

**PENGARUH *SELF EFFICACY* TERHADAP
KUALITAS HUBUNGAN SOSIAL
PADA MAHASISWA UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
DENGAN *ISLAMIC ECOLOGICAL COUNSELING*
SEBAGAI VARIABEL MEDIASI**



TESIS

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Magister

Disusun oleh:

Inas Hayati, S. Sos

NIM. 23202021017

Dosen Pembimbing:

Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si.

NIP. 19711005 199603 2002

**PROGRAM STUDI
MAGISTER BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2026**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-203/Un.02/DD/PP.00.9/01/2026

Tugas Akhir dengan judul : Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Kualitas Hubungan Sosial pada Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan *Islamic Ecological Counseling* Sebagai Variabel Mediasi

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : INAS HAYATI, S.Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 23202021017
Telah diujikan pada : Kamis, 15 Januari 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketma Sidang/Penguji I
Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 69788fd21277a



Penguji II
Dr. Irsyadnmas, M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 6979a2c4e62ad



Penguji III
Prof. Dr. Siti Fatmah, S.Pd., M.Pd
SIGNED

Valid ID: 6978800201c1



Yogyakarta, 15 Januari 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Arif Mauludin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 697b03e8e8dc5

SURAT PERSETUJUAN TESIS

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa tesis Saudara:

Nama : Inas Hayati
NIM : 23202021017
Judul Tesis :

“Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Kualitas Hubungan Sosial pada Mahasiswa UINSunan Kalijaga Yogyakarta dengan *Islamic Ecological Counseling* Sebagai Variabel Mediasi”

tesis tersebut sudah memenuhi syarat

- o Bebas dari unsur plagiarisme.
- o Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan setelan “small match exclusion” sepuluh kata.
- o Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Tesis yang berlaku.

dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister.

Dengan ini kami mengharap agar tesis tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 06 Januari 2026
Dosen Pembimbing


Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si.

NIP. 197110051996032002

Mengetahui:

Ketua Program Studi


Moh. Khoerul Anwar, M.Pd., Ph.D

NIP. 199111010000001301

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Inas Hayati
NIM : 23202021017
Prodi : Magister Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : .Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa tesis saya yang berjudul: “**Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kualitas Hubungan Sosial pada Mahasiswa UINSunan Kalijaga Yogyakarta dengan Islamic Ecological Counseling Sebagai Variabel Mediasi**” adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian- bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 06 Januari 2026

Yang menyatakan,



NIM 23202021017

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Ketika lelah, ingatlah tujuan; ketika ragu, ingatlah doa”

*“Kesuksesan bukanlah akhir, kegagalan bukanlah malapetaka:
yang terpenting adalah keberanian untuk terus maju.”*

(Winston S. Churchill)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Tesis ini peneliti persembahkan dengan sepenuh hati kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Mahdi Agani dan Ibu Sri Yuspiana adalah rumah, doa yang tak pernah henti, dan cahaya yang selalu menuntun bahkan di saat langkah terasa paling lelah. Setiap kasih sayang, pengorbanan, dan ketulusan yang diberikan menjadi kekuatan terbesar hingga akhirnya karya ini dapat peneliti selesaikan. Dukungan, perhatian, dan doa tulus adalah bagian yang tak terpisahkan dari perjalanan ini. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi persembahan kecil yang menyimpan makna besar, serta menjadi bagian dari kebahagiaan dan kebanggaan bersama.



ABSTRAK

Beragam tantangan psikososial yang dihadapi mahasiswa dengan latar belakang akademik, psikologis, budaya dan sosial beragam menuntut kemampuan individu untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa serta menganalisis pengaruh *self-efficacy* dengan *islamic ecological counseling* sebagai variabel mediasi terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 412 mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai subjek penelitian yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data kuantitatif menggunakan tiga skala pengukuran: skala *General self-efficacy* (GSE), skala *Quality of Relationships Inventory* (QRI) dan skala *Islamic Ecological Counseling*. Analisis data menggunakan PROCESS V5.0 oleh Andrew F. Hayes melalui aplikasi SPSS 31.0. Hasil penelitian kuantitatif menyatakan bahwa *self-efficacy* berpengaruh secara langsung terhadap kualitas hubungan sosial dengan *coefficient beta* 0,491 dan $p < 0,05$. Selain itu, *Islamic Ecological Counseling* terbukti memediasi hubungan *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial dengan *coefficient beta* 0,225 dan $p < 0,05$. Temuan ini mengidentifikasi bahwa penguatan keyakinan individu terhadap kemampuan diri dengan mengintegrasikan nilai-nilai ekologis dan spiritual Islam, berperan penting dalam membentuk hubungan sosial yang adaptif.

Kata kunci: *Self-Efficacy*, Kualitas Hubungan Sosial, *Islamic Ecological Counseling*, Mahasiswa.

ABSTRACT

The various psychosocial challenges faced by students with diverse academic, psychological, cultural, and social backgrounds require individuals to develop healthy and adaptive social relationships. This study aims to analyze the effect of self-efficacy on the quality of social relationships among students and to analyze the effect of self-efficacy with Islamic ecological counseling as a mediating variable on the quality of social relationships among students. The approach used was quantitative with a correlational design, involving 412 students from UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta as research subjects selected through purposive sampling. Quantitative data collection used three measurement scales: the General Self-Efficacy (GSE) scale, the Quality of Relationships Inventory (QRI) scale, and the Islamic Ecological Counseling scale. Data analysis used PROCESS V5.0 by Andrew F. Hayes through the SPSS 31.0 application. The quantitative research results stated that self-efficacy had a direct effect on social relationship quality with a beta coefficient of 0.491 and $p < 0.05$. In addition, Islamic Ecological Counseling was found to mediate the relationship between self-efficacy and social relationship quality with a beta coefficient of 0.225 and $p < 0.05$. These findings identify that strengthening individuals' belief in their own abilities by integrating Islamic ecological and spiritual values plays an important role in forming adaptive social relationships.

Keywords: Self-Efficacy, Quality of Social Relationships, Islamic Ecological Counseling, Students.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Alhamdulillah rabbil 'alamin. Segala puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik. Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Sosial (M.Sos.) pada Program Studi Magister Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penyusunan tesis ini merupakan bagian dari proses akademik yang menuntut ketekunan, kedisiplinan, serta kemampuan berpikir ilmiah secara sistematis. Peneliti menyadari bahwa keberhasilan penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan berbagai pihak, baik secara akademik, moral, maupun administratif. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., MA, M.Phil., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta seluruh jajaran Wakil Rektor.
2. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta seluruh jajaran Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Moh. Khoerul Anwar, S.Pd., M.Pd., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Magister Bimbingan Konseling Islam.

4. Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Tesis (DPT), yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran, sehingga peneliti dapat menjalani proses penelitian dan penulisan tesis ini dengan lebih terarah.
5. Dr. Irsyadunnas, M.Ag., selaku Wakil Dekan II serta dosen penasehat akademik, yang telah memberikan arahan dan perhatian selama masa studi, sehingga membantu peneliti menjalani proses perkuliahan.
6. Segenap dosen penguji Prof. Dr. Siti Fatonah, S.Pd., M. Pd. dan Dr. Irsyadunnas, M.Ag yang memberi saran dan membantu dalam proses penyelesaian studi.
7. Dr. Fitriah M. Suud, M. Ag., Ibu Nur Fitriyani Hardi, S. Psi., M.Psi., Psikolog dan bapak Abd. Basith Arham, M.Psi., Psikolog., selaku ahli yang telah berkenan membantu untuk melakukan *expert judgment*.
8. Seluruh dosen, civitas akademika, serta tenaga kependidikan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan pelayanan akademik, bantuan administratif, dan fasilitas yang mendukung kelancaran studi peneliti.
9. Keluarga peneliti, Abu Mahdi Agani dan Ummi Sri Yuspiana, yang selalu mengutarakan doa, kasih sayang, dukungan moral dan materi tanpa henti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Saudara-saudara tercinta, Isnu Hidayawati, Isni Rizki, Bunayya Zakki, Fadli Adnan serta keponakan-keponakan tersayang Aisyah dan Arsyila yang selalu memberikan semangat dan doa kepada peneliti.

10. Seluruh teman-teman seperjuangan Magister Bimbingan Konseling Islam angkatan pertama, kedua dan ketiga, khususnya Rara, Hasna, Rini, Ovi, Umi, Parhaen, Oci, Dela, Rere, Ara, Fida, Ria, Maul, Rahma, Faiq, Mba Uzi, Nisrina, Gus Jarir, Lukman, Sidik, Riski, Enjan, yang telah memberikan pengalaman, serta pelajaran hidup yang sangat berharga bagi peneliti.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat terbuka bagi peneliti demi penyempurnaan penelitian ini di masa mendatang. Akhir kata, peneliti berharap tesis ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, khususnya dalam pengembangan keilmuan Bimbingan Konseling Islam.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 06 Januari 2026



Inas Hayati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan dan Kegunaan penelitian	11
D. Kajian Pustaka	13
E. Sistematika Pembahasan.....	21
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR.....	23
A. Kajian Teori	23
1. <i>Self-Efficacy</i>	26
2. Kualitas Hubungan Sosial.....	34
3. <i>Islamic Ecological Counseling</i>	39
B. Kerangka Berfikir	61
C. Hipotesis Penelitian	64
BAB III METODE PENELITIAN.....	65
A. Jenis Penelitian	65
B. Populasi dan Sampel.....	66
1. Populasi.....	66
2. Sampel	66

C. Definisi Operasional	69
1. <i>Self-Efficacy</i> (X)	69
2. Kualitas Hubungan Sosial (Y)	70
3. <i>Islamic Ecological Counseling</i> (Z)	71
D. Instrumen Penelitian	72
1. Skala <i>self-efficacy</i>	72
2. Skala Kualitas Hubungan Sosial	74
3. Skala <i>Islamic ecological counseling</i>	75
E. Metode Analisis Data	80
BAB IV PENGARUH <i>SELF-EFFICACY</i> TERHADAP	
KUALITAS HUBUNGAN SOSIAL	84
A. Gambaran Umum Penelitian	84
B. Deskripsi Data	87
C. Hasil Analisis Data	97
D. Pembahasan	98
BAB V PERAN MEDIASI <i>ISLAMIC ECOLOGICAL</i>	
<i>COUNSELING</i> DALAM HUBUNGAN <i>SELF-EFFICACY</i> DAN	
KUALITAS HUBUNGAN SOSIAL	107
A. Uji Mediasi Sederhana	107
B. Hasil Analisis Uji Mediasi Sederhana	108
C. Pembahasan Hasil Mediasi Sederhana	110
BAB VI PENUTUP	115
A. Kesimpulan	115
B. Saran	117
C. Keterbatasan Penelitian	118
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN-LAMPIRAN	133
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	152

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Persebaran aitem pernyataan <i>General Self-Efficacy Scale</i> (GSES)	73
Tabel 3.2	Persebaran aitem pertanyaan <i>Quality of Relationships Inventory</i> (QRI).....	74
Tabel 3.3	Persebaran aitem pernyataan <i>Islamic Ecological Counseling</i> (IEC)	76
Tabel 3.4	Hasil Uji Reabilitas	79
Tabel 4.1	Karakteristik demografi	87
Tabel 4.2	Kategori <i>Self-Efficacy</i>	88
Tabel 4.3	Kategori Kualitas Hubungan Sosial.....	88
Tabel 4.4	Kategori <i>Islamic Ecological Counseling</i>	89
Tabel 4.5	Uji Statistik Deskriptif.....	90
Tabel 4.6	Uji normalitas	91
Tabel 4.7	Uji multikolinieritas	92
Tabel 4.8	Uji Heteroskedastisitas	94
Tabel 4.9	Direct effect SE terhadap QRI	95
Tabel 4.10	Hasil uji mediasi dengan <i>Islamic Ecological Counseling</i> sebagai variabel mediasi	96
Tabel 4.11	Rangkuman Uji SE-IEC dan SE-QRI.....	98
Tabel 5.1	Indirect Effect dan Total Effect SE Terhadap QRI melalui IEC	107
Tabel 5.2	Rangkuman Hasil Uji Mediasi Sederhana	110

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Konsep Teori Variabel Penelitian	24
Gambar 2.2	Lapisan Ekologi Bronfenbrenner dengan Integrasi nilai-nilai Islam.....	58
Gambar 2.3	Kerangka Berpikir	63
Gambar 2.4	Model Hipotesis Penelitian	64
Gambar 3.1	Alur Uji Mediasi.....	83
Gambar 4.1	Jalur Mediasi dengan <i>Islamic Ecological Counseling</i> sebagai Variabel Mediasi.....	97
Gambar 5.1	Path Diagram.....	110

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dinamika kesejahteraan mental semakin menjadi perhatian penting karena mahasiswa berada pada fase awal, yaitu masa transisi menuju kemandirian yang berdampak pada perkembangan akademik, sosial, psikologis.¹ Pada tahap ini, mahasiswa tidak hanya dituntut mencapai prestasi akademik, tetapi juga memiliki kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang baik sebagai bagian dari proses pembentukan identitas dan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial.²

Kualitas hubungan sosial merupakan komponen esensial dalam kehidupan mahasiswa dapat mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis.³ Pada masa perkuliahan, mahasiswa seringkali dihadapkan pada berbagai tantangan yang memerlukan adaptasi dan pengembangan diri. Selain itu, hubungan sosial yang positif berperan dalam mendukung kesejahteraan psikologis, adaptasi akademik, serta ketahanan individu melalui dukungan emosional dan rasa

¹ John W. Santrock, *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, edisi kesembilan, terj. Indonesia (Jakarta: Prenada Media, 2015)

² Carol D. Ryff, "Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia," *Psychotherapy and Psychosomatics* 83, no. 1 (2014): 10–28, <https://doi.org/10.1159/000353263>.

³ Ade Maharani dan Lisa Putriani, *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*, 10 (2025).

memiliki.⁴ Hal ini, diperkuat oleh *World Happiness Report* 2023 menemukan bahwa dukungan sosial adalah salah satu faktor penting dari kebahagiaan.⁵ Namun tidak sedikit mahasiswa menghadapi hambatan dalam menjalin hubungan sosial, terutama mahasiswa yang memiliki pengalaman traumatis di masa lalu maupun masa kini.

Berdasarkan laporan menunjukkan tingginya kerentanan mahasiswa terhadap masalah kesehatan mental yang berkaitan dengan pengalaman traumatis. Menurut WHO (2020), melaporkan bahwa sekitar 10-20% mahasiswa di dunia mengalami gangguan kesehatan mental yang berkaitan dengan pengalaman traumatis.⁶ Sementara survey dari *World Mental Health Survey* (WMH) 2022 melaporkan sekitar 70% mahasiswa pernah mengalami satu peristiwa traumatis. Di Indonesia, Riset Kementerian Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018) mencatat bahwa lebih dari 9% penduduk usia 15-24 tahun menunjukkan gejala gangguan mental emosional.⁷ Pada

⁴ Maria Valeria Roellyanti, "Relationship Between Social Relationships Quality, Emotional Intelligence, and Work Environment to Psychological Well-Being," *Relevance: Journal of Management and Business* 7, no. 1 (Juni 2024): 001–019, <https://doi.org/10.22515/relevance.v7i1.8675>; Shruthi S, "A Critical Study On Socializing And Its Benefits On Mental Health," preprint, 23 April 2022, <https://doi.org/10.14293/S2199-1006.1.SOR-.PPJQN0I.v1>.

⁵ John F. Helliwell, Richard Layard, Jeffrey D. Sachs, Jan-Emmanuel De Neve, Lara B. Akinin, and Shun Wang, *World Happiness Report 2023* (New York: Sustainable Development Solutions Network, 2023), Bab 2:

⁶ WHO, *Mental Health Topics*, "Mental health," WHO, diakses November 2025.

⁷ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019), 153–154.

data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa lebih dari 15% populasi mahasiswa memiliki trauma masa kecil yang signifikan.⁸ Kondisi ini mengaskan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan mental, terutama karena berada fase transisi perkembangan.

Pengalaman traumatis setiap individu memiliki tingkatan yang berbeda, hal ini memberikan pengaruh yang besar terhadap kesehatan mental serta fungsi sosial individu. Pengalaman trauma dapat mengubah pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya sehingga dapat mempengaruhi kualitas hubungan sosial.⁹

Adapun faktor-faktor mahasiswa dapat mengalami pengalaman traumatis dapat bersumber dari berbagai peristiwa, seperti kekerasan fisik atau seksual baik di kampus maupun diluar kampus, lingkungan keluarga yang penuh kekerasan, serta kecelakaan lalu lintas yang menimbulkan trauma fisik dan psikologis. Selain itu, pengalaman traumatis dari masa lalu seperti kekerasan fisik, kekerasan verbal, pelecehan, *bullying*, intimidasi, pengucilan sosial, dan kehilangan orang terdekat juga mempengaruhi pembentukan

⁸ Kementerian Kesehatan RI, "Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia," Sehat Negeriku, 7 Oktober 2021, diakses 03 juli 2025.

⁹ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014).

kepribadian, pola pikir, serta kemampuan dalam berinteraksi sosial.¹⁰

Berdasarkan pengamatan awal di lingkungan mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, ditemukan dinamika sosial yang menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa memiliki keyakinan diri akademik yang relatif baik, namun mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, seperti keterbatasan komunikasi interpersonal dan konflik dalam kerja kelompok¹¹. Kondisi ini dipengaruhi oleh latar belakang pengalaman hidup yang beragam, termasuk pengalaman stres dan peristiwa traumatis yang berpotensi mempengaruhi interaksi sosial mahasiswa.

Mahasiswa dengan pengalaman traumatis merasa cemas, kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal, sulit membangun keyakinan diri kepada orang lain, *introvert*, lingkungan pertemanan yang sangat kecil, memendam masalah sendiri, tidak terbuka dengan orang lain, pendiam, suka menghabiskan waktu sendiri, dan merasa terisolasi.¹² Hal ini akan berdampak pada perasaan ketidakberdayaan dan ketidakmampuan yang sehingga berdampak negatif pada

¹⁰ Wei Zhang, "The Influence of Social Ostracism and Traumatic Experiences in Childhood on Personality Disorder," *Journal of Education, Humanities and Social Sciences* 26 (Maret 2024): 723–28, <https://doi.org/10.54097/prhtcb72>.

¹¹ Inas Hayati, "Hasil Observasi awal di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta," (Yogyakarta, 09 Januari 2025)

¹² Judith Lewis Herman, *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror* (New York: Basic Books, 1992), 86–95.

kesejahteraan psikologis dan akademik mahasiswa.¹³ Namun demikian, tidak semua mahasiswa dengan pengalaman traumatis gagal dalam menjalin kualitas hubungan sosial. Ada sebagian yang justru tetap mampu membangun hubungan positif, salah satunya memiliki *self-efficacy* tinggi.

Individu dengan keyakinan diri tinggi umumnya mampu mengelola emosi, mengambil keputusan secara tepat serta menjaga interaksi sosial yang bersifat positif. *Self-efficacy* dapat memperkuat keyakinan diri dalam menghadapi tantangan sosial dan menyelesaikan konflik, dan mempertahankan hubungan sosial, termasuk termasuk dalam konteks budaya yang beragam. Dengan demikian, tingkat efikasi diri yang tinggi memberikan kontribusi pada perluasan jejaring sosial dan peningkatan kualitas hubungan sosial.¹⁴

Penelitian sebelumnya mengindikasikan keyakinan diri mampu meningkatkan kualitas hubungan sosial. Keyakinan diri tinggi seseorang mampu menjalin interaksi sosial, mampu mengatasi konflik interpersonal, dan memiliki kemampuan

¹³ Desi S. Rahayu dan Yustinus Semiun, *Trauma Psikologis: Pemahaman dan Penanganan* (Yogyakarta: Kanisius, 2019), 112–118.

¹⁴ Miroslav Jurasek dan Petr Wawrosz, “How Does Self-Efficacy in Communication Affect the Relationship Between Intercultural Experience, Language Skills, and Cultural Intelligence,” *Sage Open* 13, no. 4 (Oktober 2023): 21582440231211687, <https://doi.org/10.1177/21582440231211687>; Fuad Bakioğlu, “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Yeterliğin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi,” *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11, no. 18 (Juni 2019): 1858–75, <https://doi.org/10.26466/opus.544883>.

lebih baik dalam membangun serta mempertahankan hubungan yang sehat.¹⁵ *Self-efficacy* yang tinggi berkontribusi pada penurunan isolasi sosial, kesepian, dan kecemasan psikologis.¹⁶ *Self-efficacy* juga berkorelasi negatif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal, regulasi emosi, serta penyesuaian antarbudaya.¹⁷ Selain itu, *self-efficacy* memperkuat dukungan sosial dan memfasilitasi strategi koping yang adaptif dalam menghadapi tantangan sosial.¹⁸

Meskipun demikian, *self-efficacy* bukanlah salah-satu faktor yang menentukan kualitas hubungan sosial. Berbagai pendekatan konseling telah dilakukan untuk mendukung

¹⁵ Gian Vittorio Caprara, Guido Alessandri, dan Nancy Eisenberg, "Prosociality: The Contribution of Traits, Values, and Self-Efficacy Beliefs.," *Journal of Personality and Social Psychology* 102, no. 6 (Juni 2012): 1289–303, <https://doi.org/10.1037/a0025626>. ; Yolla Safitri dan Yuninda Tria Ningsih, *Hubungan Antara Gratitude Dengan Psychological Well-Being Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja*, 6 (2023).

¹⁶ Miroslav Jurasek dan Petr Wawrosz, "How Does Self-Efficacy in Communication Affect the Relationship Between Intercultural Experience, Language Skills, and Cultural Intelligence," *Sage Open* 13, no. 4 (Oktober 2023): 21582440231211687, <https://doi.org/10.1177/21582440231211687>.

¹⁷ Siti Munawati, M Asep Rahmatullah, dan Abdul Manan, "Implications of Self-Efficacy in Guidance Personal and Social Independence," *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial* 31, no. 1 (Juni 2022): 75–82, <https://doi.org/10.17509/jpis.v31i1.29500>; Kyeng-my Song dan Sung-je Cho, "The Effect of Trainee Counseling Psychologists' Self-Efficacy on Interpersonal Relations," *International Journal of Social Welfare Promotion and Management* 6, no. 3 (November 2019): 13–18, <https://doi.org/10.21742/IJSWPM.2019.6.3.03>.

¹⁸ Bakioğlu, "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Yeterliğin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi"; Sujono Sujono, "Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Problem Focused Coping Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa FMipa Unmul," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 2 (April 2014), <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i2.3639>.

pemulihan traumatis mahasiswa, seperti konseling trauma, konseling kelompok, CBT, dan EMDR yang terbukti efektif dalam memproses pengalaman traumatik, mengelola emosi, serta membangun strategi koping adaptif.¹⁹ Ada juga penerapan konseling ekologis menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan kesejahteraan, keterampilan sosial, dan kemampuan individu beradaptasi secara sehat dalam lingkungan sosial.²⁰ Dengan demikian, *Ecological Counseling* memberikan perspektif luas tentang pemulihan trauma dengan menekankan interaksi dinamis antaras individu dan lingkungan.

Sejalan dengan konsep ekologi konseling memandang manusia secara holistik melalui interaksi dinamis antara aspek internal dan eksternal berdasarkan konsep *person-in-environment* yang menekankan keterkaitan individu dengan lingkungannya.²¹ Namun, pendekatan ini umumnya lebih menekankan aspek psikologis dan sosial serta perubahan kognitif-emosional, sehingga kurang menyentuh dimensi spiritual. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang

¹⁹ Ade Rahayu Suhartati dkk., "From Trauma to Resilience: A Comprehensive Review of Counseling and Intervention Methods for PTSD," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan* 9, no. 1 (Januari 2025): 124, <https://doi.org/10.30598/bkt.v9i1.17115>.

²⁰ Nurin Baroroh dan M Rizqon Al-Musafiri, "Pengaruh Konseling Ekologi Bronfenbrenner Dalam Peningkatan Keterampilan Sosial Mahasiswa Iai Darussalam Blokagung," *Januari 2023 III*, no. Vol. 3 No. 1 (2023): JANUARI 2023 (2024), <https://doi.org/10.30739/jkaka.v3i1.3324>.

²¹ Saifuddin Azwar, *Konseling Lintas Budaya: Pendekatan Person-in-Environment* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 22–25.

menunjukkan bahwa perkembangan spiritual (*taqwa, tafaqquh fi al-din*) dan pemahaman ruhani sebagai titik hubungan langsung dengan Allah SWT memiliki korelasi signifikan dengan kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik mahasiswa.²² Oleh karena itu, penerapan *ecological Counseling* barat yang hanya menekankan aspek ekologis sering kali masih dinilai belum memadai karena tidak menyentuh aspek spiritual dan nilai-nilai keislaman yang sangat penting dalam kehidupan mahasiswa.

Islamic Ecological Counseling (IEC) merupakan integrasi antara teori konseling ekologi dengan nilai-nilai Islam yang memandang manusia sebagai kesatuan utuh yang terdiri dari jasmani, akal, dan rohani. Pendekatan ini menekankan keseimbangan aspek fisik, kognitif, emosional, dan spiritual serta relasi horizontal dan vertikal.²³ Dengan demikian, *Islamic ecological counseling* diasumsikan mampu berperan menjadi mediator yang menjembatani *self-efficacy* dengan kualitas hubungan sosial pada mahasiswa terutama yang memiliki pengalaman traumatis. Hasil penelitian

²² Muhammad Hisyam Syafii dan Husain Azhari, "Interaction Between Spiritual Development and Psychological Growth: Implications for Islamic Educational Psychology in Islamic Students," *Journal of Islamic Education and Ethics* 3, no. 1 (Januari 2025): 29–48, <https://doi.org/10.18196/jiee.v3i1.69>; Abdallah Rothman dan Adrian Coyle, "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul," *Journal of Religion and Health* 57, no. 5 (Oktober 2018): 1731–44, <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>.

²³ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 45–47.

tersebut selaras dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki berperan dalam menunjang kesehatan mental serta kualitas hubungan sosial.²⁴ Serta efektivitas konseling Islam membantu mengelola stres, meningkatkan makna hidup serta memperkuat hubungan sosialnya.²⁵

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji mengenai pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial, namun masih terbatas penelitian yang mengkaji konseling ekologi serta masih sangat terbatas penelitian yang memposisikan *Islamic Ecological Counseling* sebagai mediator yang menjembatani pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial. Oleh sebab itu, kajian ini perlu dilakukan guna melengkapi kekurangan dalam bidang penelitian (*research gap*) serta memberikan kontribusi secara teoritis maupun praktis bagi pengembangan bidang konseling Islam.

Paradigma integrasi-interkoneksi yang dikembangkan oleh Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta menempatkan ilmu sosial dan agama sebagai satu kesatuan yang saling terhubung dan melengkapi dalam memahami

²⁴ Megan Cherewick dkk., "Social Support and Self-Efficacy during Early Adolescence: Dual Impact of Protective and Promotive Links to Mental Health and Wellbeing," *PLOS Global Public Health* 4, no. 12 (Desember 2024): e0003904, <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003904>.

²⁵ Bunga Aprilia Ekanata, Febri Dahlia, dan Desi Setiyadi, "Penerapan konseling Islami berbasis teori Imam Al-Ghazali dalam meningkatkan makna hidup generasi Z," *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 15, no. 1 (Mei 2025): 15–28, <https://doi.org/10.25273/counsellia.v15i1.22271>.

dinamika kehidupan manusia. Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berasal dari beragam latar belakang sosial dan pengalaman hidup, termasuk pengalaman traumatis, menghadapi tantangan dalam membangun hubungan sosial yang sehat di tengah tuntutan akademik dan sosial.

Sebagai perbandingan dengan Universitas Gadjah Mada (UGM) berada dalam lingkungan akademik yang kompetitif dan sekuler, sehingga dimensi spiritual tidak terintegrasi secara ekspilisit dalam pendekatan konseling. Sementara itu, UIN Ar-Raniry berkembang dalam konteks sosial-keagamaan yang kuat dengan paradigma keilmuan yang menekankan integrasi ilmu dan nilai Islam dalam kerangka normatif dan kultural masyarakat Aceh. Perbedaan konteks tersebut menunjukkan bahwa UIN Sunan Kalijaga menyediakan ruang kajian yang lebih luas untuk menelaah interaksi antara aspek psikologis individu, tetapi juga mengintegrasikan dimensi sosial dan spiritual secara komprehensif.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial dengan *Islamic Ecological Counseling* yang menjembatani sebagai pendekatan yang telah diintegrasikan dengan nilai-nilai Islam pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Pelaksanaan tersebut menjadi penting sebagai dasar acuan dalam memberikan intervensi yang sesuai,

sehingga mahasiswa dapat meningkatkan hubungan sosial yang sehat meskipun dengan pengalaman traumatis.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada penjelasan konteks yang telah diuraikan, isu yang diidentifikasi dalam kajian, berikut:

1. Apakah *self-efficacy* berpengaruh terhadap *Islamic Ecological Counseling* pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga?
2. Apakah *Self-efficacy* berpengaruh terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga?
3. Apakah *Islamic Ecological Counseling* dapat memediasi pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa di UIN Sunan Kalijaga?

C. Tujuan dan Kegunaan penelitian

Dengan merujuk pada identifikasi masalah yang telah dijelaskan, bermaksud:

1. Mengetahui *self-efficacy* berpengaruh terhadap *Islamic Ecological Counseling* pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga.
2. Mengetahui *self-efficacy* berpengaruh terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga.
3. Mengetahui peran mediasi *Islamic Ecological Counseling* antara *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial pada mahasiswa di UIN Sunan Kalijaga.

Mengacu pada tujuan diatas, penelitian ini diantisipasi mampu menghasilkan manfaat dan aplikasi, untuk:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini berkontribusi terhadap pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling Islam dengan memperkaya kajian empiris mengenai efikasi diri, kualitas hubungan sosial, dan konseling ekologi Islam. Secara teoritis penelitian ini juga memperluass pemahaman konsep tentang bagaimana kerangka *ecological counseling*, yang bermula dari teori barat dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai Islam dalam penelitian kuantitatif. Dengan demikian, penelitian memberikan dasar rujukan teori dalam pengembangan model konseling Islam yang bersifat holistik, kontekstual, dan relevan dengan karakteristik mahasiswa sebagai individu yang berada dalam sistem sosial, lingkungan dan spiritual yang saling berinterkasi.

2. Manfaat Parktis

Penelitian ini diantisipasi memberi kontribusi bagi berbagai pihak. Bagi mahasiswa, temuan ini dapat membantu meningkatkan pemahaman mengenai peran efikasi diri dan pentingnya pendekatan konseling berbasis spiritual dalam membangun serta memelihara hubungan sosial yang sehat. Bagi konselor dan pakar BK, menjadi acuan dalam mengembangkan layanan konseling yang mengintegrasikan aspek psikologis dan nilai-nilai

keislaman. Sementara itu, bagi psikolog, terapis, dan pendidik di perguruan tinggi, memberikan panduan praktis dalam asesmen berbasis *ecological counseling* dengan keislaman (Tauhid, *ukhuwah* dan *tazkiyah*).

D. Kajian Pustaka

Pengeksplorasian kajian literatur yang telah dilakukan, peneliti mengidentifikasi bahwa topik *self-efficacy* banyak diteliti di negara maju maupun berkembang. Penelitian mengenai *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial telah menjadi perhatian luas dalam bidang psikologi dan konseling. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keyakinan diri individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan sosial berpengaruh terhadap kualitas interaksi sosial yang dibangun. Namun, hanya beberapa penelitian yang relevan untuk digunakan dalam penulisan kajian pustaka.

Hasil temuan sebelumnya dari Victory menemukan mahasiswa yang dihadapkan pada tugas yang kompleks perlu meningkatkan *self-efficacy* dalam menghadapi stress akademik.²⁶ Penelitian selanjutnya dari Nikmatul Musliha dan Lukman Hakim menjelaskan individu dengan pengalaman traumatis *bullying* mempengaruhi kualitas

²⁶ Victory O Pangemanan dkk., “Hubungan Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Biologi FMIPA Universitas Pattimura Dalam Proses Penyusunan Skripsi,” *Jurnal Anestesi* 2, no. 3 (Mei 2024): 31–38, <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1103>.

hubungan sosial.²⁷ Penelitian lainnya dari Muhyatun menjelaskan konseling ekologi dapat mengembangkan kecerdasan spiritual melalui fitrah anak.²⁸ Penelitian selanjutnya dari Tanhan mengembangkan dan mereview pendekatan terapeutik yang disesuaikan untuk muslim dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam (ritual, spiritualitas, dukungan komunitas) ke dalam praktik konseling untuk meningkatkan penerimaan dan efektivitas intervensi.²⁹

Berbagai kajian ilmiah menunjukkan bahwa *self-efficacy* berperan signifikan dalam mempengaruhi kualitas hubungan sosial individu, khususnya mahasiswa dalam tahap perkembangan sosial dan akademik. Penelitian dari Yaxing Wang menemukan bahwa *self-efficacy* berperan dalam meningkatkan keterlibatan dan adaptasi sosial mahasiswa.³⁰ Sedangkan Yaxing Wang dan Wen Zhang serta Yanyan Lin bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan *Self-Efficacy*, yang selanjutnya memediasi hubungan antara dukungan

²⁷ Nikmatul Musliha dan Lukman Hakim, "Hubungan Kemampuan Interaksi Sosial dengan Korban Bullying pada Remaja," *Journal of Theory and Practice in Islamic Guidance and Counseling* 2, no. 1 (Juni 2025): 22–30, <https://doi.org/10.33367/jtpigc.v2i1.6938>.

²⁸ Muhyatun Muhyatun, "Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Sebagai Fitrah Anak (Spiritual Intelligence)," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 9, no. 2 (Desember 2019): 149–61, <https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.2.149-161>.

²⁹ Ahmet Tanhan dan Vincent T Francisco, *Muslims and Mental Health Concerns: A Social Ecological Model Perspective*, t.t.

³⁰ Yaxing Wang dkk., "Influence of Perceived Social Support and Academic Self-Efficacy on Teacher-Student Relationships and Learning Engagement for Enhanced Didactical Outcomes," *Scientific Reports* 14, no. 1 (November 2024): 28396, <https://doi.org/10.1038/s41598-024-78402-6>.

sosial dan kesejahteraan psikologis.³¹ Di sisi lain, penelitian Jianyang Zhang dan Aochen menunjukkan bahwa *environmental self-efficacy* dan norma sosial berperan dalam membentuk perilaku pro-lingkungan dan hubungan sosial kolektif.³² Selaras dengan penelitian Faizal membuktikan bahwa konseling berbasis Islam mampu meningkatkan *self-efficacy* dan kesejahteraan spiritual mahasiswa³³.

Selain itu, kajian mengenai *ecological counseling* dengan pendekatan konvensional telah banyak dikembangkan dan diuji secara empiris oleh berbagai peneliti. Berbagai peneliti menunjukkan bahwa pendekatan ini memiliki relevansi yang kuat dalam memahami individu sebagai bagian yang tidak dapat dipisahkan dari sistem ekologis yang lebih luas, mencakup interaksi dengan lingkungan, sosial, budaya dan kontekstual. Penelitian-penelitian tersebut menegaskan bahwa permasalahan individu tidak dapat dilepas dari dinamika lingkungan sekitar, sehingga intervensi konseling perlu mempertimbangkan keterkaitan antara individu dan

³¹ Yaxing Wang dan Wen Zhang, "The Relationship between College Students' Learning Engagement and Academic Self-Efficacy: A Moderated Mediation Model," *Frontiers in Psychology* 15 (September 2024): 1425172, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425172>.

³² Jianyang Zhang dan Aochen Cao, "The Psychological Mechanisms of Education for Sustainable Development: Environmental Attitudes, Self-Efficacy, and Social Norms as Mediators of Pro-Environmental Behavior Among University Students," *Sustainability* 17, no. 3 (Januari 2025): 933, <https://doi.org/10.3390/su17030933>.

³³ Faizal Faizal dkk., "Islamic-Based Counseling for Fostering Self Efficacy in Muslim Communities," *Islamic Guidance and Counseling Journal* 8, no. 2 (Agustus 2025), <https://doi.org/10.25217/0020258650300>.

sistem yang melingkupinya.³⁴ *Ecological counseling* juga telah dikembangkan dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam beberapa penelitian. Sejumlah penelitian menunjukkan upaya penguatan dimensi spiritual dan etis keislaman dalam kerangka konseling ekologi. Pendekatan ini menekankan pentingnya nilai keislaman dalam memaknai hubungan individu dengan lingkungan sebagai bagian dari tanggungjawab moral dan spiritual.³⁵

³⁴ Mr Sunardi, "Ecological Counseling Model to Reduce Parenting Stress on Multiple Disabilities and A Visual Impairment (MDVI) Parents," conf. paper presented pada Proceedings of the 2nd INDOEDUC4ALL - Indonesian Education for All (INDOEDUC 2018), *Proceedings of the 2nd INDOEDUC4ALL - Indonesian Education for All (INDOEDUC 2018)*, 2018, <https://doi.org/10.2991/indoeduc-18.2018.33>; Dwi Yuwono Puji Sugiharto dkk., "The Effect of Guidance and Counselling Services Based on an Ecological Approach to Academic Integrity," *Social Work and Education* 10, no. 1 (Mei 2023): 27–34, <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.3>; Afifah Ainun Nimah Afifah, Mulawarman Mulawarman, dan Ali Formen, "The Influence of Natural Environment on the Effectiveness of Guidance and Counseling at Planet Nufo Nature School Rembang," *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 6, no. 1 (Juni 2024): 67–79, <https://doi.org/10.18326/ijip.v6i1.2032>; Julia V. Taylor dan Donna M. Gibson, "Crisis on Campus: Eating Disorder Intervention from a Developmental-Ecological Perspective," *Journal of American College Health* 64, no. 3 (April 2016): 251–55, <https://doi.org/10.1080/07448481.2015.1117468>; H. George McMahon dkk., "An Ecological Model of Professional School Counseling," *Journal of Counseling & Development* 92, no. 4 (Oktober 2014): 459–71, <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00172.x>; Nur Handayani, *Efektivitas Layanan Konseling Ekologis Dalam Mengatasi Juvenile Delinque (Kenakalan Remaja) Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri Simpang KOSGORO*, 5, no. 1 (2024); Elviana, Fitriyawany, dan Rizki Mulia, "Eko-Konseling untuk Anak dan Remaja di Ramindra: Membangun Karakter Peduli Lingkungan melalui Pendekatan Psikoedukatif," *JKA* 2, no. 2 (Juli 2025): 73–80, <https://doi.org/10.26811/psjfre50>; Nurin Baroroh dan M Rizqon Al-Musafiri, *Pengaruh Konseling Ekologi Bronfenbrenner Dalam Peningkatan Keterampilan Sosial Mahasiswa Iai Darussalam Blokagung*, T.T.
³⁵ Khairunnas Rajab, "Nilai-Nilai Holistik dalam Kaunseling Islam," *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam* 17, no. 1 (Desember 2015): 25–50, <https://doi.org/10.22452/afkar.vol17no1.2>; Ahmad Barizi dan Sda Defi

Berbagai penelitian terdahulu mengenai *self-efficacy* berfokus pada pengalaman belajar, komunikasi, rehabilitasi, adaptasi sosial, *psychological resilience*, tantangan akademik, stress akademik, kesehatan mental, *quarter life crisis*, kecemasan, trauma, depresi, kekerasan verbal, luka, emosional, makna hidup, refleksi sosial, *hope*, *cognitive flexibility*, dan dukungan sosial.³⁶ Dan berdasarkan penelitian

Yufarika, “Ekologi dalam Al-Quran dan Hadis: Implikasinya Terhadap Kurikulum Pendidikan Islam,” *Al-Madrasah Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 9, no. 2 (April 2025): 1033, <https://doi.org/10.35931/am.v9i2.4822>; Muhyatun Muhyatun, “Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Sebagai Fitrah Anak (Spiritual Intelligence),” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 9, no. 2 (Desember 2019): 149–61, <https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.2.149-161>; Razia Bhatti-Ali, *Integrating Acceptance and Commitment Therapy with Islamic Psychotherapy for Managing Chronic Pain*, 1 ed. (London: Routledge, 2023), <https://doi.org/10.4324/9781003329626>.

³⁶ Nur Muniva Ibrahim, Nanang Roswita Paramata, dan Ita Sulistiani, *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Pasca Stroke*, 18 (2023); Devina Novaliany dan Ilham Nur Alfian, “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Stress Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderator,” *Blantika: Multidisciplinary Journal* 2, no. 2 (Desember 2023): 236–45, <https://doi.org/10.57096/blantika.v2i2.92>; Jeannette Baca, “Trauma-Informed Approaches and Ecological Theory: Intervening with Families Experiencing Domestic Violence,” *University of Saint Thomas School of Social Work*, 2019; Namier Ulziibayar, “Studying the relationship between students’ self-efficacy and social adaptation,” *Lavai - International Journal of Education* 19, no. 28 (Oktober 2023): 27–36, <https://doi.org/10.5564/lavai.v19i28.3242>; Putu Ayu Pradnya Paramita dan Komang Trisna Sumadewi, *Hubungan antara Self Efficacy dengan Tingkat Stres Mahasiswa Baru FKIK Universitas Warmadewa Angkatan 2020*, 1 (2022); Rachmi Dwi Utami dan Stephani Raihana Hamdan, “Pengaruh Pengalaman Kekerasan Verbal terhadap Tingkat Forgiveness,” *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (Januari 2023), <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5504>; Casmini Casmini dkk., “From Trauma to Growth: A Mixed-Methods Analysis of Psychological Factors in Women’s Experiences of Temporary Marriage,” *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 1 (Mei 2024): 59–82, <https://doi.org/10.21580/pjpp.v9i1.20616>.

terdahulu mengenai *ecological counseling* berfokus pada ekologi Bronfenbrenner, interaksi, keterlibatan lingkungan, stres pengasuhan, kecemasan, krisis ekologi dan spiritualitas.³⁷

Subjek penelitian sebelumnya dilakukan pada populasi mahasiswa, mahasiswa baru dan mahasiswa vokasi, siswa, remaja, remaja dengan perceraian orangtua, penyintas trauma, keluarga korban KDRT, orangtua, korban pernikahan sementara, dewasa awal, pasien stroke, pasien penyakit kronik (kanker, diabetes dan jantung), pasien psikosis, atlet, individu dan kelompok dan konselor sekolah.³⁸

³⁷ Sunardi, "Ecological Counseling Model to Reduce Parenting Stress on Multiple Disabilities and A Visual Impairment (MDVI) Parents"; Adiyaman University dkk., "The Effect of Counselling on Anxiety Level from the Perspective of Ecological Systems Theory: A Quasi-Experimental Pre-Test - Post-Test Control Group Study," *International Journal of Psychology and Educational Studies* 7, no. 3 (September 2020): 58–69, <https://doi.org/10.17220/ijpes.2020.03.006>; Rajab, "Nilai-Nilai Holistik dalam Kauseling Islam."

³⁸ Laura Gultekin dkk., "The Eco-Social Trauma Intervention Model," *Public Health Nursing* 36, no. 5 (September 2019): 709–15, <https://doi.org/10.1111/phn.12619>; Daniswara Agusta Wijaya dkk., "Resilience, Post-Traumatic Growth, and Psychological Well-Being Among Adolescents Experiencing Parents' Marital Dissolution," *Jurnal Ilmu Perilaku* 5, no. 1 (Juli 2021): 1, <https://doi.org/10.25077/jip.5.1.1-20.2021>; Sri Hartini dkk., *An Ecological Model Of Pedagogical Competence School Counseling*, 9, no. 04 (2020); Philip J. Rosenbaum dan Richard E. Webb, "Treating Trauma in the Fishbowl of University & College Counseling Centers," *Journal of College Student Psychotherapy* 35, no. 3 (Juli 2021): 224–43, <https://doi.org/10.1080/87568225.2019.1671293>; Kotaro Shoji dkk., "Social Engagement, Self-efficacy, and Posttraumatic Stress Symptoms across 6 Months of Psychotherapy," *Journal of Clinical Psychology* 77, no. 1 (Januari 2021): 60–77, <https://doi.org/10.1002/jclp.23034>; Sulisty Andarmoyo, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Psikologis pada Individu yang Mengalami Stres Pasca Trauma," *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 2, no. 03 (September 2024): 193–201, <https://doi.org/10.58812/jpkws.v2i03.1610>; Ibrahim, Paramata, dan Sulistiani,

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang telah dilakukan intervensi *self-efficacy* menggunakan beberapa metode, mayoritas menggunakan kuantitatif dengan korelasional, kuantitatif (SPSS dan AMOS), kuantitatif dengan regresi moderasi (Bootstrap), kuantitatif dengan *cross-sectional*, *Mixed Methods* dengan eksplanatori sekuensial, konseptual dengan literatur, kuantitatif non eksperimen dengan *ex post facto*, kuantitatif dengan kuasi-eksperimen, *mixed methods* dengan wawancara, kuesioner WHOQoL, GSES), kualitatif dengan studi kasus, dan kualitatif.

Berdasarkan keseluruhan berbagai penelitian terdahulu, tampak bahwa kajian mengenai *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial telah banyak dilakukan dengan beragam konteks seperti akademik, sosial, maupun kesehatan mental. Oleh karena itu, sebagian penelitian terdahulu menekankan aspek psikologis pribadi, sementara kajian mengenai pendekatan konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dan prinsip ekologi sebagai landasan dalam membentuk keseimbangan hubungan manusia dengan dirinya, lingkungan sosial dan spiritualitas. Penelitian ini menetapkan *Islamic Ecological Counseling* sebagai mediator dalam menjembatani antara *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial. Kajian

Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Pasca Stroke; Casmimi dkk., "From Trauma to Growth"; Alfid Tri Afandi dan Enggal Hadi Kurniyawan, EFEKTIVITAS SELF EFFICACY TERHADAP KUALITAS HIDUP KLIEN DENGAN DIAGNOSA PENYAKIT KRONIK, T.T.

pustaka yang telah dilakukan dengan mengimplemtasikan kepada mahasiswa dan penyintas trauma secara terpisah, namun penelitian kepada mahasiswa dengan pengalaman traumatis dalam meningkatkan kualitas hubungan sosial dengan dimediasi *Islamic Ecological Counseling* belum ada yang meneliti. Metode yang digunakan untuk mengukur tingkat *self-efficacy* dan *ecological counseling* beragam, tetapi belum ada yang mengintegrasikan instrumen *Ecological counseling* konvensional dengan nilai-nilai Islam untuk memahami dan mempertimbangkan lapisan lingkungan dan juga jasmani, akal dan rohani, secara spesifik dengan menekankan aspek interaksi, keterlibatan, dukungan sosial, penghayatan atau pendalaman dan refleksi.

Dengan demikian, penelitian ini dilakukan untuk melengkapi kekosongan dengan menguji pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial mahasiswa dengan *Islamic Ecological Counseling* sebagai variabel mediasi. Penelitian ini menempatkan *Islamic Ecological Counseling* sebagai bentuk pendekatan konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dan prinsip ekologi, sehingga dapat menjadi strategi efektif dalam memperbaiki kualitas hubungan sosial dan kesejahteraan psikologis individu, khususnya pada mahasiswa yang memiliki pengalaman traumatis menggunakan metode analisis regresi.

E. Sistematika Pembahasan

Sistematika penelitian disusun untuk membantu peneliti dalam mengorganisasi hasil penelitian serta memudahkan dan memahami isi penelitian. Maka dari itu, peneliti mengatur struktur pembahasan dibagi menjadi enam bab. Di bagian awal disajikan lembar persetujuan tesis, halaman pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, serta halaman abstrak.

Bab I Pendahuluan, dibagi kedalam latar belakang, rumusan masalah, tujuan serta kegunaan penelitian, kajian pustaka dan sistematika pembahasan.

Bab II Kajian Pustaka, terdapat konsep *self-efficacy*, kualitas hubungan sosial, dan *Islamic Ecological Counseling* meliputi dari kerangka teori, kerangka berpikir serta hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian, membahas jenis penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional, instrumen penelitian serta metode analisis data.

Bab IV Pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa, membahas hasil pengolahan data kuantitatif terkait pengaruh *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa mencakup analisis data serta pembahasan penelitian.

Bab V Peran Mediasi *Islamic Ecological Counseling* dalam hubungan antara *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa, membahas membahas hasil

pengolahan data kuantitatif berkenaan dengan pengaruh peran mediasi *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa meliputi hasil analisis data hingga pembahasan penelitian.

Bab VI Penutup, menjelaskan secara ringkas hasil temuan dalam bentuk simpulan, saran serta keterbasan penelitian.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan eksplorasi mendalam terhadap temuan dan analisis yang telah dipaparkan, peneliti mesintesis poin-poin krusial dari penelitian ini serta mengajukan panduan praktis untuk aplikasi selanjutnya dan penelitian masa depan

1. Pengaruh *self-efficacy* terhadap *Islamic Ecological Counseling*

Terdapat pengaruh positif dan signifikan *self-efficacy* terhadap *Islamic Ecological Counseling* pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga. Hasil ini dibuktikan melalui uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikan $.000 < 0,05$ dan $t_{\text{hitung}} 10,640 > t_{\text{tabel}} 1,965$ pada taraf signifikan 5% dengan jumlah responden $(N)=412$. Dilihat dari nilai koefisien determinan (R^2) sebesar 0,216 atau jika dipresentasikan menjadi 21,6% . Dengan demikian, maka dinyatakan bahwa hipotesis ini *self-efficacy* berdampak positif dan signifikan terhadap *Islamic Ecological Counseling* diterima. Peningkatan *self-efficacy* yang tinggi maka *Islamic Ecological Counseling* rendah, begitupun sebaliknya *self-efficacy* rendah, maka *Islamic Ecological Counseling* akan tinggi.

2. Pengaruh *self-efficacy* terhadap Kualitas Hubungan Sosial

Terdapat pengaruh positif dan signifikan *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial pada mahasiswa UIN Sunan Kalijaga. Hasil ini dibuktikan melalui uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikan $.000 < 0,05$ dan $t_{\text{hitung}} 20,802 > t_{\text{tabel}} 1,965$ pada taraf signifikan 5% dengan jumlah responden (N)=412 dan nilai *Coefficient beta* pada *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial sebesar 0,717, nilai $p < 0,000$. Maka, hipotesis ini terdapat pengaruh positif signifikan antara *self-efficacy* terhadap kualitas hubungan sosial diterima. *Self-efficacy* tinggi maka kualitas hubungan sosial tinggi, sebaliknya *self-efficacy* rendah, maka kualitas hubungan sosial akan semakin tinggi.

3. Peran Mediasi *Islamic Ecological Counseling* dalam Hubungan *self-efficacy* dan Kualitas Hubungan Sosial

Hasil menunjukkan bahwa nilai *Coefficient beta* dari pengaruh tidak langsung antara *self-efficacy* melalui *Islamic Ecological Counseling* sebesar 0,225 dengan $p < 0,000$. Nilai koefisien determinan sebesar 0,513 yang berkontribusi 51,3%. Dengan *Islamic Ecological Counseling* dapat memediasi antara *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial. Semakin tinggi *Islamic Ecological Counseling* maka *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial semakin rendah, sebaliknya semakin

rendah *Islamic ecological counseling*, maka *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial akan semakin tinggi.

B. Saran

Berdasarkan berbagai batasan sebelumnya, peneliti menyampaikan saran, sebagai berikut:

1. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan desain longitudinal atau menerapkan pendekatan metode campuran agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mempertimbangkan menambahkan variabel psikososial ekologi dan spiritual lainnya guna menunjang pengembangan model konseling Islam.

2. Saran bagi Instansi

Pihak Instansi perguruan tinggi disarankan kedepannya, khususnya UIN Sunan Kalijaga dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang mengintegrasikan penguatan *self-efficacy* dengan pendekatan konseling ekologis Islam. Pendekatan ini menjadi upaya pendukung dalam membantu mahasiswa meningkatkan keyakinan diri, kesadaran sosial, serta mengembangkan hubungan interpersonal yang selaras dengan nilai-nilai keislaman dan tanggung jawab ekologis.

3. Saran bagi Subjek Mahasiswa

Penguatkan *self-efficacy* pada mahasiswa melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan akademik dan sosial, disertai refleksi nilai spiritual merupakan modal penting dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial. Keterlibatan tersebut tidak hanya mendorong mahasiswa untuk mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri, tanggung jawab sosial, tetapi juga membantu membentuk sikap adaptif, tanggung jawab sosial, serta kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang sehat.

C. Keterbatasan Penelitian

Sejalan dengan hasil penelitian ini mempunyai sejumlah keterbatasan, antara lain:

1. Penelitian dilaksanakan di UIN Sunan Kalijaga, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan mahasiswa umum maupun mahasiswa perguruan tinggi Islam lainnya.
2. Pendekatan kuantitatif yang digunakan hanya mengukur penerapan nilai-nilai keislaman dari *Islamic Ecological Counseling*, *self-efficacy* dan kualitas hubungan sosial melalui skala likert tanpa menggali secara mendalam mengenai respon mahasiswa.
3. Penelitian ini belum sepenuhnya mempertimbangkan faktor kontekstual lain, seperti pengalaman traumatis, tingkat religiusitas, serta dukungan sosial secara lebih mendalam, yang kemungkinan turut memengaruhi kualitas hubungan sosial mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyaman University, Ahmet Tanhan, Kilis 7 Aralık University, Mehmet Akif Karaman, Adiyaman University, dan Ahmet Nalbant. "The Effect of Counselling on Anxiety Level from the Perspective of Ecological Systems Theory: A Quasi-Experimental Pre-Test - Post-Test Control Group Study." *International Journal of Psychology and Educational Studies* 7, no. 3 (September 2020): 58–69. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2020.03.006>.
- Afandi, Alfid Tri, dan Enggal Hadi Kurniyawan. *Efektivitas Self Efficacy Terhadap Kualitas Hidup Klien Dengan Diagnosa Penyakit Kronik*. t.t.
- Afifah, Afifah Ainun Nimah, Mulawarman Mulawarman, dan Ali Formen. "The Influence of Natural Environment on the Effectiveness of Guidance and Counseling at Planet Nufo Nature School Rembang." *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology* 6, no. 1 (Juni 2024): 67–79. <https://doi.org/10.18326/ijip.v6i1.2032>.
- Agmeilia, Irene Friska, Suroso Suroso, dan Karolin Rista. "Keterkaitan Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri: Kunci Sukses Menghadapi Tantangan Baru." *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 2 (November 2023). <https://doi.org/10.30996/jiwa.v1i2.9907>.
- Amin, Samsul Munir. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Andarmoyo, Sulisty. "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Psikologis pada Individu yang Mengalami Stres Pasca Trauma." *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 2, no. 03 (September 2024): 193–201. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v2i03.1610>.
- Anwar, Moh. Khoerul. "Konseling Ekologis." Blog. *Moh. Khoerul Anwar Mencoba, Berjuang, dan Tawakkal*,

- Agustus 2015.
<https://khoerulanwarbk.wordpress.com/2015/08/29/konseling-ekologis/>.
- Anwar, Moh Khoerul, dan Ruly Ningsih. “Faith-Base Communities (FBCs) in Ecological Counseling (EC) to Promote Well-Being (WB) in Millennial Era.” *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 9, no. 1 (Mei 2019): 1–13. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.3209>.
- Azka, Zulfa Azka, Sri Purnami, Muqowim Muqowim, dan Atina Husna Athiyah. “Self-Efficacy and Interpersonal Communication Skills in College Students.” *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K)* 5, no. 3 (Desember 2024): 1019–26. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.529>.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian Psikologi*. 2 ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- . *Penyusunan Skala Psikologi*. 2 ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- . *Reliabilitas dan validitas*. Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- . *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. 2 (Cetakan Revisi). Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Baca, Jeannette. “Trauma-Informed Approaches and Ecological Theory: Intervening with Families Experiencing Domestic Violence.” *University of Saint Thomas School of Social Work*, 2019.
- Bağatarhan, Tuba. “Investigating the Mediating Effect of Resilience in the Relationship between Self-Efficacy, Happiness, Social Support, and Internet Addiction in Adolescents.” *Current Psychology* 44, no. 12 (Juni 2025): 11591–602. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07931-8>.

- Bakioğlu, Fuad. “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Yeterliğin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi.” *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11, no. 18 (Juni 2019): 1858–75. <https://doi.org/10.26466/opus.544883>.
- Bandura, Albert. *Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change*. Stanford University: Psychological, 1997.
- Barizi, Ahmad, dan Sda Defi Yufarika. “Ekologi dalam Al-Quran dan Hadis: Implikasinya Terhadap Kurikulum Pendidikan Islam.” *Al-Madrasah Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 9, no. 2 (April 2025): 1033. <https://doi.org/10.35931/am.v9i2.4822>.
- Baron, Robert A, dan Donn Byrne. *Psikologi Sosial*. Edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga, 2005.
- Baroroh, Nurin, dan M Rizqon Al-Musafiri. “Pengaruh Konseling Ekologi Bronfenbrenner Dalam Peningkatan Keterampilan Sosial Mahasiswa Iai Darussalam Blokagung.” *Januari 2023 III*, no. Vol. 3 No. 1 (2023): JANUARI 2023 (2024). <https://doi.org/10.30739/jkaka.v3i1.3324>.
- Bhatti-Ali, Razia. *Integrating Acceptance and Commitment Therapy with Islamic Psychotherapy for Managing Chronic Pain*. 1 ed. London: Routledge, 2023. <https://doi.org/10.4324/9781003329626>.
- Bronfenbrenner, Urie. *Ekologi Perkembangan Manusia: Eksperimen Alam dan Desain*, terj. Siwi Purwanti. Jakarta: PT Gramedia, 1989.
- Caprara, Gian Vittorio, Guido Alessandri, dan Nancy Eisenberg. “Prosociality: The Contribution of Traits, Values, and Self-Efficacy Beliefs.” *Journal of Personality and Social Psychology* 102, no. 6 (Juni 2012): 1289–303. <https://doi.org/10.1037/a0025626>.
- Casmini, Casmini, Musthofa Musthofa, Saptoni Saptoni, Moh. Khoerul Anwar, dan Lugazo Abubakar. “From Trauma to

- Growth: A Mixed-Methods Analysis of Psychological Factors in Women's Experiences of Temporary Marriage.” *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 1 (Mei 2024): 59–82. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v9i1.20616>.
- Chen, Chunmei, Yujie Zhu, Yanyan Sun, dan Mingkun Que. “The Relationship between Social Support and Interpersonal Self-Efficacy among Higher Vocational College Students: Parallel Mediation Effects of Anxiety and Loneliness.” *BMC Psychology* 13, no. 1 (Februari 2025): 102. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02418-4>.
- Cherewick, Megan, Rinzi Lama, Roshan P. Rai, Choden Dukpa, Dikcha Mukhia, Priscilla Giri, dan Michael Matergia. “Social Support and Self-Efficacy during Early Adolescence: Dual Impact of Protective and Promotive Links to Mental Health and Wellbeing.” *PLOS Global Public Health* 4, no. 12 (Desember 2024): e0003904. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003904>.
- Cohen, Sheldon, dan Thomas Ashby Wills. *Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis*. 1985.
- Creswell, John W., J. David. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches Sixth Edition*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc., 2023. <https://us.sagepub.com/en-us/nam/research-design/book273126>.
- Dailami. *Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dengan Dosen*. Yogyakarta: Deepublish, 2023.
- Dougherty, James E, dan Robert L Pfaltzgraff. *Contending Theories of International Relations*. 1990.
- Dwi Utami, Rachmi, dan Stephani Raihana Hamdan. “Pengaruh Pengalaman Kekerasan Verbal terhadap Tingkat Forgiveness.” *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (Januari 2023). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5504>.

- Ekanata, Bunga Aprilia, Febri Dahlia, dan Desi Setiyadi. "Penerapan konseling Islami berbasis teori Imam Al-Ghazali dalam meningkatkan makna hidup generasi Z." *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 15, no. 1 (Mei 2025): 15–28. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v15i1.22271>.
- Elviana, Fitriyawany, dan Rizki Mulia. "Eko-Konseling untuk Anak dan Remaja di Ramindra: Membangun Karakter Peduli Lingkungan melalui Pendekatan Psikoedukatif." *JKA* 2, no. 2 (Juli 2025): 73–80. <https://doi.org/10.26811/psjfre50>.
- Faizal, Faizal, Fariza Makmun, Tiara Iskandar Pratiwi, dan Anisa Mawarni. "Islamic-Based Counseling for Fostering Self Efficacy in Muslim Communities." *Islamic Guidance and Counseling Journal* 8, no. 2 (Agustus 2025). <https://doi.org/10.25217/0020258650300>.
- Fesit, Jess, dan Gregory. *Teori Kepribadian, Ahl Bahasa: Smita Prahita Sjahputri*. Jakarta: Salemba Humanika, 2017.
- Gecas, Viktor. "The Social Psychology of Self-Efficacy." *Annual Review of Sociology*, no. 15 (1989): 291-316.
- Ghozali, Imam. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Edisi 9. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2018.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawati. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2013.
- Gultekin, Laura, Yasamin Kusunoki, Laura Sinko, Lindsay Cannon, Kathryn Abramoski, Angubeen G. Khan, dan Julia Seng. "The Eco-Social Trauma Intervention Model." *Public Health Nursing* 36, no. 5 (September 2019): 709–15. <https://doi.org/10.1111/phn.12619>.
- Gunawan. *Konseling Ekologis: Pendekatan Sistem dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Prenada media, 2021.

- Hamdi, Muhammad, Arif Sugitanata, dan Hamroni Hamroni. “Membangun Ketahanan Mental Anak Dari Keluarga Broken Home: Integrasi Maqashid Syariah dan Teori Ekologi Sistem Bronfenbrenner.” *AL-BALAD: Jurnal Hukum Tata Negara dan Politik Islam* 3, no. 1 (Juni 2023): 73–82. <https://doi.org/10.59259/ab.v3i1.94>.
- Handayani, Nur. *Efektivitas Layanan Konseling Ekologis Dalam Mengatasi Juvenile Delinque (Kenakalan Remaja) Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri Simpang Kosgoro*. 5, no. 1 (2024).
- Hartini, Sri, Caraka Putra Bhakti, Muhammad Alfarizqi Nizamuddin Ghiffari, Bayu Selo Aji, dan Cucu Kurniasih. *An Ecological Model Of Pedagogical Competence School Counseling*. 9, no. 04 (2020).
- Ibrahim, Nur Muniva, Nanang Roswita Paramata, dan Ita Sulistiani. *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Pasca Stroke*. 18 (2023).
- Jurasek, Miroslav, dan Petr Wawrosz. “How Does Self-Efficacy in Communication Affect the Relationship Between Intercultural Experience, Language Skills, and Cultural Intelligence.” *Sage Open* 13, no. 4 (Oktober 2023): 21582440231211687. <https://doi.org/10.1177/21582440231211687>.
- . “How Does Self-Efficacy in Communication Affect the Relationship Between Intercultural Experience, Language Skills, and Cultural Intelligence.” *Sage Open* 13, no. 4 (Oktober 2023): 21582440231211687. <https://doi.org/10.1177/21582440231211687>.
- Kamali, Mohammad Hashim. “Environmental Care In Islamic Teaching.” *Islam And Civilisational Renewal*, 2010.
- Leary, Mark R. *The Self as an Organizing Construct in the Behavioral and Social Sciences*. t.t.

- Lestari, Melina. "Program Bimbingan dan Konseling Ekologis bagi Anak dengan ADHD (Attention Defisit Hyperactivity Disorder)." *Sosio e-kons* 9, no. 3 (Maret 2018): 257. <https://doi.org/10.30998/sosioekons.v9i3.2254>.
- Lhotta, Karl. "Uromodulin and Chronic Kidney Disease." *Kidney & blood pressure research* 33 (November 2010): 393–98. <https://doi.org/10.1159/000320681>.
- Maharani, Ade, dan Lisa Putriani. *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*. 10 (2025).
- Martono, Nanang. *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*. Depok: PT RajaGrafindo Persada, 2012.
- McMahon, H. George, Erin C. M. Mason, Nichole Daluga-Guenther, dan Alina Ruiz. "An Ecological Model of Professional School Counseling." *Journal of Counseling & Development* 92, no. 4 (Oktober 2014): 459–71. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00172.x>.
- . "An Ecological Model of Professional School Counseling." *Journal of Counseling & Development* 92, no. 4 (Oktober 2014): 459–71. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00172.x>.
- Meng, Qian, dan Qi Zhang. "The Influence of Academic Self-Efficacy on University Students' Academic Performance: The Mediating Effect of Academic Engagement." *Sustainability* 15, no. 7 (Maret 2023): 5767. <https://doi.org/10.3390/su15075767>.
- Miele, David B., dan Kathryn R. Wentzel, ed. *Handbook of Motivation at School*. Second edition. Educational Psychology Handbook Series. New York: Routledge, 2016. <https://doi.org/10.4324/9781315773384>.
- Muhyatun, Muhyatun. "Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Sebagai Fitrah

- Anak (Spiritual Intelligence).” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 9, no. 2 (Desember 2019): 149–61.
<https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.2.149-161>.
- . “Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Sebagai Fitrah Anak (Spiritual Intelligence).” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 9, no. 2 (Desember 2019): 149–61.
<https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.2.149-161>.
- . “Konseling Ekologi Bronfenbrenner dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Sebagai Fitrah Anak (Spiritual Intelligence).” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 9, no. 2 (Desember 2019): 149–61.
<https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.2.149-161>.
- Munawati, Siti, M Asep Rahmatullah, dan Abdul Manan. “Implications of Self-Efficacy in Guidance Personal and Social Independence.” *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial* 31, no. 1 (Juni 2022): 75–82.
<https://doi.org/10.17509/jpis.v31i1.29500>.
- Nabila, Tessa, dan Eka Wahyuni. “Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dengan Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) Mahasiswa.” *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 10, no. 2 (Februari 2022): 164–71.
<https://doi.org/10.21009/INSIGHT.102.08>.
- Nastiti, Meilisa Fauzia, dan Ma'mun Hanif. *Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mendukung Pemulihan Siswa Yang Mengalami Trauma Psikologis*. 2, no. 3 (2024).
- Nasution, Muhammad Faisal Ramadhan, Salamiah Sari Dewi, dan Risydah Fadilah. “The Influence of Social Support on Students’ Academic Resilience through Self-Efficacy.” *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan* 6, no. 2 (Desember 2024): 161–70.
<https://doi.org/10.26555/jptp.v6i2.29415>.
- Nikmatul Musliha dan Lukman Hakim. “Hubungan Kemampuan Interaksi Sosial dengan Korban Bullying pada Remaja.”

Journal of Theory and Practice in Islamic Guidance and Counseling 2, no. 1 (Juni 2025): 22–30.
<https://doi.org/10.33367/jtpigc.v2i1.6938>.

Noor, Juliansyah. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah*. 1 ed. Jakarta: Kencana, 2011.

Novaliany, Devina, dan Ilham Nur Alfian. “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Stress Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderator.” *Blantika: Multidisciplinary Journal* 2, no. 2 (Desember 2023): 236–45.
<https://doi.org/10.57096/blantika.v2i2.92>.

Palmer, Margaret A., Joy B. Zedler, dan Donald A. Falk. “Ecological Theory and Restoration Ecology.” Dalam *Foundations of Restoration Ecology*, disunting oleh Margaret A. Palmer, Joy B. Zedler, dan Donald A. Falk, 3–26. Washington, DC: Island Press/Center for Resource Economics, 2016. https://doi.org/10.5822/978-1-61091-698-1_1.

Pangemanan, Victory O, Dodikrisno E Manery, Abdul M Ukratalo, Bill E Nanere, Yushar A Embisa, dan Abdur Rahman Assagaf. “Hubungan Self-Efficacy Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa S1 Biologi FMIPA Universitas Pattimura Dalam Proses Penyusunan Skripsi.” *Jurnal Anestesi* 2, no. 3 (Mei 2024): 31–38.
<https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1103>.

Paramita, Putu Ayu Pradnya, dan Komang Trisna Sumadewi. *Hubungan antara Self Efficacy dengan Tingkat Stres Mahasiswa Baru FKIK Universitas Warmadewa Angkatan 2020*. 1 (2022).

Pertama Henerges, Anakita, dan Sri Tiatri. “Hubungan Antara Empati Dan Kualitas Hubungan Interpersonal Pada Mahasiswa.” *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 4, no. 8 (Desember 2024): 2514–22. <https://doi.org/10.59141/comserva.v4i8.2733>.

- Pierce, Gregory, Irwin Sarason, dan Barbara Sarason. "General and Relationship-Based Perceptions of Social Support: Are Two Constructs Better Than One?" *Journal of personality and social psychology* 61 (Desember 1991): 1028–39. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.6.1028>.
- Rahmawati, Alfiah Dewi, Fajar Dwi Wibowo, Habibullah Habibullah, Hamidah Nurrochmah, Hana Fitria Noor Baity, dan Ulya Makhmudah. "EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA SMA/SMK: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW." *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling* 3, no. 2 (Desember 2022): 63–71. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v3i2.2223>.
- Rajab, Khairunnas. "Nilai-Nilai Holistik dalam Kaunseling Islam." *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam* 17, no. 1 (Desember 2015): 25–50. <https://doi.org/10.22452/afkar.vol17no1.2>.
- Roellyanti, Maria Valeria. "Relationship Between Social Relationships Quality, Emotional Intelligence, and Work Environment to Psychological Well-Being." *Relevance: Journal of Management and Business* 7, no. 1 (Juni 2024): 001–019. <https://doi.org/10.22515/relevance.v7i1.8675>.
- Rosenbaum, Philip J., dan Richard E. Webb. "Treating Trauma in the Fishbowl of University & College Counseling Centers." *Journal of College Student Psychotherapy* 35, no. 3 (Juli 2021): 224–43. <https://doi.org/10.1080/87568225.2019.1671293>.
- Rothman, Abdallah, dan Adrian Coyle. "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul." *Journal of Religion and Health* 57, no. 5 (Oktober 2018): 1731–44. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>.
- Ryff, Carol D. "Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia." *Psychotherapy*

and *Psychosomatics* 83, no. 1 (2014): 10–28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>.

S, Shruthi. “A Critical Study On Socializing And Its Benefits On Mental Health.” Preprint, 23 April 2022.
<https://doi.org/10.14293/S2199-1006.1.SOR-.PPJQN0I.v1>.

Safitri, Yolla, dan Yuninda Tria Ningsih. *Hubungan Antara Gratitude Dengan Psychological Well-Being Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja*. 6 (2023).

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an), Volume 11*. Vol. 11. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an (Vol. 2)*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 1. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 15. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Shoji, Kotaro, Andrew J. Smith, Riko Sano, Kristin W. Samuelson, dan Charles C. Benight. “Social Engagement, Self-efficacy, and Posttraumatic Stress Symptoms across 6 Months of Psychotherapy.” *Journal of Clinical Psychology* 77, no. 1 (Januari 2021): 60–77.
<https://doi.org/10.1002/jclp.23034>.

Slovin, Michel. *Sampling*. New York: Simon and Schuster Inc, 1960.

Song, Kyeng-my, dan Sung-je Cho. “The Effect of Trainee Counseling Psychologists' Self-Efficacy on Interpersonal Relations.” *International Journal of Social Welfare Promotion and Management* 6, no. 3 (November 2019): 13–18. <https://doi.org/10.21742/IJSWPM.2019.6.3.03>.

- Sugiharto, Dwi Yuwono Puji, Abdul Kholiq, Bobby Ardhan Nusantera, Anwar Sutoyo, dan Lenia Nawang Arum. "The Effect of Guidance and Counselling Services Based on an Ecological Approach to Academic Integrity." *Social Work and Education* 10, no. 1 (Mei 2023): 27–34. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.3>.
- Sugiyono, Sugiyono. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. 5th Edition. Bandung: Alfabeta, 2020.
- . *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Suhartati, Ade Rahayu, Deasy Amaliyah Putri, Muhammad Haikal Basyari, dan Naeila Rifatil Muna. "From Trauma to Resilience: A Comprehensive Review of Counseling and Intervention Methods for PTSD." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan* 9, no. 1 (Januari 2025): 123–31. <https://doi.org/10.30598/bkt.v9i1.17115>.
- Sujono, Sujono. "Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Problem Focused Coping Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa FMipa Unmul." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 2 (April 2014). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i2.3639>.
- Sunardi, Mr. "Ecological Counseling Model to Reduce Parenting Stress on Multiple Disabilities and A Visual Impairment (MDVI) Parents." Conf. paper presented pada Proceedings of the 2nd INDOEDUC4ALL - Indonesian Education for All (INDOEDUC 2018). *Proceedings of the 2nd INDOEDUC4ALL - Indonesian Education for All (INDOEDUC 2018)*, 2018. <https://doi.org/10.2991/indoeduc-18.2018.33>.
- Syafii, Muhammad Hisyam, dan Husain Azhari. "Interaction Between Spiritual Development and Psychological Growth: Implications for Islamic Educational Psychology in Islamic Students." *Journal of Islamic Education and Ethics* 3, no. 1 (Januari 2025): 29–48. <https://doi.org/10.18196/jiee.v3i1.69>.

- Tanhan, Ahmet, dan Vincent T Francisco. *Muslims and Mental Health Concerns: A Social Ecological Model Perspective*. t.t.
- Taylor, Julia V., dan Donna M. Gibson. "Crisis on Campus: Eating Disorder Intervention from a Developmental-Ecological Perspective." *Journal of American College Health* 64, no. 3 (April 2016): 251–55. <https://doi.org/10.1080/07448481.2015.1117468>.
- Ulziibayar, Namier. "Studying the relationship between students' self-efficacy and social adaptation." *Lavai - International Journal of Education* 19, no. 28 (Oktober 2023): 27–36. <https://doi.org/10.5564/lavai.v19i28.3242>.
- Usher, Ellen L., dan Frank Pajares. "Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions." *Review of Educational Research* 78, no. 4 (Desember 2008): 751–96. <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>.
- Utomo, Rizqy Cahyo, dan Budi Andayani. "The Role of Academic Self-Efficacy and School Well-Being on Adjustment of First Year University Student." *Psychological Research and Intervention* 6, no. 1 (Juni 2023): 18–25. <https://doi.org/10.21831/pri.v6i1.61908>.
- Venanda, Yana Anggita. "Hubungan efikasi diri (self efficacy) dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa." *Jurnal Psikologi Tabularasa* 17, no. 1 (Agustus 2022): 40–55. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8090>.
- Wang, Yaxing, Lu Wang, Ling Yang, dan Wenwen Wang. "Influence of Perceived Social Support and Academic Self-Efficacy on Teacher-Student Relationships and Learning Engagement for Enhanced Didactical Outcomes." *Scientific Reports* 14, no. 1 (November 2024): 28396. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-78402-6>.

- Wang, Yaxing, dan Wen Zhang. "The Relationship between College Students' Learning Engagement and Academic Self-Efficacy: A Moderated Mediation Model." *Frontiers in Psychology* 15 (September 2024): 1425172. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425172>.
- Wijaya, Daniswara Agusta, Endang Widyorini, Emiliana Primastuti, dan Jemerson Dominguez. "Resilience, Post-Traumatic Growth, and Psychological Well-Being Among Adolescents Experiencing Parents' Marital Dissolution." *Jurnal Ilmu Perilaku* 5, no. 1 (Juli 2021): 1. <https://doi.org/10.25077/jip.5.1.1-20.2021>.
- Yusuf, A. Muri. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Edisi Pertama (Cetakan pertama 2014). Jakarta: Kencana (Prenada Media Group), 2014.
- Zhang, Jianyang, dan Aochen Cao. "The Psychological Mechanisms of Education for Sustainable Development: Environmental Attitudes, Self-Efficacy, and Social Norms as Mediators of Pro-Environmental Behavior Among University Students." *Sustainability* 17, no. 3 (Januari 2025): 933. <https://doi.org/10.3390/su17030933>.
- Zhang, Wei. "The Influence of Social Ostracism and Traumatic Experiences in Childhood on Personality Disorder." *Journal of Education, Humanities and Social Sciences* 26 (Maret 2024): 723–28. <https://doi.org/10.54097/prhtcb72>.

SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA