

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2019
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH:

YEMIMA GRACE BR SEMBIRING

198600429



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 5/9/24

Access From (repository.uma.ac.id)5/9/24

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2019
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana

di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



**OLEH:
YEMIMA GRACE BR SEMBIRING
198600429**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2024

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 5/9/24

Access From (repository.uma.ac.id)5/9/24

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area.
Nama : Yemima Grace Br Sembiring
Npm : 198600429
Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh:
Komisi Pembimbing


Endang Harwati, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Pembimbing


Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Dekan


Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Ka/Prodi Psikologi

Tanggal Lulus: 05 Juni 2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya susun, sebagai syarat untuk memperoleh gelar serjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 05 Juni 2024



Yemima Grace br Sembiring

198600429

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai aktivitas akademik Universitas Medan Area, saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yemima Grace br Sembiring
NPM : 198600429
Program Studi : Psikologi Klinis
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: "**Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area.** Dengan hak bebas *royalti noneksklusif* ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkal data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 05 Juni 2024

Yang menyatakan


Yemima Grace br Sembiring

198600429

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2019 UNIVERSITAS MEDAN AREA

Oleh:

Yemima Grace Br Sembiring

198600429

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 228 orang mahasiswa aktif Psikologi UMA angkatan 2019 yang sedang menyusun skripsi dan sampel 114 orang mahasiswa dengan menggunakan *random* sampel, yang menggunakan 2 skala yaitu skala dukungan sosial dan skala *psychological well-being*. Teknik analisis data menggunakan tehnik *Correlation Product Moment Pearson*, dilihat dari (r_{xy}) mempunyai nilai sebesar 0,572 dengan $P(\text{Sig})0,000 < 0,010$ yang berarti ada hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa UMA angkatan 2019 dengan nilai koefisien determinan (r^2) yang mempunyai nilai sebesar 0,327 dengan kontribusi sebesar 32,7%. Dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 32,7% terhadap *psychological well-being*.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Psychological Well-being*, Mahasiswa.

ABSTRACT

**THE CORRELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN PSYCHOLOGY STUDENTS CLASS
OF 2019, MEDAN AREA UNIVERSITY**

**BY:
YEMIMA GRACE BR SEMBIRING
198600429**

This study aimed to determine the correlation of social support with psychological well-being in students. The population in this study were 228 active students of UMA Psychology class of 2019 who were preparing a thesis and a sample of 114 students using random samples, which used 2 scales, namely the social support scale and the psychological well-being scale. The data analysis technique used Pearson's Product Moment Correlation technique, seen from (r_{xy}) had a value of 0.572 with P (Sig) $0.000 < 0.010$ which means that there was a positive and significant correlation between social support and psychological well-being in 2019 UMA students with a coefficient of determination (r^2) which had a value of 0.327 with a contribution of 32.7%. Social support contributes 32.7% to psychological well-being.

Keywords: Social Support, Psychological Well-being, Students.



RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Yemima Grace br Sembiring lahir di kota Medan, pada tanggal 20 maret 2000. Putri dari bapak Edison Sembiring dan Kristiana br Ginting, penulis merupakan anak ke tiga dari empat bersaudara, memiliki dua orang kakak perempuan, dan seorang adik laki-laki.

Penulis memiliki pendidikan formal di TK Bakti pada tahun 2005 sampai tahun 2006 kemudian pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di SD Negeri 101821 pada tahun 2006 sampai 2012 kemudian pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Pancur Batu dan lulus pada tahun 2015. Selanjutnya pada tahun yang sama pula penulis melanjutkan pendidikan tingkat menengah atas di SMA Negeri 1 Pancur Batu dan lulus pada tahun 2018 dan pada tahun 2019 penulis terdaftar sebagai salah satu mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan penyertaannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area”.

Terima kasih penulis sampaikan kepada ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan saran untuk penulis dalam penyusunan skripsi ini. Ungkapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen penguji bapak Yudistira Fauzy Indrawan, S.Psi, M.Psi, Ph.D, bapak Azhar Aziz, S.Psi, MA, Psikolog, dan bapak Khairil Fauzan K., S.Psi, M.Psi. Ucapan terima kasih kepada kedua orang tua atas dukungan moril maupun materil terutama dalam pelaksanaan penelitian dan pembiayaan kuliah serta untuk ketiga saudara penulis yang selalu memberikan semangat kepada penulis sehingga termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

Terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen – dosen dan staf UMA yang sudah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi dan memberikan ilmu yang bermanfaat selama berkuliah di UMA, juga rekan-rekan mahasiswa Psikologi UMA seangkatan 2019. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaannya dalam hasil karya tulis ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Penulis



Yemima Grace Br Sembiring

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Hipotesis.....	6
1.5 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Psychological Well-Being.....	7
2.1.1 Definisi Psychological Well-Being.....	7
2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-being</i>	8
2.1.3 Aspek-Aspek Psychological Well-being.....	13
2.2 Dukungan Sosial.....	19
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial	19
2.2.2 Faktor-Faktor Dukungan Sosial	20
2.2.3 Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	22
2.2.4 Fungsi Dukungan Sosial	24
2.3 Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well-being</i> pada Mahasiswa Angkatan 2019 Jurusan Psikologi Universitas Medan Area	25
2.4 Kerangka Konseptual.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	28
3.2 Bahan dan Alat Penelitian	28
3.3 Metodologi Penelitian.....	28
3.4 Identifikasi Variabel Penelitian	28
3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
3.5.1 Psychological Well-being.....	29
3.5.2 Dukungan Sosial.....	30
3.6 Populasi dan Sampel.....	30
3.6.1 Populasi	30
3.6.2 Sampel	30
3.7 Prosedur Kerja	31

3.7.1	Persiapan Penelitian	31
3.7.2	Persiapan Administrasi	31
3.7.3	Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	31
3.7.4	Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	35
3.8	Metode Pengumpulan Data	37
3.9	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	38
3.9.1	Uji Validitas	38
3.9.2	Uji Reliabilitas	38
3.10	Metode Analisis Data	38
3.11	Pelaksanaan Penelitian	39
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1	Hasil Penelitian.....	40
4.1.1	Uji Normalitas.....	40
4.1.2	Uji Linearitas	41
4.2	Analisis Data.....	41
4.2.1	Hasil Perhitungan Analisis Data <i>Product Moment</i>	42
4.2.2	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	43
4.3	Pembahasan	45
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN.....	49
5.1	Simpulan	49
5.2	Saran	50
	DAFTAR PUSTAKA	52
	LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Blue Print Skala Psychological Well-Being	32
Tabel 1.2 Blue Print Skala Dukungan Sosial	34
Tabel 1.3 Skala Psychological Well-Being Sesudah Uji Coba.....	36
Tabel 1.4 Skala Dukungan Sosial Sesudah Uji Coba	37
Tabel 1.5 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	40
Tabel 1.6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas	41
Tabel 1.7 Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment	42
Tabel 1.8 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik.....	44



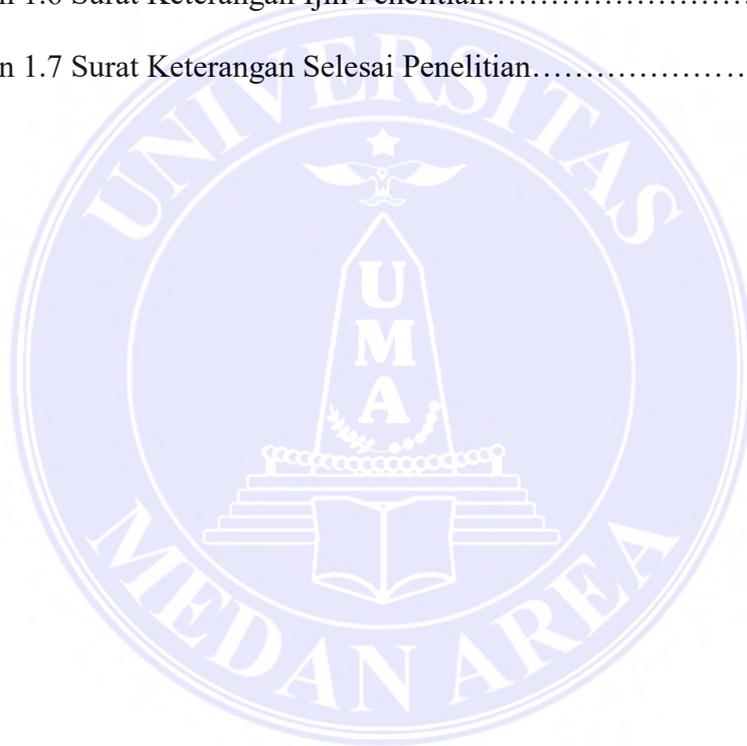
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	27
Gambar 1.2 Kurva Psychological Well-Being.....	45
Gambar 1.3 Kurva Dukungan Sosial.....	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Skala.....	55
Lampiran 1.2 Data Tryout.....	57
Lampiran 1.3 Data Penelitian.....	59
Lampiran 1.4 Uji Validitas dan Reliabilitas	63
Lampiran 1.5 Uji Normalitas.....	72
Lampiran 1.6 Surat Keterangan Ijin Penelitian.....	74
Lampiran 1.7 Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	76



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebagai mahasiswa semester akhir yang menempuh dunia perguruan tinggi memiliki beban studi yang tidak sama dengan mahasiswa pada sebelumnya, yang di mana tingkat usia memasuki bangku perkuliahan adalah remaja akhir yang memasuki dewasa awal. Pada periode remaja menuju dewasa awal menurut (Putri, 2019) adalah berkisar 18-25 tahun yang memiliki aktivitas bersifat mencoba dan menjelajah, yang di mana pada tahap ini penting untuk menyelesaikan tanggung jawab perkembangannya sehingga tidak mengalami masalah dalam melewati perkembangan berikutnya.

Tugas dalam jenjang usia ini yaitu, memperoleh kematangan sistem moral untuk membimbing perilakunya kedepan dalam menghadapi kehidupan. Masa remaja akhir ditandai dengan adanya keinginan yang kuat untuk tumbuh dan berkembang secara matang supaya dapat diterima oleh teman sebaya, orang dewasa serta lingkungan sosial, sehingga pada fase ini remaja memperoleh kesadaran yang jelas pada apa yang diharapkan masyarakat dari dirinya (Syamsu Yusuf, 2017). Mahasiswa tingkat akhir masuk dalam tingkat usia dewasa awal yang di mana mempunyai beban tanggung jawab untuk memutuskan karir dan kehidupannya kedepan, sehingga diharapkan mampu memiliki pandangan, kepribadian serta mental yang sehat untuk membantu individu dalam bersosialisasi. Kesadaran seseorang pada pendidikan adalah hal yang sangat penting untuk mengembangkan potensi dalam dirinya, sehingga mampu dan memiliki kompetensi sesuai dengan bidangnya dalam (Aulia & Panjaitan, 2019).

Masa sdtudi mahasiswa umumnya selama 4 tahun, dalam dunia perguruan tinggi mahasiswa mempelajari teori dan melewati beberapa semester sesuai dengan jurusan yang diambil, jika sudah mencapai jumlah SKS yang ditentukan sebagai prasyarat untuk menuju ketahap berikutnya, mahasiswa harus menyusun skripsi untuk menyelesaikan studinya. Mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan agar memperoleh gelar sarjana, yang disusun berdasarkan hasil penelitian secara langsung maupun tidak langsung yang dikerjakan secara individual oleh mahasiswa (Saputra et al., 2021).

Pada saat proses penyusunan skripsi memiliki rintangan yang lebih berat dan membuat kurangnya motivasi pada diri mahasiswa. Seperti yang dikatakan oleh (Da'awi & Nisa, 2021) rintangan yang dihadapi ketika penyelesaian skripsi dapat berupa kurangnya minat dan motivasi dalam diri mahasiswa bahkan mengalami kesulitan mencari referensi, sehingga dapat mengganggu proses penyusunan skripsi. Hal ini menyebabkan kenapa perlunya seseorang memiliki *psychological well-being* yang baik supaya mampu berinteraksi dengan orang lain sehingga dapat menghadapi berbagai macam situasi.

Psychological well-being sendiri adalah kepuasan hidup seseorang yang sadar akan kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya, yang membantu individu berfungsi secara positif hingga bisa menciptakan emosi bersifat positif pada dirinya. Individu yang memahami dirinya mampu mengendalikan emosi dengan baik ketika berhadapan dengan masalah dan dapat membantu dalam memilih solusi yang tepat, *psychological well-being* sangat mempengaruhi perilaku mahasiswa, di mana ketika mahasiswa tersebut mampu menciptakan

kesejahteraan dalam dirinya akan membantunya dalam cara bertindak dan berhubungan dengan orang lain (Ismuniar & Ardiwinata, 2021).

Biasanya ciri-ciri individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik yaitu adanya rasa empati sehingga bisa memahami lingkungannya dan mampu bersikap hangat dengan orang lain serta adanya perasaan bahagia. Berdasarkan hasil penelitian dari (Marco et al., 2022) dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis yang melibatkan mahasiswa koas memiliki peran yang signifikan. Individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik yaitu dapat menerima dirinya sendiri, mandiri, mampu mengembangkan relasi dengan orang lain, memiliki tujuan, serta mampu dalam mengembangkan potensinya agar tercapai secara penuh. Hasil observasi awal pada mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2019 bahwa terindikasi masih ada mahasiswa yang kurang mampu dalam mengemukakan pendapatnya, pemalu, bingung dalam mengambil keputusan sendiri, mengalami rendah diri dan banyak mendapat tekanan-tekanan sosial yang membuat kurangnya terbuka kepada orang lain. Ini mengapa begitu penting bagi seorang mahasiswa memiliki *psychological well-being* yang baik untuk membantunya dalam memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan dirinya supaya mampu bertahan dalam keadaan apapun.

Dalam (Hemant & Rani, 2014) juga menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *psychological well-being* yang baik akan membantu seseorang menerima dirinya, ini merupakan gambaran dari *personal growth initiative*, yang sangat dibutuhkan untuk dapat membantu kemampuan seorang mahasiswa dalam meningkatkan *psychological well-being* pada saat penyusunan skripsi. Sehingga individu tersebut mampu mengembangkan potensinya dan memiliki hubungan

yang hangat dengan lingkungan sekitarnya, dan mampu melawan tekanan sosial yang dihadapi pada saat menyusun skripsi, ini berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengatasi berbagai masalah dan mampu terbuka pada pengalaman yang baru, hal ini sangat penting dimiliki seseorang secara psikologis (Wells, 2020).

Jika seseorang mempunyai *psychological well-being* yang bagus maka mereka mampu menghadapi berbagai macam hambatan yang keluar dari permasalahan yang dihadapi, tetapi jika sebaliknya maka akan sulit untuk menghadapi suatu permasalahan yang ada (M. R. Saputra & Setyo Palupi, 2020).

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan *psychological well-being*. Dukungan sosial dapat diartikan merupakan perhatian atau keyakinan yang berbentuk dukungan semangat, materi maupun informasi yang diberikan dari orang lain untuk meningkatkan kesejahteraan individu, biasanya berasal dari keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan terdekatnya, sehingga seseorang yang menerima dukungan sosial merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan didukung. Dengan kata lain adanya dukungan sosial dapat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam mensejahterakan dirinya, dengan begitu seseorang akan merasa energik saat melakukan sesuatu dengan diperkuat dari dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungannya (Widiantoro et al., 2019).

Dalam penelitian (Said & Eva, 2020) menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau terdiri dari 375 mahasiswa rantau dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.005$) dan koefisien korelasi sebesar 0.405.

Dukungan sosial sangat penting bagi seseorang ketika dalam menghadapi masalah, dimana individu membutuhkan orang terdekatnya yang bisa dipercaya untuk membantunya dalam menghadapi permasalahannya tersebut. Maka dari itu dalam proses mengerjakan skripsi perlu adanya dorongan baik dari diri sendiri maupun dukungan dari orang lain yang ada disekitar individu tersebut. Dengan adanya dukungan, seseorang akan merasa bahwa harus segera menyelesaikan tugasnya sebagai mahasiswa.

Dukungan juga bisa dapat berupa materi maupun kata motivasi untuk menambah semangat individu tersebut sehingga dapat mengurangi beban pikiran mahasiswa dalam menghadapi masalah proses pembuatan skripsi, hingga individu tersebut mampu menjangkau *psychological well-being* dalam dirinya. Seperti yang yang dikemukakan oleh (M.R. Saputra & Setyo Palupi, 2020) bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak psikologis dari masalah yang dihadapi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam dan ingin melihat secara umum tentang bagaimana hubungan dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa psikologi angkatan 2019.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dibuat di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa psikologi angkatan 2019 Universitas Medan Area.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa psikologi angkatan 2019

1.4 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut: ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *psychological well-being* dan semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah *psychological well-being*.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dan kegunaan penelitian ini adalah yang baik bersifat teoritis dan bersifat praktis, yaitu:

1. Manfaat teoritis
 - a. Untuk memperdalam pemahaman dibidang psikologi dan penambahan wawasan, khususnya yang berkaitan dengan tema penelitian ini yaitu hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.
 - b. Bisa dijadikan tambahan informasi dan referensi untuk para pembaca dan peneliti yang lain untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan umumnya bermanfaat untuk masyarakat dan terutama bagi mahasiswa agar mahasiswa mampu mencapai *psychological well-being* yang jauh lebih baik dan dapat bermanfaat untuk diri sendiri.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Well-Being*

2.1.1 Definisi *Psychological Well-Being*

Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik yang di mana bertujuan untuk mencapai hidup yang lebih produktif, kesehatan mental sangat diperlukan untuk meningkatkan *psychological well-being* yang dimana kondisi individu mempunyai perasaan positif dari dalam dirinya dan membantu individu lebih menikmati hidup. *Psychological well-being* adalah kondisi individu yang mempunyai sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Sehingga pada keadaan ini, individu bisa membuat keputusan sendiri, mengatur tingkah laku serta mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya dalam (Batubara et al., 2022). *Psychological well-being* yaitu keadaan individu yang memiliki kualitas dalam kesehatan mental yang positif, yakni mampu menyesuaikan dengan aktif terhadap lingkungan dan juga kepribadian, ini adalah hasil dari penelitian (Hartati et al., 2021).

Psychological well-being menggambarkan kesehatan mental individu yang berfungsi secara positif, sehingga dari kondisi mental ini memberikan kontribusi signifikan terhadap kehidupan individu. *Psychological well-being* membentuk emosi yang positif pada individu dalam melewati problematika kehidupan sehingga dapat memilih solusi yang tepat (Eva et al., 2020). Selanjutnya, Yuliani, (2018) mengungkapkan suatu kondisi individu yang memiliki kemampuan dalam menentukan pilihan hidupnya secara mandiri, mampu menguasai lingkungan secara efektif, mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, mampu

menentukan dan menjalankan arah dan tujuan hidup, mampu menerima diri secara positif, dan mengembangkan potensinya disebut sebagai *psychological well-being*.

Menurut (Ryff, 2013) *psychological well-being* adalah istilah yang digunakan dalam menggambarkan kesehatan psikologis seseorang berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang. Individu tersebut dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya, menciptakan hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mandiri, mampu berkompetensi untuk mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup dan merasa sanggup untuk melalui tahapan perkembangan dalam hidupnya.

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi seseorang yang mempunyai sikap positif terhadap dirinya sendiri dan individu dapat menerima kelebihan serta kekurangan dari dirinya sehingga membuat individu memiliki kepuasan dalam hidup dengan adanya perasaan bahagia.

2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-being*

Berdasarkan hasil penelitian (Ryff, 2013) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah sebagai berikut

a. Demografis

1. Usia

Pada tahap kelompok usia, yaitu dewasa muda, madya, dan lanjut, terdapat beberapa perbedaan *psychological well-being* diantara ketiga kelompok usia tersebut. Dimensi penguasaan lingkungan memperlihatkan adanya pola

peningkatan sejalan dengan usia dari tahap dewasa muda ke dewasa madya. Pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup menunjukkan adanya penurunan, khususnya pada tengah baya ke dewasa lanjut.

2. Jenis Kelamin

Dibandingkan dengan pria wanita lebih memiliki *psychological well-being*. Hal ini berhubungan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap strategi coping yang dilakukan, serta aktivitas sosial yang dilakukan. Wanita lebih mampu meluapkan emosinya dengan curhat kepada orang lain. Wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial dibandingkan dengan laki-laki.

3. Status Sosial Ekonomi

Menemukan bahwa gambaran *psychological well-being* yang lebih baik terdapat pada mereka yang mempunyai pendidikan lebih tinggi serta jabatan tinggi dalam pekerjaan, terutama untuk dimensi tujuan hidup serta pertumbuhan pribadi. Adanya kesuksesan-kesuksesan (termasuk materi) dalam kehidupan merupakan faktor protektif yang penting dalam menghadapi stres, tantangan, dan musibah. Sebaliknya, mereka yang kurang mempunyai pengalaman keberhasilan akan mengalami kerentanan dalam *psychological well-being*nya.

b. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat membantu perkembangan individu yang lebih positif maupun memberi *support* pada individu dalam menghadapi masalah hidup sehari-hari. Mengungkapkan bahwa pada enam dimensi *psychological well-being*, wanita memiliki nilai yang lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dibandingkan pria. Pada individu dewasa, semakin tinggi tingkat interaksi sosialnya maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-*

beingnya. Sebaliknya, jika individu yang tidak mempunyai teman dekat cenderung mempunyai tingkat *psychological well-being* yang rendah. Oleh karena itu, dukungan sosial dianggap memiliki dampak yang besar bagi *psychological well-being*.

c. Kompetensi Pribadi

Yaitu kemampuan atau skill individu yang bisa digunakan sehari-hari, didalamnya mengandung kompetensi kognitif yaitu untuk memahami informasi, menganalisis situasi dan membuat keputusan yang tepat.

d. Religiusitas

Hal ini berhubungan dengan transendensi segala permasalahan dalam hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna, terhindar dari stres dan depresi.

e. Kepribadian

Pakar beranggapan bahwa variabel kepribadian merupakan komponen dari *psychological well-being*. Pada dasarnya, kepribadian merupakan suatu proses mental yang mempengaruhi individu dalam bermacam-macam situasi yang berbeda.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang Ryff (Alawiyah et al., 2022) sebagai berikut

a. Usia,

Menunjukkan bahwa ada beberapa perbedaan usia yang dapat menunjukkan perbedaan *psychological well-being*. Dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi akan meningkat seiring bertambahnya usia. Dan

menggunakan dimensi hubungan positif dengan orang lain. Di sisi lain, dimensi pertumbuhan pribadi akan sangat menurun seiring bertambahnya usia, terutama pada masa dewasa pertengahan hingga akhir dan akhirnya di usia tua, orang terus memikirkan masa lalu yang menjadi penghalang baginya untuk tidak merasakan kemajuan di masa depan, sementara ada dua dimensi, yaitu penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain, keduanya tidak secara signifikan pada rentang usia tertentu.

b. Jenis Kelamin

Menunjukkan bahwa skor wanita lebih tinggi memiliki dimensi hubungan positif dengan orang lain, daripada dengan pria.

c. Perbedaan Status Sosial Ekonomi

Status sosial mempengaruhi dimensi kesehatan mental pada individu. Seseorang yang berpendidikan tinggi dalam status pekerjaan dapat meningkatkan kesehatan mental terutama pada dimensi penerimaan diri dan tujuan hidup. Orang dengan status sosial tinggi merasa lebih positif tentang diri mereka sendiri dan masa lalu mereka, dan memiliki arah hidup yang lebih baik daripada orang dengan status sosial rendah.

d. Budaya

Sistem nilai individualistik dan kolektifis yang mempengaruhi kesehatan mental warga negara. Budaya barat mendapat skor lebih tinggi pada dimensi penerimaan diri dan otonomi, sedangkan pada bagian budaya timur mencetak skor lebih tinggi pada dimensi korelasi positif dengan orang lain.

e. Dukungan Sosial

Perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada individu memerlukan dukungan dari sekitarnya. Memberikan dukungan berupa ekspresi yang menyenangkan kepada mereka yang diterima oleh orang-orang yang berarti dalam kehidupan pribadinya, termasuk keluarga, teman, kolega, dan organisasi sosial. Dukungan sosial bagi seseorang yang hidupnya berharga dapat menyampaikan prediksi pasangan sehat.

f. Keyakinan Agama

Dapat memiliki akibat bagi kesehatan mental setiap individu. Seseorang dengan keyakinan agama yang lebih besar lebih mampu menjelaskan segala sesuatu tentang kehidupan mereka secara positif, sehingga membuat hidup mereka lebih bermakna dan menghindari depresi.

g. Kepribadian

Merupakan faktor yang berpengaruh pada *psychological well-being* seseorang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* dalam (Prabowo, 2017) sebagai berikut

a. Usia

Yaitu seiring meningkatnya usia maka otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup serta perkembangan pribadi akan meningkat. Selain itu perbedaan tingkat usia tidak ditunjukkan oleh penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

b. Jenis Kelamin

Perbedaan gender memiliki pengaruh pada kesejahteraan psikologis individu, di mana perempuan lebih cenderung mempunyai *psychological well-being* dibandingkan dengan pria, ini berhubungan dengan pola pikir serta aktivitas lingkungan sosial yang dilakukan, dimana perempuan mempunyai kemampuan interpersonal yang lebih baik dibandingkan dengan pria.

c. Dukungan Sosial

Ada terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan sosial dengan *psychological well-being*.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* secara umum adalah seperti usia, perbedaan gender, dukungan sosial, status sosial ekonomi, serta kepribadian di mana dapat mempengaruhi kesejahteraan individu yang dipengaruhi oleh pengalaman serta pandangan seseorang.

2.1.3 Aspek-Aspek *Psychological Well-being*

Psychological well-being mempunyai beberapa aspek yang membentuknya yang dikemukakan oleh (Ryff, 2013) dari beberapa dimensi ini menggambarkan berbagai tantangan yang harus dihadapi oleh individu sebagai upaya untuk bertindak secara positif sebagai berikut

a. Penerimaan Diri (*self-acceptance*)

Topik yang sangat kerap timbul dalam perspektif fungsi positif manusia merupakan terdapatnya penerimaan diri. Menerangkan dalam konsep kematangan seorang yang tingkatan *psychological well-being*nya baik mempunyai perilaku positif terhadap diri sendiri, mengakui serta menerima

bermacam aspek diri tercantum mutu baik serta kurang baik dalam dirinya, dan perasaan positif tentang kehidupan masa kemudian serta kehidupan yang lagi dijalani saat ini.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*positive relations with others*)

Banyak teori menekankan pentingnya ikatan interpersonal yang hangat serta saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan buat menyayangi dianggap selaku komponen utama kesehatan mental. Ikatan positif dengan orang lain ini ialah kala orang mampu merasakan kehangatan serta mempunyai rasa yakin kepada orang lain. Dalam perspektif perkembangan, perihal ini berarti sanggup menjalankan ikatan yang hangat dengan orang lain (*intimacy*), dan sanggup membimbing serta memusatkan orang yang lebih muda. *Psychological well-being* seorang itu baik bila sanggup bersikap hangat serta yakin dalam berhubungan dengan orang lain, mempunyai empati, afeksi, serta keintiman yang kokoh, memahami pemberian, keakraban serta penerimaan dalam sesuatu ikatan.

c. Otonomi/Kemandirian (*autonomy*)

Merupakan keahlian individu dalam mengambil keputusan sendiri serta mandiri, sanggup melawan tekanan sosial buat berpikir serta bersikap dengan cara yang benar, berperilaku cocok dengan standar nilai orang itu sendiri, serta mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Orang yang sanggup melaksanakan aktualisasi diri serta berperan penuh mempunyai kepercayaan serta kemandirian, sehingga bisa menggapai prestasi dengan memuaskan.

d. Tujuan Hidup (*purpose in life*)

Kesehatan mental didefinisikan mencakup keyakinan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki suatu tujuan dan makna. Sedangkan teori perkembangan merujuk pada serangkaian perubahan tujuan dalam kehidupan, seperti melalui upaya produktif dan kreatif dalam mencapai integrasi emosi di usia tua. Mental yang sehat meliputi adanya keyakinan bahwa bisa melakukan sesuatu bagi orang lain adalah tujuan hidup seseorang. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa bahwa hidup ini memiliki makna, dan mampu merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang sudah dijalani. Dengan begitu, seseorang akan memiliki gairah hidup dan hidup bermakna.

e. Pengembangan Personal (*personal growth*)

Berperan secara maksimal tidak hanya memerlukan pencapaian karakteristik sebelumnya, namun pula senantiasa dapat mempertahankan perkembangan potensinya supaya senantiasa berkembang serta tumbuh selaku individu. Rogers menekankan keterbukaan terhadap pengalaman sebagai ciri dari orang yang berperan penuh (*fully functioning*). Untuk Maslow, pencapaian aktualisasi diri ialah perwujudan dari pertumbuhan diri yang sempurna, serta perihal ini ialah sesuatu proses yang berkepanjangan.

Orang yang mempunyai perkembangan individu diisyarati dengan terdapatnya rasa sanggup dalam melewati sesi pertumbuhan secara berkepanjangan berganti dengan metode yang efisien buat jadi lebih terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, menyadari kemampuan yang

terdapat dalam dirinya serta bisa terus meningkatkan kemampuan diri, melaksanakan revisi dalam hidupnya tiap waktu, sesuai dengan kapasitas tahapan perkembangannya.

f. Penguasaan Terhadap Lingkungan (*environmental mastery*).

Teori perkembangan menggambarkan kemampuan dalam lingkungan untuk memanipulasi dan mengatur lingkungan. Mental yang sehat dikarakteristikan dengan kemampuan individu untuk memiliki atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya, mampu mengatur lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

Dalam (Prameswari & Muhid, 2022) aspek *psychological well-being* sebagai berikut

a. *Self- acceptance*

Yaitu Individu mampu bersikap positif pada dirinya sendiri, bisa mengenali serta mengakui apa yang ada dalam dirinya, dan dapat menerima baik maupun buruk masa lalunya.

b. Hubungan yang Positif,

Yaitu ikatan yang positif, nyaman, bebas dan saling mempercayai antara satu dengan yang lainnya serta terlibat dalam hubungan yang timbal balik.

c. Otonomi,

Yaitu individu mampu mengatasi tekanan sosial yang terjadi dalam hidupnya dengan bertindak dan berpendirian sesuai dengan keyakinan dan menilai berdasarkan standar pribadi.

d. Penguasaan Lingkungan,

Sikap individu dalam membentuk lingkungan sesuai dengan kondisi mental mereka.

e. Tujuan Hidup,

Individu bermanfaat secara baik dan mempunyai arah dalam rasa, niat, yang berpartisipasi pada aspek emosionalnya bahwa hidup yang bermakna.

f. *Self-Development*,

Kebutuhan dalam mengembangkan diri serta menyadari potensi diri yang penting dalam perkembangan pribadi terhadap pengalaman dan karakteristik utama dari *psychological well-being*.

Psychological well-being mempunyai aspek yang membentuknya dalam (Alawiyah et al., 2022) sebagai berikut

a. Penerimaan Diri

Yaitu artinya bersikap positif bagi diri sendiri, yang bisa menerima negatif ataupun positif dalam dirinya dan adanya perasaan yang baik tentang masa lalunya. Jika sebaliknya maka yang dimana tidak adanya kepuasan dalam diri, merasa kecewa dengan masa lalu, dan tidak ingin menjadi diri sendiri.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain

Mencerminkan kemampuan individu dalam saling percaya, peduli pada kebutuhan satu dengan lainnya, adanya hubungan yang positif serta hangat dengan orang lain yang artinya (*Maturity Criterion*).

c. Mandiri

Individu yang mandiri mampu memilih yang terbaik untuk dirinya, tidak mencari pembenaran dari orang lain tetapi mampu mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi yang membuktikan bahwa mereka baik pada tahap ini.

d. Penguasaan Lingkungan

Menggambarkan kemampuan dalam mengatur lingkungan, mampu berpartisipasi dalam beragam kegiatan dan mengendalikannya, bahkan mampu membuat lingkungan yang sesuai dengan keadaan psikologisnya.

e. Pengembangan Langsung

Yaitu individu mampu meningkatkan kelebihan dirinya, terbuka pada pengalaman yang baru, menyadari kelebihan dirinya, dan bisa merasakan kemajuan yang terjadi pada dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *psychological well-being* merupakan adanya penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pengembangan pribadi, penguasaan lingkungan, adanya tujuan dalam hidup, serta otonomi atau kemandirian. Dimana dari beberapa aspek tersebut dapat membantu individu dalam mengetahui hal apa yang dapat membuat seseorang memiliki *psychological well-being* yang baik.

2.2 Dukungan Sosial

2.2.1 Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial atau *social support* adalah salah satu hal yang sangat penting bagi seseorang, hal ini juga sangat dibutuhkan bagi mahasiswa tingkat akhir dalam pengerjaan skripsi untuk membantu individu dalam menghadapi masalah yang berhubungan dengan lingkungan sekitar. Dukungan sosial merupakan proses hubungan antar manusia yang diterapkan dalam dukungan yang digolongkan menjadi dukungan emosional, informasi, instrumental dan appraisal (Swarjana, 2022).

Dukungan bisa berasal dari teman, keluarga, pasangan, komunitas serta organisasi yang dilakukan oleh orang lain agar seseorang bisa merasakan kepedulian serta rasa nyaman (Said & Eva, 2020). Dukungan sosial adalah salah satu hal yang sangat penting sebagai penyangga kehidupan, yang diterima dalam situasi tertentu seperti merasa dicintai, dihargai, dihormati, dan diperhatikan, oleh orang lain hadir dalam kehidupan seseorang yang bisa dirasakannya (Adyani et al., 2018).

Dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai perasaan dari individu yang merasa aman, dihargai, dihormati serta dicintai oleh sekitarnya yang dekat dengan individu tersebut yang menunjukkan adanya hubungan yang saling bertanggung jawab (Mufidah, 2017). Pentingnya dukungan sosial pada masa sulit untuk membantu dalam menyesuaikan diri yang mengarah pada penghargaan, kenyamanan, kepedulian yang bersumber dari teman, keluarga bahkan masyarakat sehingga dapat membantu pada saat dibutuhkan yang mempengaruhi kesehatan (Sarafino & Smith, 2011).

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa, dukungan sosial merupakan dorongan atau dukungan dari seseorang untuk orang lain dan kewajiban yang timbal balik dapat berupa komunikasi verbal maupun nonverbal dalam memberikan rasa nyaman, aman, dihormati serta dapat juga memberikan bantuan pada saat dibutuhkan yang didapatkan dari teman, keluarga, pasangan maupun organisasi.

2.2.2 Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Dalam (Said & Eva, 2020) faktor dari dukungan sosial ada dua faktor yaitu

a. Faktor Internal

Faktor internal yang dapat diartikan berasal dari kemauan individu tersebut untuk mencari dukungan sosial dan merupakan sikap memperlakukan diri sendiri dengan baik.

b. Faktor Eksternal

Dapat diartikan bahwa dukungan sosial itu bermula dari kesediaan orang lain untuk menolong dan dapat mempengaruhi individu.

Faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut Stanley (Adnan et al., 2016) sebagai berikut

- a. Kebutuhan Fisik, yang merupakan sandang, pangan, papan yang dimana ini sangat dibutuhkan oleh setiap individu.
- b. Kebutuhan Sosial, yang berhubungan dengan kebutuhan bersama sebagai makhluk sosial.
- c. Kebutuhan Psikis, yang berkaitan dengan ketika seseorang mengalami masalah baik itu ringan juga berat, maka seseorang cenderung mencari

dukungan sosial dari orang lain sehingga membuat dirinya merasa dihargai, dicintai, dan juga diperhatikan.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial dalam (Andarini & Fatma, 2013) sebagai berikut

a. Pemberian Dukungan

Adalah seseorang yang memiliki makna penting dalam pencapaian hidup sehari-hari.

b. Jenis Dukungan

Merupakan dukungan yang akan diperoleh memiliki makna jika dukungan itu berguna dan sesuai dengan kebutuhan pada saat situasi tertentu.

c. Penerimaan Dukungan

Penerimaan dukungan yang seperti pembawaan, kebiasaan, tingkah laku akan menentukan keberhasilan dukungan.

d. Permasalahan Yang Dihadapi

Sesuai dengan dukungan sosial dipengaruhi oleh keselarasan antara jenis dukungan yang diberi serta masalah yang ada.

e. Waktu Pemberian Dukungan

Optimalnya dukungan sosial akan sesuai dengan kondisi atau situasi yang ada, lamanya pemberian dukungan tergantung pada kemampuan.

Jadi berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial berupa faktor internal maupun eksternal yang dimana bisa mencakup kebutuhan pribadi serta kebutuhan sosial yang didapatkan dari lingkungan sosialnya seperti jenis dan dukungan sosialnya.

2.2.3 Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Terdapat 4 aspek dalam dukungan sosial menurut Brekman (Swarjana, 2022) sebagai berikut

a. Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

Dukungan emosional berkaitan dengan cinta, perhatian, simpati serta penghargaan dari orang lain, selain itu termasuk juga membicarakan kepedulian dan rasa percaya serta mendengarkan.

b. Dukungan Instrumental (*Instrumental Support*)

Dukungan instrumental mengarah pada pertolongan atau pendampingan dengan kebutuhan nyata, yang bantuannya berupa tenaga, uang, serta barang contohnya bahan makanan, membersihkan atau membayar tagihan.

c. Dukungan Penilaian (*Appraisal Support*)

Merupakan jenis dukungan yang berhubungan dengan bantuan untuk mengambil keputusan dalam hal tindakan apa yang diambil, serta memberi umpan balik yang tepat, juga mengkomunikasikan respek dan harga diri termasuk dalam dukungan penilaian.

d. Dukungan Informasi (*Informational Support*)

Berhubungan dengan pemberian nasihat atau informasi tertentu yang sesuai dengan kebutuhan dalam rangka pemecahan masalah.

Terdapat beberapa aspek-aspek dukungan sosial menurut Hause (Widiantoro et al., 2019) menjadi 4 bagian sebagai berikut

a. Dukungan Emosional

Adalah dorongan yang diberikan oleh seseorang yang bentuknya merupakan rasa percaya, perhatian, empati yang membuat penerima dukungan merasa nyaman.

b. Dukungan Peralatan

Dukungan yang diberikan oleh seseorang yang bentuknya merupakan ketersediaan benda material yang lebih bersifat nyata yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah.

c. Dukungan Informasi

Dukungan yang merupakan nasihat, usulan, saran yang membangun individu menjadi lebih baik yang dapat membantu seseorang.

d. Dukungan Penilaian

Dukungan penghargaan atau pengakuan yang merupakan dukungan orang tua serta keluarga yang diberikan atas usaha dan prestasinya.

Terdapat beberapa aspek-aspek dukungan sosial menurut (Sarafino & Smith, 2011) sebagai berikut

a. Dukungan Emosional

Yang merupakan perasaan empati, maupun perhatian pada orang lain. Sehingga memberikan kepada seseorang perasaan nyaman, dan merasa dicintai ketika sedang mengalami masalah yang membuat dirinya tertekan.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan bisa terlihat dari ekspresi seseorang ketika menghargai orang lain, dan penilaian seseorang yang positif antara satu dan lainnya.

c. Dukungan Instrumental

Meliputi bantuan atau tindakan secara nyata pada orang lain yang sedang membutuhkan pertolongan pada saat situasi yang menekan, bantuan tersebut berupa materi dan tidak.

d. Dukungan Informasi

Dukungan ini merupakan pemberian nasihat atau arahan yang membangun seseorang mengenai apa yang dilakukan serta umpan balik bagaimana seseorang bisa melakukan sesuatu serta menyelesaikan masalah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional yang bentuknya seperti perhatian kasih sayang maupun juga rasa percaya, informasi merupakan pemberian nasihat yang sifatnya membangun, penilaian atau penghargaan merupakan adanya *feedback* serta rasa hormat, instrumental yang merupakan pertolongan baik berupa materi maupun tidak.

2.2.4 Fungsi Dukungan Sosial

Dukungan sosial memiliki fungsi bagi setiap orang, Caplan (Swarjana, 2022) menjelaskan ada tiga fungsi dukungan sosial yaitu sebagai berikut

- a. Agregat sosial bagi individu bisa memberikan rasa harga diri dari pembuktian dan dapat berlaku sebagai penopang terhadap masalah.
- b. Sebagai bentuk pendukung yang berperan untuk tempat pertahanan dimana individu dapat untuk beristirahat dan memulihkan diri.
- c. Merupakan pendukung yang bentuknya berkepanjangan dari ikatan kontinu atau terputus-putus yang memiliki peran penting dalam

melindungi integritas psikologis dan fisik seseorang dari waktu ke waktu.

Fungsi dari dukungan sosial dapat disimpulkan yaitu sebagai bentuk pembuktian dari orang lain, pendukung yang membuat individu bertahan dari waktu ke waktu.

2.3 Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa Angkatan 2019 Jurusan Psikologi Universitas Medan Area

Psychological well-being merupakan kepuasan hidup seseorang, yang di mana ini sangat penting supaya bisa menjalani hidup dengan baik. Ini juga merupakan kondisi tertinggi yang dicapai seseorang dengan adanya kesejahteraan psikologis membuat individu mampu menerima serta menghadapi keadaan yang di luar kendalanya. Menurut Ryff salah satu faktor *psychological well-being* adalah dukungan sosial yang di mana dikatakan jika semakin tinggi tingkat interaksi dengan orang lain maka semakin tinggi tingkat *psychological well-being* nya.

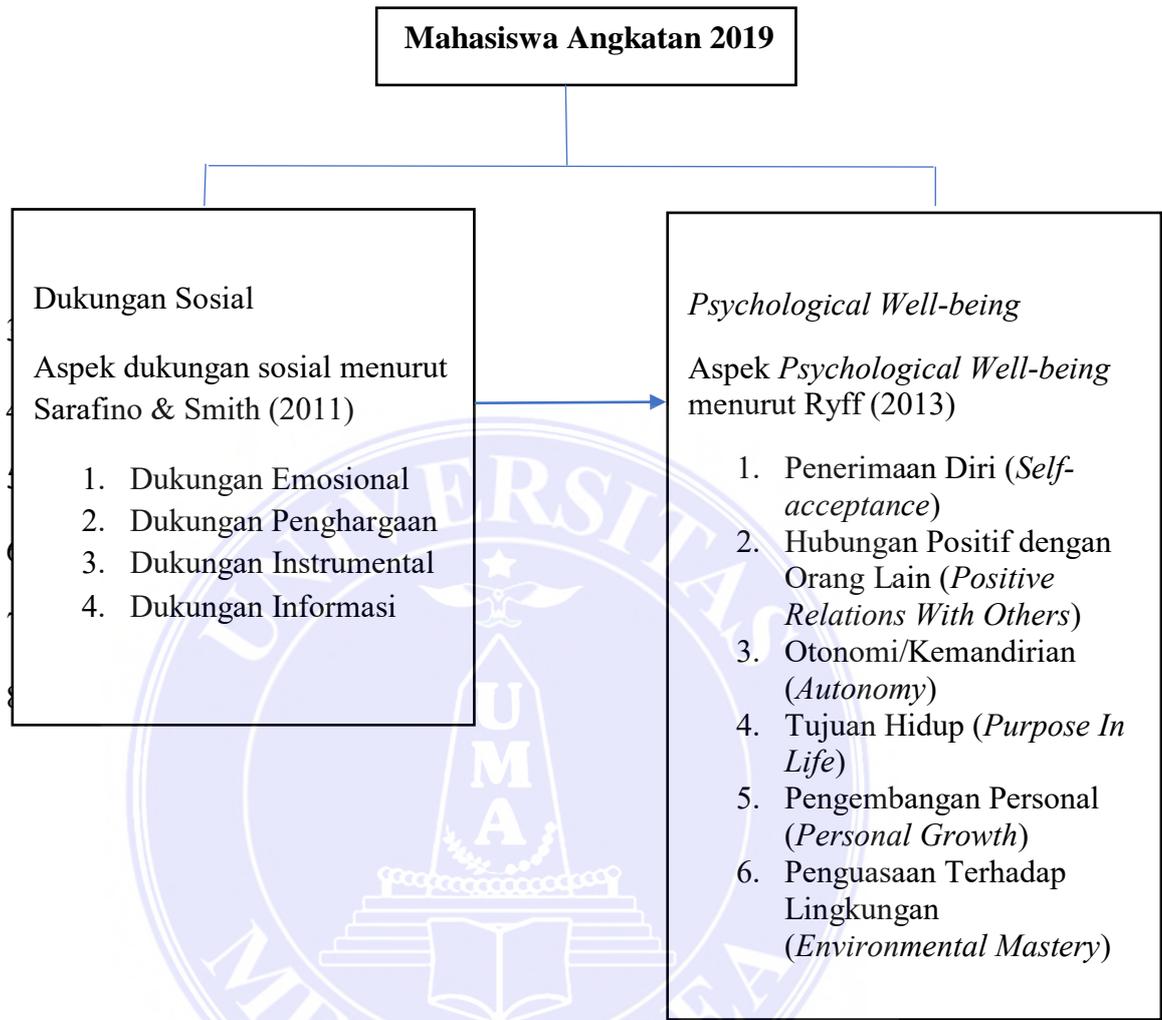
Adapun pada riset terdahulu tentang R.Saputra & Palupi (2020) *Relationship Between Social Support and Psychological Well-being of the Final Year Students* mengatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis sehingga dapat mempengaruhi sikap mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang kuat dan positif [$r = 0,760$ $n = 156$, $p > 0,05$] yang hasil analisis menunjukkan korelasi sebesar 0,760 tingkat signifikansi lebih dari 0,05 dengan data yang didapat dalam penelitian ini 0,061 dapat dikatakan data berdistribusi normal dan uji linieritas dikatakan

signifikan jika lebih 0,05 dan dalam penelitian ini diperoleh 0,335 menunjukkan variabel-variabel tersebut memiliki hubungan yang linier.

Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau hasil riset dari Kurniawan & Eva (2020), yang dimana adanya hubungan signifikan dan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau dimana hasil signifikansi uji linearitas $0.312 > 0,05$ keduanya menunjukkan berhubungan secara linear, dan hasil signifikansi uji korelasi sebesar $0.000 < 0,05$ dan koefisien korelasi 0,405 menunjukkan berhubungan kearah positif antara kedua variabel dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya pada riset Marco & dkk (2022) yang berjudul Kesejahteraan Psikologis Ditinjau dari Dukungan Sosial pada Mahasiswa Koas di Tengah Kondisi Pandemi berdasarkan hasil uji validitas *psychological well-being* dari 30 item 24 item yang sah dengan hasil koefisien reliabilitas 0,899 dan hasil uji validitas dukungan sosial dari 30 item 21 item yang sah dengan hasil koefisien reliabilitas 0,857. Analisis data nilai *Pearson Correlation* 0,522 dengan sig sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dikategorikan hubungan sedang, nilai *R Square* = 0,273. Maka hasil penelitian ini bahwa dukungan sosial mempunyai peran penting terhadap *psychological well-being* dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,273$. Sehingga ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*.

2.4 Kerangka Konseptual



Gambar 1.1 Kerangka Konsep Penelitian

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Pelitian ini dilakukan di Universitas Medan Area Fakultas Psikologi yang beralamat di Jl.Kolam Nomor 1 Medan Estate. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 02-22 Januari 2024.

3.2 Bahan dan Alat Penelitian

Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner berupa skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data dan disebarakan kepada responden.

3.3 Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, yang menekankan pada penggunaan data numerik yang diolah melalui metode statistic, dengan studi korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih (Azwar, 2017).

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian adanya perbedaan antara satu peneliti dengan yang lainnya, karena selain tujuan penelitian berbeda, karakteristik data yang dihadapi juga berbeda. Dari hal itu maka dapat disimpulkan bahwa satu variabel yang digunakan oleh beberapa peneliti, bisa berbeda pemahaman, ini tergantung maksud dan tujuan yang ingin diraih (Hardani et al., 2020).

Variabel penelitian dibedakan ke dalam beberapa jenis yaitu:

1. Variabel terikat (Y): *Psychological Well-being*

Variabel terikat yang dalam hubungannya dengan variabel lain mempunyai sifat yang tergantung pada variabel lainnya.

2. Variabel bebas (X): Dukungan Sosial

Variabel bebas yang dalam hubungannya dengan variabel lain berperan sebagai penyebab atau mempengaruhi variabel.

3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel adalah segala bentuk yang ditentukan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi tentang data, dengan tujuan untuk menerapkan alat yang mendekati sifat variabel, setelah mendefinisikan konsep, peneliti harus mencakup metode yang digunakan untuk mengkuantifikasi gejala atau mempelajari variabel (Sugiyono, 2018) definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.5.1 Psychological Well-being

Psychological well-being yaitu kondisi seseorang yang mempunyai sikap positif terhadap dirinya sendiri dan individu dapat menerima kelebihan serta kekurangan dari dirinya sehingga membuat individu memiliki kepuasan dalam hidup dengan adanya perasaan bahagia. *Psychological well-being* memiliki beberapa aspek yaitu Penerimaan diri, Hubungan Positif dengan Orang Lain, Otonomi/Kemandirian, Tujuan Hidup, Pengembangan Personal, Penguasaan Terhadap Lingkungan.

3.5.2 Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan dorongan atau dukungan dari seseorang untuk orang lain dan kewajiban yang timbal balik dapat berupa komunikasi verbal maupun nonverbal dalam memberikan rasa nyaman, aman, dihormati serta dapat juga memberikan bantuan pada saat dibutuhkan yang didapatkan dari teman, keluarga, pasangan maupun organisasi. Dukungan sosial memiliki beberapa aspek yaitu, Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasi.

3.6 Populasi dan Sampel

3.6.1 Populasi

Menurut (Arikunto, 2014) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, yang dimana populasi merupakan keseluruhan objek yang dapat terdiri dari orang, benda, kejadian, waktu, dan tempat dengan ketentuan karakteristik dalam penelitian harus sama. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Medan Area Angkatan 2019 yang berjumlah 228.

3.6.2 Sampel

Dalam (Arikunto, 2014) menerangkan bahwa sampel adalah bagian perwakilan dari populasi (sebagian atau wakil populasi yang diteliti). Penentuan pengambilan sampel “jika subjek penelitian < 100 , maka semua diambil dan dikatakan riset populasi, akan tetapi jika > 100 maka bisa menggunakan *random* sampel dari 10-15% hingga 20-25% atau juga bisa lebih dari 25% dari jumlah populasinya”. Maka dari itu sampel penelitian ini adalah sebagian dari populasi yaitu *random* sampel sebesar 50% dari 228 orang, yang diambil sebagai sumber

data dan dapat mewakili seluruh populasi. Maka penelitian ini yang menjadi sampelnya adalah sebanyak 114 orang.

3.7 Prosedur Kerja

3.7.1 Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian mencakup persiapan administrasi dan persiapan alat ukur penelitian. Adapun persiapan-persiapan yang dimaksud adalah sebagai berikut:

3.7.2 Persiapan Administrasi

Peneliti terlebih dahulu melaksanakan persiapan yang berkaitan dengan kelengkapan administrasi, yaitu hal menyangkut perizinan penelitian yang disetujui oleh wakil dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Surat penelitian yang diajukan oleh peneliti pada tanggal 21 November 2023 dengan nomor surat 2842/FPSI/01.10/XI/2023. Setelah persiapan administrasi yang diperlukan selesai, maka dilanjutkan dengan peneliti memberikan surat izin riset dan pengambilan data kepada pihak fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Penelitian ini diakhiri dengan keluarnya surat pernyataan selesai penelitian dengan nomor surat 190/UMA/B/01.7/II/2024 yang membuktikan bahwa peneliti benar sudah selesai penelitian di Universitas Medan Area pada tanggal 02-22 Januari 2024.

3.7.3 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Persiapan yang dimaksud adalah menyiapkan alat ukur menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan skala yang sudah disiapkan oleh peneliti yang nantinya akan digunakan dalam penelitian dan akan diberikan kepada sampel. Terdiri dari dua skala yaitu, skala *Psychological Well-being* dengan

jumlah 26 butir aitem pernyataan, dan skala Dukungan Sosial dengan jumlah 22 butir aitem pernyataan. Dan dari kedua skala tersebut akan dipakai untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan oleh peneliti sebelumnya.

a. Skala *Psychological Well-being*

Skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah menggunakan skala model *Likert* yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek dikemukakan oleh Ryff (2013) terdiri dari: Penerimaan diri, Hubungan positif dengan orang lain, Otonomi/kemandirian, Tujuan hidup, Pengembangan personal, Penguasaan terhadap lingkungan.

Tabel 1.1 *Blue Print* Skala *Psychological Well-being*

No	Indikator	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Penerimaan Diri	Perilaku positif, menerima berbagai macam aspek, ada perasaan positif masa kini dan kedepannya.	1. Saya senang dengan adanya perubahan pada diri saya 2. Saya selalu berfikir positif 3. Saya mencintai diri saya sendiri	4. Saya kecewa dengan pencapaian saya 5. Saya cenderung berfikir negatif 6. Saya kurang percaya diri	6
2	Hubungan Positif dengan orang lain	Memiliki empati, bersikap hangat, merasa dihargai dan dianggap.	7. Orang menilai saya sebagai orang yang penyayang 8. Saya percaya kepada teman-teman saya begitu juga sebaliknya	9. Saya sering merasa kesepian 10. Saya kurang percaya dengan orang lain	4
3	Otonomi/ Kemandirian	Mampu mengambil keputusan, sanggup melawan tekanan sosial.	11. Saya mampu mengambil keputusan tanpa dipengaruhi orang lain 12. Saya yakin dengan pendapat saya	13. Saya khawatir tentang apa yang orang pikirkan tentang saya 14. Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat	4

No	Indikator	Indikator	Aitem		Juml
4	Tujuan Hidup	Memiliki tujuan, misi dan makna dalam hidup	15. Saya mempunyai tujuan hidup 16. Saya tahu apa yang ingin saya capai	17. Saya kurang memikirkan masa depan 18. Saya kurang memahami tentang apa yang ingin saya capai	4
5	Pengembangan personal	Terbuka pada pengalaman baru, dan sadar akan kemampuannya	19. Bagi saya hidup adalah proses pembelajaran 20. Saya mampu mengembangkan diri	21. Saya kurang memperluas wawasan saya 22. Kemampuan saya belum banyak berkembang	4
6	Penguasaan terhadap lingkungan	Mampu mengatur lingkungannya, menciptakan lingkungan sesuai kebutuhan	23. Saya merasa bertanggung jawab pada, dilingkungan sosialisasi 24. Saya mampu menjadi apa saja	25. Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya putus asa 26. Saya kurang cocok dengan komunitas saya	4
Jumlah			13	13	26

b. Skala Dukungan Sosial

Skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah menggunakan skala model *Likert* yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2011) terdiri dari: Dukungan emosional, Dukungan penghargaan, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasi.

Tabel 1.2 *Blue Print* Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Dukungan emosional	Memiliki empati, merasa dicintai	1. Keluarga memberi kasih sayang pada saya 2. Perhatian teman-teman membuat hidup saya lebih nyaman 3. Teman dalam kelompok saya merupakan bagian dari kegiatan sehari-hari saya	4. Teman-teman kurang peduli pada saya 5. Saya kurang diperhatikan oleh keluarga	5
2	Dukungan penghargaan	Dukungan yang positif antara satu dengan yang lain, merasa dihargai	6. Teman-teman saya mendukung saya 7. Saya mendapatkan perhatian dari keluarga 8. Orang tua saya menghargai pilihan saya	9. Teman-teman kurang menghargai pendapat saya 10. Keluarga kurang mendukung saya	5
3	Dukungan instrumental	Bantuan secara nyata baik secara materi dan tidak	11. Teman mengajak untuk mengerjakan perbaikan skripsi 12. Teman-teman meminjamkan barang yang saya butuhkan 13. Saat saya membutuhkan bantuan teman-teman selalu siap membantu	14. Teman saya jarang membantu ketika saya mengalami kesulitan 15. Kuliah saya tidak dibiayai oleh orang tua 16. Teman-teman kurang membantu dalam perbaikan skripsi	6
4	Dukungan informasi	Pemberian nasihat dan informasi, arahan serta umpan balik	17. Teman mengajak untuk membahas kendala dalam penyusunan skripsi 18. Keluarga selalu menasehati saya supaya tidak putus asa 19. Orang tua memberi nasihat jika ingin mencapai sesuatu butuh kerja keras	20. Keluarga jarang mendengarkan masalah saya 21. Teman-teman kurang memberi masukan yang berkaitan dengan skripsi 22. Keluarga jarang memberikan nasihat	6
Total			12	10	22

3.7.4 Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Alat ukur yang dilakukan uji coba pada penelitian ini adalah skala *Psychological Well-being* dan skala Dukungan Sosial. Uji coba alat ukur ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah alat ukur yang telah disusun benar-benar mampu dan menilai construct yang akan diteliti. Pada tahap uji coba ini peneliti, dengan menyebarkan google form skala *psychological well-being* dan skala dukungan sosial kepada mahasiswa diluar UMA yang sedang menyusun skripsi sebanyak 31 orang.

Skala disebarikan kepada 31 sampel untuk menguji alat ukur, sehingga dapat dianalisis untuk mengetahui validitas dan realibilitas dari alat ukur yang akan digunakan. Setelah skala terkumpul, peneliti memindahkan ke program Microsoft excel sesuai dengan data yang diperoleh, maka dilakukan uji validitas dan realibilitas menggunakan program SPSS versi 25 for windows.

a. Hasil Uji Coba Skala *Psychological Well-being*

Berdasarkan hasil uji coba skala *psychological well-being* dari 26 aitem pernyataan, terdapat 2 aitem yang gugur yaitu nomor 10 dan 17 karena skor validitas *Corrected Item-Total Correlation* $< 0,300$, yang berarti 24 aitem lainnya valid karena skor validitas *Corrected Item-Total Correlation* $\geq 0,300$. Berikut ini tabel distribusi butir-butir skala setelah uji coba.

Tabel 1.3 Skala *Psychological Well-being* Sesudah Uji Coba

Aspek	Indikator	No Aitem				Jumlah
		Favorable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Penerimaan diri	Perilaku positif, menerima berbagai macam aspek, ada perasaan positif masa kini dan kedepannya.	1,2,3,	-	4,5,6	-	6
Hubungan positif dengan orang lain	Memiliki empati, bersikap hangat, merasa dihargai dan dianggap.	7,8	-	9	10	4
Otonomi/kemandirian	Mampu mengambil keputusan, sanggup melawan tekanan sosial.	11,12	-	13,14	-	4
Tujuan hidup	Memiliki tujuan, misi dan makna dalam hidup	15,16	-	18	17	4
Pengembangan personal	Terbuka pada pengalaman baru, dan sadar akan kemampuannya	19,20	-	21,22	-	4
Penguasaan terhadap lingkungan	Mampu mengatur lingkungannya, menciptakan lingkungan sesuai kebutuhan	23,24	-	25,26	-	4
Total		13		11	2	26

Setelah selesai melakukan pengujian validitas aitem dilanjutkan dengan analisis reliabilitas menggunakan formula *Cronbach's Alpha. Reliability Statistics* yang diperoleh sebesar 0,932. Interpretasi reliabilitas didasarkan pada ketentuan bahwa jika hasil $\alpha > 0,6$ maka dapat dinyatakan instrument tersebut reliabel, sehingga instrument tersebut dapat digunakan pada saat yang lain waktu dalam mengungkapkan skala *psychological well-being*.

b. Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil uji coba skala Dukungan Sosial dari 22 aitem pernyataan, terdapat 2 aitem yang gugur yaitu nomor 3 dan 14 karena skor validitas *Corrected*

Item- Total Correlation < 0,300, yang berarti 20 aitem lainnya valid karena skor validitas *Correcred Item - Total Correlation* $\geq 0,300$ Berikut ini tabel distribusi butir-butir skala setelah diuji coba.

Tabel 1.4 Skala Dukungan Sosial Sesudah Uji Coba

Aspek	Indikator	No Aitem				Jumlah
		Favorable		Unfaforable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Dukungan emosional	Memiliki empati, merasa dicintai	1,2	3	4,5	-	5
Dukungan penghargaan	Dukungan yang positif antara satu dengan yang lain, merasa dihargai	6,7,8	-	9,10	-	5
Dukungan instrumental	Bantuan secara nyata baik secara materi dan tidak	11,12,13	-	15,16	14	6
Dukungan informasi	Pemberian nasihat dan informasi, arahan serta umpan balik	17,18,19	-	20,21,21	-	6
Total		11	1	9	1	22

Setelah selesai melakukan pengujian validitas aitem dilanjutkan dengan analisis reliabilitas menggunakan formula *Cronbach's Alpha. Reliability Statistics* yang diperoleh sebesar 0,922. Interpretasi reliabilitas didasarkan pada ketentuan bahwa jika hasil $\alpha > 0,6$ maka dapat dinyatakan instrument tersebut reliabel, sehingga instrument tersebut dapat digunakan pada saat yang lain waktu dalam mengungkap dukungan sosial.

3.8 Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode observasi partisipan dimana peneliti juga berpartisipasi langsung dalam kegiatan sehari-hari dari populasi mahasiswa psikologi di Universitas Medan Area. Observasi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran

singkat mahasiswa psikologi Universitas Medan Area. Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah jenis Skala likert 1-4 dengan pilihan dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), yang memiliki 2 sifat *Favorable* dan *Unfavorable* (mendukung dan tidak mendukung) untuk mengukur sikap dan pendapat yang akan diisi oleh responden.

3.9 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.9.1 Uji Validitas

Menurut (Arikunto, 2014) menyatakan bahwa alat ukur dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang diinginkan serta dapat mengungkapkan data variabel secara tepat, benar atau tidaknya sebuah data tergantung dari instrument pengumpulan data.

3.9.2 Uji Reliabilitas

Menurut (Arikunto, 2014) menunjukkan bahwa suatu instrumen hasil pengukuran reliabilitas bisa dipercaya untuk digunakan dalam alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik.

3.10 Metode Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah mengumpulkan data dari seluruh responden, yang mengelompokkan data menurut variabel dan jenis responden, menyediakan data untuk setiap penelitian, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan pertanyaan dan melakukan perhitungan untuk menguji dugaan yang diajukan (Arikunto, 2014). Metode analisis data statistik dengan *software IBM SPSS statistic 25*.

3.11 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 02 Januari 2024 pada pukul 12.00 WIB, dikarenakan tidak ada jadwal kelas bagi mahasiswa angkatan 2019 maka penelitian dilakukan melalui google form yang disebarakan ke tiap-tiap grup kelas mahasiswa UMA dengan meminta ijin kepada setiap perwakilan dari grup kelas. Dan ditutup pada tanggal 22 Januari 2024 dan data yang diperoleh dipindahkan dan dimasukkan ke dalam Microsoft Excel 2013.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian di Universitas Medan Area dengan mengambil 114 mahasiswa, yang diketahui bahwa hipotesis diterima di mana berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Di mana semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *psychological well-being*, dilihat dari nilai koefisien (r_{xy}) yang memiliki nilai 0,572 dengan p atau signifikansinya $0,000 < 0,010$, yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa Universitas Medan Area.
2. Berdasarkan perbandingan dari kedua nilai rata-rata yaitu mean hipotetik dan mean empirik, maka bisa dinyatakan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa psikologi Universitas Medan Area tergolong tinggi, yang di mana mean empiriknya 53,77 lebih besar dibandingkan dengan mean hipotetiknya yaitu 50 dengan nilai SD 3,614. Dan untuk *psychological well-being* pada mahasiswa psikologi Universitas Medan Area tergolong tinggi, yang di mana mean empiriknya 68,25 lebih besar dibandingkan dengan mean hipotetiknya yaitu 60 dengan nilai SD 5,554.
3. Begitu juga dengan nilai koefisien determinan (r^2) yang memiliki nilai 0,327 yang setara dengan 32,7% artinya bahwa dukungan sosial berkontribusi

sekitar 32,7% pada *psychological well-being* pada mahasiswa Universitas Medan Area.

5.2 Saran

1. Subjek Penelitian

Diharapkan untuk mahasiswa/i yang sedang mengerjakan skripsi agar tetap terus semangat dan tetap menjaga kondisi kesejahteraan psikologisnya. Karena mencintai diri sendiri terlebih dahulu, akan jauh lebih baik dan membuat kita mampu menerima keadaan kita baik kekurangan maupun kelebihan yang kita miliki dan yang lalu biarlah berlalu. Lebih terbuka dalam masalah skripsi kepada orang tua, jangan ragu meminta bantuan kepada dosen pembimbing, dan jangan menghindari skripsi karena takut akan sesuatu hal yang bahkan belum terjadi.

2. Lembaga Pendidikan Fakultas Psikologi

Diharapkan bagi lembaga pendidikan, skripsi ini dapat berguna untuk mengkaji fenomena yang terdapat pada mahasiswa dan menjadi ilmu yang bermanfaat di dunia pendidikan sehingga dapat meningkatkan mutu mahasiswa.

3. Para Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi pembaca skripsi ini mengetahui pentingnya dukungan sosial terhadap *psychological well-being* seseorang. Dan bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai pedoman dan mengkaji lebih dalam tentang variabel-variabel lainnya seperti status sosial, kompetensi pribadi, kepribadian, religiusitas, atau variabel lainnya yang dapat memberikan nilai

kontribusi lebih besar terhadap terbentuknya *psychological well-being* mahasiswa secara umum maupun yang sedang menyusun skripsi.



DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP HARGA DIRI REMAJA DESA WONOAYU KECAMATAN WAJAK. *Jurnal Psikoislamika*, 13(2), 53–58.
- Adyani, L., Suzanna, E., Safuwani, S., & Muryali, M. (2018). *Perceived Social Support And Psychological Well-Being Among Interstate Students At Malikussaleh University*. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 98–104. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v3i2.6591>
- Alawiyah, D., Alwi, C. A., Lilis, & Selvi. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 30–44. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1190>
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan Antara Distress Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*, 2, 159–179.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian* (15th ed.). Rineka Cipta.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127–134. https://www.academia.edu/63216802/Kesejahteraan_psikologis_dan_tingkat_stres_pada_mahasiswa_tingkat_akhir
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (Ed.2). Pustaka Pelajar.
- Batubara, M., Meidina, A., & Rahman, S. S. (2022). Kontribusi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing dan Orang Tua Terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Indonesian Psychological Research*, 4(2), 71–77. <https://doi.org/10.29080/ipr.v4i2.729>
- Da'awi, M. M., & Nisa, walda I. (2021). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stres dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi*.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, Ustiawaty, J., Utami, Sukmana, & Istiqomah, R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (H. Abadi (ed.); Cetakan I). Penerbit Pustaka Ilmu. <https://www.pustakailmu.co.id>
- Hartati, N., Adiyanti, M., Marina Mirza, W., & Wahyu Yuniarti, K. (2021). *Psychological Well-being and Academic Achievement of Minang Students viewed from Family Structure and Living Arrangements*. *Jurnal Ilmiah*

- Psikologi*, 2021(1), 55–66. <http://doi.org/10.23917/indigenous.v6i1.11156>
- Hemant, P. S. L., & Rani, R. (2014). *Impact of Mental Health on Personal Growth Initiative (PGI) among University Postgraduates. Research on Humanities and Social Sciences*, 4(3), 134–147. www.iiste.org
- Ismuniar, C., & Ardiwinata, E. (2021). Gambaran Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Proses Perkuliahan Online Guna Untuk Melihat Learning Loss Di Universitas Borneo Tarakan. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(3), 105. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i3.5807>
- Marco, M., Erica, E., Angeline, V., Victoria, V., & ... (2022). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau dari Dukungan Sosial pada Mahasiswa Koas di Tengah Kondisi Pandemi. ... , *Psikologi Dan ...*, 3(3), 238–247. <http://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/view/190>
- Mufidah, A. C. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan Locus Of Control sebagai Moderator Pada Mahasiswa Bidikmisi*.
- Prabowo, A. (2017). GRATITUDE DAN PSYCHOLOGICAL WELLBEING PADA REMAJA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 1–8.
- Prameswari, S. A., & Muhid, A. (2022). Dukungan Sosial Untuk Meningkatkan Psychological Well Being Anak Broken Home : Literature Riview. *Jurnal Psimawa*, 5(1), 1–9.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Ryff, C. D. (2013). *Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Said, K. R., & Eva, N. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 152–162.
- Saputra, E., Suarni, W., & Marhan, C. (2021). Locus of Control dan Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Sublimapsi*, 2(3), 86. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i3.18423>
- Saputra, M. R., & Setyo Palupi, L. (2020). Relationship between Social Support and Psychological Well-Being of the Final Year Students. *E3S Web of Conferences*, 202, 0–5. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212027>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology biopsychosocial interactions* (Seventh Ed). WILEY JOHN WILEY & SONS, INC. <http://www.wiley.com/go/permissions>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Evaluasi* (Y. Yuniarsih (ed.); Ke-1).

Alfabeta. www.cvalbetabdg.com

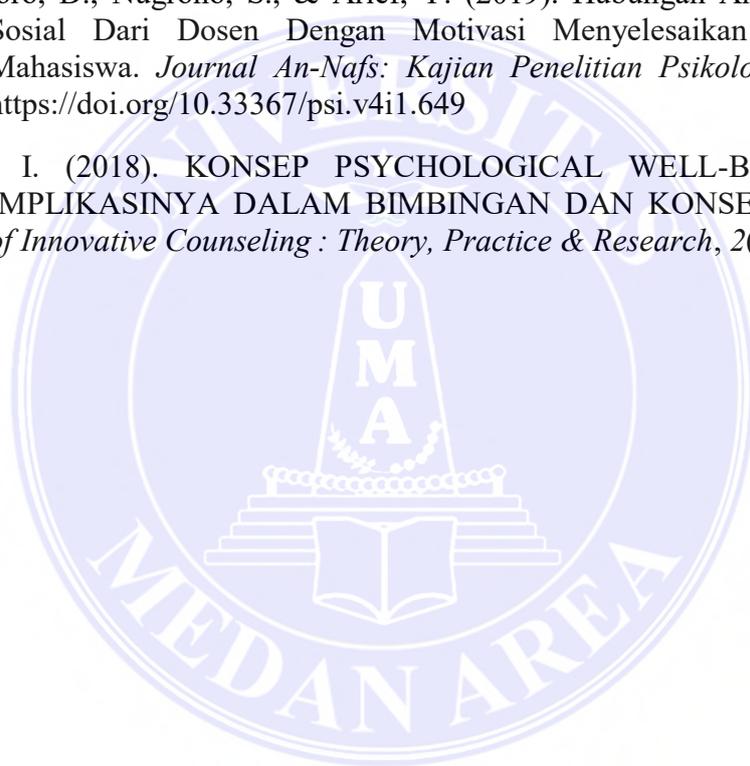
Swarjana, I. K. (2022). konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel dan contoh kuesioner (R. Indra (ed.); Ed.I). ANDI (anggota IKAPI).

Syamsu, Yusuf. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Cetakan ke). PT REMAJA ROSDAKARYA.

Wells, I. E. (2020). *Psychological Well-Being* (Ingrid E.Wells (ed.)). Nova Science Publishers, Inc. <http://www.novapublishers.com>

Widiantoro, D., Nugroho, S., & Arief, Y. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>

Yuliani, I. (2018). KONSEP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SERTA IMPLIKASINYA DALAM BIMBINGAN DAN KONSELING. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 2(2), 51–56.



LAMPIRAN

LAMPIRAN 1.1

Skala Dukungan Sosial

Nama:

Kelas:

Skala: Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan, anda diminta untuk memilih salah satu alternatif pilihan yang tersedia disebelah kanan pernyataan berdasarkan keadaan diri anda yang sesungguhnya dengan cara memberi tanda ceklis pada salah satu pilihan anda. Anda diharapkan menjawab setiap pernyataan sesuai dengan keadaan, perasaan, dan pikiran anda yang sebenarnya, dengan cara memilih:

SS: Bila anda merasa Sangat Setuju dengan pernyataan tersebut.

S: Bila anda merasa Setuju dengan pernyataan tersebut.

TS: Bila anda merasa Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut

STS: Bila anda merasa Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Keluarga memberi kasih sayang pada saya				
2	Perhatian teman-teman membuat hidup saya lebih nyaman				
3	Teman-teman kurang peduli pada saya				
4	Saya kurang diperhatikan oleh keluarga				
5	Teman-teman saya mendukung saya				
6	Saya mendapatkan perhatian dari keluarga				
7	Orang tua saya menghargai pilihan saya				
8	Teman-teman kurang menghargai pendapat saya				
9	Keluarga kurang mendukung saya				
10	Teman mengajak untuk mengerjakan perbaikan skripsi				
11	Teman-teman meminjamkan barang yang saya butuhkan				
12	Saat saya membutuhkan bantuan, teman-teman saya selalu siap membantu				
13	Kuliah tidak dibiayai oleh orang tua				
14	Teman-teman kurang membantu dalam perbaikan skripsi				
15	Teman mengajak untuk membahas kendala dalam penyusunan skripsi				
16	Keluarga selalu menasehati saya supaya tidak putus asa				

17	Orang tua memberi nasihat jika ingin mencapai sesuatu butuh kerja keras				
18	Keluarga jarang mendengarkan masalah saya				
19	Teman-teman kurang memberi masukan yang berkaitan dengan skripsi				
20	Keluarga jarang memberikan nasihat				

Skala *Psychological Well-being*

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya senang dengan adanya perubahan pada diri saya				
2	Saya selalu berfikir positif				
3	Saya mencintai diri saya sendiri				
4	Saya kecewa dengan pencapaian saya				
5	Saya cenderung berfikir negative				
6	Saya kurang percaya diri				
7	Orang menilai saya sebagai orang yang penyayang				
8	Saya percaya kepada teman-teman saya begitu juga sebaliknya				
9	Saya sering merasa kesepian				
10	Saya mampu mengambil keputusan tanpa dipengaruhi orang lain				
11	Saya yakin dengan pendapat saya				
12	Saya khawatir tentang apa yang orang pikirkan tentang saya				
13	Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat				
14	Saya mempunyai tujuan hidup				
15	Saya tahu apa yang ingin saya capai				
16	Saya kurang memahami tentang apa yang ingin saya capai				
17	Bagi saya hidup adalah proses pembelajaran				
18	Saya mampu mengembangkan diri				
19	Saya kurang memperluas wawasan saya				
20	Kemampuan saya belum banyak berkembang				
21	Saya merasa bertanggung jawab pada di lingkungan sosialisasi				
22	Saya mampu menjadi apa saja				
23	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya putus asa				
24	Saya kurang cocok dengan komunitas saya				

LAMPIRAN 1.2
Data Mentah *Tryout* Dukungan Sosial

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4
2	2	1	3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	1	
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
6	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	3	
7	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	
8	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	
9	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	4	3	
10	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	
11	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	
12	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	
13	3	4	3	4	4	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	1	4	
14	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	
15	2	2	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	4	2	
16	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	
17	2	1	2	1	2	4	4	3	4	3	4	4	2	2	4	4	3	2	3	4	3	1	
18	1	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	1	2	3	4	4	1	4	4	4	4	
19	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	1	
20	1	1	3	1	2	3	3	1	3	1	3	3	1	2	3	3	1	1	1	3	1	1	
21	1	1	3	1	2	3	3	1	2	1	2	3	1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	
22	3	2	2	2	3	3	3	1	2	1	2	3	3	2	3	2	1	3	1	2	1	2	
23	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	
24	1	1	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3	1	
25	1	1	3	1	1	3	3	1	3	1	3	3	1	2	3	3	1	1	1	3	1	1	
26	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	4	2	3	2	2	4	1	3	1	4	1	3	
27	3	4	3	4	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	3	1	3	1	3	1	4	
28	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	
29	1	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	
30	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	
31	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	

Psychological Well-being

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	2	3	2	2	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	3	3	4	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3
9	2	2	4	4	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	1	2	2
10	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	3	2
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3
13	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	4	4	3	4	4	4	2	3	3	1	3	3	3	4	4	3
14	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	4	4	3	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2
15	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	4	3	2	4	1	2	2	3	3	4	4	4	4	3	4	1
16	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3
17	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	2	4	1	1	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4
18	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	1	3	1	1	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	1	3
19	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	4	3	3	4	1	1	3	2	2	3	3	3	4	3	2
20	2	2	3	3	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	2
21	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2
22	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2
23	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	1	4	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	4	1	2
24	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2
25	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	3	2	1	3	3	3	2	2	2
26	1	1	3	2	1	3	1	1	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1
27	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2
28	2	2	4	3	2	4	2	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2
29	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1
30	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3
31	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3

LAMPIRAN 1.3
DATA PENELITIAN
Skala Dukungan Sosial

No	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12	DS13	DS14	DS15	DS16	DS17	DS18	DS19	DS20	TOTAL
1	4	4	1	1	4	4	3	1	2	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	1	56
2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	4	4	1	2	4	3	3	3	2	2	55
3	4	4	2	2	4	4	3	1	1	4	1	3	1	1	4	4	4	2	2	1	52
4	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	52
5	4	3	2	2	3	4	4	2	1	4	3	3	3	1	4	4	4	1	1	2	55
6	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	54
7	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	68
8	4	3	2	1	3	4	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	51
9	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	4	4	3	3	2	54
10	4	4	1	4	3	4	4	3	2	3	3	4	1	2	4	2	2	3	2	3	58
11	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	62
12	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	51
13	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	51
14	3	4	2	1	4	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	2	1	2	49
15	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	53
16	4	3	2	1	3	4	4	3	1	3	2	1	2	4	2	4	4	1	3	1	52
17	4	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	53
18	4	3	2	1	4	4	4	3	2	3	3	3	1	2	3	4	4	4	2	1	57
19	4	3	2	2	3	4	4	3	2	2	3	2	2	4	2	4	4	1	1	1	53
20	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	51
21	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	52
22	4	4	1	1	4	4	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	1	50
23	4	4	1	1	4	3	4	2	1	3	3	3	1	2	4	3	4	1	1	1	50
24	4	3	2	1	3	4	4	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	53
25	4	3	2	1	3	4	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	52
26	4	4	1	1	3	4	4	1	1	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	2	54
27	4	4	2	1	4	4	3	2	1	3	3	3	1	2	3	4	4	2	2	1	53
28	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	52
29	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	1	1	3	3	3	1	1	1	55
30	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	4	2	53
31	4	3	2	1	3	3	4	3	1	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	2	59
32	4	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	4	2	1	3	3	3	2	2	1	50
33	4	4	3	1	2	4	4	2	1	3	4	4	2	2	4	4	4	2	2	2	58
34	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	1	1	4	66
35	4	4	2	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	52
36	4	4	1	1	4	4	3	1	1	4	4	4	2	1	4	4	4	1	1	1	53
37	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	51
38	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	50
39	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	2	3	53
40	3	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	3	4	1	2	1	50
41	3	1	2	2	3	3	4	2	2	2	3	1	3	3	2	4	4	1	4	2	51
42	4	3	2	1	3	4	4	2	3	4	2	3	3	2	2	4	4	2	2	1	55
43	4	3	2	1	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	4	4	1	2	1	51
44	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	4	4	1	1	3	4	3	2	2	2	52
45	4	4	1	1	4	4	4	1	1	3	3	4	2	1	4	3	3	2	1	2	52
46	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	51
47	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	1	2	2	52
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	55
49	4	4	1	1	4	4	4	1	1	3	4	3	1	2	3	4	4	1	2	1	52
50	4	4	2	1	4	4	4	1	4	3	3	3	1	3	3	4	4	1	2	1	56
51	4	4	1	4	3	1	4	3	2	3	3	4	1	2	4	2	2	3	2	3	55
52	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	62
53	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	51
54	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	51
55	3	4	2	1	4	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	2	1	2	49
56	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	53
57	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	4	2	3	4	3	3	4	53
58	4	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	53
59	4	3	2	1	4	4	4	3	2	3	3	3	1	2	3	4	4	2	2	1	55
60	3	3	3	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	1	3	1	53

61	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	51
62	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	52
63	4	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	1	53
64	4	4	1	1	4	3	4	2	1	3	3	3	1	2	4	3	4	1	1	1	50
65	4	3	2	1	3	4	4	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	52
66	4	3	2	1	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	50
67	3	3	2	2	2	4	4	2	1	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3	2	52
68	4	4	2	1	4	4	3	2	1	3	3	3	1	2	3	4	4	2	2	1	53
69	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	52
70	3	3	4	4	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	3	54
71	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	4	2	53
72	4	3	2	1	3	3	4	2	1	3	4	4	2	2	3	4	4	2	3	2	56
73	4	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	4	2	1	3	3	3	2	2	1	50
74	4	4	3	1	2	4	4	2	1	3	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	54
75	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	1	4	4	4	1	1	2	59
76	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	52
77	4	4	1	1	4	4	3	1	1	4	4	4	2	1	4	4	4	1	1	1	53
78	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	51
79	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	49
80	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	2	3	53
81	3	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	3	4	1	2	1	50
82	3	1	2	2	3	3	4	2	2	2	3	1	3	3	2	4	4	1	4	2	51
83	4	3	2	1	3	4	4	2	3	4	2	3	3	2	2	4	4	2	2	1	55
84	4	3	2	1	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	4	4	1	2	1	51
85	2	3	4	4	2	2	4	4	3	3	2	2	1	1	3	4	3	2	2	2	53
86	4	4	1	1	4	4	4	1	1	3	3	4	2	1	4	3	3	2	1	2	52
87	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	51
88	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	1	2	2	52
89	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	55
90	4	4	1	1	4	4	4	1	1	3	4	3	1	2	3	4	4	1	2	1	52
91	2	4	4	3	2	2	3	4	3	2	2	2	1	4	2	4	4	4	4	4	60
92	4	4	1	4	3	4	4	3	2	3	3	4	1	2	4	2	2	3	2	3	58
93	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	62
94	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	51
95	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	51
96	4	4	2	1	4	3	4	2	1	3	4	3	1	2	4	3	3	2	2	2	54
97	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	4	54
98	4	3	2	1	3	4	4	3	1	3	2	1	2	4	2	4	4	1	3	1	52
99	4	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	53
100	4	3	2	1	4	4	4	3	2	3	3	3	1	2	3	4	4	4	2	1	57
101	4	3	2	2	3	4	4	3	2	2	3	2	2	4	2	4	4	1	1	1	53
102	2	4	4	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	59
103	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	52
104	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	2	4	2	2	4	4	4	2	2	2	60
105	4	4	2	2	4	3	4	2	2	3	3	3	2	2	4	3	4	2	2	2	57
106	4	3	2	1	3	4	4	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	53
107	2	2	4	3	2	2	2	4	3	2	2	4	2	2	2	3	3	4	3	3	54
108	4	4	2	2	3	4	4	2	2	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	2	58
109	4	4	2	1	4	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	2	2	2	56
110	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	52
111	3	2	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	2	4	2	59
112	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	4	2	53
113	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	66
114	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	1	2	4	4	3	2	2	60

Skala Psychological Well-being

No	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	PWB8	PWB9	PWB10	PWB11	PWB12	PWB13	PWB14	PWB15	PWB16	PWB17	PWB18	PWB19	PWB20	PWB21	PWB22	PWB23	PWB24	TOTAL	
1	3	3	4	1	2	2	4	4	2	2	2	3	3	3	2	4	3	1	3	3	3	3	3	1	64	
2	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	74
3	4	4	4	1	1	1	4	2	4	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	77
4	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	66
5	3	4	4	1	3	1	1	2	1	2	4	2	3	2	1	3	2	4	1	1	3	3	4	4	4	59
6	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
7	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	83
8	3	3	4	2	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	63
9	3	2	2	2	4	4	3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	4	2	73
10	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	2	2	2	67
11	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	3	4	2	2	2	2	76
12	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	1	2	2	3	2	2	2	60
13	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	63
14	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	68
15	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	65
16	4	4	4	3	1	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	71
17	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	2	2	64
18	4	3	4	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	66
19	3	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	70
20	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	65
21	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	61
22	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	1	63
23	3	3	4	1	2	1	3	3	1	3	3	1	1	4	3	2	4	4	2	3	3	3	3	1	1	59
24	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	74
25	3	3	4	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	63
26	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	67
27	4	3	4	1	1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	1	2	2	70
28	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	67
29	4	3	3	1	1	2	4	4	2	4	4	1	2	4	4	1	4	3	1	2	3	3	1	1	1	62
30	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	66
31	4	4	4	3	3	2	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	2	3	2	76
32	3	3	4	2	2	1	3	3	2	3	4	2	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	67
33	4	4	4	2	1	4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	79
34	4	4	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	81
35	4	4	4	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	4	2	4	3	2	4	3	3	2	2	2	70
36	4	3	4	3	4	3	4	4	1	2	4	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	75
37	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	66
38	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	67
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	69
40	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	63
41	2	3	2	3	3	4	3	2	2	4	4	4	1	4	4	2	1	4	1	1	2	4	1	2	2	63
42	4	4	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	4	4	2	77
43	3	3	4	1	1	2	3	3	4	4	4	2	1	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	4	1	71
44	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	2	1	3	4	1	2	2	64
45	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	66
46	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	62
47	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	1	3	3	4	1	4	3	3	4	3	2	3	3	2	67
48	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	72
49	4	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	1	3	4	4	2	4	4	1	2	4	4	3	1	1	74
50	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	84
51	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	67
52	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	3	4	2	2	2	2	76
53	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	1	2	2	3	2	2	2	60
54	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	63
55	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	68
56	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	65
57	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	63
58	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	2	2	65
59	4	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	64
60	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	68

61	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	63	
62	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	65	
63	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	63
64	3	3	4	1	2	1	3	3	1	3	3	1	1	4	3	2	4	4	2	2	3	3	1	1	58
65	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	69
66	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	65
67	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	69
68	4	3	4	1	1	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	2	4	3	3	2	3	4	1	2	67
69	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	67
70	3	2	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	3	4	4	1	4	3	3	3	3	2	3	3	70
71	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	67
72	4	4	4	2	3	2	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	2	2	74
73	3	3	4	2	2	1	3	3	2	3	4	2	2	4	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	65
74	4	4	4	2	1	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	2	2	4	79
75	4	4	4	2	1	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	79
76	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	4	4	2	4	3	2	4	3	3	2	3	65
77	4	3	4	2	2	2	4	4	1	3	4	2	2	4	4	2	4	3	2	3	3	3	2	2	69
78	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	65
79	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	67
80	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	67
81	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	63
82	2	3	2	3	3	4	3	2	2	4	4	4	1	4	4	2	1	4	1	1	2	4	1	2	63
83	4	4	4	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	4	2	77
84	3	3	4	1	1	2	3	3	4	4	4	2	1	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	1	71
85	2	2	2	4	4	3	2	3	4	3	4	4	2	4	3	2	4	4	2	1	3	4	1	2	69
86	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	66
87	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	62
88	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	1	3	3	4	1	4	3	3	4	3	2	3	3	67
89	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	72
90	4	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	1	3	4	4	2	4	4	1	2	4	4	3	1	74
91	2	2	2	4	4	4	2	2	4	3	3	4	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	4	4	75
92	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	2	2	67
93	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	3	4	2	2	2	76
94	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	1	2	2	3	2	2	60
95	4	4	3	2	2	2	3	4	2	4	4	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	68
96	4	3	4	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	71
97	2	2	2	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	66
98	4	4	4	3	1	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	71
99	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	2	64
100	4	3	4	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	66
101	3	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	70
102	2	2	2	3	4	4	2	2	4	2	3	4	4	2	2	4	3	2	4	3	3	2	3	4	70
103	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	61
104	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	2	2	4	4	2	1	66
105	3	3	4	1	2	1	3	3	1	3	3	2	1	4	3	2	4	4	2	3	3	3	1	1	60
106	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	74
107	2	2	2	3	3	4	2	2	4	2	2	4	3	2	2	4	3	3	4	3	3	2	3	4	68
108	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	67
109	4	3	4	1	1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	1	2	70
110	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	67
111	4	2	2	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	4	76
112	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	66
113	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	2	2	81
114	4	4	4	2	2	2	4	4	3	4	4	2	4	4	4	2	4	3	2	3	3	3	2	2	75

LAMPIRAN 1.4

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Reliability

Scale: DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.922	22

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
DS1	2.35	.839	31
DS2	2.48	1.029	31
DS3	2.94	.250	31
DS4	2.48	1.029	31
DS5	2.65	.985	31
DS6	2.94	.442	31
DS7	2.94	.442	31
DS8	2.52	1.122	31
DS9	3.00	.683	31
DS10	2.52	1.122	31
DS11	3.29	.739	31
DS12	2.94	.442	31
DS13	2.35	.839	31
DS14	2.06	.250	31
DS15	2.94	.442	31
DS16	3.26	.729	31
DS17	2.55	1.150	31
DS18	2.39	.844	31

DS19	2.55	1.150	31
DS20	3.26	.729	31
DS21	2.52	1.122	31
DS22	2.48	1.029	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS1	57.03	121.566	.475	.921
DS2	56.90	116.957	.586	.919
DS3	56.45	130.456	.092	.924
DS4	56.90	116.957	.586	.919
DS5	56.74	116.265	.650	.917
DS6	56.45	126.389	.448	.921
DS7	56.45	126.389	.448	.921
DS8	56.87	111.916	.753	.915
DS9	56.39	121.178	.625	.918
DS10	56.87	111.916	.753	.915
DS11	56.10	119.824	.660	.918
DS12	56.45	126.389	.448	.921
DS13	57.03	121.566	.475	.921
DS14	57.32	130.026	.168	.924
DS15	56.45	126.389	.448	.921
DS16	56.13	120.449	.629	.918
DS17	56.84	111.006	.772	.914
DS18	57.00	120.933	.507	.920
DS19	56.84	111.006	.772	.914
DS20	56.13	120.449	.629	.918
DS21	56.87	111.583	.768	.914
DS22	56.90	116.957	.586	.919

Reliability

Scale: PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	26

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PWB1	2.48	.769	31
PWB2	2.55	.723	31
PWB3	3.35	.486	31
PWB4	2.97	.657	31
PWB5	2.48	.769	31
PWB6	2.84	1.157	31
PWB7	2.48	.769	31
PWB8	2.48	.769	31
PWB9	2.52	.811	31
PWB10	1.68	.653	31
PWB11	2.68	.909	31
PWB12	2.94	.892	31
PWB13	2.39	.844	31
PWB14	2.68	.909	31
PWB15	2.81	1.138	31
PWB16	2.48	1.029	31
PWB17	1.81	.543	31
PWB18	2.94	.442	31
PWB19	2.55	.723	31
PWB20	2.48	1.092	31
PWB21	2.97	.657	31

PWB22	2.97	.657	31
PWB23	2.97	.657	31
PWB24	2.94	.892	31
PWB25	2.68	.909	31
PWB26	2.48	.769	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PWB1	66.10	150.024	.780	.926
PWB2	66.03	150.299	.818	.926
PWB3	65.23	161.647	.278	.932
PWB4	65.61	153.845	.677	.928
PWB5	66.10	150.024	.780	.926
PWB6	65.74	149.131	.525	.931
PWB7	66.10	150.024	.780	.926
PWB8	66.10	150.024	.780	.926
PWB9	66.06	148.929	.795	.926
PWB10	66.90	168.890	-.236	.938
PWB11	65.90	151.957	.560	.929
PWB12	65.65	150.570	.637	.928
PWB13	66.19	154.961	.459	.931
PWB14	65.90	151.957	.560	.929
PWB15	65.77	149.581	.519	.931
PWB16	66.10	152.824	.450	.932
PWB17	66.77	163.714	.094	.934
PWB18	65.65	158.503	.594	.930
PWB19	66.03	150.299	.818	.926
PWB20	66.10	153.557	.391	.933
PWB21	65.61	153.845	.677	.928
PWB22	65.61	153.845	.677	.928
PWB23	65.61	153.845	.677	.928
PWB24	65.65	150.570	.637	.928
PWB25	65.90	151.957	.560	.929
PWB26	66.10	150.024	.780	.926

Penelitian

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.822	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PWB1	3.34	.622	114
PWB2	3.01	.658	114
PWB3	3.30	.716	114
PWB4	2.23	.741	114
PWB5	2.37	.812	114
PWB6	2.65	.831	114
PWB7	3.11	.621	114
PWB8	2.95	.689	114
PWB9	2.62	.824	114
PWB10	3.00	.716	114
PWB11	3.11	.657	114
PWB12	2.80	.874	114
PWB13	2.69	.843	114
PWB14	3.28	.659	114

PWB15	3.19	.664	114
PWB16	2.26	.692	114
PWB17	3.54	.627	114
PWB18	3.11	.585	114
PWB19	2.42	.763	114
PWB20	2.67	.700	114
PWB21	3.02	.564	114
PWB22	2.89	.745	114
PWB23	2.47	.833	114
PWB24	2.23	.729	114

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PWB1	64.91	28.771	.353	.607
PWB2	65.25	28.877	.317	.610
PWB3	64.96	29.193	.348	.618
PWB4	66.03	29.229	.333	.620
PWB5	65.89	30.385	.322	.640
PWB6	65.61	28.772	.355	.618
PWB7	65.14	27.980	.378	.595
PWB8	65.31	29.843	.370	.626
PWB9	65.63	27.332	.329	.595
PWB10	65.25	29.377	.323	.621
PWB11	65.15	29.225	.368	.616
PWB12	65.46	26.976	.342	.593
PWB13	65.56	26.974	.361	.591
PWB14	64.97	28.946	.307	.612
PWB15	65.06	28.695	.341	.608
PWB16	65.99	28.734	.320	.610
PWB17	64.72	28.947	.323	.610
PWB18	65.15	29.986	.381	.623
PWB19	65.83	28.512	.315	.610

PWB20	65.59	28.457	.354	.606
PWB21	65.24	28.749	.394	.604
PWB22	65.36	30.162	.316	.633
PWB23	65.78	27.500	.304	.599
PWB24	66.03	29.442	.310	.622

$$24 \times 4 + 24 \times 1 / 2 = 60$$



Penelitian

DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.829	20

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
DS1	3.55	.611	114
DS2	3.28	.645	114
DS3	2.11	.726	114
DS4	1.87	.847	114
DS5	3.16	.646	114
DS6	3.33	.712	114
DS7	3.29	.713	114
DS8	2.18	.673	114
DS9	2.02	.776	114
DS10	3.02	.580	114
DS11	2.96	.657	114
DS12	2.98	.776	114
DS13	1.77	.717	114

DS14	2.13	.793	114
DS15	3.06	.669	114
DS16	3.32	.631	114
DS17	3.40	.591	114
DS18	2.17	.872	114
DS19	2.19	.819	114
DS20	1.96	.752	114

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS1	50.22	12.509	.042	.825
DS2	50.49	11.987	.148	.892
DS3	51.66	12.209	.064	.817
DS4	51.90	12.318	.005	.841
DS5	50.61	12.398	.054	.821
DS6	50.44	12.302	.051	.822
DS7	50.48	12.960	-.079	.864
DS8	51.59	12.050	.120	.800
DS9	51.75	12.275	.034	.828
DS10	50.75	11.798	.233	.871
DS11	50.82	11.709	.205	.873
DS12	50.79	11.884	.108	.801
DS13	52.00	13.027	-.092	.869
DS14	51.64	13.259	-.143	.892
DS15	50.71	12.013	.130	.897
DS16	50.45	11.966	.160	.889
DS17	50.37	12.058	.160	.891
DS18	51.61	11.745	.093	.805
DS19	51.58	12.883	-.084	.873
DS20	51.81	11.998	.096	.806

$$20 \times 4 + 20 \times 1 / 2 = 50$$

LAMPIRAN 1.5

UJI NORMALITAS

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		psychological well being	dukungan sosial
N		114	114
Normal Parameters ^a	Mean	68.25	53.77
	Std. Deviation	5.554	3.614
Most Extreme Differences	Absolute	.151	.225
	Positive	.151	.225
	Negative	-.067	-.122
Kolmogorov-Smirnov Z		1.610	2.401
Asymp. Sig. (2-tailed)		.211	.325
a. Test distribution is Normal.			

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
psychological well being * dukungan social	114	100.0%	0	.0%	114	100.0%

Report

Psychological well-being

dukungan sosial	Mean	N	Std. Deviation
49	67.67	3	.577
50	63.33	9	3.162
51	64.00	17	3.373
52	67.59	22	4.067
53	67.73	22	3.480
54	70.62	8	4.104
55	69.33	9	6.595

56	73.00	4	8.406
57	64.00	3	3.464
58	70.00	4	6.000
59	75.25	4	3.775
60	72.00	3	5.196
62	76.00	3	.000
66	81.00	2	.000
68	83.00	1	.
Total	68.25	114	5.554

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
psychological well being * dukungan social	Between Groups	(Combined)	1714.649	14	122.475	6.847	.087
		Linearity	1302.579	1	1302.579	72.816	.000
		Deviation from Linearity	412.070	13	31.698	1.772	.358
	Within Groups		1770.973	99	17.889		
Total			3485.623	113			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
psychological well being * dukungan social	.572	.327	.785	.616

Correlations

Correlations

		psychological well being	dukungan sosial
psychological well being	Pearson Correlation	1	.572**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	114	114
dukungan social	Pearson Correlation	.572**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	114	114

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



LAMPIRAN 1.6
Surat Keterangan Ijin Penelitian



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jalan Gedung PBSI, Medan 20223
Kampus II : Jalan Sei Serayu Nomor 70 A / Jalan Setia Budi Nomor 79 B, Medan 20112 Telepon : (061) 8225602, 8201994
Fax : (061) 8226331 HP : 0811 607 259 website: www.uma.ac.id Email : univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 2146/UMA/B/01.7/XI/2023

28 November 2023

Lampiran : -

Hal : Izin Penelitian dan Pengambilan Data an.
Yemima Grace br. Sembiring

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area
Medan

Dengan hormat, sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian, Dan Pengabdian kepada Masyarakat Nomor: 2842/FPSI/01.10/XI/2023 tertanggal 21 November 2023. Perihal Permohonan Izin penelitian dan pengambilan data untuk kepentingan penulisan Skripsi oleh mahasiswa yang tersebut dibawah ini :

Nama : Yemima Grace Br. Sembiring

NPM : 198600429

Dengan Judul Skripsi "**Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area**"

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area guna penyusunan Skripsi untuk kepentingan Ilmiah dan Akademik.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 28 November 2023

Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM
& Administrasi Keuangan



Dr. Ir. Suswati, MP

-Tembusan
Rektor
Arsip

LAMPIRAN 1.7
Surat Keterangan Selesai Penelitian





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 190/UMA/B/01.7/II/2024.

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Yemima Grace Br. Sembiring
No.Pokok Mahasiswa : 198600429
Fakultas : Psikologi
Masa Penelitian : 02 – 22 Januari 2024.

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area dengan Judul Skripsi
**“Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa
Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area”..**

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam
penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya

Medan, 05 Februari 2024.

a.n Rekt or

Wakil Rektor Bidang Mutu SDM &
Perekonomian,

Prof.Dr. Ir. Suswati, MP

CC : - Arsi p.

