

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PRIA TRANSGENDER (WARIA):
DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL & SELF-EFFICACY**

Andrea Puspita Dewi¹, Cempaka Putri Dimala², Anggun Pertiwi³

Email: Ps20.andreadewi@mhs.ubpkarawang.ac.id¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang^{1,2,3}

Abstrak

Pria *transgender* adalah pria yang mengidentifikasi diri sebagai wanita, tetapi ditetapkan sebagai pria saat lahir. Pria *transgender* atau wanita pria (yang selanjutnya disebut waria) juga dikenal sebagai pria *trans*, transmaskulin atau pria dengan pengalaman *transgender*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being*. Partisipan dalam penelitian ini adalah pria *transgender* berusia 25 – diatas 45 tahun yang berdomisili di Kabupaten Bekasi dengan jumlah 105 partisipan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *snowball sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)*, *general self-efficacy scale (GSES)*, dan *psychological well-being scales (RPWBS)* dengan metode kuantitatif dan desain penelitian kausalitas. Analisis data menggunakan teknik regresi berganda, dengan bantuan program SPSS versi 25.0 for windows 64-bit. Hipotesis dalam penelitian ini ada Hasil dari analisis data diperoleh nilai signifikansi regresi dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* sebesar 0,000 ($P= 0,000<0,05$) yang artinya hipotesis diterima, yaitu adanya pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di Kabupaten Bekasi. Nilai Koefisiensi determinasi dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* adalah (*R Square*) 0.696 atau 69,6%, yang di mana dukungan sosial berkontribusi 48,6% sedangkan *self-efficacy* 21.0% artinya dukungan sosial memiliki pengaruh lebih besar dari pada *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di Kabupaten Bekasi.

Kata Kunci: Dukungan Sosial; *Self-Efficacy*; *Psychological Well-Being*; *Transgender*

Abstract

*Transgender men are men who identify as women, but were assigned male at birth. Transgender men or male women (hereinafter referred to as waria) are also known as trans men, transmasculine or men with transgender experience. The aim of this research is to determine the effect of social support and self-efficacy on psychological well-being. Participants in this research were transgender men aged 25 – over 45 years who live in Bekasi Regency with a total of 105 participants. Sampling used snowball sampling technique. Data collection was carried out using the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS), general self-efficacy scale (GSES), and psychological well-being scales (RPWBS) with quantitative methods and causality research designs. Data analysis used multiple regression techniques, with the help of the SPSS version 25.0 for Windows 64-bit program. The hypothesis in this research is that the results of data analysis show that the regression significance value of social support and self-efficacy on psychological well-being is 0.000 ($P= 0.000<0.05$), which means the hypothesis is accepted, namely the influence of social support and self-efficacy on psychological well-being. -being in transgender men in Bekasi Regency. The coefficient of determination of social support and self-efficacy on psychological well-being is (*R Square*) 0.696 or 69.6%, where social support contributes 48.6% while self-efficacy is 21.0%, meaning that social support has a greater influence than self-efficacy towards psychological well-being in transgender men in Bekasi Regency*

Keyword: Social Support; *Self-Efficacy*; *Psychological Well-Being*; *Transgender*

PENDAHULUAN

Manusia pada dasarnya dibagi dalam dua jenis kelamin oleh Yang Maha Pencipta, yaitu laki-laki dan perempuan. Kenyataannya saat ini di tengah masyarakat, pria *transgender* atau Wanita pria (selanjutnya disebut dengan waria), memiliki figur maskulin, namun

berpenampilan secara feminim.

Transgender merupakan suatu hal yang dianggap masih tabu atau terlarang, karena bertentangan dengan nilai-nilai yang hidup, tumbuh dan berkembang di dalam masyarakat (Kendra, 2020). Menurut Koeswinarno (dalam Ruhghea, 2014), *transgender* dalam konteks psikologis

termasuk sebagai transeksualisme, yaitu seseorang yang secara jasmani jenis kelaminnya jelas dan sempurna hanya saja secara psikis mereka cenderung untuk menampilkan diri sebagai lawan jenis.

Tidak bisa kita pungkiri, meskipun saat ini waria bukan lagi hal yang tabu dalam masyarakat, akan tetapi diskriminasi terhadap para *transgender* tetap saja terjadi. Diskriminasi adalah perlakuan kelompok mayoritas yang menyudutkan kelompok minoritas karena perbedaan suku, ras, agama, jenis kelamin, status sosial dan sebagainya (Fajri, 2021). Seperti yang dikatakan oleh Wolhuter dkk. (dalam Amrianto dkk., 2023) menemukan tingginya tingkat kekerasan fisik, pelecehan, dan ancaman verbal (hinaan dan bahasa kasar) yang sering dialami kelompok *transgender* oleh homophobia dan cenderung mengalami viktimisasi berulang.

Jumlah *Transgender* di Indonesia pada tahun 2010 sebanyak 31.179 kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2011 dan mengalami peningkatan pada tahun 2016 mengalami peningkatan estimasi *transgender* sebanyak 38.928. Pada tahun 2020 *transgender* mengalami penurunan karena adanya perbedaan metode penghitungan estimasi, jumlah dan kualitas data dasar yang digunakan, dipengaruhi oleh jumlah *transgender* yang dijangkau oleh program pencegahan dan

testing HIV, situasi sosial ekonomi di Indonesia, serta angka kematian yang tinggi dan kurangnya pasokan heroin untuk beberapa tahun terakhir (Kementerian Kesehatan, 2020).

Berdasarkan data di atas, Indonesia termasuk salah satu negara dengan jumlah waria yang besar namun sayangnya, penerimaan masyarakat terhadap waria hanya sebatas formalitas sehingga memunculkan pertanyaan, bagaimana kaum *transgender* mendapatkan *psychological well-being* dalam hidup di tengah diskriminasi sosial dan kebingungan identitas sehingga dapat menemukan apa yang menjadi sumber kesejahteraan psikologisnya.

Psychological well-being merupakan sebuah kondisi individu yang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri (Ryff, 2013). Definisi lain menurut Hardjo dan Novita (2015), *psychological well-being* adalah kepuasan individu terhadap berbagai aspek kehidupannya, serta dapat memunculkan perasaan bahagia dan damai dalam dirinya, namun standar kebahagiaan ini bersifat subjektif pada tiap individu. Seseorang dikatakan memiliki *psychological well-being* yang baik apabila individu dapat merespon secara positif terhadap berbagai dimensi *psychological well-being* secara

berkelanjutan, Liwerti (dalam Kurniati dkk., 2013).

Aspek-aspek dari *psychological well-being* menurut Ryff (2013) menyebutkan bahwa terdapat enam aspek dari *psychological well-being* yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri), *relations with others* (hubungan positif dengan orang lain), *personal growth* (pengembangan diri), *purpose in life* (tujuan hidup), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) dan yang terakhir *autonomy* (otonomi).

Berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa subjek pada September - November 2023 yang telah dilakukan peneliti kepada pria *transgender* (*transgender*), diperoleh hasil bahwa mayoritas pria *transgender* tidak memiliki *psychological well-being* yang baik. Subjek mengatakan bahwa mereka sangat bergantung dengan apa yang orang lain katakan tentang dirinya (otonomi) lalu subjek juga mengatakan bahwa mereka tidak bisa mengatur urusan sehari-hari dengan mudah karena lingkungan yang membatasi (penguasaan lingkungan). Selain itu, subjek tidak mampu untuk bekerja diluar dari hal-hal yang biasa mereka lakukan padahal para *transgender* juga ingin merasakan kerja di suatu institusi atau Perusahaan hal tersebut dibatasi karena penampilan *transgender* yang tidak bisa di terima dalam perusahaan tertentu

(pengembangan diri). Kemudian subjek merasa diterima hanya dalam komunitasnya saja yaitu komunitas sesama *transgender*, lalu subjek juga merasa tidak punya tujuan hidup yang jelas, ada yang ingin kembali ke gender sebelumnya ada juga yang ingin menetap (tujuan hidup), terakhir (penerimaan diri) di mana subjek merasa tidak bisa sepenuhnya menerima diri sendiri, tidak bisa menerima kekurangan yang ada dalam dirinya serta selalu menyesali mengapa hal tersebut terjadi kepada subjek.

Fenomena di atas, merupakan salah satu bentuk dari *psychological well-being* yang rendah, salah satu faktor yang memengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff (dalam Rahama & Izzati, 2021) ada empat faktor yaitu kepribadian, usia, status sosial ekonomi dan dukungan sosial. Dukungan sosial adalah elemen penting dalam hubungan antar pribadi, yang mencerminkan kualitas suatu hubungan. Aspek ini dianggap memberikan kepuasan emosional dalam menghadapi berbagai situasi stres dalam hidup, sehingga individu dapat merasakan perhatian, rasa hormat, dan penghargaan dari orang lain (Lutfiyah, 2017).

Menurut Zimet (dalam Laksana & Virlia, 2019) dukungan sosial adalah suatu penguat yang ditujukan kepada individu yang sedang mengalami situasi yang tertekan, dimana dapat memicu lemahnya

daya tahan diri individu dalam mengatasi situasi tersebut. Nurita dkk. (2023), terdapat tiga aspek dukungan sosial yaitu dukungan keluarga (*family*) yaitu dukungan dari keluarga seperti orang tua, dukungan teman (*friends*) dukungan yang berasal dari teman dan dukungan pihak penting lainnya (*significant other*) yaitu dukungan darimanapun yang menurut individu tersebut penting (Zimet dkk., dalam Kusumaningrum, 2018).

Selain dukungan sosial, *self-efficacy* juga memiliki peran yang cukup penting untuk meningkatkan *psychological well-being* pada individu yang mengalami stres. Menurut Bandura (dalam Sumartini, 2020) *self-efficacy* merupakan keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri untuk mengerjakan tugas tertentu sehingga dapat mencapai tujuan yang di harapkan. Ada tiga aspek *self-efficacy* menurut Bandura (dalam Subaidi, 2016) yaitu: (1) *Magnitude* aspek ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang diyakini oleh seseorang untuk dapat diselesaikan. (2) *generality*, keluasan bidang tugas yang dilakukan. Dalam mengatasi atau menyelesaikan masalah/tugas-tugasnya dan (3) *strength* yaitu tingkat kekuatan atau kelemahan keyakinan individu tentang kemampuan yang dimilikinya Dalam teori kognitif sosial, *self-efficacy* yang rendah akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku penghindaran. Individu akan

menghindari aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tetapi karena merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengelola aspek yang berisiko (Bandura dalam Sumarrtini, 2020).

Kurniati dkk. (2023) telah melakukan penelitian serupa mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada pengangguran terdidik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi sebesar 51,2% terhadap *psychological well-being*, lalu Hasanudin dan Khairuddin (2021) juga telah melakukan penelitian tentang dukungan sosial, penyesuaian diri terhadap *psychological well-being* pada siswa SMA 2 Binjai, diperoleh hasil bahwa ada pengaruh positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap *psychological well-being*. Kemudian Rahama dan Izzati (2021) juga melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada karyawan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*.

Utami (2016) juga melakukan penelitian tentang pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* dan diperoleh hasil *self-efficacy* mempengaruhi *psychological well-being* dengan ($\beta=0.241$, $p= 0.006$). lalu Lubis (2022) juga

melakukan penelitian tentang hubungan *self-efficacy* dengan *psychological well-being* diperoleh hasil nilai korelasi $p=0,000 < 0,05$ sehingga terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *Psychological Well-Being* pada remaja di Madrasah Aliyah Swasta Al-Washilyah 22 Tembung.

Dukungan sosial dan *self-efficacy* yang tinggi pada *transgender* sangat dibutuhkan karena berkaitan erat dengan suasana hati yang baik, bahagia kepuasan hidup serta dapat menjalin hubungan yang baik dengan masyarakat tanpa membedakan gender atau diskriminasi. Peneliti berharap dengan adanya hasil ini dapat bermanfaat bagi *transgender* yang mengembangkan diri dengan memiliki *psychological well-being* dapat memberikan kontribusi penting baik secara individual maupun sosial. Dengan fokus pada pengembangan *psychological well-being*, penelitian ini dapat memberikan dampak yang signifikan dalam mendukung individu *transgender* untuk hidup dengan lebih bermakna, bahagia, dan lebih diterima di masyarakat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *psychological well-being* pada pria *transgender* yang ditinjau dari dukungan sosial dan *self-efficacy*. Hipotesis dalam penelitian ini ada tiga, yaitu: pertama, ada pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di

kabupaten Bekasi. Kedua, ada pengaruh *Self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di Kabupaten Bekasi dan yang ketiga ada pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* sebagai mediator terhadap pria *transgender* di Kabupaten Bekasi.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut Hardjo dan Novita (2015), *psychological well-being* adalah kepuasan individu terhadap berbagai aspek kehidupannya, yang dapat menimbulkan perasaan bahagia dan damai, meskipun standar kebahagiaan ini bersifat subjektif bagi setiap individu. Ryff (2013) menjelaskan bahwa *psychological well-being* mencerminkan kondisi individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan untuk membuat keputusan dan mengatur perilakunya sendiri. Menurut Ryff dan Singer (dalam Rahama & Izzati, 2021) *psychological well-being* didefinisikan sebagai suatu pemenuhan dari pertumbuhan manusia yang dipengaruhi oleh konteks kehidupan manusia di sekitarnya. Hal ini diartikan juga bahwa *psychological well-being* adalah suatu pencapaian potensi psikologis Individu.

Aspek-aspek dari *psychological well-being* menurut Ryff (2013) menyebutkan bahwa terdapat enam aspek dari *psychological well-being* yaitu *self-*

acceptance (penerimaan diri), *relations with others* (hubungan positif dengan orang lain), *personal growth* (pengembangan diri), *purpose in life* (tujuan hidup), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) dan yang terakhir *autonomy* (otonomi).

Faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff (2013) ada empat pertama dukungan sosial, kepribadian, usia status sosial ekonomi berhubungan dengan individu dengan tingkat sosial dimana yang memiliki pendapatan tinggi cenderung memperoleh kebahagiaan yang tinggi dan cenderung terhindar dari stress.

Definisi dukungan sosial menurut Zimet (dalam Laksana & Virilia, 2019) merupakan suatu penguat yang ditujukan kepada individu yang sedang mengalami situasi yang tertekan, dimana dapat memicu lemahnya daya tahan diri individu dalam mengatasi situasi tersebut. Faktor lain seperti *self-efficacy* juga dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Definisi lain menurut House (dalam Rahma & Rahayu, 2018) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan sekumpulan perilaku dan karakteristik yang saling berhubungan dan berpotensi untuk mendukung individu yang bersangkutan. Aspek dukungan sosial menurut Zimet dkk. (dalam Kusumaningrum, 2018) terdapat tiga aspek diantaranya yang pertama

dukungan keluarga (*family*) Aspek dukungan keluarga merupakan aspek yang berasal dari keluarga, aspek ini sangat berperan penting untuk menjadikan seseorang menjadi lebih positif dalam melangsungkan kehidupan. Lalu dukungan teman teman yang dapat membuat seseorang bahagia dan menjadi lebih termotivasi serta lebih produktif terakhir dukungan pihak penting lainnya (*significant other*) Dukungan ini diinterpretasikan sebagai siapa saja yang berperan penting dalam kehidupan seseorang contohnya seperti kekasih. Selain dukungan sosial, *self-efficacy* juga mempunyai peranan penting dalam meningkatkan *Psychological Well-Being* pada individu yang mengalami stress. *self-efficacy* erat kaitannya dengan *psychological well-being*. *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini mengacu pada keyakinan batin tentang kemampuan untuk berperilaku sedemikian rupa atau untuk menghasilkan hasil yang diinginkan (Bandura dalam Utami, 2016).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Metode ini disebut sebagai kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka

dan analisis menggunakan statistik (Sugiono, 2014). Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian ini adalah kausalitas. Dimana menurut Sugiyono (2014) desain penelitian kausalitas ini bertujuan untuk mencari hubungan yang sifatnya kausal (sebab-akibat). Variabel-variabel yang akan diukur dalam penelitian ini adalah dukungan sosial (X1), *self-efficacy* (X2), *psychological well-being* (Y).

Populasi dalam penelitian ini pria *transgender* di Kabupaten Bekasi. Penelitian ini menerapkan teknik snowball sampling. Menurut Sugiyono (2017), *snowball sampling* adalah metode pemilihan sampel yang dimulai dengan jumlah kecil kemudian menjadi besar. Sementara itu, penentuan jumlah sampel minimal dalam penelitian ini menggunakan rumus *Lemeshow* karena jumlah populasinya tidak diketahui secara pasti. Berikut adalah rumusnya:

$$N = \frac{z^2 p(1-p)}{d^2}$$

Keterangan:

N = Jumlah Sampel

Z = Nilai standar = 1.96 (skor z pada kepercayaan = 95%)
P = Maksimal estimasi = 50% = 0.5

D = alpha (0,10) atau sampling error = 10%

Dengan demikian, penelitian ini membutuhkan minimal 96 responden sebagai sampel. Teknik pengumpulan data

dalam penelitian ini menggunakan tiga skala psikologi, yaitu: variabel *psychological well-being* diukur menggunakan skala *Ryff Psychological Well-being Scales (RPWBS)* yang di adopsi dari Ryff (1995). Meliputi aspek *self-acceptance* (penerimaan diri), *relations with others* (hubungan positif dengan orang lain) *personal growth* (pengembangan diri), *purpose in life* (tujuan hidup), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), dan *autonomy* (otonomi) kemudian diturunkan menjadi 18 item pertanyaan. Skala ini menggunakan format skala *likert* dengan penilaian dari 1(sangat tidak setuju) sampai 7 (sangat setuju), dengan opsi tambahan netral (tengah). Contoh item pada skala ini adalah: “Saya menyukai sebagian besar karakter saya”.

Variabel dukungan sosial diukur menggunakan skala *multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)* dari Zimet yang di adaptasi dari Laksmi dkk. (2020), meliputi aspek dukungan keluarga, teman dan orang lain atau *significant other* kemudian di turunkan menjadi 12 item pertanyaan. Skala ini menggunakan format skala *likert* dengan penilaian dari 1(sangat tidak setuju) sampai 7 (sangat setuju), dengan opsi tambahan Netral (Tengah). Contoh item pada skala ini adalah: “teman-teman saya benar-benar mencoba untuk membantu saya”.

Variabel *self-efficacy* diukur menggunakan skala *general self-efficacy scale (GSES)* yang telah diadaptasi dari Novrianto dkk. (2019), mengacu pada teori Schwarzer dan Jerusalem (1995). Alat ukur ini terdiri dari 10 item. *Self-efficacy* dibagi menjadi tiga dimensi: *level*, *generality*, dan *strength*. Skala ini menggunakan format skala *likert* dengan penilaian dari 1 (sangat tidak sesuai) sampai 5 (sangat sesuai), dengan opsi tambahan Netral (Tengah) untuk memfasilitasi partisipan yang memiliki sikap moderat atau tengah terhadap pernyataan yang diberikan Klopfer dan Madden (Novrianto, 2019). Contoh item pada skala ini adalah: “Saya selalu dapat menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uraian Data Demografik

Tabel 1. Demografi Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Usia		
25-30	40	38%
31-40	41	39%
41-45	24	22,8%
Pekerjaan		
Marketing	1	1%
<i>make-up artist</i>	30	28,6%
Pedagang	11	10,5%
Penyanyi	10	9,5%
Salon	22	21%
Sinden	11	10,5
<i>wedding organizer</i>	20	19%

Diperoleh 105 responden dengan jumlah keseluruhan sampel dalam penelitian ini. Usia responden adalah rentang 25-30 tahun dengan total 40

responden atau setara dengan 38%, 31-40 tahun dengan total 41 responden atau setara dengan 39%, 41-45 tahun dengan total 24 responden atau setara dengan 22,8%. Pekerjaan responden adalah marketing dengan 1 responden, *make-up artist* dengan 30 reponden, pedagang dengan 11 responden, penyanyi dengan 10 responden, salon dengan 22 responden, sinden dengan 11 responden, *wedding organizer* dengan 20 responden.

Berdasarkan data demografis responden penelitian, diperoleh hasil berupa gambaran umum partisipan pada tabel 1, partisipan pada penelitian ini mayoritas berusia 31-40 tahun dan pekerjaan paling mendominasi adalah *make-up artist*.

Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Kolmogorov-Smirnov*. Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila tingkat *exact.sig* lebih dari 0,05 ($p > 0,05$). Berikut adalah hasil uji normalitas yang telah dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan *software IBM SPSS version 25.0 for windows* yaitu sebagai berikut:

Tabel 2. Uji Normalitas

	N	Sig.	Ket.
<i>Unstandardized residual</i>	105	0.241	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 1 diketahui nilai *exact.sig* yaitu

0.241 > 0.05 maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Pengambilan keputusan linearitas adalah nilai *sig. linearity* dengan klasifikasi jika nilai kurang dari atau sama dengan 0.05. maka data dikatakan linear, sebaliknya jika nilai lebih dari 0.05 maka data dikatakan tidak linear. Berikut adalah hasil uji linearitas pada penelitian ini.

Tabel 3. Uji Linearitas Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being*

Variabel	Sig.	N
<i>Psychological Well-Being</i> – Dukungan Sosial	0.013	105

Tabel 4. Uji Linearitas *Self-Efficacy* Terhadap *Psychological Well-Being*

Variabel	Sig.	N
<i>Psychological Well-Being</i> – <i>Self efficacy</i>	0.000	105

Hasil dari tabel 3 dan 4 menunjukkan bahwa nilai *sig. Linearity* untuk dukungan sosial terhadap *psychological well-being* adalah 0.013, sedangkan nilai *sig. Linearity* untuk *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* adalah 0.000. Data dikatakan linear jika nilai *sig. Linearity* kurang dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh variable dalam penelitian ini bersifat linear.

Uji Regresi Berganda

Uji regresi berganda adalah suatu metode statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel dependen (variabel terikat) dengan dua atau lebih variabel independen (variabel bebas). Dengan kata lain, uji ini digunakan untuk

memprediksi nilai suatu variabel berdasarkan nilai beberapa variabel lainnya. Data dikatakan memiliki pengaruh apabila nilai *sig.* kurang dari 0.05 (<0.05).

Tabel 5. Uji Regresi Berganda – Parsial

Model	Sig.
Dukungan Sosial	0.000 ^b
<i>Self-Efficacy</i>	0.000 ^b

Hasil dari uji T di atas menunjukkan nilai *sig.* dari dukungan sosial terhadap *psychological well-being* adalah 0.000 yang berarti ada pengaruh yang signifikan. Seorang *transgender* yang mendapatkan dukungan sosial baik dari keluarga, teman maupun *significant others* maka akan mencerminkan PWB tinggi yaitu bisa menerima diri sendiri, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengembangkan potensi diri, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menyesuaikan diri di lingkungan, mampu mengambil keputusan dengan baik. lalu nilai *sig.* dari *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* adalah 0.000. Masing-masing variabel bebas memiliki nilai *sig.* < 0.05 sehingga dapat dikatakan bahwa masing-masing variable bebas memiliki pengaruh terhadap variable terikat.

Tabel 6. Uji Regresi Berganda – Simultan

Model	Sum of squares	df	F	Sig.
Regression	27876.002	2	117.034	0.000 ^b

Hasil penelitian di atas menunjukkan nilai *sig.* 0.000, dimana 0.000 < 0.05. sehingga dapat dikatakan bahwa

terdapat pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di kabupaten Bekasi.

Uji Koefisien Determinasi

Dengan melakukan uji koefisien determinasi, dapat melihat seberapa besar pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen.

Tabel 7. Uji Koefisien Determinasi - Simultan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.835 ^a	.696	.691	10.913

Hasil uji koefisien determinasi dalam penelitian ini adalah (*R Square*) 0.696, dimana $0.696 \times 100\% : 69.6\%$. Sehingga dapat dikatakan pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* adalah 69.6% dan 30,1% sisanya dipengaruhi oleh variable lain diluar penelitian ini misalnya kepribadian, usia dan jenis kelamin.

Tabel 8. Uji Koefisien Determinasi – Parsial

Model	Beta	Pearson
X1	.610	.797
X2	.310	.678

Berdasarkan gambar di atas, dukungan sosial memiliki skor beta 0.610 dan *pearson correlation* sebesar 0.797, yang berarti pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* adalah $0.610 \times 0.797 : 0.486 \times 100\% : 48,6\%$. Lalu *self-efficacy* memiliki skor beta 0.310 dan *pearson correlation* sebesar 0.678, yang artinya pengaruh *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* adalah $0.310 \times 0.678 : 0.210 \times 100\% = 21.0\%$. Sehingga

dapat disimpulkan, dukungan sosial memiliki pengaruh lebih besar daripada *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada *transgender* di Kabupaten Bekasi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being*, dimana pada penelitian ini mendapatkan hasil ada pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* (waria) di kabupaten Bekasi. *Psychological well-being* dapat membantu individu untuk menumbuhkan emosi positif, merasakan *psychological well-being* dan kebahagiaan, mengurangi kecendrungan mereka untuk berperilaku negatif (Cripps & Breet dalam Utami 2018). Menurut Rahama dan Izzati (2021) dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being*, jika *psychological well-being* seorang individu tinggi maka akan menumbuhkan kepercayaan diri yang baik serta tujuan yang jelas dalam hidupnya. Sebaliknya, jika dukungan sosial terhadap *psychological well-being* seorang individu rendah maka akan cenderung menutup diri karena tidak memiliki motivasi untuk mengembangkan dirinya.

Menurut Rippon dkk. (2022) *self-efficacy* yang tinggi berhubungan dengan *psychological well-being* dimana

berkontribusi positif pada kepuasan hidup seseorang. Individu yang memiliki keyakinan diri yang positif terhadap diri memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga puas terhadap kehidupannya.

Pernyataan-pernyataan di atas sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hasanudin dan Khairuddin (2021) tentang dukungan sosial, penyesuaian diri terhadap *psychological well-being* pada siswa SMA 2 Binjai. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap *psychological well-being*.

Kurniati, dkk. (2023) tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada pengangguran terdidik dan mendapatkan hasil ada pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada pengangguran terdidik. Selain itu, Utami (2016) juga melakukan penelitian tentang pengaruh kecenderungan neurotik dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa dan di peroleh hasil *self-efficacy* mempengaruhi *psychological well-being* pada mahasiswa.

PENUTUP

Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh dukungan sosial dan

self-efficacy terhadap *psychological well-being*, dimana dalam penelitian ini variabel dukungan sosial memiliki pengaruh lebih besar daripada *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di Kabupaten Bekasi. Penerimaan persepsi atas dukungan sosial dan *self-efficacy* yang tinggi menghasilkan *psychological well-being* yang tinggi pula. Atau semakin tinggi dukungan sosial dan *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *psychological well-being* pada individu. Sebaliknya, jika dukungan sosial dan *self-efficacy* rendah maka *psychological well-being* pun akan rendah.

Saran

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan tentang dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap *psychological well-being* pada pria *transgender* di Kabupaten Bekasi. Selain itu, diharapkan pria *transgender* di Kabupaten Bekasi dapat lebih mengembangkan dirinya dengan cara menumbuhkan *self-efficacy* yang baik. Peneliti juga berharap pria *Transgender* bisa mendapatkan dukungan sosial yang tinggi agar mendapatkan *psychological well-being* (PWB) yang baik sebagai manusia. Dukungan dari masyarakat, keluarga, dan lingkungan sangat penting dalam membentuk masyarakat yang lebih inklusif dan mendukung kesejahteraan setiap individu, termasuk pria *transgender*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdori, Abdul Rahman, dan Kendi Setiawan. "Pembinaan santri *transgender* di pesantren al-fatah yogyakarta." ditpdpontren.kemenag.go.id, 2021. <https://ditpdpontren.kemenag.go.id/artikel/pembinaan-santri-transgender-di-pesantren-al-fatah-yogyakarta>
- Amrianto, A. D., Kereh, I. P. M., Fauzia, R., Masturah, R., & Fajrin, N. (2023). Diskriminasi terhadap kelompok *transgender* di pesantren *transgender* al-fatah Yogyakarta. *Binamulia Hukum*, 12(1), 65-80.
- Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2020). Rencana pembangunan jangka menengah nasional 2015-2019 (RPJMN). Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Dwi Latifatul Fajri, "Pengertian Diskriminasi Berserta Contohnya di Lingkungan Sosial," katadata.co.id, 2021, <https://katadata.co.id/safrezi/berita/61cc090b8efe4/pengertiandiskriminasi-berserta-contohnya-di-lingkungan-sosial> diakses 24 November 2022.
- Gunarta, M. E. (2015). Konsep diri, dukungan sosial dan penyesuaian sosial mahasiswa pendatang di Bali. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol 4(02).
- Hardjo, S., & Novita, E. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse. *Analitika: Psikologi UMA, Jurnal Magister* 7(1), 12-19. <https://doi.org/10.31289/analitika.v7i1.856>
- Hartoyo, dkk. (2014). Sesuai Kata Hati Kisah Perjuangan 7 *Transgender*. Jakarta: Rehal Pustaka
- Hasanuddin & Khairuddin. (2021). Dukungan sosial, penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa sma negeri 2 binjai. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148-155.
- Ibrahim, Salman, D., & Suardi. (2015). Pembentukan identitas kaum *transgender* kecamatan buluk umpa. *Jurnal Equilibrium Pendidikan Sosiologi*, Vol.3, No.1, 47-56.
- Jasruddin., Daud. J (2015). *Transgender* dalam persepsi masyarakat. *Jurnal Equilibrium Pendidikan Sosiologi*, Vol 3 (1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia - Kemkes RI (2020). sSurveilans Terpadu Biologi dan Perilaku (STBP). Jakarta: Kemenkes RI.
- Kendra, W. (2020). Kriminalisasi Terhadap Perilaku Penyimpangan Seksual. *Swara Justicia*, 4.
- Kurniati, D., Yulistini., Maputra, Y., Sari, L., Mafaza., Purna, R. S., & Armalita, R. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap psychological well-being pada pengangguran terdidik. *Jurnal Psibernetika*, 16(1), 1 – 8
- Kusumaningrum, F. A. (2018). Generasi sandwich: Beban pengasuhan dan dukungan sosial pada wanita bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 109-120. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art3>
- Laksana, S. O., & Virlia, S. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mantan Pecandu Narkoba. *Psychopreneur Journal*, 3(2), 55-62
- Laksmi, O. D., Chung, M., Liao, Y., & Chang, P. (2020). Multidimensional scale of perceived social support in indonesian adolescent disaster survivors: a psychometric evaluation. *Research article* <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229958>
- Lubis, N. J. (2022). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Psychological Well Being Remaja Di Madrasah Aliyah Swasta Al-Washliyah 22 Tembung Deli*

- Serdang* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lutfiyah, N. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan subjective well-being pada anak jalanan di wilayah depok. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 152–159.
- Psikologi Universitas Muhamdiyah Malang. *Journal An-Nafs*.
- Rahama, K., & Izzati, U. A., (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94-106.
- Ruhghea. S., Mirza.M., & Rachmatan. R. (2014) Studi Kualitatif Kepuasan Hidup Pria *Transgender* (Transgender) di Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol 13(1)
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*. <http://dx.doi.org/10.1159%2F000353263>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Subaidi, A. (2016). *Self-efficacy* siswa dalam pemecahan masalah matematika. *Sigma*, 1(2), 64-68.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Manajemen*. Alfabeta: Bandung.
- Sumartini, T. S. (2020). Self-efficacy calon guru matematika. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(3), 419-428.
- Utami, W. (2016). Pengaruh Kecenderungan Neurotik Dan Self-Efficacy Terhadap Psychological Well Being Pada Mahaiswa.
- Utami, W. (2018). Pengaruh Persepsi Stigma Sosial Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 3(2), 183-207.