
- Rohman, I. H., & Fauziah, N. (2016). Hubungan Antara Adversty Intelligence Dengan School Well-being (Studi Pada Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang). *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 5(2), 322–326.
- Schnell, J., Saxer, K., Mori, J., & Hascher, T. (2025). Feeling well and doing well. The mediating role of school engagement in the relationship between student well-being and academic achievement. *European Journal of Psychology of Education*, 40(1). <https://doi.org/10.1007/s10212-025-00947-5>
- Soputan, S. D. M. (2021). Keterbukaan Diri Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 5(1). <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v5n1.p33-42>
- Suldo, S. M., Thalji-Raitano, A., Hasemeyer, M., Gellay, C. D., & Hoy, B. (2013). Understanding Middle School Students Life Satisfaction: Does School Climate Matter?. *Applied Research in Quality of Life*, 8(2). <https://doi.org/10.1007/s11482-012-9185-7>
- Uno, H. B. (2016). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Bumi Aksara.
- Vansoeterstede, A., Cappe, E., Ridremont, D., & Boujut, E. (2024). School burnout and schoolwork engagement profiles among French high school students: Associations with perceived academic stress and social support. *Journal of Research on Adolescence*, 34(3). <https://doi.org/10.1111/jora.12991>
- Vansoeterstede, A. M.-C., Cappe, E. J., Meylan, N., & Boujut, E. C. (2025). Parental Attachment and Academic Well-Being in Adolescence: Mediation Effect of Perceived Social Support. *Psychology in the Schools*, 62(10), 3939–3951. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/pits.23587>
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2016). *Teori Kepribadian*. PT Remaja Rosdakarya.
- Zhou, X., Bambling, M., Bai, X., & Edirippulige, S. (2023). Chinese school adolescents’ stress experience and coping strategies: a qualitative study. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01137-y>

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.
