

**PERAN MAKNA HIDUP SEBAGAI MEDIATOR DALAM
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *SUBJECTIVE
WELL-BEING* PADA MAHASISWA DAN MAHASISWI BATAK
PERANTAU**

TESIS

OLEH:

**ELINA MONALIAN
241804122**



**PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2026**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

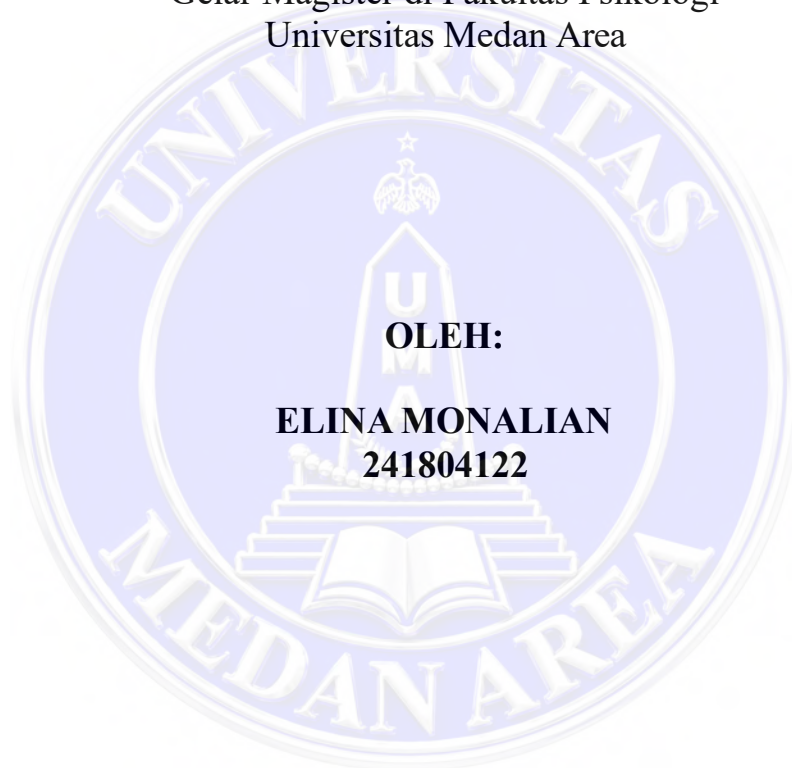
Document Accepted 23/7/26

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

**PERAN MAKNA HIDUP SEBAGAI MEDIATOR DALAM
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *SUBJECTIVE
WELL-BEING* PADA MAHASISWA DAN MAHASISWI
BATAK PERANTAU**

TESIS

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Magister di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area



OLEH:

**ELINA MONALIAN
241804122**

**PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2026**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 23/7/26

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

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Dalam Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Dan Mahasiswi Batak Perantau

Nama : Elina Monalian

NPM : 241804122

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi

Yudistira Fauzy Indrawan, MA, Ph.D

**Ketua Program Studi
Magister Psikologi**

Direktur



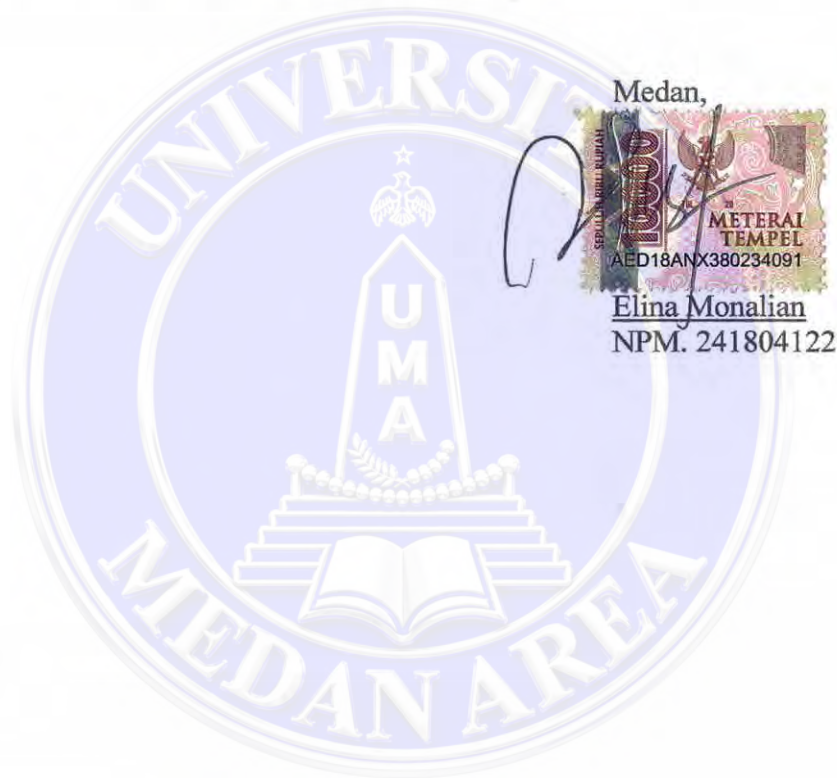
Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Elina Monalian

NPM : 241804122

Program Studi : Magister Psikologi

Fakultas : Pascasarjana

Jenis Karya : Tesis

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: **Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Dalam Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Dan Mahasiswi Batak Perantau**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada tanggal : 27 April 2026
Yang menyatakan



Elina Monalian
NPM. 241804122

ABSTRAK

Elina Monalian. Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Dalam Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Dan Mahasiswi Batak Perantau. Magister Psikologi Program Pascasarjana. Universitas Medan Area. 2026.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan memahami faktor-faktor psikologis yang mendukung kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) mahasiswa Batak perantau, mengingat proses adaptasi di perantauan kerap diwarnai tuntutan akademik, sosial, dan kultural. Studi ini bertujuan menguji pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being*, pengaruh dukungan sosial terhadap makna hidup, pengaruh makna hidup terhadap *subjective well-being*, serta menguji peran makna hidup sebagai mediator pada hubungan dukungan sosial dan *subjective well-being*. Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan analisis mediasi. Responden berjumlah 250 mahasiswa dan mahasiswi Batak perantau (usia 19–25 tahun; semester 1 sampai 8) di Universitas Sari Mutiara Indonesia, dipilih melalui *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert 7 poin, meliputi *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), dan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). Analisis dilakukan dengan *Structural Equation Modeling* (SEM) menggunakan AMOS dan uji Sobel untuk menguji efek tidak langsung. Hasil menunjukkan dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* (C.R.=4,343; $p<0,001$) serta terhadap makna hidup (C.R.=4,162; $p<0,001$). Makna hidup juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* (C.R.=1,964; $p=0,050$). Uji Sobel mengindikasikan makna hidup memediasi secara signifikan pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* ($p=0,03$). Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan dukungan sosial yang disertai fasilitasi pemaknaan hidup sebagai strategi peningkatan kesejahteraan subjektif mahasiswa Batak perantau.

Kata kunci : Dukungan sosial; Makna hidup; *Subjective well-being*; Mahasiswa Batak perantau; Mediasi.

ABSTRACT

Elina Monalian. *The Role of Life Meaning as a Mediator in The Effect of Social Support on Subjective Well-Being Among Male and Female Batak Students Living Away from Home. Masters in Psychology Postgraduate Program. Medan Area University. 2026.*

This study was undertaken to clarify the psychological factors that foster subjective well-being among Batak migrant university students, given that the process of adaptation in a new setting is frequently shaped by academic, social, and cultural demands. It aimed to examine the effects of social support on subjective well-being, social support on meaning in life, and meaning in life on subjective well-being, as well as to test the mediating role of meaning in life in the relationship between social support and subjective well-being. The research employed a quantitative correlational design with a mediation analysis approach. Participants were 250 Batak migrant male and female students (aged 19–25 years; semesters 1 to 8) at Universitas Sari Mutiara Indonesia, recruited through total sampling. Data were collected using 7-point Likert-scale questionnaires: the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), the Meaning in Life Questionnaire (MLQ), and the Satisfaction With Life Scale (SWLS). Data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) in AMOS, and the Sobel test was conducted to assess the significance of indirect effects. The results indicated that social support had a positive and significant effect on subjective well-being ($C.R.=4.343$; $p<0.001$) and on meaning in life ($C.R.=4.162$; $p<0.001$). Meaning in life also had a positive and significant effect on subjective well-being ($C.R.=1.964$; $p=0.050$). The Sobel test confirmed that meaning in life significantly mediated the effect of social support on subjective well-being ($p=0.03$). These findings highlight the importance of strengthening social support alongside facilitating meaning-making as a strategy to enhance the subjective well-being of Batak migrant students.

Keywords : *social support; Meaning in life; Subjective well-being; Batak migrant students; Mediation.*

RIWAYAT HIDUP

Elina Monalian merupakan penulis karya ilmiah tesis berjudul *“Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Dalam Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Dan Mahasiswi Batak Perantau”* Penulis lahir di Kisaran pada tanggal 11 Juli 1974. Penulis merupakan anak dari Bapak (Alm.) Koptu Marhasa Gustaf Sitompul dan Ibu Rumintang Simorangkir, serta merupakan anak bungsu dari sembilan bersaudara. Saat ini, penulis berstatus sebagai istri dari Jan Fredy Damanik, ATT III, dan dikaruniai dua orang anak, yaitu Nicholas Yordan Damanik dan Rachel Karen Pricilla Damanik.

Riwayat pendidikan penulis dimulai dengan menyelesaikan pendidikan di SMK Perkapalan Belawan pada tahun 1992. Selanjutnya, pada tahun 1997 penulis menyelesaikan pendidikan Ahli Teknik Tingkat III di Akademi Maritim Medan. Pada tahun 1997, penulis diangkat sebagai Pegawai Negeri Sipil di lingkungan Angkatan Laut, dan pada tahun yang sama juga diperbantukan sebagai tenaga pengajar di SMK Perkapalan Belawan. Pada tahun 2000, penulis berkarier sebagai perwira kapal niaga.

Dalam bidang pendidikan lanjutan, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Sarjana Teologi di STT William Carey pada tahun 2006 dan menyelesaikan studi pada tahun 2010. Selanjutnya, pada tahun 2024 penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang Pascasarjana pada Program Studi Magister Psikologi di Universitas Medan Area.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan kasih karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul **“Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Dalam Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Dan Mahasiswi Batak Perantau”**. Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar pada program studi yang penulis tempuh di **Universitas Medan Area**.

Penyusunan tesis ini tidak terlepas dari berbagai tantangan dan keterbatasan yang penulis hadapi. Namun, berkat bimbingan, arahan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan tesis ini dengan sebaik-baiknya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Medan Area. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. Eng, M.Sc
2. Prof. Dr. H. Retna Astuti K, M.Si sebagai Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.
3. Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan tesis ini.
4. Yudistira Fauzi I, MA, Ph.D, selaku dosen pembimbing II, yang dengan penuh kesabaran dan perhatian dalam mengarahkan dan memberikan saran dan kritik yang sangat berarti, serta memotivasi saya peneliti untuk menyelesaikan tesis ini.
5. Ibu/Bapak dosen penguji serta seluruh dosen Program Pascasarjana Psikologi khususnya dosen Psikologi Pendidikan yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman yang berharga bagi penulis.
6. Seluruh responden penelitian, yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
7. Keluarga penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral maupun material, serta semangat yang tidak putus-putusnya selama proses penyelesaian tesis ini.

8. Sahabat, rekan seperjuangan, dan seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan motivasi.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya ini. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi, serta menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya.

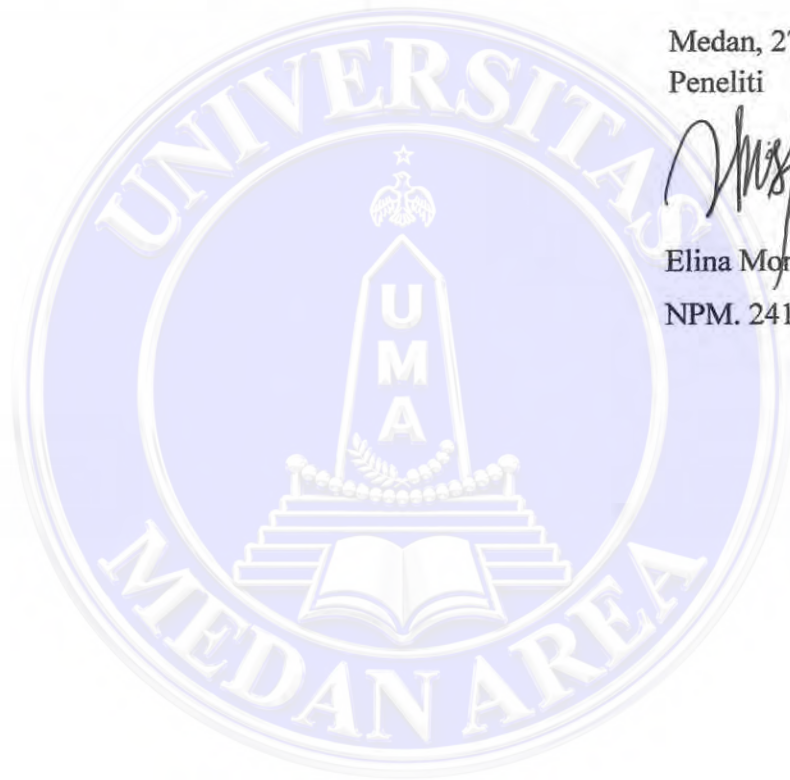
Medan, 27 April 2026

Peneliti



Elina Monalian

NPM. 241804122



DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Perumusan Masalah.....	13
1.3. Tujuan Penelitian.....	13
1.4. Hipotesis	14
1.5. Manfaat Penelitian.....	14
1.5.1. Manfaat Teoretis	14
1.5.2. Manfaat Praktis	15
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 17
2.1. <i>Subjective Well-Being</i>	17
2.1.1. Pengertian <i>Subjective well-being</i>	17
2.1.2. Komponen Komponen <i>Subjective Well-Being</i>	20
2.1.3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i>	24
2.1.4. Aspek-Aspek <i>Subjective Well-Being</i>	28
2.1.5. <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa.....	30
2.1.6. <i>Subjective Well-Being</i> dalam Konteks Budaya Batak	32
2.2. Dukungan Sosial.....	34
2.2.1. Pengertian Dukungan Sosial.....	34
2.2.2. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	36
2.2.3. Sumber Dukungan Sosial	39

2.2.4.	Aspek Aspek Dukungan Sosial	41
2.2.6.	Peran Dukungan Sosial dalam Kehidupan Mahasiswa.....	43
2.2.7.	Dukungan Sosial dalam Konteks Budaya Batak	45
2.3.	Makna Hidup.....	48
2.3.1.	Pengertian Makna Hidup	48
2.3.2.	Dimensi Makna Hidup.....	50
2.3.3.	Faktor Faktor yang Mempengaruhi Makna Hidup	55
2.3.4.	Komponen Makna Hidup	57
2.3.5.	Aspek Aspek Makna Hidup.....	59
2.3.6.	Pentingnya Makna Hidup Bagi Mahasiswa.....	61
2.3.7.	Makna Hidup dalam Konteks Budaya Batak.....	65
2.4.	Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Subjective Well-Being</i>	71
2.5.	Hubungan Dukungan sosial dengan Makna Hidup.....	73
2.6.	Hubungan Makna Hidup dengan <i>Subjective Well-Being</i>	74
2.7.	Peran Dukungan Sosial Terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa Batak	75
2.8.	Peran Dukungan Sosial Terhadap Makna Hidup pada Mahasiswa Batak	78
2.9.	Peran Makna Hidup terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa Batak.	80
2.10.	Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Antara Dukungan Sosial dan <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa Batak	82
2.11.	Kerangka Penelitian.....	85
BAB III	METODE PENELITIAN	86
3.1.	Jenis Penelitian	86
3.2.	Identifikasi Variabel Penelitian	87
3.3.	Defenisi Operasional	87
3.3.1.	<i>Subjective Well-Being</i>	87
3.3.2.	Dukungan Sosial.....	88
3.3.3.	Makna Hidup	88
3.4.	Populasi dan Sampel	89
3.4.1.	Populasi.....	89
3.4.2.	Sampel	89

3.4.3.	Teknik Sampling	89
3.5.	Metode Pengumpulan Data	90
3.5.1.	Skala <i>Subjective Well-Being</i>	90
3.5.2.	Skala Dukungan Sosial	90
3.5.3.	Skala Makna Hidup	91
3.6.	Prosedur Penelitian	92
3.7.	Teknik Analisis Data	92
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		96
4.1.	Analisis Statistik Deskriptif.....	96
4.1.1.	Statistik Deskriptif	96
4.2.	Analisis Inferensial	101
4.2.1.	Uji Kualitas Data	102
4.2.2.	Analisis model pengukuran variable (<i>Measuremen Model</i>) dengan teknik <i>Confirmatory Analysis Factor</i> (CFA)	106
4.2.3.	Analisis Model Struktural (<i>Structural Measurement</i>).....	118
4.3.	Pengujian Hipotesis	124
4.3.1.	Analisis Statistik Pengaruh Langsung (<i>uji t-statistik</i>).....	124
4.3.2.	Uji Sobel (H_4)	125
4.3.3.	Hasil Uji Hipotesis	127
4.4.	Pembahasan	128
4.4.1.	Pengaruh <i>Dukungan Sosial</i> terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.....	128
4.4.2.	Pengaruh <i>Dukungan Sosial</i> terhadap <i>Makna Hidup</i> pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia	130
4.4.3.	Pengaruh <i>Makna Hidup</i> terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.....	131
4.4.4.	Peran mediasi <i>Makna Hidup</i> pada Pengaruh <i>Dukungan Sosial</i> terhadap <i>Subjective Well-Being</i> pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.....	132
BAB V PENUTUP.....		136
5.1.	Kesimpulan.....	136
5.2.	Saran.....	137

DAFTAR PUSTAKA.....	139
LAMPIRAN	150



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Goodness-of-Fit Index.....	95
Tabel 4.1 Kategori Jawaban Responden	97
Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Jawaban Reponsen Variabel Dukungan Sosial.....	98
Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Jawaban Responden Variabel Makna Hidup	99
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Jawaban Responden Variabel Subjective Well-Being	100
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data.....	102
Tabel 4.6 Uji Outlier	104
Tabel 4.7 Beberapa Nilai Batas (Cutt off Value)	106
Tabel 4.8 Standardized Regression Weight.....	109
Tabel 4.9 Hasil Uji GOF Variabel Dukungan Sosial Iterasi_8 (fit).....	109
Tabel 4.10 Standardized Regression Weights	111
Tabel 4.11 Standardized Regression Weights	113
Tabel 4.12 Hasil Uji GOF Model	113
Tabel 4.13 Standardized Regression Weight	116
Tabel 4.14 Hasil Uji GOF Variabel Subjective Well-Being_iterasi 5	117
Tabel 4.15 Standardized Regression Weights	120
Tabel 4.16 Squared Multiple Correlations	120
Tabel 4.17 Hasil Pengujian Validitas Instrumen Full Model_Fit.....	121
Tabel 4.18 Hasil Pengujian.....	123
Tabel 4.19 Regression Weights Full Model Gabungan Fit	125

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Grafik Konseptual Mediasi.....	85
Gambar 4.1 Diagram CFA Variabel Dukungan Sosial	107
Gambar 4.2 Hasil Analisis Variabel.....	108
Gambar 4.3 Diagram CFA Variabel Makna Hidup.....	111
Gambar 4. 4 Analisis Variabel Makna Hidup Iterasi_3 (fit).....	112
Gambar 4. 5 Diagram CFA variabel Subjective Well-Being.....	115
Gambar 4. 6 Analisis variabel Subjective Well-Being Iterasi_5 (fit)	116
Gambar 4. 7 Diagram Full Model Structural (Standardized Estimate)	119
Gambar 4. 8 Diagram Full Model Structural (Unstandardized Estimate).....	119
Gambar 4. 9 Diagramatik Sig. P-value & nilai beta.....	125
Gambar 4.10 Perhitungan Sobel Test.....	127

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Pelaksanaan dan Penyelesaian Penelitian	150
Lampiran 2. Informed Consent.....	151
Lampiran 3. Skala Penelitian.....	152
Lampiran 4. Data Penelitian	158
Lampiran 5. Analisis Pengujian CFA.....	176



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, isu kesehatan mental di kalangan mahasiswa Indonesia semakin mendapat perhatian serius, sejalan dengan kecenderungan global yang mengkhawatirkan. Berdasarkan survei I-NAMHS, satu dari tiga remaja, termasuk mahasiswa, mengalami permasalahan kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dengan sekitar 5,5% memenuhi kriteria gangguan mental menurut DSM 5, di mana kecemasan mencakup 3,7% dan depresi mayor sebesar 1% (I-NAMHS, 2022). Data Riskesdas 2023 bahkan memperkirakan bahwa gangguan mental emosional seperti kecemasan, depresi, dan stres mempengaruhi sekitar 20% populasi orang dewasa. Hasil penelitian terhadap 101 mahasiswa menunjukkan bahwa 35,6% berada pada kategori stres ringan, 57,4% mengalami stres sedang, dan 6,9% berada pada kategori stres berat (Ambarwati et al., 2017). Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa dari 200 mahasiswa diantaranya 60% mahasiswa mengalami tingkat stres sedang, 25% mahasiswa mengalami stres tinggi dan 15% mahasiswa menunjukkan tingkat stres rendah (Agwa, 2022). Temuan ini menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada tingkat stres sedang, yang berpotensi memengaruhi akademik dan *subjective well-being* mereka. Kondisi kesejahteraan psikologis yang rendah ini seringkali diperburuk oleh beban studi yang berat, tekanan finansial, serta pola tidur yang terganggu (Setyanto, 2023).

Mahasiswa, yang tergolong dalam kelompok usia dewasa muda, tengah berada pada fase perkembangan penting, yakni masa transisi dari ketergantungan menuju kemandirian. Fase ini membuat mereka menjadi kelompok yang rentan

secara psikologis, mengingat mereka harus menemukan jati diri, merumuskan tujuan hidup, serta menyesuaikan diri dalam lingkungan akademik dan sosial yang dinamis, sekaligus memenuhi ekspektasi keluarga dan masyarakat. Tekanan finansial, seperti tingginya biaya pendidikan, kebutuhan hidup sehari-hari, dan ketergantungan pada pekerjaan paruh waktu, semakin memperberat beban mental mahasiswa. Dalam kehidupan kampus, mahasiswa harus menghadapi berbagai tekanan, mulai dari tuntutan akademik, dinamika pergaulan, hingga pencarian makna dan tujuan hidup. Tantangan-tantangan ini semakin kompleks ketika mahasiswa berasal dari latar budaya yang berbeda dengan budaya dominan di lingkungan kampus (Smith & Khawaja, 2011). Hal ini berimplikasi pada kesehatan psikologis mahasiswa dari latar budaya beragam.

Masyarakat suku Batak banyak dikenal sebagai etnis yang gemar merantau. Ini dibuktikan dari persentase migran seumur hidup suku Batak. Dari 10 suku, Suku Batak menjadi suku dengan persentase tertinggi untuk suku yang gemar merantau. Kemudian disusul oleh suku Betawi, Bugis, Minangkabau, Jawa, Banjar, Melayu, Bali, Sunda, Madura. Persentasenya yang dicapai oleh suku Batak yaitu 16,77%. Angka ini menunjukkan terdapat 16-17 diantara 100 penduduk suku Batak yang tinggal di provinsi yang berbeda dengan provinsi tempat tinggalnya. Dilihat dari persebaran suku Batak menurut pulau, sebagian besar suku Batak tersebar di Pulau Sumatra yaitu sekitar 84,64% penduduk. 5,37% berada di Pulau Jawa. Sekitar 0,63% berada di Pulau Kalimantan. Selebihnya tersebar di Pulau Maluku, Papua, Sulawesi, Bali, dan Nusa Tenggara (BPS, 2020). Banyaknya masyarakat suku Batak yang merantau diakibatkan oleh banyak faktor, salah satunya faktor pendidikan. Orang tua suku Batak menganggap pendidikan tinggi sebagai jalan

utama untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga. Dalam tradisi budaya Batak, gelar akademik seringkali diiringi dengan kebanggaan marga dan pengakuan sosial, sehingga merantau demi pendidikan menjadi pilihan rasional sekaligus dijunjung tinggi oleh komunitas. Selain itu, istilah “*Mangaranto*” dalam budaya Toba Batak mencerminkan kebiasaan merantau menuju pusat pendidikan, karier, atau peluang yang lebih baik secara ekonomi. Di sisi lain merantau untuk menempuh pendidikan menyebabkan banyak tantangan yang dialami oleh mahasiswa Batak.

Secara khusus, mahasiswa Batak perantau menghadapi tantangan ganda. Budaya Batak yang kental dengan nilai kolektivisme dan ikatan kekeluargaan menjadi kekuatan sosial sekaligus sumber tekanan yang menyebabkan tingkat *subjective well-being* yang rendah. Ada beberapa penyebab yang menyebabkan *subjective well-being* pada mahasiswa Batak perantau rendah. Pertama, mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan budaya baru yang berbeda, yang sering menimbulkan *culture shock* dan kesepian (*loneliness*). Kedua, nilai kolektivisme dan ikatan kekeluargaan yang kuat dalam budaya Batak justru dapat menjadi sumber tekanan karena adanya tuntutan untuk menjaga nama baik keluarga dan marga. Selain itu, jarak dengan keluarga mengurangi dukungan emosional yang biasanya menjadi penopang utama kesejahteraan. Beban akademik dan ekonomi yang tinggi juga menambah stres, sehingga kepuasan hidup menurun (Septiawan et al., 2024). Akibatnya, meskipun mahasiswa Batak memiliki daya juang yang kuat, kondisi perantauan membuat sebagian dari mereka merasa tidak bahagia dan memiliki *subjective well-being* rendah.

Masyarakat Batak memiliki struktur sosial yang kuat dan sistem kekerabatan yang dikenal sebagai *Dalihan Na Tolu*. Dalam sistem ini, nilai

solidaritas, kebersamaan, dan keterikatan antar anggota keluarga menjadi hal yang sangat penting. Keterlibatan dalam acara adat, kewajiban moral terhadap keluarga besar, serta partisipasi dalam kegiatan sosial merupakan bagian integral dari identitas orang Batak (Sihombing, 2018). Budaya kolektivistik ini menuntut individu untuk terus menjaga hubungan sosial dan emosional dengan komunitasnya. Mahasiswa Batak dibesarkan dengan nilai menghormati orang tua, menjaga martabat keluarga, serta memenuhi peran sosial sesuai tuntutan adat. Nilai-nilai ini, meski membangun identitas dan ketahanan sosial, juga dapat menimbulkan tekanan psikologis, terutama saat mereka harus beradaptasi di lingkungan perantauan. Ketika berkuliah di kota besar seperti Medan, Jakarta, Yogyakarta, atau Bandung, mereka dihadapkan pada tantangan akulturasi budaya yang cukup drastis. Pergeseran dari budaya kolektivistik berbasis adat menuju budaya individualistik di lingkungan akademik dan sosial baru dapat memunculkan konflik batin. Mahasiswa Batak dihadapkan pada perbedaan gaya komunikasi, relasi sosial yang lebih bebas, serta nilai kebebasan yang berbeda dengan lingkungan asal mereka (Simbolon, 2012)

Lebih jauh, tuntutan adat dan harapan keluarga atas keberhasilan akademik menjadi beban tersendiri. Ada ekspektasi yang tidak selalu diucapkan bahwa laki-laki Batak, khususnya, harus menjadi kebanggaan keluarga dengan meraih pendidikan tinggi dan kesuksesan profesional, sambil tetap memegang teguh nilai adat. Rasa takut mengecewakan keluarga atau gagal menjaga nama baik marga sering kali menjadi sumber kecemasan yang tersembunyi. Dukungan sosial yang mereka terima umumnya bersifat normatif dan instrumental, seperti nasehat, bantuan finansial, atau motivasi berbasis adat, namun seringkali tidak mencukupi

kebutuhan emosional yang sebenarnya mereka butuhkan saat menghadapi tekanan di lingkungan baru. Dukungan sosial secara formal mungkin tampak memadai, namun pada tingkat psikologis, mereka bisa merasa kesepian atau tidak dipahami karena tidak memiliki ruang yang aman untuk mengekspresikan kelemahan tanpa takut dianggap lemah atau gagal.

Ketidaksesuaian ini menggambarkan adanya ketimpangan antara bentuk dukungan yang diterima dan kebutuhan psikologis mahasiswa Batak yang sesungguhnya. Mereka memerlukan dukungan emosional yang memberikan empati, validasi, dan pengertian atas kesulitan yang mereka hadapi di lingkungan baru. Beberapa studi menunjukkan bahwa mahasiswa dari budaya kolektivistik cenderung menahan diri dalam mengungkapkan masalah psikologis karena khawatir dianggap lemah atau mempermalukan. Hal ini berisiko menurunkan *subjective well-being* secara perlahan apabila tidak segera ditangani. Karena itu, pendekatan psikologis yang berorientasi pada makna hidup dan latar budaya menjadi sangat penting. Mahasiswa Batak perlu ruang untuk merefleksikan dan menafsirkan kembali tuntutan budaya serta harapan akademik agar dapat dihayati sebagai sumber kekuatan, bukan beban. Dalam konteks ini, makna hidup dapat menjadi jembatan yang menghubungkan dukungan sosial yang mereka terima dengan peningkatan kesejahteraan psikologis yang nyata.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor pelindung penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, khususnya mereka yang berada dalam masa transisi dan rentan terhadap stres. Studi yang melibatkan 285 mahasiswa tingkat akhir di Kota Bukittinggi menemukan adanya korelasi positif yang kuat antara dukungan sosial dan *subjective well-being*, dengan nilai $r = 0,781$

dan $p = 0,000$ menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan, semakin baik kualitas kesejahteraan psikologis mahasiswa tersebut (Putri & Irna Aviani, 2024). Temuan serupa diperoleh pada penelitian di Jakarta yang menunjukkan hubungan positif antara persepsi dukungan sosial dan *subjective well-being*. Hasil yang diberikan memberikan gambaran bahwa semakin positif persepsi partisipan terhadap dukungan sosial, semakin baik *subjective well-being* yang dimilikinya (Hayfatunisa Gea & Suyasa P, 2024). Selain itu, penelitian di Universitas Islam 45 Bekasi (program psikologi) menemukan korelasi positif antara dukungan sosial dan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi, menandakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi kesejahteraan subjektif mereka (Alfina Rizky Damayanti & Lucky Purwantini, 2025). Menurut Sarafino dan Smith (2014), dukungan sosial tidak hanya berbentuk bantuan fisik atau materi, melainkan juga mencakup dukungan emosional, informasi, dan penghargaan yang membantu individu menghadapi stres dan meningkatkan kesejahteraan. Bagi mahasiswa, dukungan sosial menjadi sangat penting karena mereka sedang berada pada fase kehidupan yang dipenuhi berbagai tantangan (Sarafino & Smith, 2014).

Secara teoritis, peran dukungan sosial dalam meningkatkan *subjective well-being* dijelaskan melalui teori dukungan sosial yang dikembangkan Cobb (1976) dan diperluas oleh House (1981). Cobb menegaskan bahwa dukungan sosial berperan sebagai pelindung dari dampak negatif stres. House mengklasifikasikan dukungan sosial menjadi empat jenis, yaitu dukungan emosional (empati dan kasih sayang), dukungan instrumental (bantuan nyata seperti dana atau tenaga), dukungan informasi (saran dan arahan), serta dukungan penghargaan (penguatan dan umpan

balik sosial). Keempat bentuk dukungan ini, jika diberikan secara tepat, dapat membentuk jaringan sosial yang melindungi individu dari tekanan.

Selain itu, dukungan sosial juga sangat berperan penting dalam meningkatkan makna hidup seseorang terutama saat mereka menghadapi tantangan besar. Sebuah studi pada remaja penyandang kanker di Jakarta Barat menemukan korelasi sangat kuat antara dukungan sosial dan makna hidup, dengan koefisien korelasi $r = 0,842$; $p = 0,000$. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin besar perasaan memiliki tujuan dan arti dalam hidup dua komponen inti dari makna hidup (Yuliana et al., 2018). Penelitian serupa pada remaja di panti asuhan di Medan bahkan menunjukkan korelasi sebesar $r = 0,982$; $p = 0,000$, dengan dukungan sosial menjelaskan hingga 96,4% variansi makna hidup. Dukungan sosial memberi rasa diakui, berharga, dan terhubung dengan lingkungan semua elemen penting dalam menciptakan makna hidup. Ketika seseorang merasa didukung, mereka cenderung menemukan stabilitas emosional dan rasa tujuan yang lebih kuat. Dukungan sosial dapat pula memperkuat keyakinan bahwa hidup memiliki peran yang lebih besar, yang kemudian menjadi fondasi makna hidup. Konsep ini juga dipahami dalam konteks '*buffering*' di mana dukungan sosial membantu individu memaknai pengalaman stres sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan sekadar beban.

Dalam kehidupan mahasiswa, dukungan sosial umumnya diperoleh dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan kampus. Dukungan keluarga, yang telah terbentuk sejak masa kanak-kanak, memainkan peran penting dalam membangun rasa aman dan kepercayaan diri. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan keluarga, baik dalam bentuk komunikasi rutin, perhatian emosional, maupun bantuan

finansial, umumnya memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi (Gunawan & Alfita, 2024). Bagi mahasiswa Batak yang merantau, koneksi emosional dengan keluarga menjadi penguat utama yang membantu mereka bertahan di tengah tantangan.

Dukungan dari teman sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa karena interaksi sosial positif di kampus menciptakan rasa kebersamaan dan meredakan kesepian. Sebuah studi di Universitas Syiah Kuala (2024) menemukan bahwa dukungan teman sebaya secara signifikan memengaruhi kematangan karier dan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Sundari Hanifa & Yuwono Puji Sugiharto, 2024). Mahasiswa yang memiliki relasi pertemanan suportif cenderung lebih mudah beradaptasi, termotivasi belajar, dan tahan terhadap tekanan akademik alih-alih mencari bantuan profesional pertama, mereka sering berbagi dulu dengan teman. Lingkungan kampus juga memainkan peran penting dalam menyediakan dukungan, baik melalui dosen, staf, maupun organisasi kemahasiswaan. Layanan seperti konseling, pendampingan akademik, dan ruang berekspresi memperkuat rasa keterikatan dan membangun identitas mahasiswa (Putri Haulia et al., 2024). Oleh karena itu, dukungan sosial dari berbagai pihak memainkan peran besar dalam meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa. Sebaliknya, ketidaksesuaian atau kurangnya dukungan dapat memperburuk kondisi psikologis mereka. Dalam konteks mahasiswa Batak, bentuk dan intensitas dukungan dari keluarga dan komunitas adat perlu disesuaikan dengan kebutuhan aktual yang mereka hadapi dalam kehidupan kampus. Penyesuaian ini penting agar dukungan tersebut benar-benar berdampak pada peningkatan kesejahteraan mereka.

Makna hidup, menurut Viktor Frankl (1946) dalam logoterapi, merupakan kebutuhan mendasar manusia yang mendorong individu untuk mencari tujuan, mengurangi penderitaan, dan menemukan harapan. Bagi mahasiswa, makna hidup menjadi kunci dalam mentransformasi tekanan akademik dan sosial menjadi peluang pertumbuhan. Penelitian Nayla Khairunnisa di Jakarta menunjukkan bahwa makna hidup berkontribusi signifikan terhadap 47,2% variasi *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir (Khairunnisa Nayla, 2024). Makna hidup juga memainkan peran penting dalam strategi coping, yaitu bagaimana seseorang mengatasi tekanan. Makna hidup berfungsi sebagai “mesin penerjemah” yang mengubah pengalaman dukungan sosial menjadi rasa tujuan dan koherensi diri, yang pada akhirnya meningkatkan *subjective well-being*.

Secara teori, Meaning Making Model oleh Park & Folkman (1997) menjelaskan bahwa ketika individu menghadapi peristiwa sulit yang mengguncang keyakinan, ia akan membentuk makna baru yang selaras dengan situasi yang dihadapi. Proses ini membantu mengurangi tekanan emosional dan mempercepat pemulihan psikologis. Misalnya, kegagalan akademik atau konflik keluarga dapat diartikan sebagai pelajaran hidup yang memicu perkembangan pribadi. Pada konteks lainnya menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu sumber utama pembentukan makna hidup pada mahasiswa, sehingga dukungan tidak berhenti pada bantuan praktis, tetapi menumbuhkan “*presence of meaning*” yang menopang kebahagiaan (Wu et al., 2024). Selain itu, bukti longitudinal-eksperimental selama dan pascapandemi menunjukkan bahwa rasa makna secara konsisten berkaitan dengan *well-being* yang lebih baik di bawah stres, menguatkan

peran makna sebagai jalur psikologis menuju *subjective well-being* (Kero et al., 2023).

Secara empiris, beberapa studi menegaskan peran mediasi makna antara faktor-faktor sosial/psikologis dan *subjective well-being*. Dukungan sosial memediasi hubungan antara adiksi internet dan *subjective well-being* menunjukkan bahwa dukungan sosial bekerja lebih efektif pada *subjective well-being* ketika ia memperkuat makna hidup. Studi menunjukkan bahwa *presence of meaning* dan *search for meaning* memediasi hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan *subjective well-being*, memperlihatkan pola umum bahwa makna menjadi jalur psikologis dari stressor/dukungan menuju kesejahteraan (Uzun & Arslan, 2025). Pada sisi pendidikan, riset menunjukkan rantai mediasi di mana dukungan sosial meningkatkan motivasi/identitas profesional melalui makna hidup, mengilustrasikan mekanisme serupa yang relevan untuk *subjective well-being* (Luo et al., 2024). BMC *Public Health* menemukan dukungan sosial memprediksi *subjective well-being* di waktu berikutnya, memberikan dasar kausal bahwa efek dukungan pada *subjective well-being* itu nyata dan masuk akal jika sebagian efek itu berjalan lewat penguatan makna (Mao et al., 2024).

Dari perspektif kesehatan mental mahasiswa, makna hidup menurunkan distress dan memperkuat emosi positif dua komponen kunci *subjective well-being* sebagaimana ditunjukkan meta-analisis 2023 (hubungan kuat antara makna dan lebih rendahnya distress). Penelitian juga menegaskan bahwa meningkatkan makna hidup pada mahasiswa dapat menjadi strategi langsung untuk memajukan kesehatan mental dan perkembangan adaptif mereka (Wu et al., 2024). Dukungan sosial meningkatkan afek positif dan menekan gejala cemas/depresif melalui mediator

psikologis (mis. stres yang lebih rendah), yang kompatibel dengan jalur mediasi melalui makna. Ketika dukungan sosial memperkuat rasa diterima, kompeten, dan bernilai, mahasiswa lebih mudah menemukan/meneguhkan makna, lalu makna tersebut menaikkan kepuasan hidup dan afek positif sebagai inti *subjective well-being*.

Penelitian yang secara spesifik menyoroti kelompok etnis seperti mahasiswa Batak juga masih jarang. Padahal, mahasiswa Batak memiliki karakter sosial-budaya yang khas, seperti kolektivisme yang kuat, struktur adat yang kompleks, dan tuntutan sosial yang tinggi dari keluarga dan komunitas. Nilai-nilai ini sangat mungkin memengaruhi bagaimana mereka memandang dukungan sosial dan memaknai tantangan hidup, khususnya dalam konteks pendidikan di perantauan. Sayangnya, belum banyak studi yang mengupas secara mendalam bagaimana budaya Batak berperan dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Mahasiswa dan mahasiswi Universitas Sari Mutiara Indonesia, khususnya yang berasal dari suku Batak dan berada dalam kondisi perantauan, merupakan kelompok yang relevan untuk dikaji dalam penelitian ini karena berada pada fase perkembangan dewasa muda yang sarat dengan tuntutan akademik, sosial, dan pencarian makna hidup. Sebagai mahasiswa perantau, mereka menghadapi tantangan adaptasi lingkungan, jarak dengan keluarga, serta tekanan budaya yang menekankan keberhasilan akademik sebagai bentuk tanggung jawab terhadap keluarga dan marga. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan kampus menjadi faktor penting yang berpotensi memengaruhi *subjective well-being* mahasiswa. Namun, dukungan sosial tersebut

tidak selalu berdampak langsung pada kesejahteraan subjektif, melainkan sangat bergantung pada bagaimana mahasiswa memaknai dukungan dan tuntutan yang diterimanya. Oleh karena itu, makna hidup dipandang sebagai mekanisme psikologis yang menjembatani pengaruh dukungan sosial terhadap subjective well-being, sehingga penelitian ini menjadi penting untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia secara lebih kontekstual dan berbasis budaya.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya model *subjective well-being* yang lebih kontekstual dengan mempertimbangkan dimensi budaya dan makna hidup. Dalam kajian psikologi positif, studi tentang *subjective well-being* masih cenderung bersifat universal dan kurang memperhatikan pengaruh budaya spesifik seperti kolektivisme dan nilai adat. Oleh sebab itu, penelitian ini menawarkan pendekatan integratif yang sensitif terhadap budaya dengan mengkaji peran makna hidup sebagai mediator hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* mahasiswa Batak.

Dari sisi praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis yang mempertimbangkan latar budaya individu. Pendekatan berbasis makna hidup dan budaya dinilai lebih efektif untuk membangun ketahanan mental mahasiswa, terutama bagi mereka yang menghadapi tekanan akademik dan sosial di perantauan. Penelitian ini juga bermanfaat bagi perguruan tinggi, praktisi psikologi, serta komunitas Batak untuk merancang program pendampingan yang lebih sesuai dengan kebutuhan mahasiswa Batak. Dengan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang hubungan antara dukungan

sosial, makna hidup, dan *subjective well-being*, diharapkan ketahanan mental mahasiswa dapat diperkuat secara lebih berkelanjutan.

1.2. Perumusan Masalah

Pada penelitian ini rumusan masalah yang dirangkum adalah;

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap makna hidup pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara makna hidup terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia?
4. Apakah terdapat peran mediasi makna hidup pada dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun penelitian ini bertujuan untuk ;

1. Menganalisis pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.
2. Menganalisis pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap makna hidup pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.

3. Menganalisis pengaruh yang signifikan antara makna hidup terhadap subjective well-being pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.
4. Menganalisis peran mediasi makna hidup pada dukungan sosial terhadap subjective well-being pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.

1.4. Hipotesis

Adapun hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap subjective well-being pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap makna hidup pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara makna hidup terhadap subjective well-being pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.
4. Terdapat peran mediasi makna hidup pada dukungan sosial terhadap subjective well-being pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami hubungan antara

dukungan sosial, makna hidup, dan *subjective well-being* berbasis budaya Batak. Dengan mengintegrasikan ketiga variabel ini, penelitian ini dapat memperkaya literatur yang ada dan memberikan perspektif baru dalam kajian psikologi positif

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan model kesejahteraan psikologis yang lebih kontekstual, dengan mempertimbangkan dimensi budaya dan nilai-nilai yang melekat pada mahasiswa Batak. Ini akan membantu peneliti lain dalam memahami dinamika psikologis yang spesifik pada kelompok etnis tertentu.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi psikologis yang lebih efektif bagi mahasiswa Batak. Dengan memahami peran dukungan sosial dan makna hidup, pihak-pihak terkait, seperti konselor kampus dan psikolog, dapat mengembangkan program yang lebih sesuai dengan kebutuhan mahasiswa, terutama dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh institusi pendidikan tinggi untuk menyusun program penguatan kesejahteraan mahasiswa, baik melalui pendidikan karakter, pembinaan spiritual, maupun penguatan peran komunitas kultural dalam mendampingi mahasiswa di perantauan. Ini akan membantu mahasiswa dalam mengatasi stres dan meningkatkan *subjective well-being* mereka.
3. Penelitian ini juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya komunitas Batak, tentang pentingnya dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan psikologis mahasiswa. Dengan demikian,

masyarakat dapat lebih memahami tantangan yang dihadapi mahasiswa

Batak dan memberikan dukungan yang lebih efektif.

4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti lain yang ingin mengeksplorasi lebih lanjut tentang hubungan antara dukungan sosial, makna hidup, dan *subjective well-being*, baik dalam konteks mahasiswa Batak maupun kelompok etnis lainnya



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. *Subjective Well-Being*

2.1.1. *Pengertian Subjective well-being*

Subjective Well-Being (SWB) merupakan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya, biasanya mencakup penilaian kognitif dan afektif. Secara kognitif, individu menilai *life satisfaction*, yakni kepuasan terhadap kehidupan secara menyeluruh. Sedangkan evaluasi afektif meliputi frekuensi emosi positif dan negatif yang dialami seseorang. Definisi ini sesuai dengan pandangan Diener (2009) yang menekankan tiga komponen utama: *positive affect*, *negative affect*, dan *life satisfaction* (Voukelatou et al., 2021). World Health dan OECD juga mengakui *subjective well-being* sebagai indikator utama dalam mengukur kesejahteraan masyarakat *subjective well-being* memiliki implikasi luas pada kualitas hidup, kesehatan mental, dan produktivitas sosial (Das et al., 2020).

Literatur menunjukkan *subjective well-being* penting bagi perkembangan masyarakat yang sehat dan produktif. Dalam tinjauan komprehensif oleh (Das et al., 2020), diuraikan peran *subjective well-being* sebagai indikator subjektif yang esensial dalam kebijakan kesehatan masyarakat dan pembangunan sosial. *subjective well-being* bukan sekadar ukuran kebahagiaan, tetapi juga mencerminkan persepsi individu tentang seberapa bermakna dan memuaskan hidup mereka. Hasil studi memperlihatkan *subjective well-being* berkorelasi positif dengan kesehatan fisik, hubungan sosial, dan kebahagiaan jangka panjang (Sahai et al., 2020). Dengan demikian, *subjective well-being* bukan hanya aspek psikologis, melainkan juga faktor utama dalam kebijakan publik dan kesejahteraan masyarakat.

Penelitian menemukan bahwa pemrosesan *reward* dan regulasi emosi berkontribusi signifikan terhadap *subjective well-being*. Studi oleh (Oltean et al., 2025) menunjukkan bahwa proses *reward* dalam otak memicu perasaan positif dan meningkatkan ketahanan (*resilience*), yang pada akhirnya meningkatkan *subjective well-being* individu. Sementara itu, penelitian longitudinal pada remaja menegaskan bahwa strategi regulasi emosi adaptif (seperti penalaran ulang/kognitif) mempromosikan *subjective well-being* yang stabil dalam jangka panjang, sedangkan strategi maladaptif (seperti ruminasi) menurunkan *subjective well-being* (Serey et al., 2025). Dengan demikian, *subjective well-being* tidak bersifat pasif, melainkan terkait erat dengan mekanisme psikologis yang aktif dan dinamis.

Dari perspektif aplikasi psikologi, *subjective well-being* bisa ditingkatkan melalui intervensi personal seperti *mindfulness* dan terapi kognitif perilaku. Meta-analisis (Sakuraya et al., 2020) menemukan bahwa intervensi berbasis CBT dan *mindfulness* efektif meningkatkan ketiga aspek *subjective well-being*: evaluatif, hedonic, dan eudaimonic. Intervensi tersebut terbukti dapat mengurangi stres, meningkatkan emosi positif, dan memperkuat persepsi makna hidup. Hasil ini membuka peluang bagi intervensi psikologis yang fokus pada peningkatan kesejahteraan subjektif. Implementasi di konteks akademik maupun komunitas terbukti menghasilkan manfaat psikososial. Oleh karena itu, *subjective well-being* juga menjadi target penting dalam desain program intervensi grup maupun individu.

Subjective Well-Being juga memiliki keterkaitan dengan *well-being* psikologis dan sosial. Studi bibliometrik menunjukkan bahwa *Subjective Well-Being* (SWB) dan *Psychological Well-Being* (PWB) sebetulnya berbeda tapi saling

melengkapi. *Subjective Well-Being* fokus pada evaluasi subjektif, sedangkan *Psychological Well-Being* menekankan aktualisasi diri dan makna hidup *Subjective Well-Being* menyoroti aspek emosional dan kognitif, sedangkan *Psychological Well-Being* lebih menekankan dimensi eudaimonic seperti purpose dan personal growth (Yiğit & Çakmak, 2024). Keduanya memegang peran dalam membentuk kualitas hidup individu yang utuh dan resilient. Pendekatan integratif ini menunjukkan bahwa seseorang dengan *Subjective Well-Being* tinggi tidak hanya bahagia, tetapi juga memiliki makna dan pertumbuhan pribadi.

Dalam konteks lain, *subjective well-being* terbukti menjadi faktor protektif psikologis yang penting. Penelitian selama pandemi menemukan bahwa individu dengan *subjective well-being* tinggi lebih mampu menghadapi tekanan psikososial dan trauma, serta tetap menjaga kesehatan mental mereka. *Subjective Well-Being* menjadi buffer terhadap distress psikologis dan meningkatkan kemampuan coping karena persepsi positif terhadap kehidupan. Masyarakat yang secara kolektif memiliki *subjective well-being* tinggi cenderung menunjukkan solidaritas dan dukungan sosial lebih kuat. Oleh karena itu, mempromosikan *subjective well-being* menjadi strategi penting dalam respons sosial terhadap krisis kolektif.

Di Indonesia, populasi remaja dan anak-anak juga menegaskan pentingnya SWB. Studi oleh Borualogo et al., (2022) pada anak dan remaja Indonesia selama pandemic covid-19 menunjukkan bahwa keterbatasan material berkontribusi negatif terhadap *subjective well-being* mereka, dan bahwa dukungan keluarga dapat berfungsi sebagai *buffer*. Hasil ini menegaskan bahwa *subjective well-being* tidak hanya terkait kondisi emosional, tetapi dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan dukungan sosial. Evaluasi subjektif terhadap kualitas hidup mencerminkan kondisi

psikologis dan sosial anak serta identitas budaya. Dengan demikian, *subjective well-being* menjadi metrik penting dalam penelitian psikologi perkembangan di Indonesia.

Secara keseluruhan, *subjective well-being* merupakan konstruk psikologis multidimensi yang meliputi *life satisfaction*, keseimbangan emosi positif-negatif, dan persepsi subjektif terhadap makna hidup. Konsep ini telah diverifikasi secara empiris dalam berbagai konteks budaya, usia, dan kondisi sosial. *Subjective Well-Being* berkaitan dengan kesehatan mental, hubungan sosial, resiliensi emosional, dan kualitas hidup yang tinggi. Pengukuran *Subjective Well-Being* umumnya menggunakan instrumen terpadu seperti *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS), serta skala makna hidup

2.1.2. Komponen Komponen *Subjective Well-Being*

Subjective Well-Being (SWB) didefinisikan sebagai persepsi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya yang mencakup tiga komponen utama: *life satisfaction*, *positive affect*, dan *negative affect* (Voukelatou et al., 2021). Ketiga komponen utama ini sudah di di *Life satisfaction* adalah evaluasi kognitif terhadap kehidupan secara keseluruhan. *Positive affect* mengacu pada pengalaman emosi positif seperti kebahagiaan, semangat, dan kepuasan. *Negative affect* mencakup frekuensi emosi negatif seperti kesedihan, kecemasan, atau frustrasi. Ketiga komponen ini merupakan variabel saling berkorelasi namun tetap teoretis terpisah. *Subjective Well-Being* tinggi umumnya ditandai dengan *life satisfaction* tinggi, *frequent positive affect*, dan *minimal negative affect*.

2.1.2.1. *Life satisfaction*

Life Satisfaction adalah penilaian kognitif subjektif terhadap kualitas hidup secara menyeluruh, mencakup apakah seseorang merasa puas dengan kehidupannya sesuai harapan. Assessments biasanya menggunakan skala seperti *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). *Life satisfaction* mencerminkan dimensi evaluatif SWB yang bersifat lebih stabil dibanding *Positive affect* atau *Negative affect* (Kaufman et al., 2022). Model bifactor terbaru menyokong *life satisfaction* sebagai dimensi terpisah dalam struktur *subjective well-being* global (Morales Almeida & Alemán Ramos, 2025). Dimensi ini menunjukkan evaluasi reflektif individu terhadap keberhasilan hidup, hubungan sosial, dan pencapaian pribadi.

Life satisfaction menunjukkan kontribusi signifikan dalam menjelaskan kesejahteraan jangka panjang. Pada studi lintas budaya dan populasi besar, *life satisfaction* tetap stabil meskipun *positive affect* menurun seiring penurunan usia atau perubahan kondisi hidup (Kaufman et al., 2022). Orang dengan *life satisfaction* tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan mengalami distress psikologis lebih rendah. *Life satisfaction* juga berkorelasi positif dengan status sosial, relasi interpersonal, dan makna hidup. Dengan demikian, *life satisfaction* menjadi indikator penting dalam evaluasi kualitas hidup jangka panjang. *Life satisfaction* juga mencerminkan respons terhadap kondisi objektif seperti kesehatan, keamanan finansial, dan lingkungan hidup. Hal ini menegaskan bahwa *life satisfaction* dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal secara simultan. Dengan demikian, *life satisfaction* mencerminkan gambaran kesejahteraan subjektif yang bersifat holistik dan kontekstual.

2.1.2.2. *Positive affect*

Positive Affect (PA) menggambarkan intensitas dan frekuensi emosi positif sehari-hari seperti kebahagiaan, antusiasme, dan semangat hidup. *Positive Affect* berperan penting dalam membentuk *subjective well-being* karena memberikan "energi" afektif yang memotivasi tindakan positif. Fredrickson dalam teori *broaden and build* menyatakan bahwa emosi positif memperluas cakrawala berpikir dan membangun sumber daya psikologis jangka panjang. Studi menunjukkan bahwa *positive affect* mengurangi ruminasi dan meningkatkan *subjective well-being* melalui pengurangan pikiran negatif yang berulang (Zhou & Wang, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa *positive affect* bukan hanya sekadar rasa senang, melainkan proses aktif dalam dinamika emosi dan kesejahteraan.

Positive affect juga berkaitan erat dengan regulasi emosi dan motivasi perilaku. Sistem reward dan sensitivitas perilaku memoderasi hubungan antara *positive affect* dan *subjective well-being*, dimana individual yang responsif terhadap reward menunjukkan manfaat *positive affect* lebih besar untuk kesejahteraan psikologis (Zhou & Wang, 2025). Dengan demikian, *Positive affect* mendukung *resilience* dan adaptasi terhadap tekanan psikologis. *Positive affect* juga memperkuat optimisme, kreativitas, dan kualitas hubungan sosial. Oleh karena itu, intervensi yang meningkatkan *positive affect* misalnya praktik *mindfulness* atau aktivitas bermakna dapat memperkuat *subjective well-being* secara signifikan.

Positive affect terbukti bekerja sebagai indikator dini dari kesejahteraan jangka panjang. Analisis global terhadap lebih dari 1,7 juta responden menunjukkan bahwa kegembiraan dan emosi positif menurun seiring usia, sedangkan *life satisfaction* lebih stabil. Ini menandakan bahwa *positive affect* sensitif terhadap

perubahan situasional dan lingkungan hidup. Meskipun transient, *positive affect* berkontribusi besar dalam membangun politik kesejahteraan dan kontrol psikologis. Dengan fokus pada *positive affect*, intervensi kesejahteraan dapat memberikan hasil cepat sekaligus membangun fondasi psikologis yang kuat

2.1.2.3. *Negative affect*

Negative affect (NA) mencakup emosi negatif seperti kesedihan, kecemasan, frustrasi, dan stres. Dimana individu mengalami distress emosional yang sering dan intens, *negative affect* akan tinggi. Hal ini merupakan dimensi yang secara teoritik terpisah dari *positive affect* keduanya berdiri sendiri dalam konstruksi *subjective well-being* (Kaufman et al., 2022). Tidak seperti sekadar kebalikan dari *positive affect*, *negative affect* harus diukur secara eksplisit karena pengaruhnya berbeda terhadap kesejahteraan. *Negative affect* tinggi sering kali menunjukkan kebutuhan intervensi dan adanya tekanan psikologis yang memerlukan penanganan.

Negative affect memainkan peran prediktif terhadap *outcome* buruk seperti gangguan mental dan kualitas hidup yang rendah. Tes struktural *subjective well-being* modern memperlihatkan bahwa *negative affect* merupakan faktor penting yang mempengaruhi skor keseluruhan *subjective well-being* meski bukan subsumsi dari komponen lain (Kaufman et al., 2022). Individu dengan *negative affect* tinggi cenderung memiliki coping maladaptif dan pengalaman negatif berulang. Penelitian model tripartit menyatakan bahwa *negative affect* adalah *core feature* dalam gangguan kecemasan dan depresi. Oleh karena itu, *negative affect* bukan hanya pengukuran emosi negatif, tetapi juga sinyal risiko kesehatan mental.

Dalam pengukuran *subjective well-being*, menurunkan *negative affect* sama pentingnya dengan meningkatkan *positive affect*. *Negative affect* tinggi sering dihubungkan dengan kualitas hidup yang buruk dan *life satisfaction* rendah, bahkan jika individu mengalami sedikit emosi positif. Studi tentang mahasiswa dan populasi umum menunjukkan bahwa kombinasi *positive affect* tinggi dan *negative affect* rendah menghasilkan *subjective well-being* optimal. Intervensi psikologis seperti CBT atau strategi *mindfulness* terbukti membantu mengurangi *negative affect*. Dengan demikian, *negative affect* adalah indikator kritis dalam perencanaan intervensi kesejahteraan dan *screening* psikologis.

2.1.3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being*

Menurut Dewi & Nasywa (2019) terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* diantaranya :

1. Dukungan sosial

Dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* seseorang individu. Hasil analisis data pada 87 siswa yang terdaftar di departemen pelatihan guru oleh Gulacti menemukan bahwa *subjective well-being* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dukungan sosial (Gülaçti, 2010). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Siedlecki dan Salthouse yang menunjukkan bahwa *subjective well-being* signifikan terhadap dukungan sosial, penelitian dilakukan pada 1111 orang dengan rentang usia 18-95 tahun (Siedlecki et al., 2014). Hasil analisis data lainnya pada 1332 siswa perguruan tinggi yang berasal dari tiga Negara, yaitu Jepang (466 siswa), Cina (449 siswa), dan Korea (417 siswa) oleh Matsuda, Tsuda, Kim dan

Deng (2014) menemukan bahwa *subjective well-being* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dukungan sosial (Matsuda et al., 2014).

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran juga dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Penelitian pada 210 siswa di Filipina, hasil menunjukkan bahwa kebersyukuran memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* (Kerry et al., 2023). Hal ini didukung oleh penelitian lain pada 427 sarjana di Negara Cina. Hasil menunjukkan bahwa kebersyukuran memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* (Tian et al., 2016).

3. Forgiveness

Forgiveness juga dapat mempengaruhi *subjective well-being* seseorang. Hal ini dibuktikan oleh beberapa penelitian yang telah dilakukan. Penelitian pertama dilakukan oleh Allemand, Patrick, Ghaemmaghami, dan Martin (2012) yang dilakukan pada 962 orang dewasa dengan rentang usia 19-84 tahun. Hasil menunjukkan bahwa *forgiveness* memberikan pengaruh yang positif terhadap *subjective well being* (Allemand et al., 2013). Penelitian kedua dilakukan pada 142 guru Cina-Hongkong oleh Chan (2012) yang juga mempunyai hasil bahwa *forgiveness* memberikan terhadap *subjective well-being* (Chan, 2012).

4. Personality

Jovanovic (2010) menemukan bahwa *personality* memberi pengaruh signifikan kepada *subjective well-being*. Penelitian ini memiliki tujuan

untuk menyelidiki peran ciri-ciri kepribadian dalam memprediksi *subjective well-being* (Jovanović, 2010). Penelitian lain dilakukan oleh Malkoc (2011) pada 251 mahasiswa sarjana di Universitas Marmara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masing-masing kepribadian ada yang memiliki hubungan positif terhadap *subjective well-being*, ada juga yang tidak memiliki hubungan positif terhadap *subjective well-being* (Malkoç, 2011). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Stead dan Bibby (2017) yang menunjukkan bahwa kepribadian mempengaruhi *subjective well-being* seseorang (Stead & Bibby, 2017). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Liu (2014) pada 193 peserta dalam tujuh kelompok seni di Cina bagian Timur. Penelitian ini menunjukkan bahwa *extraversion* berkorelasi positif dengan *subjective well-being*, sedangkan neurotisme berpengaruh negatif dengan *subjective well-being* (Liu, 2014).

5. *Self Esteem*

Pengaruh dari *self esteem* terhadap *subjective well-being* ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Kong, Zhao, dan You (2012) pada 391 mahasiswa dimana hasilnya menunjukkan bahwa *self esteem* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* (Kong et al., 2012). Hasil yang sama juga ditemukan oleh Li, Lan, dan Ju (2015) pada 542 siswa dengan 217 laki-laki dan 325 perempuan rentang usia 17-24 tahun. Hasil menunjukkan bahwa *self esteem* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* (Li et al., 2015). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Khalek (2010) pada 499 muslim Kuwait, hasil

penelitian menunjukkan bahwa *self esteem* memberikan pengaruh positif terhadap *subjective well-being*.

6. Spiritualitas

Penelitian Liu (2014) menyebutkan bahwa spiritualitas memberikan pengaruh terhadap *subjective well-being*. Penelitian dilakukan pada 193 peserta dalam tujuh kelompok seni di Cina bagian Timur (Liu, 2014). Selanjutnya Joshanloo dan Daemi (2014) menemukan bahwa terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well-being*. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Khalek (2010) pada 499 muslim Kuwait, hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memberikan pengaruh positif terhadap *subjective well-being* (Khalek, 2010).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* dipengaruhi oleh sejumlah faktor penting, meliputi dukungan sosial, kebersyukuran, *forgiveness*, kepribadian, *self-esteem*, dan spiritualitas. Dukungan sosial terbukti berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya *subjective well-being* pada berbagai kelompok usia dan budaya. Kebersyukuran juga konsisten memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan subjektif, sebagaimana ditemukan dalam studi lintas negara. Selain itu, *forgiveness* muncul sebagai faktor yang mendorong peningkatan *subjective well-being* pada individu dewasa maupun kelompok profesional. Ciri-ciri kepribadian tertentu, seperti *extraversion* dan rendahnya neurotisme, turut berperan dalam membentuk tingkat kesejahteraan subjektif seseorang. *Self-esteem* pun terbukti menjadi prediktor kuat *subjective well-being* pada berbagai populasi. Terakhir, spiritualitas memberikan kontribusi positif terhadap pengalaman kesejahteraan subjektif, sebagaimana tercermin dalam

beberapa penelitian lintas budaya. Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa *subjective well-being* merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor internal dan eksternal yang saling melengkapi.

2.1.4. Aspek-Aspek *Subjective Well-Being*

2.1.4.1. Aspek Kognitif

Aspek kognitif dari *subjective well-being* berhubungan dengan bagaimana individu menilai kehidupannya secara keseluruhan berdasarkan standar pribadi yang dimilikinya. Diener et al. (1985) menjelaskan bahwa aspek ini terwujud dalam bentuk *life satisfaction* atau kepuasan hidup yang mencerminkan evaluasi rasional seseorang terhadap kualitas hidupnya. Penilaian tersebut biasanya bersifat global, melibatkan refleksi tentang pencapaian tujuan, kondisi lingkungan, dan harapan yang dimiliki. Misalnya, seorang mahasiswa menilai kehidupannya memuaskan ketika merasa berhasil mencapai target akademik yang ditetapkan. Evaluasi ini tidak hanya terkait dengan pencapaian nyata, tetapi juga dengan persepsi apakah hidup berjalan sesuai harapan pribadi. Oleh karena itu, aspek kognitif memberikan gambaran umum tentang tingkat kesejahteraan yang dirasakan seseorang.

Life satisfaction dalam aspek kognitif dianggap stabil karena dipengaruhi oleh kerangka berpikir, nilai, serta standar hidup individu. Pavot dan Diener (1993) menekankan bahwa kepuasan hidup melibatkan perbandingan antara kondisi aktual dengan kondisi ideal yang diinginkan seseorang. Apabila realitas hidup mendekati kondisi ideal tersebut, maka individu akan merasa puas, namun bila terdapat kesenjangan, kepuasan hidup akan menurun. Penilaian ini bersifat subjektif, artinya setiap orang bisa berbeda dalam menilai hal yang sama tergantung standar pribadinya. Misalnya, satu orang merasa puas dengan pendapatan sederhana karena

sesuai kebutuhannya, sementara orang lain merasa tidak puas meski pendapatannya lebih tinggi. Dengan demikian, aspek kognitif mencerminkan evaluasi rasional dan perbandingan antara kenyataan hidup dengan harapan pribadi.

2.1.4.2. Aspek Afektif

Aspek afektif dari *subjective well-being* mencakup pengalaman emosional yang dirasakan individu dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Diener (1984) yang dikutip oleh Busseri (2025) menyatakan bahwa aspek ini terdiri dari *positive affect* (afek positif) dan *negative affect* (afek negatif) (Busseri, 2025). Afek positif meliputi perasaan bahagia, gembira, puas, penuh kasih sayang, dan bangga, sedangkan afek negatif meliputi perasaan sedih, cemas, marah, atau kecewa. Tingginya *subjective well-being* ditandai oleh frekuensi afek positif yang lebih besar daripada afek negatif. Sebagai contoh, seseorang yang sering merasakan rasa syukur dan kebahagiaan dalam aktivitas sederhana menunjukkan kesejahteraan afektif yang tinggi. Oleh karena itu, aspek afektif berfokus pada keseimbangan pengalaman emosi positif dan negatif.

Menurut Watson, Clark, dan Tellegen (1988), afek positif dan negatif bukanlah dua kutub yang sama, melainkan dua dimensi independen yang dapat dialami secara bersamaan. Hal ini berarti seseorang bisa merasakan kebahagiaan sekaligus kecemasan dalam konteks yang berbeda pada waktu yang sama. Penelitian juga menunjukkan bahwa faktor kepribadian, seperti *extraversion* dan *neuroticism*, sangat memengaruhi frekuensi pengalaman afektif. *Extraversion* cenderung meningkatkan afek positif, sedangkan *neuroticism* meningkatkan afek negatif (Diener et al., 1999). Oleh sebab itu, *subjective well-being* tidak hanya ditentukan oleh kondisi eksternal, tetapi juga oleh cara individu memproses dan

merespons pengalaman emosionalnya. Dengan demikian, aspek afektif merupakan indikator penting kesejahteraan psikologis melalui pola emosi sehari-hari.

2.1.5. *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa

Mahasiswa sering mengalami perubahan besar dalam kehidupan akademik, sosial, dan identitas diri yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Studi oleh Harsoyo & Suyasa (2024) menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki korelasi positif signifikan dengan kepuasan hidup ($r = 0,382$; $p < 0,01$) dan afek positif ($r = 0,263$; $p < 0,01$), serta korelasi negatif dengan afek negatif ($r = -0,123$; $p < 0,01$) pada mahasiswa di Jakarta (Talitha Harsoyo Tania & Suyasa P. Tommy Y. S., 2024). Temuan ini menegaskan bahwa keyakinan terhadap diri sendiri merupakan faktor penting dalam membentuk kesejahteraan subjektif mahasiswa. Dengan demikian, *subjective well-being* mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi eksternal tetapi juga aspek personal seperti harga diri.

Ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan kualitas hidup pribadi dapat mengancam *subjective well-being* mahasiswa. Misalnya, penelitian terkait stres akademik pada mahasiswa skripsi yang dilakukan oleh Jonitha Majesty dkk. (2023) menemukan adanya hubungan negatif signifikan antara stres akademik dan *subjective well-being* mahasiswa, artinya semakin tinggi stres akademik, semakin rendah *subjective well-being* mereka (Majesty, 2023). Analisis di Universitas HKBP Nommensen Medan juga mendukung bahwa tingginya stres akademik menurunkan kesejahteraan subjektif mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi (Gabriella Manullang & Fitri Ambarita, 2024). Temuan ini menekankan pentingnya manajemen stres akademik sebagai jalan meningkatkan *subjective well-being*.

Strategi coping personal maupun dukungan sosial institusional sangat dibutuhkan untuk menjaga keseimbangan psikologis mahasiswa.

Aktivitas non-akademik juga berdampak signifikan terhadap *subjective well-being* mahasiswa. Studi oleh Utami (2009) menunjukkan bahwa mahasiswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler dan sosial memiliki tingkat *subjective well-being* lebih tinggi dibanding mereka yang tidak terlibat dalam aktivitas di luar akademik (Utami, 2009). Keterlibatan dalam kegiatan sosial, seni, atau olahraga memberi kesempatan bagi pengalaman afek positif dan interaksi sosial yang mendukung *well-being*. Inisiatif komunitas, volunteering, dan relasi teman sebaya dapat memperkuat *life satisfaction* dan mengurangi afek negatif (Talitha Harsoyo Tania & Suyasa P. Tommy Y. S., 2024). Oleh karena itu, *subjective well-being* mahasiswa dipengaruhi oleh keseimbangan antara aktivitas produktif dan keterlibatan sosial, bukan hanya prestasi akademik semata.

Selain faktor internal dan aktivitas sosial, aspek spiritual dan refleksi positif juga berkontribusi pada *subjective well-being* mahasiswa. Penelitian oleh Kasyfillah dkk. (2024) menemukan bahwa gratitude (rasa syukur) berperan signifikan dalam meningkatkan *subjective well-being* pada mahasiswa melalui peningkatan *life satisfaction* dan frekuensi afek positif (Kasyfillah, 2024). Praktik menghargai hal-hal kecil dalam kehidupan sehari-hari membantu mahasiswa menumbuhkan perspektif positif meski menghadapi tekanan. Rasa syukur ini juga membantu mengurangi afek negatif sekaligus memperkuat ketahanan psikologis. Dengan demikian, intervensi yang fokus pada pengembangan gratitude dapat menjadi strategi praktis meningkatkan kesejahteraan subjektif mahasiswa. Pendekatan ini cukup relevan dalam program dukungan psikologi kampus.

2.1.6. *Subjective Well-Being* dalam Konteks Budaya Batak

Subjective well-being pada individu dari etnis Batak dipengaruhi secara signifikan oleh identitas budaya dan hubungan sosial yang khas komunitas Batak. Penelitian kualitatif terhadap mahasiswa akhir suku Jawa, Sunda, dan Batak di Kota Salatiga menemukan bahwa tingkat kesejahteraan subjektif berbeda antar etnis, dan salah satu faktor utamanya adalah identitas budaya serta dukungan sosial dari komunitas Batak yang kuat (Ulil Irsyadiyah, 2023). Dalam budaya Batak, dukungan dari marga, komunitas agama (seperti HKBP), serta relasi Batak di perantauan membentuk struktur *support* sosial yang unik dan kuat. Rasa hormat, solidaritas marga, dan nilai-nilai adat memperkuat life satisfaction dan afek positif. Dengan kata lain, *subjective well-being* seseorang dari budaya Batak tidak semata dipengaruhi aspek individu, tetapi juga oleh kohesi sosial budaya Batak itu sendiri.

Penelitian tentang perempuan Batak yang belum menikah juga menunjukkan bagaimana norma adat dapat memengaruhi *subjective well-being* melalui tekanan sosial. Perempuan Batak yang masih lajang meski telah mencapai usia dewasa sering mengalami perasaan rendah diri atau diasingkan yang berdampak pada aspek afektif dan kognitif kesejahteraan subjektif. Namun ditemukan pula faktor-faktor pendukung seperti religiositas, hubungan sosial yang baik, dan terkhusus dukungan sosial yang memadai mampu meningkatkan *subjective well-being* meski dalam kondisi sosial yang tertekan. *subjective well-being* di sini bukan hanya soal perasaan bahagia atau puas, tetapi juga makna hidup yang ditemukan lewat pertengahan dan komunitas. Internalitas budaya Batak termasuk peran ritual dan status sosial berkontribusi terhadap persepsi kesejahteraan.

Ketiga, kohesi komunitas Batak dan pesan-pesan adat yang diwartakan melalui tradisi seperti ramah tamah marga, acara adat, serta saling bantu dalam lingkungan perantau memberikan kontribusi pada *subjective well-being*. Research menunjukkan bahwa mahasiswa Batak perantau merasakan sense of belonging dan dukungan sosial signifikan dari komunitas lokal Batak (tingkat lokal maupun diaspora), yang mengurangi isolasi dan meningkatkan kepuasan hidup serta emosi positif (Ulil Irsyadiyah, 2023). Tradisi seperti membantu sesama marga ketika ada acara adat atau kesulitan sangat memperkuat persepsi keamanan sosial dan moral. Solidaritas kultural ini menciptakan suasana emosional positif yang mendorong kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, struktur sosial budaya berperan sebagai buffer emosional dalam *subjective well-being* masyarakat Batak.

Keempat, intervensi yang memperkuat dukungan sosial berdasarkan nilai budaya Batak seperti jaringan komunitas marga, kelompok keagamaan, dan pelestarian adat berpotensi meningkatkan *subjective well-being* lebih efektif dibanding pendekatan individualistik. Kajian di Salatiga menunjukkan bahwa kombinasi antara identitas Batak, dukungan sosial dari komunitas, dan lingkungan akademik menciptakan hasil *subjective well-being* yang lebih baik dibanding kelompok etnis lain (Mujamiasih Murti, 2013). Interaksi sosial yang berbasis nilai-nilai adat seperti saling hormat, tolong-menolong, dan norma marga memperkuat *life satisfaction* dan menurunkan *negative affect*. Oleh karena itu, pendekatan penguatan kesejahteraan mahasiswa Batak hendaknya melibatkan komunitas Batak sebagai entitas pendukung. Dengan demikian, *subjective well-being* dalam konteks budaya Batak menuntut kerangka kajian multikultural yang menghargai nilai adat dan solidaritas budaya.

2.2. Dukungan Sosial

2.2.1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial didefinisikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan nyata yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap ketersediaan bantuan, perhatian, dan empati dari lingkungan sosial, baik secara emosional maupun instrumental. Dukungan ini tidak hanya bersifat konkret, seperti bantuan materi, tetapi juga mencakup aspek psikologis seperti rasa diterima dan dihargai (Alnadi Asmalia & Sari Kumala, 2021). Menurut Cohen & Wills dukungan sosial dipahami sebagai persepsi atau pengalaman bahwa seseorang dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial yang memberikan rasa keterikatan dan bantuan. Dukungan ini dapat berfungsi sebagai *buffer* yang melindungi individu dari dampak negatif stres terhadap kesejahteraan (Cohen & Wills, 1985). Berdasarkan hasil penelitian oleh Christanti, Prasetyo, dan Tedjawidjaja pada mahasiswa di Surabaya, ditemukan bahwa dari berbagai sumber dukungan sosial keluarga, teman sebaya, dan orang penting lainnya dukungan dari keluarga secara signifikan memberikan kontribusi terbanyak terhadap kualitas hidup mahasiswa, dibandingkan dukungan dari teman atau individu lainnya (Christanti et al., 2024).

Dukungan sosial merupakan bentuk pertolongan yang diberikan oleh individu atau kelompok kepada seseorang yang sedang mengalami tekanan atau kesulitan. Dukungan sosial terbagi menjadi empat jenis, yaitu dukungan penilaian (*appraisal*), instrumental, harga diri (*self-esteem*), dan dukungan perasaan memiliki (*belonging*). Bentuk dukungan ini memungkinkan seseorang merasa dipahami, dihargai, dan diterima oleh lingkungan sosialnya (Santoso, 2020). Dalam konteks

kehidupan mahasiswa, keberadaan dukungan ini dapat berperan penting dalam mengurangi tekanan akademik maupun emosional. Dukungan tersebut juga dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang mendorong individu mengatasi tantangan hidup.

Nugraha (2020), yang dikutip oleh Auliya dan Nur Eva menyatakan bahwa dukungan sosial mencakup bantuan emosional maupun fisik dari individu yang dipercaya dan dianggap penting (Auliya & Nur Eva, 2025). Bentuk dukungan ini mampu meningkatkan rasa aman dan perasaan dicintai oleh lingkungan sekitar. Dukungan dari orang tua, teman sebaya, maupun pasangan memiliki kontribusi berbeda terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya kuantitas dukungan, tetapi kualitas relasi yang dimiliki juga sangat berpengaruh. Oleh karena itu, persepsi individu terhadap dukungan yang diterimanya menjadi faktor penting dalam menentukan efek psikologisnya.

Dukungan sosial juga dapat diperoleh melalui media daring (*online*), seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi komunikasi. Nidaussa'idah dan Nuqul menjelaskan bahwa dukungan sosial online terbukti mampu mengurangi gejala stres, kecemasan, dan perasaan kesepian. Dalam era digital, keterhubungan sosial melalui media sosial atau grup komunitas bisa menciptakan rasa memiliki dan validasi diri (Nidaussa'idah & Lubabin Nuqul, 2025). Meskipun tidak menggantikan dukungan langsung, interaksi daring dapat menjadi pelengkap dukungan nyata yang diterima seseorang. Ini menunjukkan bahwa bentuk dukungan sosial semakin beragam sesuai perkembangan zaman.

Penelitian lain menegaskan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya secara signifikan dapat mengurangi stres dan risiko depresi pada remaja (Rufaida

et al., 2021). Hal ini menunjukkan pentingnya peran lingkungan sosial dalam menjaga kesehatan mental, terutama pada masa perkembangan seperti remaja dan dewasa muda. Dukungan dari rekan sebaya cenderung diterima lebih terbuka karena adanya kesamaan pengalaman. Dalam konteks mahasiswa, teman sebaya sering menjadi tempat pertama berbagi cerita dan mencari solusi. Oleh sebab itu, membangun jaringan sosial yang sehat menjadi strategi penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Secara umum, dukungan sosial merupakan sumber daya psikologis yang membantu individu dalam mengelola stres dan memperkuat ketahanan mental. Dukungan ini dapat berasal dari keluarga, teman, pasangan, komunitas, maupun media daring. Setiap jenis dukungan memiliki perannya masing-masing dalam membentuk persepsi positif individu terhadap diri dan lingkungan. Dalam konteks mahasiswa Batak, latar belakang budaya juga dapat memengaruhi cara seseorang menerima dan memberikan dukungan. Pemahaman terhadap konsep dukungan sosial yang kontekstual menjadi penting dalam merancang intervensi psikologis yang efektif.

2.2.2. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Dukungan sosial tidak muncul secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan individu maupun lingkungan sosialnya. Menurut Sarafino dan Smith (2014), faktor-faktor seperti karakteristik Individu, kualitas hubungan sosial, serta kondisi lingkungan menjadi penentu sejauh mana seseorang dapat memberikan maupun menerima dukungan sosial (Sarafino & Smith, 2014). Faktor-faktor ini dapat memengaruhi intensitas, bentuk, serta efektivitas dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

1. Karakteristik Individu

Karakteristik individu berperan penting dalam memengaruhi dukungan sosial. Individu dengan kepribadian ekstrovert cenderung memiliki jaringan sosial yang lebih luas dibandingkan individu introvert, sehingga berpeluang lebih besar untuk menerima dukungan (Taylor, 2011). Selain itu, tingkat keterbukaan diri, keterampilan komunikasi, dan rasa percaya diri juga memengaruhi kualitas interaksi sosial yang terjalin. Individu yang mampu mengekspresikan kebutuhan dan emosinya dengan baik akan lebih mudah mendapatkan dukungan emosional maupun instrumental dari lingkungannya

2. Kualitas Hubungan Sosial

Kualitas hubungan sosial turut menentukan keberlangsungan dukungan sosial. Hubungan yang didasarkan pada kepercayaan, keintiman, dan saling pengertian akan mendorong terciptanya dukungan yang lebih konsisten (Cohen & Wills, 1985). Dukungan dari keluarga, teman sebaya, maupun pasangan sangat dipengaruhi oleh kedekatan emosional dan frekuensi interaksi yang dilakukan. Relasi yang positif dapat memperkuat rasa keterikatan sosial, sementara hubungan yang penuh konflik justru dapat mengurangi akses terhadap dukungan yang dibutuhkan.

3. Lingkungan Sosial dan Budaya

Lingkungan sosial dan budaya juga menjadi faktor penting. Menurut House (1981), norma, nilai budaya, dan struktur sosial memengaruhi cara dukungan sosial diberikan maupun diterima. Dalam budaya kolektivistik,

seperti di Indonesia, dukungan sosial biasanya lebih bersifat komunal dan mengutamakan kepentingan kelompok dibandingkan kepentingan individu. Lingkungan kampus yang kondusif, keberadaan organisasi kemahasiswaan, serta layanan konseling juga dapat meningkatkan peluang mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang memadai.

Myers dalam Maslihah mengemukakan bahwa terdapat tiga faktor utama yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan sosial adalah sebagai berikut (Maslihah, 2011):

1. Empati

Tiga faktor utama mendorong seseorang untuk memberikan Turut merasakan kesedihan orang lain dengan tujuan mengurangi emosi dan motivasi tingkah laku untuk menurunkan kesedihan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

2. Norma-norma dan nilai sosial

Selama dalam masa pertumbuhan dan perkembangan pribadi, individu menerima norma-norma dan nilai-nilai sosial dari lingkungan sebagai bagian dari pengalaman sosial seseorang. Norma-norma dan nilai-nilai tersebut akan mengarahkan individu untuk bertingkah laku dan menjelaskan kewajiban kewajiban dalam kehidupan. Dalam ruang lingkungan sosial individu didesak untuk memberikan pertolongan kepada orang lain supaya dapat mengembangkan kehidupan sosialnya.

3. Pertukaran sosial

Hubungan respon perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan membuahkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara

timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan.

2.2.3. Sumber Dukungan Sosial

Sumber-sumber dukungan sosial Goetlieb (1983) dalam Maslihah menyatakan ada dua macam hubungan dukungan sosial, yaitu pertama, hubungan profesional yakni bersumber dari orang-orang yang ahli di bidangnya, seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara, dan kedua, hubungan non profesional, yakni bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga (Maslihah, 2011)

Mahasiswa menerima dukungan sosial yang sangat krusial berasal dari keluarga inti, seperti orang tua dan saudara kandung, yang cenderung memberikan bantuan emosional maupun instrumental. Julianingsih (2022) menekankan bahwa dukungan keluarga sangat signifikan dalam meningkatkan motivasi dan mencegah stres atau depresi pada pelajar remaja, terutama dengan intervensi guru BK dan orangtua yang sinergis (Julianingsih et al., 2021). Dalam konteks mahasiswa perantau, studi oleh Christanti menunjukkan bahwa dukungan keluarga menyumbang secara signifikan terhadap kualitas hidup mahasiswa, meski tidak semua sumber mendapat kontribusi yang sama (Christanti et al., 2024). Keterlibatan keluarga secara konsisten dalam kehidupan akademik dan personal memperkuat kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, keluarga inti merupakan sumber dukungan paling mendasar dan berpengaruh dalam kerangka psikososial mahasiswa.

Selain keluarga, teman sebaya juga berfungsi sebagai sumber *support* yang sangat aktual dalam kehidupan kampus. Penelitian menemukan bahwa dukungan

emosional dan instrumental dari teman sebaya secara signifikan meningkatkan motivasi mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi (Sungkowardani et al., 2022). Teman seangkatan dan komunitas belajar sering menyediakan bantuan dalam bentuk diskusi akademik, saran praktis, atau sekadar dorongan moral. Di lingkungan perantauan, support dari kelompok teman sebaya menjadi buffer sosial yang mampu mengurangi isolasi dan kerasan dalam menyesuaikan diri (Stefany et al., 2022). Interaksi positif antar teman sejawat memperkuat rasa keterhubungan dan membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik.

Dosen atau figur akademik juga termasuk sumber dukungan sosial yang relevan, meskipun penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari dosen tidak selalu dianggap efektif oleh mahasiswa pendidikan Bahasa Arab UPI, sedangkan dukungan teman sebaya lebih dominan dalam menurunkan stres. Namun, dalam penelitian Febriyola Dini et al., (2023) terhadap mahasiswa rantau UPI, dukungan dari dosen dan teman sebaya secara bersama-sama berkontribusi 73,9% terhadap peningkatan resiliensi akademik (Febriyola Dini et al., 2023). Ini berarti peran dosen masih signifikan jika disampaikan secara tepat dan kontekstual. Dukungan akademik, seperti bimbingan skripsi, umpan balik konstruktif, atau kemudahan akses konsultasi, memperkuat pengalaman kesejahteraan akademik. Oleh karena itu, dosen merupakan sumber dukungan sosial penting, meskipun persepsinya dapat bervariasi.

Seluruh sumber dukungan sosial ini memperlihatkan bahwa multi-sumber *support* dari keluarga, teman sebaya, dan figur akademik bekerja secara sinergis dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa. Christanti et al. (2024) menegaskan bahwa ketiganya secara simultan meningkatkan kualitas hidup

mahasiswa (38,1%) meskipun keluarga mempunyai kontribusi paling dominan (Christanti et al., 2024). Ketika mahasiswa menghadapi hambatan akademik atau psikososial, keberadaan ketiga sumber ini menjadi buffer yang melindungi dari tekanan yang berlebih. Sumber dukungan yang beragam memperkuat kapasitas coping dan produktivitas mahasiswa. Dengan demikian, tinjauan pustaka Anda sebaiknya menyertakan analisis tentang kontribusi dan interaksi antar sumber dukungan sosial tersebut.

2.2.4. Aspek Aspek Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan konsep multidimensional yang terdiri dari beberapa bentuk atau jenis yang berbeda namun saling melengkapi. Salah satu klasifikasi paling berpengaruh dikemukakan oleh House (1981), yang membagi dukungan sosial ke dalam empat aspek utama, yaitu dukungan emosional, informasional, instrumental, dan apresiatif (penghargaan). Kategori ini digunakan secara luas dalam penelitian psikologi, termasuk dalam konteks mahasiswa di Indonesia. Penelitian oleh Utami dan Firmansyah menegaskan bahwa keempat jenis dukungan sosial ini memainkan peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik dan sosial.

2.2.4.1. Dukungan Emosional (Emotional Support)

Dukungan emosional adalah bentuk dukungan yang melibatkan empati, cinta, perhatian, dan pemahaman terhadap individu. Bentuk dukungan ini membantu individu merasa dihargai, disayangi, dan diterima apa adanya. Misalnya, mahasiswa yang mendapat pelukan, kata-kata penyemangat, atau hanya ditemani saat mengalami kesulitan, sedang menerima dukungan emosional. Menurut studi oleh Sari dan Fadilah dukungan emosional memiliki peran signifikan dalam

menurunkan tingkat stres akademik dan meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa (Alnadi Asmalia & Sari Kumala, 2021). Dukungan emosional biasanya diberikan oleh orang terdekat, seperti keluarga atau sahabat. Ketersediaan dukungan emosional memberikan rasa aman dan kestabilan afektif yang sangat penting dalam pengembangan diri.

2.2.4.2. Dukungan Informasional (Informational Support)

Dukungan informasional merujuk pada bantuan dalam bentuk informasi, nasihat, bimbingan, atau arahan yang dapat membantu seseorang mengatasi masalah atau membuat keputusan. Dalam konteks mahasiswa, dukungan ini dapat berupa saran akademik dari dosen, informasi beasiswa, atau nasihat teman mengenai strategi belajar. Mahasiswa yang memiliki akses pada informasi yang akurat dan relevan dari lingkungan sosialnya lebih mampu mengatasi tekanan akademik dan membuat keputusan yang bijak. Dukungan informasional sering datang dari pihak yang dianggap kompeten atau berpengalaman. Dengan adanya dukungan ini, individu memiliki lebih banyak kontrol atas situasi yang dihadapi.

2.2.4.3. Dukungan Instrumental (Instrumental Support)

Dukungan ini merujuk pada bantuan nyata atau konkrit, seperti bantuan keuangan, pemberian fasilitas, atau bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu. Misalnya, orang tua yang membiayai kuliah anaknya, atau teman yang membantu mengerjakan tugas kelompok, termasuk dalam kategori ini. Penelitian menemukan bahwa dukungan instrumental dari dosen, teman, dan keluarga dapat membantu mahasiswa menyelesaikan tugas-tugas akademik secara lebih efisien dan meningkatkan persepsi kontrol diri. Hal ini secara langsung berdampak pada penurunan stres akademik dan peningkatan kesejahteraan subjektif (Sengkey et al.,

2025). Dukungan ini penting karena menyangkut pemenuhan kebutuhan dasar dan kelangsungan aktivitas sehari-hari. Tanpa adanya dukungan instrumental, mahasiswa berisiko mengalami hambatan dalam pencapaian akademik maupun kesejahteraan psikologis.

2.2.4.4. Dukungan Apresiasi (Appraisal Support / Penghargaan)

Dukungan ini mencakup penguatan positif berupa pengakuan, pujian, validasi, atau umpan balik yang konstruktif terhadap diri individu. Penerimaan dan pengakuan dari orang lain dapat meningkatkan harga diri dan motivasi seseorang. Dalam dunia kampus, dukungan apresiatif bisa datang dari dosen yang memuji hasil karya mahasiswa, atau dari teman yang menghargai kontribusinya dalam organisasi. Hal ini diperkuat dengan studi kuantitatif terhadap mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta menemukan hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (termasuk apresiatif) dan *self-efficacy* (yang kemudian memengaruhi prestasi akademik). Hasil ini menegaskan bahwa *feedback* dan pengakuan yang konsisten meningkatkan efikasi diri mahasiswa dalam konteks akademik (Violeta et al., 2024). Jenis dukungan ini penting terutama saat individu menghadapi keraguan atau tekanan untuk tampil maksimal. Apresiasi yang konsisten dapat memperkuat kepercayaan diri dan daya tahan mental mahasiswa.

2.2.6. Peran Dukungan Sosial dalam Kehidupan Mahasiswa

Dukungan sosial merupakan pilar penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa. Sebagai contohnya, penelitian oleh (Cahyani et al., 2025) mengungkapkan bahwa dukungan sosial terbukti membantu mengurangi stres akademik di kalangan mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab UPI, meskipun peran dosen kadang tidak dianggap signifikan oleh mahasiswa. Studi ini menunjukkan

bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, atau komunitas kampus mampu menjadi penghalang terhadap tekanan akademik yang intens. Keterlibatan interpersonal tersebut membuat mahasiswa merasa tidak menghadapi tantangan sendirian, sehingga mereka lebih termotivasi untuk menyelesaikan skripsi atau tugas dengan hasil positif. Hal ini sejalan dengan konsep *social exchange*, di mana interaksi memberi timbal balik yang memperkuat motivasi individu (Febriyola Dini et al., 2023). Oleh karena itu, dukungan sosial bukan hanya soal bantuan konkret, tetapi juga memberikan dorongan psikologis yang signifikan dalam menyelesaikan pekerjaan akademik.

Lebih lanjut, dukungan sosial juga berkaitan erat dengan kualitas hidup mahasiswa. Yugitasari & Utami (2023) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran signifikan terhadap kualitas hidup mahasiswa dengan nilai korelasi sebesar $R = 0,559$ dan $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasa didukung secara emosional, instruktif, maupun instrumental cenderung melaporkan kualitas hidup yang lebih tinggi dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial. Dukungan seperti bantuan moral, informasi akademik, atau penyediaan sarana belajar membuat mahasiswa merasa dihargai dan terpenuhi kebutuhannya. Penemuan ini memperkuat pemahaman bahwa dukungan sosial berkontribusi tidak hanya pada performa akademis, tetapi juga pada kesejahteraan umum mahasiswa.

Kemudian, peran dukungan sosial terhadap resiliensi akademik juga terbukti kuat. Sebuah penelitian pada mahasiswa rantau menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dan dosen secara bersama-sama menjelaskan 73,9 % varians resiliensi akademik mahasiswa (Febriyola Dini et al., 2023). Mahasiswa yang mendapatkan *support* baik akademik maupun emosional dapat

menganggap kesulitan akademik sebagai tantangan untuk berkembang, bukan sebagai hambatan destruktif. Temuan ini sangat relevan bagi mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga dan membutuhkan sistem penguatan di lingkungan kampus. Resiliensi yang tinggi sangat dibutuhkan dalam menghadapi tekanan tugas, proyek, atau evaluasi akademis yang tinggi intensitasnya. Selain itu, sistem *social support* yang kuat meningkatkan persepsi kontrol mahasiswa terhadap situasi akademik yang kompleks.

Terakhir, dukungan sosial juga memengaruhi kesehatan mental secara lebih luas. Penelitian oleh Salsabila et al., (2022) di jurnal *Gajah Mada Journal of Professional Psychology* menunjukkan bahwa *perceived social support* merupakan prediktor signifikan bagi kesehatan mental remaja akhir, termasuk mahasiswa (Salsabila et al., 2022). Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial memadai cenderung memiliki kecenderungan lebih rendah terhadap gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, atau distress psikologis. Dukungan ini mencakup aspek emosional, informasional, dan instrumental yang membentuk rasa aman dan keterhubungan sosial. Keberadaan *support system* memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi dinamika perkuliahan, tugas padat, dan tekanan penyelesaian studi. Dengan demikian, peran dukungan sosial terbukti multifaset: memperkuat motivasi akademik, meningkatkan kualitas hidup, membangun resiliensi, dan menjaga kesehatan mental mahasiswa

2.2.7. Dukungan Sosial dalam Konteks Budaya Batak

Dalam budaya Batak, nilai kekeluargaan dan solidaritas marga sangat kuat, sehingga dukungan sosial menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Filosofi *Dalihan Na Tolu* menekankan hubungan “*dongan tubu*”, “*boru*”, dan

“*hula-hula*” sebagai pondasi norma interaksi sosial yang saling membantu. Dalam konteks mahasiswa Batak, dukungan ini muncul secara nyata saat mereka merantau ke kota lain untuk kuliah, di mana saudara semarga atau komunitas Batak memberikan bantuan praktis maupun emosional. Studi menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang yang berarti secara signifikan memengaruhi adaptasi karier mahasiswa Batak tingkat akhir UNIMAN (β signifikan)(Panggabean Tunggul K. et al., 2023). Temuan ini menunjukkan bahwa sistem sosial Batak tidak hanya membantu mahasiswa dalam penyesuaian akademik, tetapi juga dalam perencanaan masa depan. Dukungan sosial dalam kerangka budaya Batak bukan hanya soal bantuan reaktif, melainkan bentukan solidaritas aktif yang berkelanjutan.

Mahasiswa perantau suku Batak sering mengandalkan komunitas kampus atau marga sebagai jaringan sosial yang kuat. Sebagai contoh, penelitian Yani et al., (2024) di Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya sesama Batak tingkat tinggi dan berkorelasi signifikan ($r = 0,514$), meningkatkan motivasi berprestasi akademik mahasiswa perantau Batak (Indah Sukmati et al., 2024). Solidaritas etnis ini memperkuat rasa keterikatan sosial yang menjadi penopang psikologis bagi mahasiswa yang jauh dari kampung halaman. Rasa memiliki dalam komunitas Batak sangat penting dalam membentuk identitas dan memperkuat ketahanan mental. Temuan ini relevan dalam model Anda terkait dukungan sosial, makna hidup, dan *subjective well-being*. Hal ini juga memperkuat argumen bahwa budaya kolektivistik Batak memperkuat *support system* yang dapat memoderasi stres akademik.

Dukungan sosial dalam budaya Batak sering mengandung dimensi instrumental dan apresiatif yang tinggi. Dukungan instrumental seperti bantuan pendanaan, logistik, atau akses relasi kerja sangat penting, terutama saat mahasiswa mengalami kendala finansial atau administrasi kuliah. Sementara itu, apresiatif atau pengakuan dari komunitas seperti pujian atas prestasi akademik atau dorongan moral berperan sebagai sumber *self-efficacy* yang memperkuat daya tahan mental. Meskipun belum banyak penelitian kuantitatif yang secara eksplisit membedakan jenis dukungan berbasis budaya ini, (Panggabean Tunggul K. et al., 2023) sudah menyiratkan bahwa *support* dari orang yang berarti mencakup berbagai bentuk dukungan praktis dan emosional. Kedua jenis dukungan tersebut memfasilitasi makna hidup yang lebih kuat kebanggaan menjadi bagian dari komunitas serta merasa mampu menghadapi masa depan.

Peran dukungan sosial juga terlihat dalam fase transisi pendidikan ke dunia kerja. Mahasiswa Batak tingkat akhir sering diberi bantuan informasi karier, networking, dan dorongan motivasi oleh marga atau ketua komunitas Batak di kota perantauan. Hal ini membantu mereka dalam menyusun strategi karier yang realistis dan relevan dengan latar budaya mereka. Model adaptasi karir yang diteliti oleh Panggabean et al. membuktikan bahwa dukungan sosial secara langsung memengaruhi kesiapan karier dan rasa kontrol terhadap masa depan akademik dan profesi. Fenomena ini mencerminkan bagaimana budaya Batak menginternalisasi nilai pendidikan sebagai investasi bersama bukan hanya usaha individu semata. Konsep *Anakkon Hi Do Hamoraon Di Au* (anak adalah kebanggaan orang tua) menumbuhkan tekanan dan ekspektasi tinggi, yang dapat dimoderasi oleh dukungan sosial yang kuat.

Selain aspek karier, dukungan sosial dalam masyarakat Batak juga memperkuat kesejahteraan psikologis secara umum. *Support system* yang menyeluruh meliputi keluarga, komunitas marga, teman seagama menyediakan jaringan protektif ketika mahasiswa menghadapi tekanan emosional, kerinduan rumah, atau konflik identitas rantau. Meski belum banyak data statistik eksperimen kuantitatif di kampus Batak, temuan adaptasi karir dan motivasi berprestasi memberikan indikasi kuat bahwa dukungan sosial memengaruhi *subjective well-being* mereka. Dukungan semacam ini mendukung *resilient mindset* dan makna hidup yang konsisten. Berdasarkan nilai budaya Batak yang mengutamakan kebersamaan, peran dukungan sosial menjadi tidak dapat dipisahkan dari pengalaman mahasiswa Batak di perantauan.

2.3. Makna Hidup

2.3.1. Pengertian Makna Hidup

Makna hidup sering dipahami sebagai persepsi atau pemahaman individu bahwa kehidupannya memiliki tujuan dan nilai yang signifikan. Makna hidup terbentuk melalui aspek seperti kebermanfaatan, proses, ibadah, dan kebahagiaan. Responden menilai kebermanfaatan hidup sebagai kontribusi dan pengalaman yang bermakna sehari-hari, bukan sekadar keberhasilan akademik (Damarhadi et al., 2020). Ini menunjukkan bahwa makna hidup bukan hanya abstrak, tetapi juga terkait aktivitas konkret yang memberikan rasa tujuan. Perspektif ini menguatkan pendekatan logoterapi yang menempatkan pencarian makna sebagai motivasi utama dalam kehidupan manusia. Dengan demikian, makna hidup merupakan aspek subjektif yang kompleks dan personal, namun sangat penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis.

Penelitian kuantitatif oleh Khatira di Universitas Negeri Padang menemukan hubungan positif antara *self-efficacy* dan makna hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri cenderung lebih mudah menemukan arti dalam perjalanan akademiknya (Khatira, 2021). Hasil ini mendukung teori Bandura (1997) bahwa *self-efficacy* memperkuat persepsi kontrol atas kehidupan, yang secara tidak langsung meningkatkan rasa makna. Pemaknaan hidup pada mahasiswa sering mencakup pengakuan terhadap proses perjuangan serta hasil yang dicapai. Dengan demikian, makna hidup bukan hanya soal tujuan besar, tetapi juga tentang proses aksional yang memberi rasa kontrol dan kepuasan pribadi. Fenomena ini relevan bagi mahasiswa Batak ketika mereka menyelaraskan nilai budaya kolektivistik dengan pencapaian pribadi.

Menurut Mukharom & Arroisi (2021) dalam konteks logoterapi Frankl, makna hidup mengandung dimensi spiritual yang sangat penting dalam menghadapi penderitaan atau tekanan hidup (Arroisi Jarman & Mukharom Rohmah Akhirul, 2021). Frankl menyatakan bahwa keteguhan untuk menemukan makna bahkan dalam kondisi sulit mendorong individu untuk bangkit dan menjaga martabatnya. Pendekatan ini sejalan dengan pengalaman mahasiswa yang menghadapi stres akademik dan tekanan kebudayaan. Mencari makna bukan sekadar soal mencapai prestasi, tetapi juga bagaimana individu merespons tantangan dan melihat nilai dari kesulitan yang mereka alami. Logoterapi menekankan bahwa manusia memiliki kebebasan memilih sikap terhadap situasi yang tidak dapat diubah. Dengan demikian, makna hidup menjadi sumber ketahanan mental dan ketegaran eksistensial.

Kajian literatur oleh Qori'ah & Ningsih menyimpulkan bahwa makna hidup warga Indonesia sangat dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, pengalaman hidup, dan religiusitas yang menghubungkan dukungan sosial eksternal dengan hasil kesejahteraan subjektif internal (Qori'ah & Ningsih, 2020). Secara keseluruhan, makna hidup adalah konstruk psikologis multidimensi yang mencakup persepsi individu terhadap kegunaan, tujuan, nilai moral, dan proses hidup yang bermakna. Berdasarkan literatur makna hidup dibentuk oleh interaksi antara kepercayaan diri (*self-efficacy*), dukungan sosial, nilai spiritual, serta refleksi pengalaman. Dalam konteks mahasiswa Batak, makna hidup sangat relevan diintegrasikan ke dalam model mediasi antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif. Instrumen kuantitatif seperti skala makna hidup mahasiswa rantau dapat dijadikan alat ukur valid. Dengan menggabungkan pendekatan teoritik Frankl dan data lokal, penelitian Anda akan memiliki dasar konseptual dan empiris yang kuat (D. D. Utami et al., 2018).

2.3.2 Dimensi Makna Hidup

Makna hidup adalah konstruksi psikologis multidimensi yang mencakup persepsi individu tentang tujuan, nilai, dan kefunksian hidupnya. Makna hidup terdiri dari tiga komponen utama: *coherence* (pemahaman/keterpaduan hidup), *purpose* (tujuan hidup), dan *significance* (nilai/hakikat keberadaan) (Zambelli & Tagliabue, 2024). Komponen *coherence* mengacu pada bagaimana seseorang memahami kisah hidupnya secara konsisten dan logis, tanpa kontradiksi eksistensial. *Purpose* mencerminkan adanya arah tindakan yang bermakna dan bernilai intrinsik. Sedangkan *significance* menyiratkan perasaan bahwa hidup seseorang memiliki nilai dan pantas dijalani.

Makna hidup bukan hanya sekadar bagaimana seseorang menilai apakah hidupnya bermakna, tetapi juga bagaimana proses pencarian makna itu berlangsung. Michael Steger dan rekan-rekannya memperkenalkan dua dimensi utama: *presence of meaning* dan *search for meaning* dalam Meaning in Life Questionnaire (MLQ) yang dikembangkan sejak 2006 (Steger et al., 2006). *Presence of Meaning* mencerminkan sejauh mana seseorang merasa bahwa hidupnya saat ini dipenuhi dengan makna, tujuan, dan signifikansi. Dimensi ini menunjukkan kondisi batin yang stabil dan berorientasi pada rasa kepuasan eksistensial, dimana individu melihat hidupnya sebagai sesuatu yang bermakna dan terpenuhi. Berdasarkan analisis psikometrik MLQ, aliran *Presence* berkorelasi positif dengan *well-being* subjektif seperti afek positif, harapan, optimisme, dan kepuasan hidup, sementara korelasi negatif ditemukan terhadap kecemasan dan depresi (Zambelli & Tagliabue, 2024b). Dengan demikian, *Presence of Meaning* menjadi konstruk kognitif-afektif yang esensial dalam mencerminkan kualitas makna hidup seseorang.

Berbeda perannya, *Search for Meaning* menggambarkan motivasi aktif individu dalam mencari, memperdalam, atau memperluas pemahaman mereka terhadap makna hidup, terutama ketika *Presence* dianggap rendah. Artinya, individu yang merasa hidupnya kurang bermakna cenderung terdorong untuk melakukan eksplorasi eksistensial agar menemukan arah dan tujuan baru dalam kehidupannya. Model *presence-to-search* menyimpulkan adanya korelasi negatif moderat (sekitar $r \approx -0,19$), artinya semakin tinggi *Presence*, semakin rendah motivasi untuk *Search*, meskipun hasil ini dapat bervariasi berdasarkan konteks budaya (Steger et al., 2006). Studi lintas budaya menyatakan bahwa dalam budaya

Asia yang interdependen, hubungan antara kedua dimensi bisa positif, mencerminkan konsep *growth search* dimana pencarian dimaknai sebagai upaya memperkaya makna yang sudah ada (Chu & Fung, 2021). Secara keseluruhan, *Search for Meaning* mencerminkan dimensi dinamis dan eksploratif yang, bila diarahkan dengan sehat, dapat memperkuat pengalaman makna hidup (*Presence*) dan kesejahteraan psikologis individu.

Selain itu pengembangan instrumen Meaning and Purpose Scales menegaskan struktur dua dimensi makna hidup yakni *Meaningfulness* dan *Crisis of Meaning*, serta lima sumber tujuan (*sources of purpose*) seperti *Personal Growth*, *Community*, *Sustainability*, *Faith*, dan *Security* (Schnell & Danbolt, 2023). Dimensi *Meaningfulness* mewakili kualitas hidup yang penuh makna, sedangkan *Crisis of Meaning* mengukur tingkat ketidakmaknaan atau kebingungan eksistensial. Kelima sumber tujuan tersebut menjelaskan dari mana individu menarik makna atau motivasi hidupnya. Misalnya *Community* menunjukkan makna yang berasal dari keterikatan sosial, sedangkan *Personal Growth* muncul dari perkembangan diri. Instrumen ini valid secara lintas-kultur.

Dalam konteks lain Utami & Setiawati mengembangkan instrumen skala makna hidup pada mahasiswa rantau dan menemukan lima komponen penyusun: kebermanfaatan, proses, kebersyukuran, relasi sosial, dan refleksi (D. D. Utami et al., 2018). Lima komponen tersebut diperoleh dari analisis faktor eksploratori terhadap sampel mahasiswa rantau dengan reliabilitas tinggi ($\alpha = 0.924$). Komponen kebermanfaatan mencerminkan persepsi bahwa hidupnya menghasilkan manfaat bagi diri sendiri dan orang lain. Proses menekankan bahwa nilai hidup juga ditemukan dalam perjalanan dan tantangan, bukan hanya hasil akhir.

Kebersyukuran dan refleksi berkaitan dengan sikap bersyukur dan evaluasi diri, sedangkan relasi sosial menunjukkan pentingnya interaksi sosial sebagai sumber makna. Instrumen ini sangat sesuai untuk populasi mahasiswa Batak yang memaknai hidup melalui dukungan komunitas dan budaya kolektif.

Kajian teoritik lainnya menggarisbawahi pentingnya koherensi hidup (*coherence*) sebagai fondasi makna, yakni kemampuan individu memahami pengalaman hidupnya secara terpadu (Zambelli & Tagliabue, 2024). Tanpa koherensi, seseorang mungkin merasa hidupnya pecah atau tidak konsisten, walau memiliki tujuan jelas. Komponen *purpose* memberikan arah dan motivasi yang intrinsik terhadap tindakan sehari-hari. Sedangkan *significance* membuat seseorang merasa bahwa eksistensinya berharga bagi dirinya dan lingkungannya. Ketiga dimensi ini saling memperkuat dalam membantu pembentukan makna hidup yang utuh. Memasukkan ketiga dimensi ini dalam tesis menjadikan landasan teoritik Anda lebih solid dan terkini.

Komponen sumber makna (*sources of purpose*) dalam MAPS memberi gambaran praktis tentang dari mana makna itu datang: seperti pertumbuhan diri, komunitas, keyakinan spiritual, keamanan, dan keberlanjutan (Schnell & Danbolt, 2023). Dalam konteks mahasiswa, *Personal Growth* mengindikasikan makna hidup lewat pencapaian akademis, pembelajaran, dan perkembangan diri. *Community* merujuk pada keterikatan dalam kelompok sosial, seperti teman kampus, keluarga, atau kelompok budaya. *Faith* dan *Security* lebih dominan bagi mahasiswa yang menjadikan nilai spiritual atau kestabilan kehidupan sebagai sumber makna. Memahami sumber-sumber makna ini dapat membantu merancang instrumen

penelitian lebih sesuai budaya Batak. Analisis dimensi ini memungkinkan tesis Anda memetakan variabel mediasi makna hidup secara lebih terperinci.

Dimensi *Crisis of Meaning* dalam MAPS juga penting untuk diukur karena menunjukkan tingginya kemungkinan ketidakpuasan eksistensial atau kebingungan arah hidup yang dialami mahasiswa (Schnell & Danbolt, 2023). Mahasiswa dengan skor tinggi pada *meaningfulness* umumnya menunjukkan *subjective well-being* lebih baik. Sebaliknya, skor tinggi pada *crisis of meaning* berkorelasi dengan tekanan psikologis seperti kecemasan dan kehilangan arah. Mengukur dimensi ini penting dalam konteks penelitian makna hidup sebagai mediator stres atau kesejahteraan. Hal ini relevan untuk model mediasi Anda yang menghubungkan dukungan sosial, makna hidup, dan *subjective well-being*. Dengan demikian, instrumen yang mencakup kedua kualitas makna ini memberikan analisis yang lebih komprehensif.

Penelitian Victoriana et al., (2023) pada mahasiswa Indonesia menunjukkan bahwa *presence of meaning* secara signifikan berkorelasi dengan dimensi *subjective well-being* seperti *life satisfaction* dan *positive affect* dan tidak berkorelasi dengan *negative affect* dalam pencarian makna (Victoriana et al., 2023). Temuan ini mendukung hipotesis bahwa ketika mahasiswa merasa hidupnya bermakna, mereka lebih bahagia dan cenderung mengalami emosi positif. Hal ini penting karena menunjukkan dimensi *presence of meaning* sebagai jalur utama makna hidup memengaruhi *subjective well-being*. Ini sejalan dengan penggunaan model mediasi di mana makna hidup menjadi mediator antara dukungan sosial dan *subjective well-being*. Secara keseluruhan, makna hidup adalah konstruk kompleks yang mencakup dimensi koherensi, tujuan, nilai, dan sumber makna yang beragam.

2.3.3. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Makna Hidup

Makna hidup merupakan konstruksi psikologis yang terbentuk dari interaksi antara faktor internal dan eksternal individu. Viktor Frankl (1963) dalam *Logotherapy* menyatakan bahwa makna hidup dapat ditemukan melalui pengalaman unik setiap orang, termasuk pengalaman cinta, pekerjaan, serta sikap terhadap penderitaan. Namun, dalam perkembangan penelitian kontemporer, ditemukan bahwa terdapat beberapa faktor yang berperan penting dalam membentuk makna hidup.

1. Faktor personal

Faktor personal seperti nilai-nilai pribadi, kepribadian, dan spiritualitas. Individu yang memiliki orientasi nilai intrinsik serta religiositas tinggi cenderung lebih mudah menemukan makna hidup, karena nilai-nilai tersebut berfungsi sebagai pedoman dalam menghadapi tantangan (Steger et al., 2006). Karakteristik kepribadian tertentu, misalnya *conscientiousness* dan *openness to experience*, juga berhubungan positif dengan pencarian serta keberadaan makna hidup.

2. Faktor sosial

Faktor sosial berperan penting dalam memperkuat atau melemahkan makna hidup. Dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun komunitas memberikan rasa keterhubungan dan validasi yang dapat memperkuat perasaan hidup yang bermakna. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tinggi berhubungan positif dengan makna hidup pada mahasiswa (Yang & Chen, 2016). Selain itu, hubungan

interpersonal yang sehat membantu individu merefleksikan tujuan hidup mereka dalam konteks yang lebih luas.

3. Faktor budaya dan lingkungan

Faktor ini juga memengaruhi pembentukan makna hidup. Individu yang tumbuh dalam budaya kolektivistik, seperti budaya Batak, sering kali menemukan makna hidup melalui pemenuhan kewajiban sosial, adat, dan kontribusi terhadap keluarga besar. Nilai budaya ini membentuk kerangka berpikir bahwa kebermaknaan hidup terletak pada keberhasilan dalam menjaga kehormatan keluarga dan melanjutkan tradisi leluhur (Huta & Waterman, 2014). Lingkungan kampus, kesempatan akademik, pengalaman organisasi juga memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi identitas diri serta tujuan hidup.

4. Faktor Pengalaman Hidup

Faktor pengalaman hidup memainkan peranan penting dalam membentuk makna hidup. Pengalaman traumatis maupun keberhasilan dapat menjadi titik balik dalam proses pencarian makna. Menurut teori *Meaning-Making* oleh Park dan Folkman (1997), individu membangun makna baru ketika menghadapi peristiwa sulit, yang selanjutnya memperkaya pemahaman mereka terhadap kehidupan. Proses refleksi atas pengalaman hidup ini memungkinkan mahasiswa untuk menafsirkan tantangan akademik maupun sosial sebagai kesempatan untuk berkembang.

2.3.4. Komponen Makna Hidup

Menurut Bastaman (1996) ada enam komponen yang menentukan berhasilnya seseorang dalam melakukan perubahan diri penghayatan hidup tak bermakna menjadi bermakna. Keenam komponen tersebut antara lain yaitu:

- a. Pemahaman diri (*self insight*), timbulnya kesadaran akan kekurangan diri sendiri dan adanya keinginan kuat untuk merubah hal tersebut. Individu berhak mengambil keputusan dan sikap untuk dirinya sendiri, terhadap berbagai peristiwa yang dihadapinya.
- b. Makna hidup (*the meaning of life*), nilai-nilai penting yang sangat berarti bagi kehidupan pribadi seseorang, yang berfungsi sebagai tujuan dalam kehidupan yang harus dipenuhi dan pengarah kegiatan-kegiatannya. Apabila hal itu berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia. Dan makna hidup ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia dan penderitaan. Ungkapan seperti "Makan dalam Derita" (*Meaning in Suffering*) atau "Hikmah dalam Musibah" (*Blessing in Disguise*) menunjukkan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup tetap dapat ditemukan. Bila hasrat ini dapat dipenuhi maka kehidupan yang dirasakan berguna, berharga dan berarti (*meaningful*) akan dialami. Sebaliknya bila hasrat ini tak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan dirasakan tidak bermakna (*meaningless*).

- c. Perubahan sikap (*changing attitude*), yaitu perubahan dari awalnya bersikap negatif kemudian dirubah menjadi positif dan lebih tepat dalam menghadapi masalah, mampu mengambil keputusan yang baik.
- d. Komitmen diri (*self comitment*), komitmen seseorang terhadap makna hidup yang ditemukan dan tujuan hidup yang ditetapkan. Komitmen yang kuat akan membawa individu pada pencapaian makna hidup yang lebih mendalam. Komitmen diri adalah merupakan sebuah ketetapan yang sudah ada dalam diri kita, akan tetapi kita semua banyak yang tidak menyadarinya. Komitmen diri merupakan proses penting dalam menemukan makna hidup, suatu tahapan penting dan menentukan, tetapi paling sulit dilaksanakan. Betapa tidak penting, tanpa komitmen diri makna dan tujuan hidup itu hanya berupa "cita-cita indah" semata-mata yang tidak akan berubah dalam kehidupan nyata, khususnya dalam pengembangan pribadi sebenarnya. Secara teoritis komitmen diri sudah seharusnya dilaksanakan, mengingat hasrat untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama setiap manusia. Namun kenyataannya sering kali orang hanya semata-mata pada taraf kesadaran bahwa memang terdapat hal-hal yang secara potensial bermakna dalam hidupnya, tetapi tidak dilakukan implementasi sebagai tindak lanjut. Selain tidak melakukan komitmen diri terhadap makna hidup yang telah ditemukan dan disadarinya itu, tidak sedikit pula justru menunjukkan resistensi dalam bentuk kehilangan minat dan menolak untuk melakukan upaya-upaya pemenuhan makna hidupnya sendiri."

- e. Kegiatan terarah (*directed activities*), yaitu upaya upaya yang dilakukan secara sadar dan sengaja berupa pengembangan potensi potensi pribadi (bakat, kemampuan, ketrampilan) yang positif serta pemanfaatan relasi antar pribadi untuk menunjang tercapainya makna dan tujuan hidup. Kegiatan terarah ini adalah bertujuan untuk mengembangkan potensi yang ada dalam individu dan mengarahkan potensi yang dimiliki individu agar dapat menemukan makna hidup.
- f. Dukungan sosial (*sosial support*), yaitu hadirnya seseorang atau sejumlah orang yang akrab, dapat dipercaya dan selalu bersedia memberi bantuan pada saat -saat diperlukan.

2.3.5. Aspek Aspek Makna Hidup

Terdapat dua aspek utama makna hidup menurut Steger et al., (2006) yaitu:

1. *Presence of Meaning* (Keberadaan Makna Hidup)

Presence of Meaning merujuk pada sejauh mana seseorang merasakan bahwa hidupnya sudah bermakna, memiliki tujuan, dan ada koherensi antara pengalaman-pengalaman hidupnya. Dimensi ini biasanya meliputi komponen tujuan (*purpose*), koherensi atau pemahaman (*comprehension*), dan signifikansi atau arti (*significance*) yang bersama-sama memberi rasa bahwa kehidupan layak dijalani. Secara fungsional, keberadaan makna memberikan kerangka kognitif yang membantu individu menafsirkan peristiwa sulit sebagai bagian dari narasi hidup yang lebih luas sehingga mengurangi dampak stres. Mekanisme psikologis yang mendasari termasuk penilaian ulang (*reappraisal*) dan integrasi pengalaman ke dalam cerita diri sehingga

pengalaman negatif tidak merusak identitas secara menyeluruh. Bukti empiris konsisten menunjukkan bahwa *presence of meaning* berkorelasi positif dengan *subjective well-being* (kepuasan hidup dan afek positif) serta berkorelasi negatif dengan gejala depresi dan kecemasan. Pada konteks mahasiswa perantau, keberadaan makna berfungsi sebagai sumber daya internal yang menambah ketahanan membantu mereka melihat masa perantauan sebagai investasi tujuan jangka panjang sehingga mempertahankan motivasi akademik dan kestabilan emosi. Oleh karena itu, *presence of meaning* bukan sekadar indikator kesejahteraan, melainkan juga mekanisme protektif aktif yang memfasilitasi adaptasi dan pemulihan psikologis

2. Search for Meaning (Pencarian Makna Hidup)

Search for Meaning menggambarkan kecenderungan dan usaha aktif individu untuk mencari, menafsirkan, atau memperdalam arti dan tujuan hidupnya ketika makna belum sepenuhnya terwujud. Komponen pencarian meliputi refleksi diri, eksplorasi nilai, dan eksperimen perilaku yang diarahkan untuk menemukan arah hidup atau rekonstruksi narasi pribadi. Fungsi pencarian bisa ganda: adaptif ketika mengarah pada penemuan makna baru dan pertumbuhan pascatrauma, namun dapat menjadi maladaptif jika pencarian berlarut tanpa menemukan jawaban sehingga menimbulkan ketidakpuasan atau kecemasan eksistensial. Penelitian menunjukkan efek kontekstual search berkaitan negatif dengan SWB ketika *presence* rendah (pencarian tidak produktif), tetapi berkaitan positif bila pencarian

diikuti oleh dukungan sosial, refleksi terstruktur, atau tindakan bermakna yang mengubah pencarian menjadi keberadaan makna. Proses yang mengubah search menjadi outcomes adaptif melibatkan dukungan interpersonal (validasi, masukan), kesempatan melakukan tindakan bermakna, dan strategi kognitif untuk mengintegrasikan pengalaman. Bagi mahasiswa perantau, pencarian makna sering muncul ketika mereka menghadapi ketegangan antara nilai budaya asal dan tuntutan lingkungan baru; bila didukung (mis. mentoring budaya, konseling), pencarian ini cenderung berujung pada penegasan identitas dan peningkatan SWB. Oleh sebab itu, intervensi yang memfasilitasi pencarian terarah dan dukungan sosial dapat mempercepat transisi dari pencarian menjadi keberadaan makna yang berdampak positif pada kesejahteraan.

2.3.6. Pentingnya Makna Hidup Bagi Mahasiswa

Makna hidup mencerminkan persepsi bahwa kehidupan seseorang memiliki tujuan, nilai, dan dampak yang positif bagi diri dan orang lain. Penelitian (Victoriana et al., 2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki makna hidup yang tinggi cenderung melaporkan *subjective well-being* yang signifikan lebih tinggi, termasuk kepuasan hidup dan emosi positif yang dominan terhadap negatif. Kondisi ini menunjukkan bahwa makna hidup menjadi fondasi psikologis yang memperkuat kebahagiaan dan keterlibatan akademik mahasiswa. Dalam konteks akademik, pencarian makna juga berkaitan dengan keterikatan terhadap tujuan studi dan nilai personal yang ingin dicapai. Mahasiswa yang menemukan makna dalam proses belajar dan interaksi kampus cenderung lebih tahan

menghadapi tekanan studi. Dengan demikian, makna hidup tidak hanya soal eksistensi umum, tetapi juga bagaimana mahasiswa memaknai tanggung jawab akademik mereka.

Makna hidup bagi mahasiswa sangat penting dalam membentuk strategi resiliensi menghadapi stres dan tantangan pendidikan tinggi. Studi memperlihatkan bahwa makna hidup meningkatkan resiliensi sehingga mahasiswa bisa menghadapi ketidakpastian akademik, terutama di era pandemic (Rasheed et al., 2022). Individu yang memiliki makna hidup tinggi cenderung mampu mengatasi depresi, kecemasan, dan tekanan akademik dengan lebih efektif. Makna hidup berfungsi sebagai sumber keteguhan internal dalam menjalani perkuliahan yang padat atau situasi sulit di kampus. Konsep ini sangat relevan saat mahasiswa merasakan kehilangan kontrol atau kelelahan akibat beban tugas. Dengan adanya makna hidup yang jelas dan personal, mahasiswa lebih termotivasi untuk tetap berfungsi optimal meskipun di tengah kesulitan.

Dalam studi mahasiswa rantau di Indonesia, Damarhadi et al., (2020) menemukan lima dimensi makna hidup: kebermanfaatan, proses, ibadah, kebersyukuran, dan kebahagiaan. Mahasiswa merasakan makna hidup ketika kegiatan akademik dan adaptasi budaya memberikan nilai bagi komunitas dan diri sendiri. Pengalaman seperti membantu ekonomi keluarga, beradaptasi dengan lingkungan baru, atau menjalani ibadah rutin dianggap sumber nilai yang bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa makna hidup tidak hanya teori, tetapi sangat berakar pada dinamika hidup mahasiswa di lapangan. Mahasiswa Batak, misalnya, dapat merumuskan makna melalui keterlibatan budaya, akademik, dan sosial yang

bersifat kolektif. Pendekatan ini memperkaya tinjauan pustaka tesis dengan mengaitkan makna hidup dengan konteks budaya lokal.

Hubungan antara *self-efficacy* dan makna hidup sangat signifikan, sebagaimana ditunjukkan oleh (Khatira, 2021) yang menemukan korelasi positif antara kedua variabel pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang percaya pada kemampuannya cenderung lebih mudah menemukan makna dalam perjalanan studi dan penyelesaian tugas akhir. *Self-efficacy* memperkuat persepsi kontrol dan kejelasan tujuan hidup mahasiswa. Ketika mahasiswa yakin mereka mampu menyelesaikan tantangan skripsi atau studi, mereka merasa proses tersebut bermakna. Ini menegaskan bahwa membangun efikasi diri bukan hanya soal prestasi, tetapi juga memberi arah dan arti pada kehidupan akademik. Dengan demikian, makna hidup juga bersifat instrumental dalam membentuk keyakinan diri mahasiswa.

Literatur menggaris bawahi pentingnya makna hidup dalam keterlibatan dan kepuasan belajar mahasiswa. Lima das Chagas & Muñoz-García (2023) menemukan bahwa makna hidup dan orientasi spiritual berhubungan positif dengan keterlibatan aktif dan kepuasan mahasiswa terhadap proses belajar. Mahasiswa yang melihat studi sebagai bagian dari misi hidup atau nilai personal cenderung lebih tekun dan berdedikasi. Hal ini juga memperkuat *engagement* akademik dalam bentuk *vigour*, *dedication*, dan *absorption*. Kepuasan belajar meningkat ketika mahasiswa merasakan bahwa aktivitas kampus selaras dengan nilai hidup mereka. Pendekatan ini mendukung tesis pascasarjana yang menghubungkan makna hidup, *well-being*, dan dukungan sosial dalam konteks mahasiswa Batak.

Makna hidup juga merupakan bagian penting dari kesejahteraan subjektif dan flourishing seorang mahasiswa. Studi menunjukkan bahwa negara-negara dengan skor makna hidup tinggi, termasuk Indonesia, memiliki tingkat *human flourishing* lebih tinggi. Mahasiswa di negara dengan budaya kolektif seperti Indonesia lebih cenderung merasakan makna melalui keterlibatan sosial dan spiritual. Nilai makna hidup ini menjadi *buffer* terhadap tekanan akademik dan kecemasan performa di kampus. Dalam budaya Batak, makna hidup sering dibangun melalui ikatan sosial, agama, dan komitmen terhadap komunitas. Oleh karena itu, makna hidup menjadi komponen penting dalam model mediasi antara dukungan sosial dan *subjective well-being*.

Kajian literatur juga mengonfirmasi bahwa makna hidup masyarakat Indonesia dipengaruhi oleh dukungan sosial, pengalaman hidup, religiusitas, dan refleksi personal. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial yang kuat (emosional, instrumental, atau apresiatif) cenderung memiliki narasi hidup yang lebih bermakna. Proses interaksi sosial yang stabil memperkuat keyakinan bahwa kehidupan mereka bermanfaat dan memiliki arah. Refleksi atas pengalaman akademik, spiritualitas, dan hubungan sosial menjadi komponen utama. Hal ini sangat relevan bagi mahasiswa pascasarjana psikologi yang mempelajari konstruk mediasi makna hidup. Basis teoritik ini memperkuat justifikasi penelitian bahwa makna hidup dibentuk melalui faktor eksternal dan internal.

Makna hidup memberi pengaruh signifikan terhadap adaptasi mahasiswa terhadap lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa dengan makna hidup yang jelas lebih mudah beradaptasi dengan tekanan sosial, akademik, dan budaya kampus. Misalnya, mahasiswa rantau atau mahasiswa asing yang mengalami shock budaya

cenderung lebih resilient jika mereka memiliki makna yang terinternalisasi. Adaptasi bagi mahasiswa Batak juga meliputi penyesuaian terhadap nilai budaya akademik yang mungkin berbeda dari nilai asal mereka. Dengan makna hidup, mahasiswa mampu menyeimbangkan konflik identitas akademik dan kultural. Hal ini sangat penting dalam tinjauan pustaka untuk menjelaskan fungsi protektif makna hidup.

Makna kuliah sangat berkaitan dengan makna hidup mahasiswa. Taufiq (2018) menyatakan bahwa paradigma pendidikan tinggi yang konstruktif harus mendorong mahasiswa memberi makna terhadap kuliah yang mereka jalani. Saat mahasiswa melihat kuliahnya sebagai investasi nilai-nilai pribadi, mereka menjadi lebih termotivasi, disiplin, dan antusias (Taufiq Ahmad, 2018). Makna kuliah yang selaras dengan visi hidup prakar mahasiswa memberikan arah dalam aktivitas akademik harian. Pendekatan ini sangat sesuai untuk tesis karena menghubungkan makna hidup dengan makna studi dan *well-being*. Ini memberikan landasan konseptual bahwa makna hidup bukan hanya subjektif individual, tetapi juga terkait orientasi terhadap pendidikan formal.

Secara keseluruhan, makna hidup memiliki peran multifaset dalam membentuk kualitas akademik dan kesejahteraan mahasiswa. Makna hidup meningkatkan resiliensi, efikasi diri, keterlibatan akademik, dan *subjective well-being*. Dengan model mediasi, makna hidup menjadi jembatan antara dukungan sosial eksternal dan hasil psikologis internal mahasiswa.

2.3.7. Makna Hidup dalam Konteks Budaya Batak

Budaya Batak dikenal memiliki sistem nilai dan struktur sosial yang sangat kuat dalam memengaruhi pandangan hidup masyarakatnya. Dalam komunitas

Batak, hidup dipandang sebagai perjalanan yang harus dijalani dengan kehormatan, tanggung jawab, dan keterikatan pada adat istiadat. Makna hidup dalam budaya Batak Toba sangat dipengaruhi oleh sistem kekerabatan dan filosofi *Dalihan Na Tolu*, yang menjadi dasar identitas sosial dan spiritual komunitas. Sebagai filosofi pedoman hidup, *Dalihan Na Tolu* menegaskan hubungan manusia dengan Tuhan, keluarga (*hula-hula, boru*), dan sesama marga (*dongan sabutuha*) sebagai sumber makna eksistensi. Filosofi Dalihan Na Tolu juga mencerminkan struktur makna hidup melalui hirarki sosial dan etika relasional dalam budaya Batak. Setiap anggota marga memiliki peran *hula-hula, boru*, atau *dongan sabutuha* yang membentuk identitas sosial serta rasa kebermaknaan dalam komunitas (Sihombing, 2018). Nilai-nilai ini memperkuat kohesi sosial dan memberikan arah hidup yang bermakna bagi setiap generasi Batak. Pemahaman makna hidup dalam konteks ini bukan sekadar pemaknaan individual, tetapi refleksi dari identitas kultural yang diwariskan. Terlebih, nilai-nilai tersebut menjadi landasan terhadap tindakan moral dan spiritual dalam kehidupan modern. Dengan demikian, pencarian makna hidup bagi orang Batak adalah proses integratif antara nilai adat dan eksistensi personal.

Makna hidup bagi orang Batak sangat berkaitan dengan kontribusi sosial dan pencapaian dalam struktur adat. Seseorang dianggap memiliki makna jika ia mampu memenuhi harapan sosial sebagai anak yang berbakti, orang tua yang bertanggung jawab, dan anggota marga yang menjunjung tinggi adat. Hal ini biasa dikenal *Umpasa*, yang memiliki arti sebagai peribahasa adat dalam budaya Batak Toba juga menjadi saluran pemaknaan hidup, terutama dalam konteks keturunan dan kontinuitas moral. *Umpasa* memuat nilai lambang seperti *hamoraon*, *hagabeon*, dan *hasangapon*, *Umpasa* yang kerap diucapkan dalam acara adat

melambangkan harapan leluhur agar setiap generasi Batak menjaga nilai keadilan, kehormatan, dan solidaritas, sehingga fungsi sosialnya menciptakan kerangka makna hidup kolektif (Daniel, 2025). Makna hidup dalam ungkapan ini bukan sekadar filosofi verbal, tetapi juga simbol kewajiban moral terhadap keluarga dan komunitas. Individu yang menghayati maksud umpasa akan menemukan makna hidup dalam pemeliharaan nilai adat dan moral. Umpasa memperkuat bahwa makna hidup itu melekat dalam tindakan dan sikap personal maupun sosial. Ini memperkuat kajian bahwa makna hidup adalah konstruksi simbol budaya yang diwariskan. seperti *hamoraon*, *hagabeon*, dan *hasangapon* (Naully & Fransisca, 2020) Nilai-nilai ini menciptakan narasi hidup yang memberi arah dan rasa tujuan bagi individu Batak, termasuk dalam studi akademik dan interaksi sosial.

Simbol ulos ragi hidup dalam budaya Batak Toba merupakan metafora kehidupan yang terus berkembang dan berkesinambungan. Simbol ini menggambarkan nilai kesuburan, keharmonisan, dan kesinambungan antar generasi Batak dalam masyarakat modern. Sebagai kain ritual, ulos Ragi Hidup digunakan dalam acara kelahiran hingga pernikahan sebuah pengingat akan keberadaan makna hidup yang melekat pada setiap fase kehidupan. Ulos menjadi penanda identitas dan nilai-nilai moral yang diwariskan oleh leluhur kepada generasi muda. Ini memperkuat motivasi hidup dan rasa bangga terhadap asal-usul budaya sebagai bagian dari makna eksistensial. Falsafah hidup *Marpangkirimon* merepresentasikan nilai kejujuran, kerja keras, optimisme, dan keterikatan pada Tuhan dalam kehidupan modern generasi muda Batak (Sinulingga et al., 2024).

Makna simbolik pada kain ulos motif Ragi Hidup menegaskan bahwa makna hidup Batak dilambangkan melalui simbol-simbol budaya yang kaya akan

nilai filosofi kehidupan berkelanjutan (Sinulingga et al., 2024). Ulos motif Ragi Hidup melambangkan kontinuitas hidup, kesuburan, dan hubungan antar generasi, yang semuanya merupakan elemen penting makna hidup. Dalam psikologi budaya, simbol-simbol semacam ini menjadi sumber naratif eksistensial yang mendukung rasa tujuan dan kepemilikan identitas.. Bagi mahasiswa, filosofi ini merefleksikan bahwa makna hidup bukan hanya soal pencapaian akademik, tetapi integrasi nilai karakter budaya dalam proses studi. Nilai-nilai tersebut turut membentuk persepsi tujuan hidup yang bersifat transenden melayani keluarga dan komunitas. Dalam tinjauan psikologi positif, makna hidup kini juga terkait dengan *generative concern*, yaitu kontribusi bagi generasi selanjutnya. Mahasiswa Batak yang mewarisi *Marpangkirimon* cenderung menjaga semangat belajar dan ketahanan menghadapi tantangan studi.

Konsep makna hidup Batak Toba juga sangat terkait erat dengan relasi antar generasi yang terjadi dalam aktivitas ritual keluarga dan komunitas. Misalnya, *Manulangi Natua-Tua* sebagai ritual pemberian makan orang tua oleh anak mencerminkan nilai penghormatan, kelangsungan hidup, dan makna moral dalam budaya Batak (Sinulingga et al., 2024). Makna hidup di sini melibatkan aspek etika sosial dan spiritual yang mendukung identitas komunitas. Mahasiswa yang meyakini nilai-nilai ini cenderung merasakan makna hidup sebagai bagian dari fungsi sosial dan kebermanfaatan. Dari perspektif psikologi positif, makna hidup ini memadukan nilai transendental dan altruistik. Ini memberikan dasar empiris untuk argumen bahwa makna hidup mahasiswa Batak bersifat kolektif dan berbasis budaya.

Ritual *mangalap tondi* pada masyarakat Batak Toba memuat makna mendalam tentang pemulangan roh dan penegasan harapan hidup yang seimbang. Simbol-simbol dan tahapan dalam ritual ini, seperti boras dan simbol lainnya, berfungsi untuk memperkuat nilai kehidupan spiritual dan eksistensial yang sudah lama dianut. Melalui ritual ini, konsep makna hidup adalah suatu proses pemaknaan kembali yang bersifat komunal, bukan hanya individual. Penekanan pada pemulangan tondi (roh) mencerminkan keyakinan bahwa kehidupan terus berlanjut dan memiliki nilai spiritual yang melekat. Ini memperkuat ide bahwa makna hidup masyarakat Batak berada dalam siklus dan kesinambungan moral. Makna hidup di sini sangat menyentuh aspek eksistensial yang diresapi melalui ritual budaya.

Tradisi *Mangongkal Holi* (penggalan tulang leluhur) merupakan simbol penghormatan terhadap leluhur dan makna hidup sebagai bentuk kembalinya identitas sosial. Upacara ini merefleksikan nilai-nilai etika dan spiritual yang membentuk eksistensi suku Batak Toba meskipun tersebar sebagai diaspora (Winanda Putri & Dora Nuriza, 2024). Melalui momentum berkumpul dan penghormatan ini, generasi Batak merefleksikan makna hidup sebagai kesinambungan warisan budaya dan nilai moral. Makna hidup dipahami sebagai suatu tanggung jawab terhadap leluhur dan komunitas masa depan. Tradisi ini menunjukkan bahwa makna hidup dalam konteks Batak Toba tidak hanya bersifat pribadi tetapi kolektif dan spiritual. Lebih jauh, proses ritual ini menegaskan nilai identitas dan solidaritas budaya.

Adaptasi budaya Batak Toba di perantauan memperlihatkan bahwa makna hidup bisa terus dipertahankan melalui simbol-simbol identitas budaya seperti ulos dan salam “Horas”. Studi etnografi pada komunitas Batak di perantauan di Medan

menyebut bahwa pelestarian simbol budaya ini memberi makna eksistensial dalam keberadaan diaspora Batak (Nainggolan et al., 2024). Kehadiran simbol budaya dalam sehari-hari memperkuat narasi identitas dan memberi orientasi eksistensial bagi individu. Makna hidup dalam konteks diaspora ini meluas sebagai narasi identitas yang terjaga meskipun menghadapi modernitas. Ini menunjukkan bahwa makna hidup budaya Batak bersifat dinamis dan adaptif. Dengan demikian, simbol budaya tetap menjadi pusat makna bagi Batak perantauan.

Simbol gorga, ukiran khas Batak Toba, juga memuat makna hidup yang terhubung dengan kosmologi dan estetika budaya. Gorga motif melingkar dan warna sitiga bolit merepresentasikan hubungan manusia dengan dunia atas, tengah, dan bawah serta aspek makna spiritual kehidupan. Simbol ini berfungsi sebagai perlindungan sekaligus pengingat nilai-nilai eksistensial dan spiritual dalam kehidupan. Makna hidup Batak dalam hal ini mencakup keharmonisan antardimensi kosmik dan moral. Dengan demikian, estetika budaya menjadi media pemaknaan eksistensial yang reflektif. Pendekatan simbolik ini memperkuat bahwa konsep makna hidup terefleksi dalam visual dan ritual budaya.

Secara keseluruhan, makna hidup dalam budaya Batak Toba merupakan konstruksi interkultural yang melibatkan nilai sosial (*Dalihan Na Tolu*), simbol adat (ulos, umpasa, gorga), ritual spiritual (*mangalap tondi*, *Mangongkal Holi*), dan nilai moral karakter (*Marpangkirimon*). Pemaknaan ini bersifat kolektif dan spiritual serta melekat dalam kehidupan sehari-hari komunitas Batak. Kesimpulannya, makna hidup dalam budaya Batak sangat kompleks, terbentuk dari interaksi antara adat, spiritualitas, kolektivitas, dan tanggung jawab sosial. Nilai-nilai tradisional tetap menjadi fondasi dalam membentuk persepsi terhadap hidup yang bermakna,

meski mengalami adaptasi di tengah perubahan zaman. Setiap individu memaknai hidup bukan hanya dari sudut pandang pribadi, tetapi juga berdasarkan kontribusinya pada keluarga, marga, dan komunitas. Keterhubungan sosial dan peran dalam struktur adat menjadi sumber utama dari makna eksistensial. Oleh karena itu, memahami makna hidup dalam budaya Batak membutuhkan pendekatan yang holistik dan kontekstual.

2.4. Hubungan Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being*

Dukungan sosial berperan sebagai sumber penting dalam memelihara kesejahteraan psikologis mahasiswa, terutama selama masa transisi studi. Studi di Universitas Sahid Surakarta menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *subjective well-being*, yang berarti mahasiswa dengan dukungan lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi (Sri Hartini et al., 2025). Temuan serupa diperoleh di Universitas Islam 45 Bekasi, di mana dukungan sosial secara signifikan mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa (Alfina Rizky Damayanti & Lucky Purwantini, 2025). Penelitian lain juga mencatat hubungan positif antara dukungan sosial orang tua dan *subjective well-being* mahasiswa yang terancam *drop out* (Tillah & Firman, 2025). Keseluruhan temuan ini menggambarkan bahwa semakin kuat persepsi dukungan sosial, maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif yang dialami mahasiswa.

Sebuah penelitian di Universitas Sains Malaysia terhadap 333 mahasiswa menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* dengan $p < 0,001$, menggambarkan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan subjektif

yang lebih baik (Arifin N.S et al., 2023). Demikian pula, studi pada remaja memperlihatkan bahwa dukungan sosial menjelaskan sekitar 36,5% varians *subjective well-being* ($R^2 = 0.365$, $p < 0.001$), sekaligus menegaskan pentingnya relasi sosial dalam menjaga kesehatan *mental Edunity* (Wahyu Anisa et al., 2024). Temuan ini konsisten dengan literatur luas yang menyatakan bahwa persepsi adanya dukungan sosial berbanding lurus positif dengan kepuasan hidup dan afek positif, serta berbanding terbalik dengan afek negatif. Secara teori, dukungan sosial menyediakan rasa aman, validasi, dan afiliasi sosial yang menjadi sumber utama ketahanan psikologis mahasiswa. Oleh karena itu, dukungan sosial tidak hanya memperkuat daya adaptif dalam menghadapi tekanan akademik tetapi juga meningkatkan *subjective well-being* secara keseluruhan.

Secara kognitif, persepsi adanya sistem dukungan sosial memberi mahasiswa rasa aman dan makna dalam pengalaman kuliah, yang memengaruhi dimensi evaluatif dan afektif dari *subjective well-being*. Penelitian di Bandar Lampung menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah prediktor utama *college student subjective well-being*, menyumbang 19,1% varians *subjective well-being* meski diuji bersama status sosial ekonomi. Perspektif ini mempertegas bahwa dukungan sosial tidak hanya memberi efek langsung, tetapi memperkaya kualitas hidup internal sehingga menaikkan tingkat kesejahteraan subjektif mahasiswa. Kesimpulannya, dukungan sosial sebagai salah satu fondasi penting dalam meningkatkan *subjective well-being* melalui mekanisme emosional, kognitif, dan eksistensial.

2.5. Hubungan Dukungan sosial dengan Makna Hidup

Secara umum, dukungan sosial berperan penting dalam membentuk makna hidup seseorang. Koneksi interpersonal, seperti dukungan keluarga, teman, dan komunitas, sering kali menjadi landasan penting untuk menemukan tujuan dan koherensi dalam kehidupan. Dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap makna hidup generasi Z, dengan nilai korelasi $r = 0,711$ ($p < 0,05$) yang berarti sekitar 50,6% variansi makna hidup dapat dijelaskan oleh dukungan sosial (Latifah, 2024). Temuan ini mempertegas bahwa semakin kuat perasaan didukung oleh orang lain, semakin mendalam individu merasa adanya arti dan tujuan dalam hidupnya. Dalam konteks mahasiswa, khususnya mereka yang merantau, dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan kampus menjadi sangat krusial dalam membantu mereka menata makna dalam kehidupan barunya. Hal ini sejalan dengan perspektif psikologi positif, di mana perasaan diterima dan dihargai turut membentuk persepsi bahwa hidup bermakna.

Lebih lanjut, studi pada remaja penyandang kanker oleh Yuliana et al. (2018) menemukan korelasi yang sangat tinggi ($r = 0,842$; $p < 0,001$) antara dukungan sosial dan makna hidup (Yuliana et al., 2018). Ini menunjukkan bahwa dalam situasi ekstrem, seperti menghadapi penyakit serius, dukungan sosial berperan bukan sekadar menenangkan, tetapi juga memperkuat rasa makna hidup sebagai motivator psikologis penting. Penelitian lain yang relevan mendapati bahwa pada pasien kanker payudara, dukungan sosial khususnya dari keluarga berkontribusi signifikan dalam memperkuat makna hidup dan kualitas hidup keseluruhan (Jadidi & Ameri, 2022). Secara konseptual, data ini mendukung pandangan bahwa dukungan sosial bukan hanya sebuah bantuan eksternal, tetapi

juga pendorong internal yang menumbuhkan kedalaman makna dalam pengalaman hidup.

2.6. Hubungan Makna Hidup dengan *Subjective Well-Being*

Makna hidup merupakan aspek penting dalam psikologi positif yang berkaitan erat dengan *subjective well-being*. Banyak penelitian modern menunjukkan bahwa makna hidup tidak hanya sebuah ideal filosofis, tetapi juga berkorelasi kuat dengan kesejahteraan psikologis seseorang. Penelitian meta-analisis mengungkapkan bahwa pengalaman hidup yang bermakna terutama *presence of meaning* secara konsisten dikaitkan dengan tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi, termasuk kepuasan hidup dan afek positif. Pada populasi mahasiswa, penelitian oleh Khairunnisa (2024) di Jakarta menemukan bahwa makna hidup (keberadaan dan pencarian makna) menjelaskan sekitar 47,2% variasi *subjective well-being* mahasiswa tingkat akhir Repository UIN JKT (Khairunnisa Nayla, 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasakan hidupnya bermakna lebih cenderung mengalami kesejahteraan subjektif yang lebih baik.

Hubungan positif antara makna hidup dan *subjective well-being* juga ditemukan dalam studi lintas budaya dan universitas. Penelitian pada mahasiswa Turki menunjukkan korelasi signifikan antara dimensi makna hidup (seperti *presence* dan *search for meaning*) dengan kepuasan hidup dan emosi positif, yang merupakan komponen kunci dari *subjective well-being*. Hal ini konsisten dengan temuan di tingkat populasi umum, di mana temuan sistematis menunjukkan makna hidup berkaitan dengan kesejahteraan yang lebih baik di berbagai negara. Dalam konteks mahasiswa perantau, makna hidup dapat memperkuat daya tahan

psikologis saat mengalami tekanan akulturasi dan stres akademik, sehingga memperkuat *subjective well-being*. Oleh karena itu, makna hidup dipandang sebagai salah satu prediktor utama kesejahteraan psikologis minoritas budaya yang beradaptasi.

Makna (*Meaning*) adalah salah satu pilar utama yang secara langsung mendukung *subjective well-being*. Skor makna hidup tinggi mengalami lebih sedikit gejala kecemasan dan depresi, serta melaporkan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Dalam kasus mahasiswa perantau, seperti mahasiswa Batak perantau, makna hidup memberi kerangka naratif dan tujuan yang memperkuat identitas diri dalam situasi peralihan budaya. Bagi mahasiswa Batak perantau, makna hidup bisa tumbuh melalui integrasi nilai-nilai budaya, dukungan komunitas, serta refleksi personal dan memediasi efek negatif dari rindu rumah atau konflik akulturasi terhadap *subjective well-being*. Dengan demikian, menjadikan makna hidup sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* bukan hanya valid secara teori, tetapi juga dibuktikan oleh bukti empiris mutakhir.

2.7. Peran Dukungan Sosial Terhadap *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Batak

Dukungan sosial memiliki pengaruh penting dalam membentuk *subjective well-being* individu, termasuk mahasiswa Batak yang merantau jauh dari kampung halaman. Dukungan ini terutama berasal dari keluarga, teman sebaya, serta komunitas Batak yang sering terbentuk di kampus, seperti UKM atau Punguan marga (Y. I. et al., 2024). Pada kelompok mahasiswa Batak, adanya dukungan teman sebaya terbukti tinggi dan berkorelasi positif dengan motivasi akademik dan kebahagiaan subjektif. Selain itu, lingkungan sosial Batak yang kental memberikan

rasa belongingness, yang turut memperkuat perasaan diterima dan dihargai di lingkungan baru. Oleh karena itu, dukungan sosial menjadi faktor utama dalam membantu mahasiswa Batak menjaga kesejahteraan subjektifnya selama masa perantauan.

Penelitian di Medan yang melibatkan mahasiswa yang bekerja sambil kuliah menunjukkan korelasi positif signifikan antara dukungan sosial dan *subjective well-being*, dengan nilai $r = 0,645$ ($p < 0,05$) (Napitupulu Sarah, 2024). Temuan ini relevan bagi mahasiswa Batak di Medan yang sering merantau ke kota lain untuk kuliah dan bekerja, karena kondisi ganda ini meningkatkan kebutuhan akan dukungan sosial. Dukungan emosional dari keluarga dan teman terbukti menjadi pelindung terhadap stres akademik dan peran ganda mereka. Dengan demikian, semakin kuat dukungan sosial yang dirasakan, semakin tinggi tingkat kesejahteraan subjektif mereka. Mahasiswa Batak, yang cenderung membentuk komunitas perantau, dapat memanfaatkan struktur dukungan ini secara lebih optimal.

Studi umum di kalangan mahasiswa dari berbagai universitas Indonesia juga menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif, seperti di Universitas Sahid Surakarta dengan sampel mahasiswa psikologi sebanyak 67 orang (2025) yang membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula *subjective well-being* (Sri Hartini et al., 2025). Hasil serupa ditemukan di Universitas Mulawarman, di mana regresi linear menunjukkan $\beta = 0,400$ ($p < 0,05$), menandakan dukungan sosial signifikan memengaruhi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Kontribusi efektif dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif di rumah studi ini mencapai 61,1% ketika digabung dengan stres akademik (Alifa Fadillah & Rahmah, 2025). Bagi

mahasiswa Batak, angka ini mencerminkan potensi besar dari jejaring dukungan sosial dalam memperbaiki kualitas hidup perkuliahan. Oleh karena itu, membangun jejaring kuat melalui komunitas Batak maupun teman kampus menjadi strategi yang efektif.

Secara teori, dukungan sosial juga berfungsi sebagai *social buffering*, di mana kehadiran *support* sosial dapat meredam dampak negatif stres dan tekanan akademik terhadap kesejahteraan secara umum. Artinya, mahasiswa Batak yang memiliki lingkungan sosial yang suportif akan lebih tahan terhadap guncangan adaptasi, tekanan akademik, dan *homesickness*. Kualitas dukungan—bukan sekadar kuantitas juga sangat menentukan, sehingga interaksi yang akrab dan bermakna lebih bermanfaat bagi *subjective well-being*. Selain mentoring atau bantuan praktis, dukungan emosional seperti empati dan dorongan moral terbukti sangat penting. Dengan demikian, komunitas sosial yang erat dan positif dapat menjadi benteng bagi kesejahteraan mental mahasiswa Batak.

Secara khusus pada mahasiswa Batak, komunitas seperti Punguan marga atau UKM Sumatera Utara di kampus memfasilitasi interaksi teman sebaya yang emosional dan saling mendukung sejak masuk perkuliahan. Dukungan tersebut mencakup aspek emosional, instrumental, dan aspek belongingness yang memperkuat identitas budaya dan rasa aman dalam lingkungan baru. Dukungan sosial teman sebaya di kalangan mahasiswa perantau Batak berkontribusi pada motivasi dan indikator kesejahteraan lainnya (Y. I. et al., 2024). Dengan membangun jejaring antar sesama mahasiswa Batak, mereka bisa berbagi pengalaman adaptasi, saling memberi informasi, serta menjaga stabilitas

kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, strategi penguatan *support* komunitas etnis perlu ditingkatkan melalui program inklusif kampus.

2.8. Peran Dukungan Sosial Terhadap Makna Hidup pada Mahasiswa Batak

Mahasiswa Batak Toba yang merantau sering membentuk jaringan sosial melalui komunitas marga (punguan) atau organisasi seperti IKMBI, yang memberi ruang bagi pengalaman identitas dan makna hidup yang kuat. Studi oleh Lumban Gaol & Jalil (2024) menunjukkan bahwa partisipasi dalam punguan marga memperkuat rasa solidaritas, identitas etnis, dan nilai budaya yang melekat pada makna eksistensial kehidupan mahasiswa Batak di perantauan (Lumban Gaol et al., 2024). Melalui interaksi rutin dalam kegiatan sosial, banyak mahasiswa menemukan makna hidup dalam aspek keberlanjutan budaya dan dukungan moral sesama. Rasa saling empati dan bantuan antar anggota menjadi sumber kepuasan kultural dan spiritual. Dengan demikian, dukungan sosial komunitas Batak secara langsung memperkuat kerangka makna hidup bagi anggotanya.

Lebih lanjut, interaksi sosial dalam forum seperti *lapo tuak* terbukti memberikan kontribusi signifikan terhadap pencarian makna hidup dalam konteks budaya Batak. Penelitian Simatupang & Tampake (2023) menyatakan bahwa dialog, kebersamaan, dan kegiatan budaya di *lapo tuak* memfasilitasi eksplorasi eksistensial dan pencarian nilai kehampaan hidup individu (Simatupang & Tampake, 2024). Mahasiswa yang aktif ambil bagian dalam pertemuan ini mengalami peningkatan pemahaman akan nilai moral komunitas, kerja sama, dan tujuan hidup yang bersifat kolektif. Dengan cara ini, dukungan sosial budaya menyediakan konteks refleksi terhadap makna hidup. Komunitas menjadi ruang

simbolik di mana individu menemukan identitas dan tujuan yang lebih besar dari diri sendiri.

Dalam konteks akademik dan karir, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan figur makna juga berdampak pada pembentukan makna hidup mahasiswa Batak. Panggabean et al. (2023) menemukan bahwa mahasiswa Batak tingkat akhir yang menerima dukungan keamanan emosional dan akses informasi cenderung lebih siap menghadapi transisi karir, yang memberi makna pada perjalanan hidup akademiknya (Panggabean et al., 2023). Makna hidup muncul ketika dukungan sosial memperkuat rasa percaya diri dalam memilih langkah kehidupan dan karir ke depan. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan hanya soal bantuan langsung, tetapi juga penopang makna eksistensial dalam konteks tujuan hidup. Mahasiswa merasa bahwa perjuangan akademik dan karir memiliki nilai jika mendapat dukungan moral dan praktis dari jaringan sosial.

Hubungan interpersonal yang terbentuk melalui komunitas Batak memberikan kontribusi emosional yang mendalam terhadap makna hidup. Solidaritas di antara mahasiswa Batak seperti dalam IKMBI atau Punguan menyediakan ruang aman untuk berbagi pengalaman, kesulitan studi, maupun tekanan adaptasi budaya. Rasa bahagia karena diterima dalam kelompok dan diakui identitasnya mampu meningkatkan *positive affect* sekaligus mempermudah pencarian makna dalam hidup. Temuan Purba et al. (2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya Batak secara signifikan berkorelasi dengan motivasi dan semangat hidup yang tinggi (Purba et al., 2024). Dengan demikian, makna hidup tersebut menjadi bagian dari pengalaman intersubjektif yang menguatkan rasa tujuan dan keterkaitan dengan komunitas.

Secara keseluruhan, dukungan sosial dalam konteks budaya Batak memiliki kontribusi yang multifaset terhadap makna hidup. Baik bentuk dukungan kultural, sosial, maupun emosional memberikan sumber makna yang terkait identitas etnis, solidaritas komunitas, dan arah hidup individu. Mahasiswa Batak yang merasakan dukungan komunitas mengalami makna hidup yang berakar pada konteks budaya serta tujuan hidup yang lebih luas. Oleh karena itu, dalam model penelitian yang mengkaji makna hidup sebagai mediator (misalnya antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif), penting memasukkan variabel dukungan budaya Batak sebagai prediktor utama. Pendekatan ini akan memperkaya pemahaman budaya dan psikologi eksistensial dalam riset mahasiswa Batak.

2.9. Peran Makna Hidup terhadap *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Batak

Mahasiswa Batak sering menghadapi tekanan akademik dan sosial akibat merantau jauh dari keluarga, namun mereka membawa nilai budaya khas seperti solidaritas sosial dan spiritualitas kuat yang terbukti memengaruhi perasaan makna hidup dan kesejahteraan subjektif (Ulil Irsyadiyah, 2023). Studi di Salatiga mencatat bahwa identitas budaya dan dukungan komunitas suku Batak mendukung *well-being* mahasiswa alumni suku tersebut (Ulil Irsyadiyah, 2023). Di sisi lain, spiritualitas tradisional Batak memberikan landasan makna eksistensial yang kuat dan rasa aman psikologis bagi individu (Abidin, 2024). Kombinasi identifikasi budaya dan spiritual memberi mahasiswa Batak sumber makna hidup yang membantu memperkuat kepuasan hidup dan emosi positif. Dengan kata lain, makna hidup yang dijiwai oleh budaya Batak menjadi fondasi penting bagi *subjective well-being*.

Makna hidup, menurut teori Meaning in Life Questionnaire (MLQ), terdiri dari dua dimensi utama: keberadaan makna (*presence*) dan pencarian makna (*search*). Penelitian di Jabodetabek menunjukkan bahwa keberadaan makna hidup secara signifikan mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa akhir, menyumbang sekitar 47,2 % varian bersama dengan perbandingan sosial dan demografi (Khairunnisa Nayla, 2024). Bagi mahasiswa Batak, keberadaan makna yang terkait dengan tujuan hidup dan kontribusi pada komunitas bisa menjadi sumber motivasi internal. Sedangkan pencarian makna memperkuat refleksi identitas diri terutama saat menyeimbangkan nilai tradisi dan tuntutan akademik modern. Dengan demikian, kedua dimensi makna hidup saling melengkapi dalam membentuk kesejahteraan subjektif.

Lebih lanjut, makna hidup berperan sebagai mediator antara grit (ketekunan dan ketahanan) dan kepuasan hidup mahasiswa. Mahasiswa Batak yang menaruh nilai tinggi pada ketekunan sering kali karena budaya pendidikan tinggi yang kuat di keluarga Batak mendapati bahwa makna hidup memberikan arah dan makna praktis terhadap usaha keras mereka. Ketika grit diiringi makna hidup, hasilnya bukan sekadar prestasi akademik, tetapi juga kepuasan hidup yang lebih dalam. Fenomena ini sejalan dengan temuan bahwa grit yang dimediasi makna hidup meningkatkan *life satisfaction* secara signifikan. Dengan demikian, penguatan makna hidup bisa memperkuat dampak positif grit pada *subjective well-being* mahasiswa Batak.

Dukungan sosial dan religiusitas juga turut memperkuat kesejahteraan subjektif dengan kerja yang sinergis terhadap makna hidup. Penelitian pada remaja menunjukkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memberi kontribusi

signifikan terhadap *subjective well-being* meski dalam proporsi moderat (~3,2 %) (Khairudin, 2019). Di komunitas Batak, struktur sosial berbasis gereja (HKBP) dan kumpulan marga menyediakan ruang dukungan emosional dan spiritual yang kuat. Ini memperkuat dimensi makna hidup karena mahasiswa merasa bagian dari jaringan sosial dan merasa hidupnya punya tujuan lebih besar. Kombinasi religiusitas, dukungan komunitas, dan makna hidup membentuk dasar kesejahteraan yang berkelanjutan bagi mahasiswa Batak.

Integrasi antara identitas budaya Batak, makna hidup, grit, religiusitas, dan dukungan sosial membentuk landasan *subjective well-being* yang tangguh pada mahasiswa Batak. Makna hidup memberikan arah dan relevansi terhadap perjuangan akademik dan kehidupan merantau. Dukungan sosial dan spiritual memberi konteks keamanan dan koneksi interpersonal yang meningkatkan kesejahteraan afektif dan kognitif. Kombinasi ini menciptakan keseimbangan antara emosi positif, penghindaran emosi negatif, dan kepuasan hidup (komponen SWB). Bagi institusi pendidikan dan praktisi psikologi, memperkuat makna hidup melalui penguatan identitas budaya serta program dukungan sosial dapat meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa Batak secara signifikan.

2.10. Peran Makna Hidup Sebagai Mediator Antara Dukungan Sosial dan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Batak

Mahasiswa suku Batak, sebagaimana mahasiswa lainnya, sangat dipengaruhi oleh tingkat dukungan sosial yang mereka rasakan dari keluarga, teman sebaya, dan komunitas budaya. Dukungan sosial ini meliputi dukungan emosional, instrumental, dan informasi yang secara empiris terbukti berkorelasi positif kuat dengan *subjective well-being*, yaitu rasa kebahagiaan, kepuasan hidup, dan afek

positif yang dialami seseorang. Studi di Medan pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu menunjukkan korelasi $r = 0,645$ ($p < 0,05$) antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif (Khairudin, 2019). Dengan latar mahasiswa Batak yang sering memiliki ikatan komunitas kuat, hipotesisnya adalah bahwa semakin tinggi persepsi dukungan sosial, semakin tinggi pula *subjective well-being* mereka. Namun, jalur hubungan tersebut kemungkinan tidak langsung; makna hidup dapat menjadi mekanisme mediasi penting.

Konsep makna hidup atau *meaning in life* baik dimensi keberadaan makna (*presence*) maupun pencarian makna (*searching*) berperan sentral dalam menentukan kepuasan hidup mahasiswa, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek yang menunjukkan bahwa dimensi keberadaan makna secara signifikan memengaruhi *subjective well-being* sebesar 47,2 % dari variasi total (Khairunnisa Nayla, 2024). Selain itu, penelitian lain menemukan bahwa dukungan sosial berperan positif terhadap makna hidup mahasiswa tingkat akhir (hasil regresi sederhana berdasarkan MLQ dan MSPSS) pada mahasiswa di Indonesia. Dengan demikian, makna hidup tidak hanya berfungsi sebagai *outcome* dari dukungan sosial, tetapi juga sebagai penyambung antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif itu sendiri.

Dengan memadukan temuan-temuan tersebut, hubungan yang terjadi pada mahasiswa Batak dapat digambarkan sebagai berikut: dukungan sosial yang kuat meningkatkan persepsi makna hidup mahasiswa (keberadaan makna mereka menjadi lebih jelas atau pencarian makna mereka lebih bermakna). Makna hidup yang lebih kuat, pada gilirannya, meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa, karena mereka merasa lebih memiliki tujuan dan pemahaman akan hidup mereka.

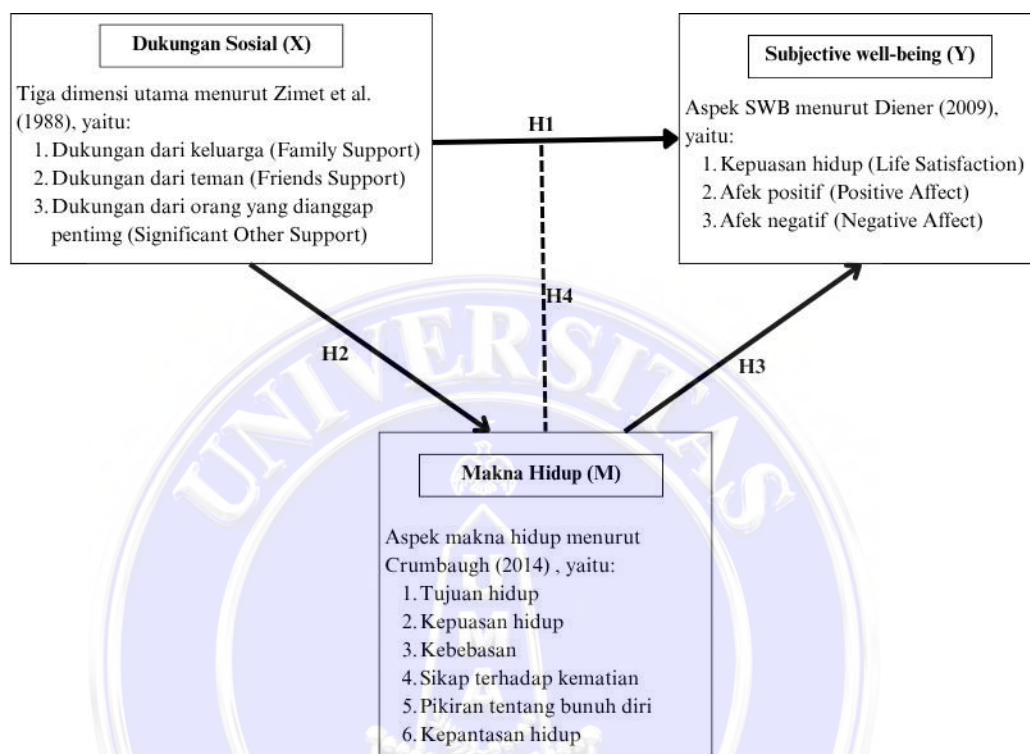
Peran makna hidup ini berfungsi sebagai mediator parsial, artinya sebagian efek dukungan sosial diteruskan melalui makna hidup, sedangkan sebagian lagi mungkin langsung memengaruhi *well-being* tanpa perantara.

Penelitian yang relevan pada domain berbeda (seperti efek mediasi makna hidup antara grit dan kepuasan hidup pada mahasiswa) mendukung gagasan bahwa makna hidup dapat bertindak sebagai mediator dalam hubungan mental yang kompleks (D. E. Purba & Djaling, 2019). Walaupun penelitian ini tidak spesifik pada mahasiswa Batak, mekanisme yang ditemukan memperkuat kerangka teoretis bahwa ketika mahasiswa memiliki makna hidup yang jelas, efek dari dukungan sosial terhadap kesejahteraan hidup akan menjadi lebih kuat. Dengan demikian, integrasi dukungan sosial dan pemberdayaan makna hidup dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif mahasiswa.

Oleh karena itu, solusi praktis dan implikasi penelitian ini adalah: universitas dan komunitas Batak perlu merancang intervensi psikoedukatif yang memperkuat kedua aspek tersebut secara simultan. Contohnya, program mentoring berbasis komunitas budaya Batak dapat memperkuat rasa dukungan sosial sekaligus membantu mahasiswa mengeksplorasi nilai-nilai budaya dan tujuan hidup mereka. Dukungan sosial yang memadai memberi fondasi sementara makna hidup yang terartikulasikan memberi arah dan makna hidup, sehingga mahasiswa merasakan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Sinergi antara dukungan sosial dan makna hidup ini khususnya relevan bagi mahasiswa Batak yang menghadapi tantangan adaptasi budaya, akademik, atau geografis saat merantau.

2.11. Kerangka Penelitian

Berikut grafik konseptual mediasi antara *subjective well-being* (Y) , dukungan sosial (X), dan makna hidup (M):



Gambar 2. 1 Grafik Konseptual Mediasi

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis melalui pengukuran variabel-variabel yang ditentukan serta analisis statistik untuk menemukan hubungan antarvariabel (Sugiyono, 2019). Dalam konteks ini, penelitian berfokus pada pendekatan kuantitatif dengan tipe penelitian ini ada korelasional dengan desain mediasi. Penelitian korelasional digunakan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antarvariabel, tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti (Gravetter & Forzano, 2018). Lebih spesifik, penelitian ini menggunakan analisis mediasi untuk menguji peran makna hidup sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being*. Desain ini relevan karena tidak hanya melihat hubungan langsung antarvariabel, tetapi juga menguji mekanisme psikologis yang menghubungkan keduanya melalui variabel mediasi (Hayes, 2018). Dengan demikian, tipe penelitian korelasional mediasi dipandang sesuai untuk mengungkap dinamika psikologis mahasiswa Batak perantau dalam menghadapi tantangan kehidupan jauh dari keluarga. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah terstandar dan divalidasi sebelumnya. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif tentang dinamika psikologis mahasiswa Batak melalui peran sosial dan eksistensial.

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel variabel utama yang akan digunakan dalam penelitian ini:

X = Dukungan Sosial (Variabel Bebas/Independen)

Y = *Subjective Well-Being* (Variabel Terikat/Dependen)

M = Makna Hidup (Variabel Mediasi)

Berikut penjelasan tentang variabel terikat dan variabel bebas yang akan digunakan dalam penelitian ini:

- a. Variabel bebas (Independen) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Dalam hal ini Dukungan sosial yang diterima mahasiswa akan memengaruhi persepsi makna hidup atau tingkat kesejahteraan psikologis mereka. Maka dukungan sosial menjadi variabel bebas pada penelitian.
- b. Variabel terikat (Dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Subjective well-Being*.
- c. Variabel Mediasi adalah variabel yang mempengaruhi (memperkuat dan memperlemah) hubungan antara variabel independent dengan dependen.

Variabel mediasi dalam penelitian ini adalah makna hidup.

3.3. Defenisi Operasional

3.3.1. *Subjective Well-Being*

Subjective well-being dalam penelitian ini diartikan sebagai evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya, yang mencakup tingkat kepuasan

hidup serta pengalaman emosi positif dan negatif. Individu dengan *subjective well-being* yang tinggi akan merasa puas terhadap hidupnya, sering mengalami emosi positif (seperti senang, bersyukur), dan memiliki tingkat emosi negatif yang rendah (seperti cemas, sedih). *Subjective well-being* terdiri dari tiga komponen utama yaitu *life satisfaction*, *positive affect*, dan *negative affect*. Untuk mengukur *subjective well-being* digunakan alat ukur, yaitu *Satisfaction With Life Scale* (SWLS).

3.3.2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap ketersediaan bantuan, perhatian, dan empati dari lingkungan sosial, baik secara emosional maupun instrumental. Dukungan ini tidak hanya bersifat konkret, seperti bantuan materi, tetapi juga mencakup aspek psikologis seperti rasa diterima dan dihargai. Untuk mengukur dukungan sosial digunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang mengukur dukungan dari tiga sumber utama: keluarga, teman, dan *significant others*.

3.3.3. Makna Hidup

Makna hidup dalam penelitian ini diartikan sebagai sejauh mana individu merasa bahwa hidupnya memiliki arah, tujuan, dan nilai yang berarti. Individu yang memiliki makna hidup cenderung memahami pengalaman hidup secara mendalam dan mampu memaknainya secara positif, bahkan dalam menghadapi kesulitan. Makna hidup berfungsi sebagai komponen penting dalam keberfungsian psikologis individu, termasuk dalam kaitannya dengan dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif. Dalam penelitian ini, makna hidup diukur menggunakan instrumen *Purpose in Life Test* (PIL) yang berdasarkan kerangka *logotherapy* Frankl.

Instrumen ini menilai sejauh mana individu merasakan hidupnya bermakna, terarah, dan memiliki tujuan (*purpose in life*).

3.4. Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sehingga, dapat dikatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari subjek penelitian yang akan kita jadikan sebagai wilayah untuk generalisasi, dimana subjek penelitian tersebut akan diukur dan diteliti (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini populasi yang digunakan 250 mahasiswa dan mahasiswi Batak Universitas Sari Mutiara yang merantau dengan usia antara 19-25 tahun dan jenjang perkuliahan pada semester 1 sampai 8.

3.4.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 250 mahasiswa dan mahasiswi Batak Universitas Sari Mutiara yang merantau dengan usia antara 19-25 tahun dan jenjang perkuliahan pada semester 1 sampai 8.

3.4.3. Teknik Sampling

Teknik total sampling digunakan dalam penelitian ini dengan mempertimbangkan bahwa seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria penelitian dijadikan sebagai sampel penelitian. Pemilihan teknik ini didasarkan pada pertimbangan bahwa jumlah populasi yang tersedia relatif terbatas sehingga memungkinkan peneliti untuk melibatkan seluruh anggota populasi dalam penelitian. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Mahasiswa yang berasal dari etnis Batak, dan
- 2) Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di luar daerah asalnya.

Dengan menggunakan teknik total sampling, seluruh mahasiswa yang memenuhi kriteria tersebut dijadikan sebagai responden penelitian. Penggunaan teknik ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai karakteristik populasi yang diteliti serta meningkatkan tingkat representativitas data penelitian.

3.5. Metode Pengumpulan Data

3.5.1. Skala *Subjective Well-Being*

Alat ukur yang digunakan untuk menilai *subjective well-being* dalam penelitian ini adalah *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener et al. (1985). Skala ini dirancang untuk mengevaluasi sejauh mana individu merasa puas dengan kehidupannya secara keseluruhan, sebagai komponen utama dari *subjective well-being*. SWLS terdiri dari 5 item pernyataan yang menggambarkan kepuasan hidup secara global, seperti "Saya puas dengan hidup saya" atau "Kondisi hidup saya mendekati cita-cita saya". Setiap item dijawab menggunakan skala Likert 7 poin, dari 1 (*sangat tidak setuju*) hingga 7 (*sangat setuju*), sehingga skor total berkisar antara 5 hingga 35. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi, dan sebaliknya. Instrumen ini banyak digunakan dalam penelitian psikologi karena telah terbukti memiliki reliabilitas internal yang tinggi dan validitas konstruk yang baik dalam berbagai konteks budaya, termasuk dalam populasi mahasiswa.

3.5.2. Skala Dukungan Sosial

Skala pengukuran yang digunakan untuk menilai dukungan sosial dalam penelitian ini adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)

yang dikembangkan oleh Zimet et al. (1988). Instrumen ini terdiri dari 12 butir pernyataan, yang dirancang untuk mengukur persepsi individu terhadap dukungan sosial dari tiga sumber utama, yaitu keluarga (*family*), teman (*friends*), dan orang yang dianggap penting (*significant others*). Setiap sumber dukungan direpresentasikan oleh 4 item, sehingga memungkinkan penilaian yang seimbang terhadap kontribusi masing-masing sumber dalam memberikan dukungan. Skala ini menggunakan format Likert 7 poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju), yang memberikan fleksibilitas bagi responden dalam menilai tingkat persetujuan mereka terhadap setiap pernyataan. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, menunjukkan persepsi individu terhadap dukungan sosial yang semakin tinggi.

3.5.3. Skala Makna Hidup

Skala Makna Hidup disusun berdasarkan aspek-aspek makna hidup menurut Crumbaugh (2014) yaitu aspek; tujuan hidup, aspek kepuasan hidup, aspek kebebasan, aspek sikap terhadap kematian, aspek pikiran tentang bunuh diri dan aspek kepantasan hidup. Dalam penelitian ini, makna hidup diukur menggunakan instrumen Purpose in Life Test (PIL) yang dikembangkan oleh Crumbaugh (2014), yang berlandaskan pendekatan logoterapi dan bertujuan mengukur sejauh mana individu memandang hidupnya bermakna, terarah, dan memiliki tujuan. Instrumen ini terdiri dari 20 item dengan format respons skala 7 poin, sehingga menghasilkan skor total yang merefleksikan tingkat makna/tujuan hidup; skor yang lebih tinggi menunjukkan makna hidup yang lebih kuat, sedangkan skor yang lebih rendah mengindikasikan kecenderungan kekosongan makna atau rendahnya orientasi tujuan hidup.

3.6. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini dipergunakan skala interval yaitu skala likert (untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial). Dalam penelitian fenomena sosial ini ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Sugiyono (2014) mengatakan bahwa dengan skala likert maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan acuan untuk menyusun item-item instrumen yang berupa pernyataan atau pertanyaan. Skala likert adalah suatu skala psikometrik yang umum digunakan dalam angket dan merupakan skala yang paling banyak digunakan dalam riset berupa survei.

3.7. Teknik Analisis Data

Setelah data diperoleh melalui penyebaran kuesioner dan dilakukan proses pembersihan data, maka tahap selanjutnya adalah pengolahan dan analisis data. Penelitian ini menggunakan Structural Equation Modeling (SEM) sebagai teknik analisis data. SEM merupakan teknik analisis statistik multivariat yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel laten dan indikator-indikatornya, sekaligus menguji model hubungan struktural antar konstruk. Dalam penelitian ini, model yang dibangun terdiri dari satu variabel bebas (dukungan sosial), satu variabel terikat (*subjective well-being*), dan satu variabel mediator (makna hidup). Dengan pendekatan SEM, peneliti dapat menguji hubungan langsung dan tidak langsung antar variabel sekaligus dalam satu model penelitian yang utuh.

Proses analisis SEM dalam penelitian ini mengikuti pendekatan *Two-Step Approach* yang dikembangkan oleh Anderson dan Gerbing (1988), yaitu dimulai dengan analisis model pengukuran (*Measurement Model*) dan dilanjutkan dengan

analisis model struktural (*Structural Model*). Langkah pertama dilakukan dengan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) untuk menguji validitas dan reliabilitas konstruk dari setiap variabel laten. CFA digunakan untuk mengkonfirmasi apakah indikator-indikator yang digunakan benar-benar merepresentasikan konstruk yang diukur. Konstruk dinyatakan valid apabila nilai loading factor $\geq 0,50$ dan reliabel apabila nilai *Construct Reliability* (CR) $\geq 0,70$ serta *Average Variance Extracted* (AVE) $\geq 0,50$ (Fornell & Larcker, 1981).

Setelah model pengukuran memenuhi syarat validitas dan reliabilitas, tahap selanjutnya adalah analisis model struktural, yaitu menguji hubungan kausal antar konstruk dalam model. Model ini menguji apakah makna hidup memediasi hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being*. Dalam tahap ini, dilakukan pengujian hipotesis langsung dan tidak langsung, termasuk uji mediasi dengan analisis jalur (*path analysis*). Penelitian ini akan menguji apakah efek dukungan sosial terhadap *subjective well-being* bersifat langsung atau tidak langsung melalui makna hidup.

Untuk mengetahui apakah model yang dibangun sesuai (fit) dengan data empiris, digunakan beberapa kriteria *Goodness-of-Fit* (GOF). Menurut Haryono (2017), indikator kecocokan model yang ideal meliputi nilai: Chi-square/df (CMIN/DF) $\leq 2,0$, Probabilitas $\geq 0,05$, GFI $\geq 0,90$, AGFI $\geq 0,90$, CFI $\geq 0,95$, TLI $\geq 0,95$, dan RMSEA $\leq 0,08$. Jika sebagian besar indikator GOF terpenuhi, maka model dapat dinyatakan fit atau sesuai, dan hasil analisis dapat dijadikan dasar untuk interpretasi hubungan antar variabel. Model dikatakan bagus atau *fit* jika memenuhi uji kecocokan model secara keseluruhan (*Uji GOF*) serta evaluasi

terhadap model struktur sehingga diperoleh model yang dapat diterima (Haryono, 2017)

Analisis SEM juga memberikan informasi tentang besarnya pengaruh langsung dan tidak langsung, yang masing-masing ditunjukkan oleh nilai *standardized regression weight* dan koefisien determinasi (R^2). Dalam konteks ini, pengaruh tidak langsung dari dukungan sosial terhadap *subjective well-being* melalui makna hidup akan diuji signifikansinya menggunakan metode bootstrapping. Jika nilai *indirect effect* signifikan dan *confidence interval* (CI) tidak melibatkan nol, maka mediasi dianggap signifikan (Preacher & Hayes, 2008). Hal ini penting untuk mengetahui sejauh mana makna hidup benar-benar berperan sebagai mediator. Dalam penelitian ini, SEM dipilih karena sesuai dengan karakteristik data dan tujuan penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan perangkat lunak AMOS. Pemilihan SEM-AMOS didasarkan pada jumlah sampel penelitian yang cukup besar, yaitu 250 responden. Menurut Hair et al. (2019), SEM berbasis covariance (CB-SEM) seperti AMOS lebih tepat digunakan apabila ukuran sampel relatif besar (umumnya $\geq 150-200$) karena metode ini menekankan pada pengujian kesesuaian model teoritis dengan data empiris. Dengan jumlah sampel 250, analisis menggunakan AMOS dinilai memadai untuk memperoleh estimasi yang stabil dan hasil uji yang lebih akurat.

Selain itu, SEM-AMOS memungkinkan pengujian model mediasi secara lebih komprehensif, termasuk validitas konstruk, reliabilitas, serta hubungan langsung dan tidak langsung antar variabel (Byrne, 2016). Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin menguji peran makna hidup sebagai mediator antara

dukungan sosial dan *subjective well-being*. SEM yang digunakan berbasis AMOS diprioritaskan apabila data berdistribusi normal dan ukuran sampel relatif besar (Hair et al., 2019). Penggunaan SEM dalam penelitian ini dinilai tepat karena model melibatkan variabel mediasi dan beberapa konstruk psikologis yang diukur dengan indeks atau indikator ganda. Selain itu, SEM memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis yang lebih komprehensif, baik dari segi pengujian model teoritis maupun estimasi hubungan kausal antar variabel laten. Hal ini menjadikan SEM sebagai pendekatan yang unggul dibanding regresi konvensional dalam pengujian model kompleks.

Menurut Augusty (2006), terdapat beberapa alasan penggunaan SEM sebagai alat analisis utama dalam penelitian ini: (1) SEM mampu mengkonfirmasi unidimensionalitas indikator-indikator konstruk, (2) menguji kelayakan model secara empiris, dan (3) menguji secara simultan hubungan kausal antar konstruk dalam satu model. Keunggulan lain dari SEM adalah kemampuannya dalam mengidentifikasi fit model secara keseluruhan sekaligus melihat kekuatan jalur antar variabel yang diteliti. Oleh karena itu, pendekatan SEM melalui AMOS sangat sesuai untuk menguji model peran makna hidup sebagai mediator antara dukungan sosial dan *subjective well-being* pada mahasiswa Batak.

Tabel 3. 1 Goodness-of-Fit Index

No	Goodness of fit index	Cut off Value (Nilai Batas)
1	χ^2 -chi square	$\leq \alpha$.df (lebih kecil dari <i>Chi square table</i>)
2	Probability	$\geq 0,05$
3	GFI	$\geq 0,90$
4	AGFI	$\geq 0,90$
5	CFI	$\geq 0,95$
6	TLI	$\geq 0,95$
7	CMIN/DF	$\leq 2,0$
8	RMSEA	$\leq 0,08$

Sumber: Haryono (2017)

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* dengan nilai C.R. = 4,343 dan $p < 0,001$. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia. Semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan subjektif mereka.
2. Dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap makna hidup dengan nilai C.R. = 4,162 dan $p < 0,001$. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap makna hidup pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia. Semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan, semakin besar pula makna hidup yang dirasakan.
3. Makna hidup berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* dengan nilai C.R. = 1,964 dan $p = 0,050$. Makna hidup memiliki pengaruh signifikan terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia. Semakin tinggi makna hidup yang dirasakan, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan subjektif mereka.
4. Makna hidup terbukti memediasi secara signifikan hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* dengan nilai uji Sobel $p = 0,03$ ($p < 0,05$). Makna hidup berperan sebagai mediator yang signifikan dalam

hubungan antara dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa Batak di Universitas Sari Mutiara Indonesia. Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga melalui mekanisme makna hidup. Makna hidup berperan sebagai mediator yang signifikan dalam pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being*, yang ditunjukkan melalui hasil uji Sobel dengan nilai signifikansi $p < 0,05$, sehingga mengindikasikan adanya pengaruh tidak langsung yang bermakna antara dukungan sosial dan *psychological well-being* melalui makna hidup

5.2. Saran

Berikut adalah beberapa saran yang dapat dipertimbangkan berdasarkan hasil penelitian ini:

1. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat memperluas sampel penelitian, misalnya dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai universitas atau daerah lain. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti penelitian kualitatif atau *mixed methods*, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena yang diteliti. Penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif mahasiswa Batak, seperti religiusitas, kepribadian, atau gaya hidup.

Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mengkaji secara lebih spesifik peran konstruk budaya Batak dalam hubungan antara dukungan sosial, makna

hidup, dan *subjective well-being* dengan mengintegrasikan nilai-nilai lokal seperti *Dalihan Na Tolu*, ikatan kekerabatan, serta praktik adat dan religiusitas sebagai variabel kontekstual atau moderator, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana budaya Batak membentuk persepsi dukungan sosial, proses pemaknaan hidup, dan pencapaian kesejahteraan psikologis.

2. Saran Bagi Mahasiswa

Mahasiswa, khususnya mahasiswa Batak yang merantau, disarankan untuk aktif mencari dan memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun komunitas Batak. Mahasiswa disarankan untuk mengembangkan makna hidup yang positif, misalnya dengan menetapkan tujuan hidup yang jelas, terlibat dalam kegiatan yang bermakna, atau membantu orang lain.

3. Saran Bagi Universitas

Universitas disarankan untuk mengembangkan kebijakan dan program terpadu yang mengintegrasikan penguatan dukungan sosial melalui mentoring, komunitas mahasiswa, dan lingkungan kampus yang suportif, serta fasilitasi pengembangan makna hidup melalui layanan konseling, pelatihan pengembangan diri, dan integrasi nilai budaya, sehingga secara simultan dapat meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa secara optimal dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, F. A. (2024). *Psychological Well-Being Manusia Indonesia. Bagaimana Budaya Membentuk Kesejahteraan Psikologis Manusia Indonesia*. <https://www.researchgate.net/publication/370105652>
- Agwa, N. J. (2022). *Pengaruh Stress Akademik Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa*.
- Alfina Rizky Damayanti, & Lucky Purwantini. (2025). Hubungan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 239–248. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i1.563>
- Alifa Fadillah, M., & Rahmah, D. D. N. (2025). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial dan Stres Akademik Terhadap Kesejahteraan Subjektif. *Psyche 165 Journal*, 1–6. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v18i1.471>
- Allemand, M., Steiger, A. E. ., & Hill, P. L. (2013). Forgiveness and subjective well-being in adulthood: The moderating role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 47(5), 614–622. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.05.006>
- Alnadi Asmalia, & Sari Kumala. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera di UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH. *Proyeksi*, 16, 153–165. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Setres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Arifin N.S, Sulaiman Nur A.S, & Zain N.M. (2023). *Social support and subjective well-being among undergraduate students in public university*. 2(5), 27–32.
- Arroissi Jarman, & Mukharom Rohmah Akhirul. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual Dalam Logoterapi. *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 20 (1), 91–115.
- Auliya, N. P. D., & Nur Eva. (2025). Dukungan Sosial dan Resiliensi Remaja yang Mengalami Kesulitan Hidup: Systematic Literature Review Using Big Data Analysis. *Jurnal Psikologi*, 2(2). <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i2.3545>
- Borualogo, I. S., Kusdiyati, S., & Wahyudi, H. (2022). Subjective Well-Being and Material Deprivation During COVID-19 pandemic: A study in children and adolescents in Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 49(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpsi.68140>
- BPS. (2020). *PROFIL SUKU DAN KERAGAMAN BAHASA DAERAH HASIL LONG FORM SENSUS PENDUDUK 2020*.
- Busseri, M. A. (2025). Evaluating the Structure of Subjective Well-Being: Evidence From Three Large-Scale, Long-Term, National Longitudinal Studies. *Personality*

- and Social Psychology Bulletin*, 51(11), 2266–2284.
<https://doi.org/10.1177/01461672241233433>
- Cahyani, E., Sukma Santika, A., Haura Shafa, D., Alfath, M. F., Al Hakim, I., Budiman, N., & Bahasa Arab, P. (2025). Analisis Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stres Akademik di Kalangan Mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab UPI. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9 (1), 604–614.
- Chan, D. W. (2012). Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. *Teaching and Teacher Education*, 32, 22–30. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2012.12.005>
- Christanti, D., Prasetyo, E., & Katolik Widya Mandala Surabaya JKalisari Selatan No, U. (2024a). The student's quality of life: an overview of roles of social support of family, friend, and significant others Kualitas hidup mahasiswa: tinjauan dari peran dukungan sosial keluarga, teman, dan significant others. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1), 59–72. <https://doi.org/10.26905/jpt.v19.i1.10721>
- Christanti, D., Prasetyo, E., & Katolik Widya Mandala Surabaya JKalisari Selatan No, U. (2024b). The student's quality of life: an overview of roles of social support of family, friend, and significant others Kualitas hidup mahasiswa: tinjauan dari peran dukungan sosial keluarga, teman, dan significant others. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1), 59–72. <https://doi.org/10.26905/jpt.v19.i1.10721>
- Chu, S. T. W., & Fung, H. H. L. (2021). Is the Search for Meaning Related to the Presence of Meaning? Moderators of the Longitudinal Relationship. *Journal of Happiness Studies*, 22(1), 127–145. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00222-y>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. In *Psychological Bulletin* (Vol. 98, Issue 2, pp. 310–357). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Damarhadi, S., Junianto², M., Indasah, S. N., & Situmorang, N. Z. (2020). KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MAHASISWA RANTAU DI INDONESIA THE MEANING OF LIFE ON INDONESIAN OVERSEAS STUDENTS. In *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* (Vol. 22, Issue 2).
- Daniel, L. S. (2025). Makna kultural Umpasa pada upacara pernikahan Batak Toba di Samarinda. *Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 9 (1), 109–122. <http://dx.doi.org/10.30872/jbssb.v9i1.18803>
- Das, K. V., Jones-Harrell, C., Fan, Y., Ramaswami, A., Orlove, B., & Botchwey, N. (2020). Understanding subjective well-being: perspectives from psychology and public health. In *Public Health Reviews* (Vol. 41, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s40985-020-00142-5>
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 54. <https://doi.org/10.26555/jtp.v1i1.15129>

- Febriyola Dini, Ikhsan Helli, & Kosasih Ismawati. (2023). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan dosen terhadap resiliensi akademik mahasiswa rantau UPI dari luar Jawa* [Universitas Pendidikan Indonesia]. <http://repository.upi.edu/id/eprint/106182>
- Gabriella Manullang, T., & Fitri Ambarita, T. (2024). *Pengaruh Stres Akademik Terhadap Subjective Well-Being Pada*. 5(3), 718–730. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.464>
- Gülaçti, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 3844–3849. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.602>
- Gunawan, S., & Alfita, L. (2024). Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional Remaja. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 7(2), 613–622. <https://doi.org/10.34007/jehss.v7i2.2337>
- Hayfatunisa Gea, & Suyasa P. (2024). Hubungan Antara Persepsi Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Subjektif (Studi Pada Mahasiswa Di Jakarta). *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 7 (2).
- Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and Its Distinction from Hedonia: Developing a Classification and Terminology for Understanding Conceptual and Operational Definitions. *Journal of Happiness Studies*, 15(6), 1425–1456. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0>
- I-NAMHS. (2022). *I-NAMHS: Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey*.
- Indah Sukmati, Rezki Hariko Purba, & Puji Gusri Handayan. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Perantau Suku Batak di Universitas Negeri Padang. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 1(3), 610–618.
- Jadidi, A., & Ameri, F. (2022). Social Support and Meaning of Life in Women with Breast Cancer. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 32(4), 709–714. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v32i4.6>
- Jovanović, V. (2010). Personality and subjective well-being: One neglected model of personality and two forgotten aspects of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 50(5), 631–635.
- Julianingsih, M., Bimbingan, F., Konseling, D., & Jambi, U. (2021). JBKI UNDIKSHA Identifikasi Dukungan Sosial Keluarga Inti pada Siswa Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6, 238–242. <https://doi.org/10.23887/XXXXXX-XX-0000-00>
- Kasyfillah, M. H. (2024). Peran Gratitude untuk Meningkatkan Subjective Well-Being pada Mahasiswa. *Muhammad Sani Roehan*, 2(2), 110–118. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v2i2.1475>

- Kaufman, V. A., Horton, C., Walsh, L. C., & Rodriguez, A. (2022). The Unity of Well-Being: An Inquiry into the Structure of Subjective Well-Being Using the Bifactor Model. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 7(3), 461–486. <https://doi.org/10.1007/s41042-022-00077-z>
- Kero, K., Podlesek, A., & Kavcic, V. (2023). Meaning in challenging times: Sense of meaning supports wellbeing despite pandemic stresses. *SSM - Mental Health*, 4. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2023.100226>
- Kerry, N., Chhabra, R., & Clifton, J. D. W. (2023). Being Thankful for What You Have: A Systematic Review of Evidence for the Effect of Gratitude on Life Satisfaction. In *Psychology Research and Behavior Management* (Vol. 16, pp. 4799–4816). Dove Medical Press Ltd. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S372432>
- Khairudin. (2019). *Peran Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Subjective Well-Being pada Remaja Khairudin, Mukhlis The Role of Religiosity and Social Support to Subjective Well-Being on Adolescents*. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.7128>
- Khairunnisa Nayla. (2024a). *PENGARUH MAKNA HIDUP DAN PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR*.
- Khairunnisa Nayla. (2024b). *PENGARUH MAKNA HIDUP DAN PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR* [Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/81301>
- Khalek, A. M. (2010). uality of life, subjective well-being, and religiosity in Muslim college students. *Quality of Life Research*, 19(8), 1133–1143.
- Khatira, D. A. (2021). HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN MAKNA HIDUP PADA MAHASISWA AKHIR. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 7 (2)(2). <https://doi.org/10.36655/psikologi.v7i2.545>
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). motional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53(8), 1039–1043.
- Latifah, I. (2024). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Generasi Z. Syntax Literate*. 9(9), 11. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v9i11>
- Li, Y., Lan, J., & Ju, C. (2015). Self-esteem, gender, and subjective well-being among Chinese college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(3), 399–410. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.3.399>
- Lima das Chagas, F. A., & Muñoz-García, A. (2023). Examining the Influence of Meaning in Life and Religion/Spirituality on Student Engagement and Learning Satisfaction: A Comprehensive Analysis. *Religions*, 14(12). <https://doi.org/10.3390/rel14121508>

- Liu, L. (2014). Personality and subjective well-being among Chinese participants: The mediating role of self-esteem. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 42(4), 583–593. <https://doi.org/10.2224/sbp.2014.42.4.583>
- Lumban Gaol, Y. S., Jalil, A., Kunci, K., Punguan, :, Sosial, I., & Sosial, M. (2024). IKATAN SOSIAL PUNGUAN MAHASISWA SUKU BATAK TOBA DI PEKANBARU. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 1, 204–210. <https://doi.org/10.62017/arima>
- Luo, J., Liu, X. B., Yao, Q., Qu, Y., Yang, J., Lin, K., Pan, S. R., Wang, T. Y., Dai, Y., Chen, H. Y., Chen, J. M., & Yang, Z. (2024). The relationship between social support and professional identity of health professional students from a two-way social support theory perspective: chain mediating effects of achievement motivation and meaning in life. *BMC Medical Education*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05391-5>
- Majesty, J. (2023). Subjective Well-Being Mahasiswa Skripsi : Bagaimana Peranan Stres Akademik? *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(3)(2), 238–247. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa>
- Malkoç, A. (2011). Big five personality traits and coping styles predict subjective wellbeing: A study with a Turkish sample. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 12, 577–581. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.02.070>
- Mao, Y., Chen, J., Liu, X., Dang, J., & Schiöth, H. B. (2024). Social support predicted subsequent subjective well-being during the COVID-19 pandemic: a prospective study. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18473-2>
- Marssel Michael Sengkey, Nova Lisye Sinaulan, Normila Syahrin, Tresensia Eka Jamali, Wulansari lisu Sarungu', & Enjelina Wisky. (2025). Peran Dukungan Sosial dalam Mengatasi Stress Akademik pada Mahasiswa: Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 5709–5712. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1502>
- Maslihah, S. (2011). STUDI TENTANG HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL, PENYESUAIAN SOSIAL DI LINGKUNGAN SEKOLAH DAN PRESTASI AKADEMIK SISWA SMPIT ASSYFA BOARDING SCHOOL SUBANG JAWA BARAT. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- Matsuda, T., Tsuda, A., Kim, E., & Deng, K. (2014). Association between Perceived Social Support and Subjective Well-Being among Japanese, Chinese, and Korean College Students. *Psychology*, 05(06), 491–499. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.56059>
- Morales Almeida, P., & Alemán Ramos, P. (2025). The Subjectivity of Subjective Well-Being. *SAGE Open*, 15(1). <https://doi.org/10.1177/21582440251329860>

- Mujamiasih Murti. (2013). *PENGESAHAN Skripsi ini telah dipertahankan di depan Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang pada tanggal 20 Agustus 2013.*
- Nainggolan, E., Vebilola Manalu, F., Marito Nainggolan, F., & Delita, F. (2024). *Edoy Nainggolan 1 , Febbry Vebilola Manalu 2 , Fransiska Marito Nainggolan 3 , Fitra Delita 4 Kompetensi Universitas Balikpapan* (Vol. 17, Issue 1).
- Napitupulu Sarah. (2024). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PART-TIME DI KOTA MEDAN.* Universitas HKBP Nomensen.
- Naully, M., & Fransisca, V. (2020). Identitas budaya pada mahasiswa Batak Toba yang kuliah di Medan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(1), 364–380. <https://doi.org/10.24854/jpu29>
- Nidaussa'idah, R., & Lubabin Nuqul, F. (2025). Sistematik Literatur Review: Dukungan Sosial Online Berdampak Positif Pada Kesehatan Mental. *Journal Of Psychology and Social Sciences*, 3(1), 1–11. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/JPSS/index>
- Oltean, L. E., Șoflău, R., Miu, A. C., & Szentágotai-Tătar, A. (2025). Unveiling subjective well-being: the role of reward processing and resilience. *Current Psychology*, 44(3), 1896–1905. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07247-z>
- Panggabea, T. K., Solang, D. J., & Sengkey, S. B. (2023). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP ADAPTASI KARIR PADA MAHASISWA BATAK TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS NEGERI MANADO.* 4.
- Panggabea Tunggal K., Solang Deetje J., & Sengkey. (2023). *Pengaruh dukungan sosial terhadap adaptasi karir padamahasiswa batak tingkat akhir di universitas negeri Manado.*
- Purba, D. E., & Djaling, K. W. (2019). EFEK MEDIASI MAKNA HIDUP PADA HUBUNGAN ANTARA GRIT DAN KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-233>
- Putri, A., & Irna Aviani, Y. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kota Bukittinggi. *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Psikologi*, 7(1), 985–991. <https://doi.org/10.33627/es.v7i1.2515>
- Putri Haulia, N., Dwi Febriani, R., Hariko, R., Khairiah Sari, A., Wandha Putra, F., & dan Konseling, B. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Academic Burnout Siswa.* 11(2). <https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK>
- Qori'ah, H. S., & Ningsih, Y. T. (2020). GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA BEBERAPA KALANGAN MASYARAKAT DI INDONESIA (SEBUAH KAJIAN LITERATUR). *Jurnal Riset Psikologi*, 7(3), 1–14.

- Rasheed, N., Fatima, I., & Tariq, O. (2022). University students' mental well-being during COVID-19 pandemic: The mediating role of resilience between meaning in life and mental well-being. *Acta Psychologica*, 227. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103618>
- Rufaida, S. A., Wardani, Y., Utami, R., Departemen, P., Jiwa, K., Keperawatan, I., Indonesia, U., Prof, J., & Djohan, B. (2021). *DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN MASALAH KESEHATAN JIWA PADA REMAJA*. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Sahai, A., Mahapatra, M. B., & Mahapatra, M. (2020). Journal of Critical Reviews SUBJECTIVE WELL-BEING AT WORKPLACE: A REVIEW ON ITS IMPLICATIONS. *Article in Journal of Critical Reviews*, 7, 2020. <https://doi.org/10.31838/jcr.07.11.144>
- Sakuraya, A., Imamura, K., Watanabe, K., Asai, Y., Ando, E., Eguchi, H., Nishida, N., Kobayashi, Y., Arima, H., Iwanaga, M., Otsuka, Y., Sasaki, N., Inoue, A., Inoue, R., Tsuno, K., Hino, A., Shimazu, A., Tsutsumi, A., & Kawakami, N. (2020). What Kind of Intervention Is Effective for Improving Subjective Well-Being Among Workers? A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.528656>
- Salsabila, D. F., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2022a). Stres Akademik dan Perceived Social Support sebagai Prediktor Kesehatan Mental Remaja Akhir. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 8(2), 173. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.76711>
- Salsabila, D. F., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2022b). Stres Akademik dan Perceived Social Support sebagai Prediktor Kesehatan Mental Remaja Akhir. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 8(2), 173. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.76711>
- Santoso, M. D. Y. (2020). REVIEW ARTICLE: DUKUNGAN SOSIAL DALAM SITUASI PANDEMI COVID 19. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(1), 11–26. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i1.184>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology* (8th ed.). John Wiley & Sons.
- Schnell, T., & Danbolt, L. J. (2023). The Meaning and Purpose Scales (MAPS): development and multi-study validation of short measures of meaningfulness, crisis of meaning, and sources of purpose. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01319-8>
- Septiawan, D., Meddina, N., Amanda, A., & Fatmasari Edy, D. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak yang Merantau di Malang. *Jurnal Flourishing*, 4(5), 210–224. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i52024p210-224>

- Serey, A. K., Martínez-Líbano, J., & Barahona-Fuentes, G. (2025). Emotional Regulation and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review. In *Mental Health: Global Challenges* (Vol. 8, Issue 1, pp. 14–26). Sciendo. <https://doi.org/10.56508/mhgcj.v8i1.240>
- Setyanto, A. T. (2023). Deteksi Dini Prevalensi Gangguan Kesehatan Mental Mahasiswa di Perguruan Tinggi. *Wacana*, 15(1), 66. <https://doi.org/10.20961/wacana.v15i1.69548>
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2014). The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561–576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Sihombing, A. A. (2018a). Mengenal Budaya Batak Toba Melalui Falsafah “Dalihan Na Tolu” (Perspektif Kohesi dan Kerukunan). *Jurnal Lektur Keagamaan*, 16(2), 347–371. <https://doi.org/10.31291/jlk.v16i2.553>
- Sihombing, A. A. (2018b). Mengenal Budaya Batak Toba Melalui Falsafah “Dalihan Na Tolu” (Perspektif Kohesi dan Kerukunan). *Jurnal Lektur Keagamaan*, 16(2), 347–371. <https://doi.org/10.31291/jlk.v16i2.553>
- Simatupang, A. F., & Tampake, T. (2024). Sosiabilitas Lapo tuak dalam pendampingan mayasrakat Batak Toba. *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 13(2), 193–200. <https://doi.org/10.21831/dimensia.v13i2.71622>
- Simbolon, D. (2012). *MEMAHAMI KOMUNIKASI BEDA BUDAYA ANTARA SUKU BATAK TOBA DENGAN SUKU JAWA DI KOTA SEMARANG (STUDI PADA MAHASISWA SUKU BATAK TOBA DENGAN SUKU JAWA DI UNIVERSITAS SEMARANG): Vol. IV* (Issue 1).
- Sinulingga, J., Ghani, R., Limbong, A., & Pardede, D. S. (n.d.-a). *Kain Ulos Motif Ragi Hidup Etnik Batak Toba : Kajian Semiotik Sosial*.
- Sinulingga, J., Ghani, R., Limbong, A., & Pardede, D. S. (n.d.-b). *Kain Ulos Motif Ragi Hidup Etnik Batak Toba : Kajian Semiotik Sosial*.
- Sinulingga, J., Gulo, F. M., Natalia, D., & Naibaho, B. (2024). Wacana Ulos Ragi Hidup: Bentuk, Makna Simbolis dan Nilai-Nilai Luhur dalam Budaya Batak Toba. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8 (2).
- Smith, R. A., & Khawaja, N. G. (2011). *A Review of the Acculturation Experiences of International Students*.
- Sri Hartini, Sri Ernawati, & Faqih Purnomosidi. (2025). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Program Studi Psikologi di Universitas Sahid Surakarta. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 157–170. <https://doi.org/10.58192/sidu.v4i1.3132>

- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534–540. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>
- Stefany, C., Dewi, A. P., Irvani Dewi 3 1 Program, Y., Keperawatan, S. I., Keperawatan, F., & Riau, U. (2022). *The Relationship between peer social support and the motivation of final year students in Writing the Undergraduate Thesis*.
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., & Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Sundari Hanifa, P., & Yuwono Puji Sugiharto, D. (2024). Effect of Self-Efficacy and Peer Social Support on Students' Career Maturity. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 13(2), 143–150. <https://journal.unnes.ac.id/journals/jubk>
- Sungkowardani, S., Hamzah, I. F., Aeni, N. ', & Wulandari, D. A. (2022). BELAJAR PADA MAHASISWA PERANTAUAN LUAR JAWA DI KABUPATEN BANYUMAS. In *PSIMPHONI* (Vol. 3, Issue 2).
- Talitha Harsoyo Tania, & Suyasa P. Tommy Y. S. (2024). Hubungan antara Self-Esteem dengan Dimensi Subjective Well Being (Studi Pada Mahasiswa di Jakarta). *Journal Of Social Science Research*, 4, 4508–4517.
- Taufiq Ahmad. (2018). *Paradigma Baru Pendidikan Tinggi dan Makna Kuliah Bagi Mahasiswa*.
- Tian, L., Pi, L., Huebner, E. S., & Du, M. (2016). Gratitude and adolescents' subjective well-being in school: The multiple mediating roles of basic psychological needs satisfaction at schoo. *Frontiers in Psychology*, 7(SEP). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01409>
- Tillah, R. M., & Firman. (2025). Peran dukungan sosial orangtua terhadap subjective well-being mahasiswa yang terancam drop out: Studi Korelasional. *JURNAL ILMIAH NUSANTARA*, 2(5), 308–320. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i5.5454>
- Ulil Irsyadiyah, A. (2023). WELL BEING PADA MAHASISWA AKHIR BERSUKU JAWA, SUNDA DAN BATAK DI KOTA SALATIGA. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 2(2), 145–152. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i2.1306>
- Utami, D. D., Farida, D., & Setiawati, A. (2018). *MAKNA HIDUP PADA MAHASISWA RANTAU: ANALISIS FAKTOR EKSPLORATORI SKALA MAKNA HIDUP*.
- Utami, M. S. (2009). *Keterlibatan dalam Kegiatan dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa* (Vol. 36, Issue 2).
- Uzun, K., & Arslan, G. (2025). Meaning in Life Across Life Stages: Pathways from Uncertainty to Subjective Well-being. *Applied Research in Quality of Life*. <https://doi.org/10.1007/s11482-025-10461-x>

- Victoriana, E., Tiurma Manurung, R., Azizah, E., Teresa, M., & Alvin Gultom, Z. (2023). Makna Hidup dan Subjective Well-Being Mahasiswa. *Humanitas*, 7(2), 225–244.
- Violeta, Febriantina, S., Pd, S., Pd, M., Rachmadania, R. F., & Sm, M. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial dan Self-Efficacy Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta)*. 2(9), 36–56.
- Voukelatou, V., Gabrielli, L., Miliou, I., Cresci, S., Sharma, R., Tesconi, M., & Pappalardo, L. (2021). Measuring objective and subjective well-being: dimensions and data sources. In *International Journal of Data Science and Analytics* (Vol. 11, Issue 4, pp. 279–309). Springer Science and Business Media Deutschland GmbH. <https://doi.org/10.1007/s41060-020-00224-2>
- Wahyu Anisa, W., Geraldo, M., & Wijaya, E. (2024). *The Role of Social Support on Subjective Well-Being in Adolescents*. 3. <https://edunity.publikasikupublisher.com1255>
- Winanda Putri, & Dora Nuriza. (2024). *1684-4993-1-PB*.
- Wu, C., Liu, X., Liu, J., Tao, Y., & Li, Y. (2024a). Strengthening the meaning in life among college students: the role of self-acceptance and social support - evidence from a network analysis. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1433609>
- Wu, C., Liu, X., Liu, J., Tao, Y., & Li, Y. (2024b). Strengthening the meaning in life among college students: the role of self-acceptance and social support - evidence from a network analysis. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1433609>
- Yani, I., Purba, B., Sukmawati, I., Hariko, R., Puji, &, & Handayani, G. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Perantau Suku Batak di Universitas Negeri Padang. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology and Educational Research*, 1(3). <https://doi.org/10.32672/mister.v1i3.1701>
- Yiğit, B., & Çakmak, B. Y. (2024). Discovering Psychological Well-Being: A Bibliometric Review. In *Journal of Happiness Studies* (Vol. 25, Issue 5). Springer Science and Business Media B.V. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00754-7>
- Yuliana, Y., Ampulembang, Y. A., & Roswiyani, R. (2018a). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN COPING DENGAN MAKNA HIDUP REMAJA PENYANDANG KANKER. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 262–271. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1700>
- Yuliana, Y., Ampulembang, Y. A., & Roswiyani, R. (2018b). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN COPING DENGAN MAKNA HIDUP REMAJA

PENYANDANG KANKER. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 262–271. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1700>

Y. I., , Purba, Sukmawati, I., Hariko, R., Puji, &, & Handayani, G. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Perantau Suku Batak di Universitas Negeri Padang. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology and Educational Research*, 1(3). <https://doi.org/10.32672/mister.v1i3.1701>

Zambelli, M., & Tagliabue, S. (2024a). The Situational Meaning in Life Evaluation (SMILE): Development and Validation Studies. *Journal of Happiness Studies*, 25(1–2). <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00730-1>

Zambelli, M., & Tagliabue, S. (2024b). The Situational Meaning in Life Evaluation (SMILE): Development and Validation Studies. *Journal of Happiness Studies*, 25(1–2). <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00730-1>

Zambelli, M., & Tagliabue, S. (2024c). The Situational Meaning in Life Evaluation (SMILE): Development and Validation Studies. *Journal of Happiness Studies*, 25(1–2). <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00730-1>

Zhou, Y., & Wang, S. (2025). The impact of physical activity on subjective well-being in college students: the mediating role of rumination and the moderating role of behavioral activation/inhibition systems. *BMC Psychology*, 13(1), 700. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03049-5>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Pelaksanaan dan Penyelesaian Penelitian



UNIVERSITAS SARI MUTIARA INDONESIA
FAKULTAS FARMASI DAN ILMU KESEHATAN
Jalan Kapten Muslim No. 79 Medan 20123
Telp. (061) – 8476769– 8466079
Website : sari-mutiara.ac.id, Surel : info@sari-mutiara.ac.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 074/06/15/F/USM/II/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Inggrit Puspita Sari S.Psi., M.Psi.
NIDN : 0119108402
Pangkat/Gol. Ruang : III/b (Penata Muda Tk. I)
Jabatan : Kaprodi Psikologi

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Mahasiswa :

Nama : Elina Monalian
NIM : 241804122
Judul Skripsi : Peran Makna Hidup Sebagai Mediator dan Pengaruh Dukungan Sosial Serta *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa/I Batak Perantau

Benar telah selesai melaksanakan penelitian di Progra Studi Psikologi Universitas Sari Mutiara Indonesia sesuai dengan surat Universitas Medan Area Nomor: 157/PPS-UMA/D/01/I/2026 perihal izin penelitian, dalam rangka memenuhi persyaratan penulisan skripsi berjudul “Peran Makna Hidup Sebagai Mediator dan Pengaruh Dukungan Sosial Serta *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa/I Batak Perantau”.

Demikian surat keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan, 04 Februari 2026
Kaprodi Psikologi
Universitas Sari Mutiara Indonesia


Inggrit Puspita Sari S.Psi., M.Psi.
NIDN. 0119108402

Lampiran 2. INFORMED CONSENT

LEMBAR INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Suku :

Saya telah membaca surat permohonan serta telah mendapatkan penjelasan tentang penelitian yang dilakukan oleh saudari “Elina Monalian”, Mahasiswa Pascasarjana Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area dengan judul “Peran Makna hidup sebagai mediator dalam dan pengaruh dukungan sosial serta *subejctive well being* pada mahasiswa - mahasiswi batak perantau”.

Saya telah mengerti dan memahami tujuan, manfaat serta dampak yang mungkin terjadi dari penelitian yang akan dilakukan. Saya mengerti dan yakin bahwa penelitian ini menghormati hak-hak saya dan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden penelitian.

Dengan pertimbangan diatas, maka dengan kesadaran penuh dan tanpa paksaan dari pihak manapun, saya memutuskan untuk bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Demikianlah pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Desember 2025

Yang membuat pernyataan,

(_____)

Lampiran 3. Skala Penelitian

SKALA A

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

PETUNJUK					
Bacalah pernyataan secara cermat, teliti dan efisien kemudian berikan tanda silang (x) pada kolom alternatif jawaban yang berada disebelah kanan pernyataan.					
a. Apabila pernyataan yang ada SANGAT SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom SS .					
b. Apabila pernyataan yang ada SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom S .					
c. Apabila pernyataan yang ada TIDAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom TS .					
d. Dan pilihan terakhir adalah apabila pernyataan yang ada SANGAT TIDAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom STS .					

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya memiliki cita-cita dan keinginan yang harus diraih dalam hidup ini	SS	S	TS	STS
2	Menurut saya, hidup itu harus terus dijalani dengan sebaik-baiknya.	SS	S	TS	STS
3	Saya memiliki penilaian yang positif terhadap semua masalah yang ada	SS	S	TS	STS
4	Saya berusaha menghayati apa yang saya kerjakan dalam hidup ini.	SS	S	TS	STS
5	Tugas sehari-hari saya hadapi sebagai sumber kesenangan dan kepuasan	SS	S	TS	STS
6	Saya akan mengerjakan berbagai hal yang menyenangkan yang selalu ingin saya lakukan.	SS	S	TS	STS
7	Saya berusaha mengasah kemampuan hidup (life skill) dengan terus belajar hal-hal baru dan terus berlatih	SS	S	TS	STS
8	Saya percaya bahwa tiap individu sepenuhnya bebas untuk membuat semua pilihan hidupnya	SS	S	TS	STS
9	Setiap harinya selalu baru dan berbeda, karena saya memiliki kebebasan untuk menjalani hidup secara lebih baik	SS	S	TS	STS
10	Setiap kehidupan akan berakhir dengan kematian, sehingga saya akan membekali diri menghadapi kematian	SS	S	TS	STS
11	Tentang kematian, saya merasa siap dan tidak takut terhadap kematian	SS	S	TS	STS
12	Seberat apapun masalah didunia ini harus dihadapi, jadi saya tidak mau frustrasi lalu bunuh diri	SS	S	TS	STS

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
13	Saya yakin akan menghadapi kegagalan secara baik, jadi tidak terpikir untuk bunuh diri	SS	S	TS	STS
14	Saya memiliki komitmen untuk membahagiakan orang-orang terdekat saya	SS	S	TS	STS
15	Saya memiliki tekak kuat untuk hidup yang lebih baik.	SS	S	TS	STS
16	Setiap harinya selalu baru dan berbeda, karena saya memiliki kebebasan untuk menjalani hidup secara lebih baik	SS	S	TS	STS
17	Saya bingung merencanakan masa depan saya	SS	S	TS	STS
18	Hidup saya kosong dan penuh keputusan.	SS	S	TS	STS
19	Dalam mencapai tujuan-tujuan hidup, saya tidak membuat kemajuan sama sekali.	SS	S	TS	STS
20	Keberadaan diri saya benar-benar tidak bermakna	SS	S	TS	STS
21	Hidup saya kosong dan penuh keputusan	SS	S	TS	STS
22	Saya orang yang sangat tidak bertanggung jawab.	SS	S	TS	STS
23	Saya memiliki kebebasan dalam menentukan sehingga saya lebih suka bermain bersama teman-teman dibandingkan mengerjakan tugas	SS	S	TS	STS
24	Saya menjalani hidup mengalir dan apa adanya, tanpa ada target	SS	S	TS	STS
25	Hanya orang-orang tua yang harus membekali diri untuk kematian	SS	S	TS	STS
26	Kalau sedang menghadapi masalah berat saya jadi terpikir untuk bunuh diri	SS	S	TS	STS
27	Bunuh diri adalah sebuah jalan keluar pada masalah yang berat	SS	S	TS	STS
28	Jika berpikir tentang hidup, saya sering berpikir mengapa saya ada	SS	S	TS	STS

SKALA B

PETUNJUK								
Bacalah pernyataan secara cermat, teliti dan efisien kemudian berikan tanda silang (x) pada kolom alternatif jawaban yang berada disebelah kanan pernyataan. - Apabila pernyataan yang ada SANGAT SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom SS. - Apabila pernyataan yang ada SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom S. - Apabila pernyataan yang ada AGAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom AS. - Apabila pernyataan yang ada NETRAL dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom N. - Apabila pernyataan yang ada AGAK TIDAK SESUAI dengan diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom ATS. - Apabila pernyataan yang ada TIDAK SESUAI dengan diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom TS. - Dan pilihan terakhir adalah apabila pernyataan yang ada SANGAT TIDAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom STS.								

NO	Pernyataan	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1.	Ada seorang yang spesial di sekitar saya ketika saya membutuhkan	1	2	3	4	5	6	7
2.	Ada seorang yang spesial yang menjadi tempat saya berbagi suka dan duka	1	2	3	4	5	6	7
3.	Keluarga saya sungguh – sungguh berusaha membantu saya	1	2	3	4	5	6	7
4.	Saya mendapatkan bantuan emosional dan dukungan yang saya butuhkan dari keluarga saya	1	2	3	4	5	6	7
5.	Saya memiliki seorang yang spesial yang menjadi sumber nyata kenyamanan bagi saya	1	2	3	4	5	6	7
6.	Teman – teman saya sungguh – sungguh berusaha membantu saya	1	2	3	4	5	6	7
7.	Saya dapat mengandalkan teman – teman saya ketika sesuatu berjalan tidak seperti yang seharusnya	1	2	3	4	5	6	7
8.	Saya dapat membicarakan masalah – masalah saya dengan keluarga saya	1	2	3	4	5	6	7
9.	Saya memiliki teman – teman untuk berbagi suka dan duka	1	2	3	4	5	6	7

10.	Ada seseorang dalam kehidupan saya, yang peduli dengan perasaan – perasaan saya	1	2	3	4	5	6	7
11.	Keluarga saya bersedia untuk membantu saya dalam mengambil keputusan	1	2	3	4	5	6	7
12.	Saya dapat membicarakan masalah – masalah saya dengan teman – teman saya	1	2	3	4	5	6	7



SKALA C

PETUNJUK	
Bacalah pernyataan secara cermat, teliti dan efisien kemudian berikan tanda silang (x) pada kolom alternatif jawaban yang berada disebelah kanan pernyataan. a. Apabila pernyataan yang ada SANGAT SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom . b. Apabila pernyataan yang ada SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom . c. Apabila pernyataan yang ada AGAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom . d. Apabila pernyataan yang ada NETRAL dengan pengalaman diri anda maka berilah tanda silang pada kolom e. Apabila pernyataan yang ada AGAK TIDAK SESUAI dengan diri anda maka berilah tanda silang pada kolom f. Apabila pernyataan yang ada TIDAK SESUAI dengan diri anda maka berilah tanda silang pada kolom g. Dan pilihan terakhir adalah apabila pernyataan yang ada SANGAT TIDAK SESUAI dengan pengalaman diri Anda maka berilah tanda silang pada kolom .	

No	Pernyataan	Sangat tidak sesuai	Tidak sesuai	Agak tidak sesuai	Netral	Agak sesuai	Sesuai	Sangat sesuai
1	Secara keseluruhan, kehidupan saya hampir seperti dengan apa yang saya harapkan							
2	Kondisi kehidupan saya sangat baik.							
3	Saya puas dengan kehidupan saya.							
4	Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal penting yang saya inginkan dalam hidup.							
5	Seandainya saya dapat mengulang hidup saya, hampir tidak ada yang ingin saya ubah.							

Petunjuk Pengerjaan

Berikut ini beberapa pernyataan yang menggambarkan perasaan yang mungkin Anda rasakan selama **seminggu terakhir**. Berilah tanda **centang (✓)** pada kotak yang Anda pilih.

HTP = Hampir Tidak Pernah
 JR = Jarang
 KD = Kadang-kadang
 SR = Sering
 HSL = Hampir Selalu

No	Item	HTP	JR	KD	SR	HSL
1.	Tertarik	O	O	O	O	O
2.	Tertekan	O	O	O	O	O
3.	Bersemangat	O	O	O	O	O
4.	Kesal	O	O	O	O	O
5.	Kuat	O	O	O	O	O
6.	Bersalah	O	O	O	O	O
7.	Takut	O	O	O	O	O
8.	Bermusuhan	O	O	O	O	O
9.	Antusias	O	O	O	O	O
10.	Bangga	O	O	O	O	O
11.	Mudah marah	O	O	O	O	O
12.	Waspada	O	O	O	O	O
13.	Malu	O	O	O	O	O
14.	Terinspirasi	O	O	O	O	O
15.	Gugup	O	O	O	O	O
16.	Bertekad kuat	O	O	O	O	O
17.	Penuh perhatian	O	O	O	O	O
18.	Gelisah	O	O	O	O	O
19.	Aktif	O	O	O	O	O
20.	Khawatir	O	O	O	O	O

Lampiran 4. DATA PENELITIAN

a. Data Variabel Subjective Well-Being

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
1	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	4
3	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4
4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4
5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
6	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6
8	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	4	6
9	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4
10	4	4	6	4	4	6	6	4	4	6	6	4	4	4	6
11	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4
12	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4
13	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4
14	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4
15	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4
16	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4
17	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4
18	5	5	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4
19	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4
20	6	7	6	7	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6
21	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	4
22	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
23	4	6	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6	4	4
24	6	6	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6
25	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	4
26	6	4	6	6	6	4	4	6	6	6	4	6	6	6	6
27	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
28	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
29	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
30	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
31	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	4
33	6	6	6	6	6	4	4	6	4	4	4	6	6	6	6
34	4	6	6	6	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6
35	6	7	7	6	7	6	6	6	7	7	7	6	6	7	7
36	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	6	6	6	4
37	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4
38	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
39	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6
40	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
41	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
42	4	6	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6	4	6
43	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6
44	6	6	7	7	6	6	7	6	6	6	7	6	6	7	7
45	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4
46	7	6	6	7	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6
47	6	6	6	7	6	6	6	7	7	7	7	6	6	6	6
48	7	7	7	7	6	7	7	6	6	6	6	6	6	7	7
49	7	6	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
50	6	6	7	7	7	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6
51	4	6	6	4	4	4	4	6	4	4	6	6	4	6	6
52	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
53	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	6
54	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	7	6	6
55	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6
56	6	6	7	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6	6
57	4	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
58	7	6	6	6	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6
59	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4
60	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	6	6	6	4
61	4	4	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	6	4	4
62	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
63	7	7	7	7	6	6	7	7	6	6	6	6	7	6	7
64	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5
65	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
66	6	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6
67	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
68	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	6
69	6	6	6	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
70	6	7	7	7	6	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6
71	4	6	4	6	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6
72	6	6	4	6	6	6	6	4	4	4	4	4	6	4	4
73	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4
74	6	7	6	7	6	7	7	6	6	6	6	7	6	6	6
75	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	6	6	6
76	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6
77	6	6	4	6	4	4	6	6	4	4	4	6	6	4	4
78	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6
80	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	6	6	4	6
81	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4
82	4	4	4	6	6	6	4	6	6	6	4	6	6	6	6
83	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	4	4	4

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
84	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4
85	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
86	6	7	6	6	7	6	6	6	6	6	6	7	6	7	6
87	6	6	6	4	4	6	6	6	4	4	4	6	6	6	6
88	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	4
89	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
90	4	4	4	6	4	6	4	4	4	4	4	6	6	4	4
91	4	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6
92	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	4	6
93	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4
94	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
95	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	6	7	6	6	6
96	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4
97	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5
98	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	7	6	7	7
99	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
100	6	4	6	4	6	6	6	6	4	4	4	6	4	4	4
101	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	6	6	4	6	6
102	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	7	6	6	7
103	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5
104	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6
105	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5
106	7	6	7	7	7	7	6	7	6	6	6	7	7	7	7
107	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5
108	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	6	6	6	4	6
109	6	6	6	7	6	6	7	7	7	6	6	6	6	6	7
110	6	4	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	6	6	6
111	5	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4
112	6	6	7	6	7	7	6	6	6	6	6	7	6	6	6
113	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	6	6	6	4
114	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	6	7	6	6	6
115	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	6	6	6	6	6
116	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
117	6	6	6	6	4	4	6	6	4	4	4	6	6	4	4
118	4	6	6	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6	6
119	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4
120	6	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6
121	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6
122	6	4	6	6	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4
123	4	4	4	4	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	4
124	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5
125	7	6	6	7	6	7	7	7	6	6	7	6	6	6	6
126	6	6	4	6	6	6	6	6	4	4	4	4	6	4	4

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
127	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	6	6	6	6
128	6	4	6	4	6	4	4	6	6	6	6	6	4	6	6
129	4	6	6	4	4	4	6	4	6	6	6	6	4	4	4
130	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
131	6	4	6	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
132	7	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
133	6	7	6	6	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6
134	6	6	6	6	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
135	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5
136	6	6	6	6	6	4	4	6	4	6	4	4	6	4	4
137	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5
138	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6	4
139	6	6	6	6	7	6	7	6	6	7	7	6	6	6	6
140	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5
141	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4
142	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6
143	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
144	7	7	6	7	6	6	6	7	7	7	7	7	6	6	6
145	4	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4
146	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
147	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	6	6
148	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5
149	4	4	4	6	6	6	6	4	6	4	6	6	6	6	6
150	6	6	6	6	4	6	4	4	4	4	6	4	4	6	6
151	6	6	4	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6	4	6
152	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	4	6	4	6	6
153	4	4	6	6	6	4	6	6	6	6	6	4	4	6	6
154	4	4	6	6	6	6	4	4	6	6	6	6	4	6	6
155	4	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	6	6	4
156	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
157	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6
158	6	6	6	6	6	6	4	4	6	4	4	6	4	6	6
159	4	4	4	6	4	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6
160	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4
161	6	6	6	6	4	6	6	4	4	4	4	6	6	4	6
162	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
163	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
164	6	6	6	6	6	4	4	4	4	6	6	6	4	6	6
165	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4
166	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	4	4	4	4
167	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
168	6	4	6	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4	6	6
169	6	6	6	6	4	4	6	6	6	6	6	4	4	4	4

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
170	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	6	6	6	4	4
171	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
172	4	4	4	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6
173	6	6	6	6	4	4	4	4	6	6	4	4	6	6	6
174	4	4	6	4	4	4	4	4	6	6	4	6	6	4	4
175	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4	6	6	4	4	4
176	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
177	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
178	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4
179	6	7	6	6	6	6	6	7	7	7	6	6	6	6	6
180	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
181	6	6	6	6	4	4	4	6	4	4	4	4	4	6	6
182	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
183	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
184	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4	4	4
185	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	4	6	6	4	4
186	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	4	4
187	4	4	4	4	4	6	4	6	4	4	6	6	4	4	4
188	6	4	4	6	4	6	4	4	4	4	4	6	4	4	6
189	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4
190	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	4	4	4	4
191	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
192	4	4	4	6	4	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4
193	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
194	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	6	6
195	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4	4	6	4	6	4
196	6	6	4	6	6	4	6	6	4	6	6	6	4	6	6
197	6	6	7	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6
198	4	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	4
199	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
200	6	6	6	6	4	4	4	6	4	6	6	6	6	4	4
201	4	6	6	6	6	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4
202	4	4	4	4	6	6	6	4	6	6	4	6	4	6	6
203	4	6	6	4	6	6	4	6	6	4	4	4	4	4	4
204	4	6	4	6	4	4	6	6	6	6	6	4	6	4	4
205	6	4	6	6	6	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4
206	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
207	4	4	6	4	6	6	6	4	6	6	6	6	4	4	4
208	4	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	4
209	4	4	4	6	6	4	6	4	6	6	6	4	4	4	4
210	4	4	4	4	6	6	4	6	4	6	4	6	6	6	4
211	4	4	6	4	4	4	4	4	6	4	6	6	6	4	4
212	4	4	4	6	6	6	6	4	4	6	4	4	4	4	4

RESP.	SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5	SWB6	SWB7	SWB8	SWB9	SWB10	SWB11	SWB12	SWB13	SWB14	SWB15
213	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5
214	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5
215	4	4	6	4	6	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6
216	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
217	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	4	6	4	4	4
218	4	6	6	6	4	6	6	4	6	6	6	4	4	4	4
219	4	4	6	4	6	6	6	4	6	6	4	4	4	4	4
220	4	4	6	4	6	4	6	6	6	6	6	4	4	4	4
221	6	6	6	6	6	6	7	6	6	7	7	6	6	6	6
222	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4
223	6	6	4	4	4	6	4	6	6	6	6	6	4	4	4
224	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4
225	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
226	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5
227	4	6	6	6	4	6	6	6	4	6	6	4	4	4	4
228	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	6	4	6	4	4
229	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
230	4	4	6	4	6	6	4	4	6	6	6	4	6	4	4
231	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4	6	4	4
232	6	6	6	6	6	7	6	6	6	7	7	6	6	6	6
233	6	6	6	6	4	6	4	4	4	6	6	6	6	4	4
234	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
235	6	4	6	4	6	6	4	6	6	6	4	6	4	4	4
236	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
237	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4
238	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
239	6	6	4	6	4	6	6	4	4	4	4	6	6	6	6
240	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4
241	6	4	6	6	4	4	4	4	4	6	4	4	4	4	4
242	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	6	4	4	4
243	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
244	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6	4	6	4	6
245	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4
246	4	6	6	4	6	6	6	4	6	6	6	4	4	4	4
247	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4
248	6	4	6	4	6	6	6	6	6	6	4	4	6	6	6
249	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
250	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

b. Data Variabel Dukungan Sosial

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
1	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4
4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5
5	6	6	4	4	4	6	6	6	4	4	4	4
6	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	4	4
7	6	4	4	4	4	4	6	6	6	4	6	4
8	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4	4
9	6	4	6	6	6	6	4	6	6	6	4	6
10	6	6	6	6	6	6	7	7	7	6	6	6
11	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	6	6	6	6	4	4	6	6	6	6	4	6
13	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	5
14	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4
15	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5
16	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5
17	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5
18	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	6	7	6	7	6	6	6	6	6	6	6	7
21	6	6	6	4	4	4	6	6	6	4	6	6
22	4	6	4	6	4	4	4	6	6	4	4	4
23	4	6	6	4	4	4	4	4	4	6	4	4
24	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
25	4	6	4	6	4	4	4	4	4	4	4	4
26	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	7	6
27	6	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6
28	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
29	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4
30	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
31	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
32	7	6	7	7	6	6	6	6	7	6	6	6
33	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
34	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	6
35	6	7	6	7	6	6	6	6	6	7	6	6
36	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
37	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4
38	4	6	4	6	6	4	4	4	6	4	4	4
39	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
40	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4
41	6	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4
42	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
43	6	6	4	4	6	6	6	6	6	4	6	6
44	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	4
45	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
46	7	6	6	6	7	7	7	6	7	6	6	6
47	6	6	6	6	7	6	7	7	6	6	6	6
48	7	6	6	6	7	6	6	6	7	6	7	6
49	6	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	6
50	6	6	6	6	7	6	7	7	6	6	6	6
51	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
52	6	6	6	4	6	6	4	6	6	6	6	6
53	6	7	7	7	6	6	6	6	7	6	6	6
54	6	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7
55	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6
56	4	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
57	6	7	6	6	6	6	7	7	7	6	7	7
58	6	6	6	6	7	7	6	6	6	7	7	6
59	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	6	6
60	6	6	6	6	6	7	6	6	7	7	7	7
61	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
62	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
63	6	6	7	7	6	6	6	6	6	7	6	6
64	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	4	6
65	6	4	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6
66	6	4	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6
67	6	7	6	6	6	7	7	6	6	7	7	7
68	6	6	6	6	6	4	4	6	6	4	6	6
69	6	6	6	6	6	7	6	6	6	7	7	6
70	6	6	6	6	6	4	4	6	6	4	6	6
71	6	7	6	6	7	6	6	7	6	6	6	6
72	6	7	6	6	6	7	7	7	7	6	6	7
73	4	6	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
74	6	6	6	4	6	6	6	6	4	6	4	6
75	6	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
76	6	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
77	4	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
78	6	4	6	6	6	4	6	6	4	4	4	4
79	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7
80	6	4	4	4	6	4	6	6	6	4	4	4
81	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6
82	6	4	6	6	6	6	6	4	4	6	6	6
83	7	7	7	6	7	6	7	6	7	6	7	7
84	6	6	6	6	6	7	7	7	7	6	7	7
85	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
86	7	6	6	6	7	6	6	7	6	7	7	6
87	6	7	6	6	7	7	6	7	7	7	7	7
88	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	6	7
89	6	7	6	6	6	7	7	7	7	6	6	7
90	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
91	4	4	4	6	4	4	4	4	4	6	6	4
92	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
93	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
94	6	6	4	6	6	6	6	6	6	4	4	4
95	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
96	4	6	6	6	4	6	6	6	4	4	6	6
97	4	4	6	6	6	4	4	4	6	4	4	4
98	7	7	6	6	7	7	6	7	7	7	6	6
99	6	6	7	7	6	7	7	7	6	7	6	7
100	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4
101	6	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
102	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
103	4	4	4	4	4	4	6	6	6	4	6	4
104	6	6	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7
105	6	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4
106	7	6	7	7	6	6	6	6	7	6	6	6
107	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
108	4	4	6	6	4	6	6	6	4	6	6	6
109	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
110	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
111	6	6	7	6	6	6	6	6	6	7	6	6
112	6	6	4	4	6	6	6	6	6	4	4	6
113	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
114	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	6
115	6	6	6	6	7	7	6	7	7	7	7	6
116	6	6	4	4	6	6	6	4	6	4	6	6
117	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
118	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
119	6	6	6	7	6	6	7	6	6	6	6	6
120	6	4	6	4	6	6	6	4	6	4	4	4
121	7	6	7	6	7	6	6	7	6	7	7	6
122	6	6	6	6	7	7	6	7	6	6	6	6
123	4	4	4	6	6	6	6	6	4	6	6	6
124	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	6	7
125	6	6	6	6	6	7	6	7	7	6	7	7
126	6	6	4	4	6	6	6	6	6	4	4	6
127	6	6	6	6	6	7	6	6	7	7	7	6
128	6	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
129	6	6	6	7	7	7	7	7	7	6	7	7
130	6	6	6	6	7	7	7	7	6	6	6	7
131	4	6	6	6	6	6	4	6	4	4	4	4
132	6	6	6	6	6	4	4	4	4	6	6	6
133	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6
134	6	4	6	6	6	4	6	6	6	6	4	4
135	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
136	4	4	6	4	6	4	6	4	4	6	6	4
137	6	6	6	6	6	6	7	6	7	6	7	7
138	4	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	6
139	6	6	7	7	6	6	7	6	6	6	6	6
140	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
141	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6	6
142	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6
143	4	6	4	4	6	6	6	4	6	4	6	6
144	6	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	4
145	6	4	6	6	4	6	6	6	6	4	6	4
146	6	4	6	6	6	6	4	4	6	4	6	6
147	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4
148	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	7
149	4	6	6	6	4	6	6	6	6	4	4	4
150	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4
151	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
152	4	4	4	4	6	4	4	4	6	4	6	6
153	6	6	4	6	4	4	4	6	6	6	6	6
154	6	4	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4
155	4	4	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
156	6	6	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4
157	6	6	6	4	4	4	4	4	4	6	4	4
158	6	4	6	6	6	4	6	4	6	6	6	6
159	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
160	6	4	6	6	6	6	6	4	6	6	4	4
161	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
162	6	4	6	6	6	4	4	6	6	6	4	6
163	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4
164	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4
165	4	6	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6
166	4	4	4	4	6	4	4	6	6	4	6	4
167	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4
168	6	4	6	6	4	4	4	4	6	4	6	6
169	4	4	4	4	4	6	4	6	4	6	6	4
170	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6
171	6	6	6	4	6	6	6	4	6	4	6	6

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
172	6	6	6	6	6	4	4	6	6	6	6	6
173	6	6	6	4	6	6	6	6	6	4	6	4
174	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6
175	4	4	4	4	4	6	4	6	6	4	6	6
176	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
177	6	4	6	4	4	6	4	6	4	4	4	4
178	4	4	4	4	6	6	4	6	6	4	4	4
179	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4
180	4	4	4	4	4	6	6	6	6	4	6	6
181	6	4	6	6	6	4	4	4	6	4	6	4
182	4	4	4	4	6	4	4	6	6	4	4	4
183	4	4	4	4	6	6	4	6	4	4	4	4
184	4	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
185	4	4	6	6	4	4	4	6	4	4	6	6
186	4	4	4	4	6	6	6	4	4	6	6	6
187	4	4	4	4	6	6	6	4	4	6	6	6
188	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6
189	4	4	4	4	4	6	6	4	4	4	4	4
190	6	4	4	6	6	6	6	6	6	4	4	4
191	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
192	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5
193	6	6	6	6	4	4	4	4	6	6	4	6
194	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
195	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
196	4	6	4	6	4	4	4	4	4	6	4	4
197	4	4	6	6	4	6	4	4	6	4	6	4
198	6	6	6	4	4	4	4	4	4	6	6	6
199	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
200	4	4	4	4	6	4	6	6	6	6	6	6
201	4	4	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4
202	6	6	4	4	6	6	6	4	6	6	6	6
203	4	4	4	4	4	6	6	4	6	4	6	6
204	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
205	4	4	4	4	6	6	6	4	6	6	4	6
206	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
207	4	4	4	4	6	6	6	6	6	4	4	4
208	6	7	7	7	6	7	6	6	6	6	6	6
209	4	4	4	6	4	6	6	6	6	4	4	4
210	6	4	6	6	4	6	6	6	6	4	4	4
211	4	4	6	6	4	4	4	4	4	6	4	6
212	4	4	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6
213	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4
214	4	4	4	6	6	6	6	6	6	4	6	4

RESP.	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12
215	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7
216	4	4	4	4	4	4	4	6	4	6	6	6
217	4	4	4	6	6	6	6	6	6	4	4	4
218	4	4	4	6	6	4	4	4	6	6	6	6
219	4	4	4	4	6	4	4	4	4	6	6	6
220	4	4	6	6	4	4	6	4	4	4	4	4
221	6	4	6	6	6	4	4	4	6	6	6	6
222	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6
223	4	4	6	4	6	4	4	6	4	6	6	6
224	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5
225	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4
226	4	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4
227	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
228	6	4	6	6	6	4	4	6	4	6	6	6
229	4	4	4	4	6	4	4	6	4	6	4	6
230	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
231	4	4	6	6	6	4	4	4	4	6	6	4
232	6	4	6	4	6	6	6	4	4	4	6	6
233	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6
234	4	4	6	6	6	6	4	6	4	4	6	6
235	4	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4
236	6	4	4	6	6	4	4	4	4	4	6	6
237	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6
238	6	4	6	6	4	4	4	6	4	6	6	6
239	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4
240	4	4	6	6	4	4	6	6	4	4	4	4
241	4	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
242	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
243	4	4	6	6	6	4	4	4	4	4	6	6
244	4	4	6	6	6	6	4	6	4	6	6	6
245	4	4	4	4	6	4	4	6	6	4	6	6
246	6	6	4	4	6	6	6	4	6	6	6	6
247	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
248	6	6	6	4	6	6	6	4	6	4	6	6
249	6	6	6	4	6	4	4	4	4	6	4	4
250	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4

c. Data Variabel Makna Hidup

RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
1	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	6	6	4	6	6	4	4
4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5
5	4	6	4	4	4	5	5	5	5	5
6	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4
7	4	4	6	4	4	4	6	4	4	4
8	4	4	4	4	6	6	4	4	6	6
9	6	6	6	4	6	4	6	4	4	4
10	6	6	4	6	6	6	6	6	4	6
11	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
12	4	6	4	6	6	6	6	6	6	6
13	4	5	4	6	4	6	4	6	4	4
14	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
15	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4
16	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4
17	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5
18	7	7	4	5	4	4	4	4	5	4
19	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4
20	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
21	6	6	4	6	6	6	6	4	6	6
22	4	4	4	6	6	4	4	4	4	6
23	4	6	4	4	4	4	6	4	4	4
24	6	4	6	4	6	6	6	6	6	6
25	4	6	6	4	4	6	6	6	4	6
26	6	6	4	4	4	4	4	4	4	6
27	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4
28	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4
29	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5
30	6	4	4	4	4	4	4	4	4	6
31	6	4	6	4	6	6	4	6	4	4
32	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7
33	6	6	4	4	4	4	4	4	5	5
34	6	4	4	6	4	6	4	6	4	4
35	6	6	6	6	4	6	4	4	4	6
36	6	6	4	4	4	4	4	4	4	4
37	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
38	4	4	6	6	6	6	6	6	6	7
39	6	6	6	7	6	7	7	6	7	7
40	4	6	6	6	6	6	6	6	6	7
41	4	6	6	6	6	6	6	6	6	7
42	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7

RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
43	6	6	6	6	7	6	6	7	6	7
44	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7
45	6	4	6	6	6	7	6	7	6	6
46	6	7	7	6	6	6	6	7	6	7
47	6	7	6	4	6	6	6	6	6	6
48	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6
49	7	7	6	6	7	6	6	7	6	6
50	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
51	4	6	7	6	6	6	7	7	7	6
52	4	6	6	7	6	6	6	6	6	7
53	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7
54	7	6	7	7	6	6	6	7	7	6
55	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7
56	4	6	7	7	7	6	6	6	7	6
57	6	7	6	6	6	6	6	7	6	6
58	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
59	6	6	6	6	6	7	7	7	7	6
60	6	6	7	6	6	6	6	6	6	7
61	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6
62	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6
63	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
64	4	6	6	6	7	6	6	7	6	6
65	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
66	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
67	7	7	4	6	6	6	4	4	4	6
68	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
69	7	6	6	7	6	6	6	7	6	6
70	6	6	7	6	6	6	6	6	7	6
71	6	7	6	6	6	6	6	6	6	7
72	7	7	6	7	6	6	7	6	6	6
73	6	4	6	6	4	4	6	4	6	6
74	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6
75	4	6	6	6	6	6	6	6	6	7
76	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
77	6	6	6	6	6	6	6	4	4	6
78	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
79	7	6	7	7	6	6	6	7	6	7
80	4	6	6	6	7	7	7	7	7	6
81	6	7	6	6	6	6	4	6	6	4
82	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6
83	6	6	7	6	6	6	6	7	6	6
84	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6
85	6	6	6	6	6	6	4	6	6	4

RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
86	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
87	6	6	6	7	6	6	7	7	6	6
88	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
89	7	6	4	6	6	4	6	4	4	6
90	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
91	6	4	6	4	6	6	4	4	4	6
92	6	7	6	6	7	6	6	6	6	6
93	4	6	6	6	4	4	6	6	4	6
94	6	6	6	7	7	6	6	7	6	6
95	6	7	6	4	6	6	6	6	6	6
96	6	6	5	4	4	4	4	4	4	5
97	4	4	4	6	6	6	6	6	4	4
98	6	6	4	6	6	6	6	4	4	6
99	6	7	4	4	6	6	6	4	4	6
100	4	4	6	6	4	6	6	6	4	4
101	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
102	6	6	6	6	6	4	4	6	4	6
103	6	6	6	6	6	6	4	6	4	6
104	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6
105	4	6	6	6	7	7	7	6	7	6
106	6	7	4	4	6	6	6	6	6	6
107	6	4	6	6	6	6	6	6	6	4
108	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7
109	6	4	4	4	6	6	6	6	4	6
110	7	7	6	6	6	6	6	4	4	4
111	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
112	4	6	5	5	5	4	5	4	4	5
113	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6
114	6	6	7	6	7	6	6	7	6	6
115	7	6	6	6	4	4	4	4	4	4
116	4	4	6	4	4	4	6	4	4	6
117	4	6	4	4	4	6	6	4	4	6
118	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
119	7	6	6	6	6	6	6	6	4	6
120	4	4	6	6	6	6	6	6	6	7
121	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6
122	6	7	4	5	5	5	5	5	5	5
123	4	6	4	6	6	6	6	6	6	6
124	7	6	4	4	4	4	5	4	5	4
125	6	7	6	6	7	7	7	6	7	6
126	6	6	4	4	4	4	4	4	5	4
127	7	6	4	6	4	6	4	4	4	4
128	4	6	6	6	4	4	6	4	4	6

RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
129	6	7	7	7	7	6	6	7	6	6
130	7	7	6	4	4	6	6	6	4	6
131	4	6	6	6	4	6	6	4	6	6
132	6	6	4	4	4	4	6	4	4	4
133	6	4	7	6	7	6	6	6	6	6
134	4	4	6	6	6	6	4	4	4	6
135	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6
136	6	6	6	4	6	6	6	4	4	6
137	7	7	4	4	6	6	6	4	4	6
138	4	4	6	6	4	6	6	6	6	6
139	6	6	4	6	6	4	4	6	6	6
140	6	6	4	4	4	6	6	4	6	4
141	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
142	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4
143	6	6	7	7	7	7	6	7	6	6
144	6	6	6	7	7	6	6	7	6	7
145	6	6	5	5	5	4	4	5	5	5
146	6	4	4	4	4	4	4	4	6	6
147	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
148	6	6	6	6	6	7	7	7	6	6
149	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4
150	6	6	6	6	6	7	6	6	7	6
151	6	6	6	4	6	4	6	4	6	6
152	6	4	7	7	7	6	6	6	6	6
153	6	4	4	4	6	6	6	6	4	6
154	6	4	6	6	6	6	6	6	7	6
155	6	6	4	4	4	4	4	6	4	6
156	4	4	4	6	4	6	4	6	6	6
157	4	4	4	6	6	4	6	6	4	6
158	4	4	4	6	6	6	4	6	4	6
159	4	6	6	6	6	6	6	4	4	4
160	6	6	4	4	4	6	6	6	4	6
161	6	6	4	4	4	6	6	4	6	6
162	6	4	4	4	6	4	4	6	4	4
163	4	5	7	6	6	6	6	7	6	6
164	6	6	4	4	4	4	4	6	6	6
165	6	4	6	6	6	4	6	6	4	6
166	6	6	6	4	4	4	4	6	4	6
167	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
168	4	6	4	6	6	4	6	6	4	6
169	6	6	4	6	4	6	6	6	6	6
170	4	4	6	6	6	6	6	6	6	4
171	6	6	6	4	6	6	6	4	4	6

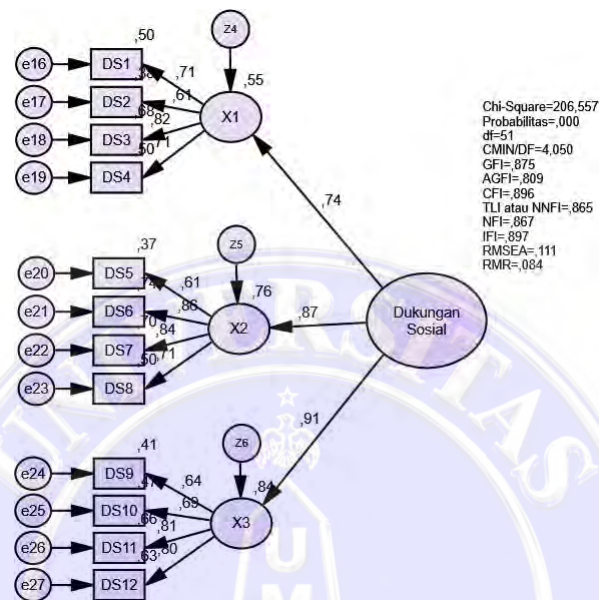
RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
172	6	6	6	6	4	6	6	6	6	4
173	4	6	6	4	6	4	6	6	4	6
174	4	6	4	4	4	6	6	6	4	6
175	6	4	6	6	6	7	6	6	6	6
176	4	4	6	6	4	4	4	4	4	6
177	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6
178	4	6	4	6	6	6	6	6	4	6
179	4	6	6	6	6	4	4	6	6	6
180	6	4	4	4	6	6	4	6	6	4
181	6	4	6	6	6	4	6	6	4	6
182	4	6	4	6	6	6	6	6	4	4
183	4	6	4	6	6	6	6	4	4	6
184	4	4	4	6	4	4	6	6	4	6
185	6	6	4	5	5	4	4	5	5	5
186	6	4	6	6	4	6	6	6	6	4
187	4	6	4	4	4	6	6	6	6	6
188	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
189	4	4	4	6	6	4	4	6	4	4
190	6	4	6	6	6	6	6	4	4	6
191	6	4	6	6	6	4	4	6	6	4
192	4	5	6	4	4	6	6	6	6	6
193	4	6	5	4	4	4	4	5	5	4
194	4	6	6	6	6	6	4	6	4	4
195	6	6	5	5	4	4	4	5	5	5
196	4	4	6	6	6	6	6	4	6	4
197	4	6	6	6	6	4	6	6	4	6
198	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6
199	4	6	4	4	4	5	4	4	5	5
200	6	4	4	4	4	6	6	4	6	6
201	6	4	6	6	6	4	4	6	4	6
202	6	6	6	6	6	4	4	6	4	6
203	6	6	4	4	6	4	4	4	4	6
204	4	4	6	4	6	4	4	6	4	4
205	6	4	4	5	5	4	4	5	5	4
206	6	6	7	6	6	6	7	6	7	7
207	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6
208	6	6	4	4	4	4	4	5	5	4
209	6	6	6	6	4	4	4	6	6	4
210	4	6	6	4	6	4	6	6	4	6
211	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4
212	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5
213	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5
214	4	4	4	4	6	4	6	6	6	6

RESP.	MH1	MH2	MH3	MH4	MH5	MH6	MH7	MH8	MH9	MH10
215	7	7	6	6	6	6	6	6	4	6
216	4	4	6	4	4	4	4	6	6	4
217	4	4	4	4	4	6	6	4	6	6
218	4	4	6	6	6	6	6	4	6	4
219	6	4	6	6	6	4	4	6	4	4
220	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4
221	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
222	4	6	6	6	6	4	4	6	4	4
223	6	6	5	5	5	4	4	5	5	4
224	4	5	5	5	5	4	5	5	4	4
225	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7
226	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4
227	6	4	6	6	6	6	6	4	4	6
228	4	6	6	6	6	4	4	4	4	4
229	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6
230	6	6	4	6	6	6	6	4	6	4
231	6	6	6	4	4	4	4	6	4	4
232	6	4	4	4	4	4	4	5	5	4
233	4	6	6	6	6	4	4	4	4	6
234	6	6	6	6	6	4	4	6	4	4
235	6	4	4	6	4	4	4	6	4	4
236	6	4	7	7	7	7	7	7	6	7
237	6	7	4	6	4	4	4	6	4	6
238	6	6	4	4	4	4	4	4	4	6
239	4	5	6	6	4	4	4	6	4	4
240	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6
241	6	6	4	6	4	4	4	4	4	6
242	6	4	6	4	6	4	4	6	4	6
243	6	6	4	6	4	4	4	6	4	6
244	6	6	4	4	4	4	5	4	4	5
245	6	4	4	5	5	5	5	4	4	5
246	6	4	6	6	6	4	4	6	4	6
247	6	4	4	6	4	4	4	6	4	6
248	4	4	6	6	6	4	6	6	4	6
249	4	6	4	5	5	4	4	4	5	5
250	4	5	6	4	4	4	4	6	4	6

Lampiran 5. ANALISIS PENGUJIAN CFA

a. CFA Variabel Dukungan Sosial

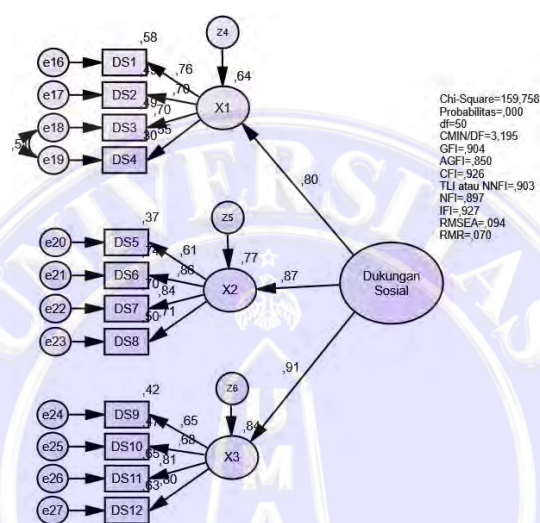
1) Iterasi 1



		Estimate
X1	<--- Dukungan_Sosial	,742
X2	<--- Dukungan_Sosial	,871
X3	<--- Dukungan_Sosial	,914
DS1	<--- X1	,710
DS5	<--- X2	,608
DS9	<--- X3	,641
DS2	<--- X1	,612
DS3	<--- X1	,823
DS4	<--- X1	,709
DS6	<--- X2	,861
DS7	<--- X2	,838
DS8	<--- X2	,707

	Estimate
DS10 <--- X3	,685
DS11 <--- X3	,812
DS12 <--- X3	,796

2) Iterasi 2



	Estimate
X1 <--- Dukungan_Sosial	,799
X2 <--- Dukungan_Sosial	,875
X3 <--- Dukungan_Sosial	,914
DS1 <--- X1	,763
DS5 <--- X2	,611
DS9 <--- X3	,648
DS2 <--- X1	,699
DS3 <--- X1	,697
DS4 <--- X1	,550
DS6 <--- X2	,860
DS7 <--- X2	,838

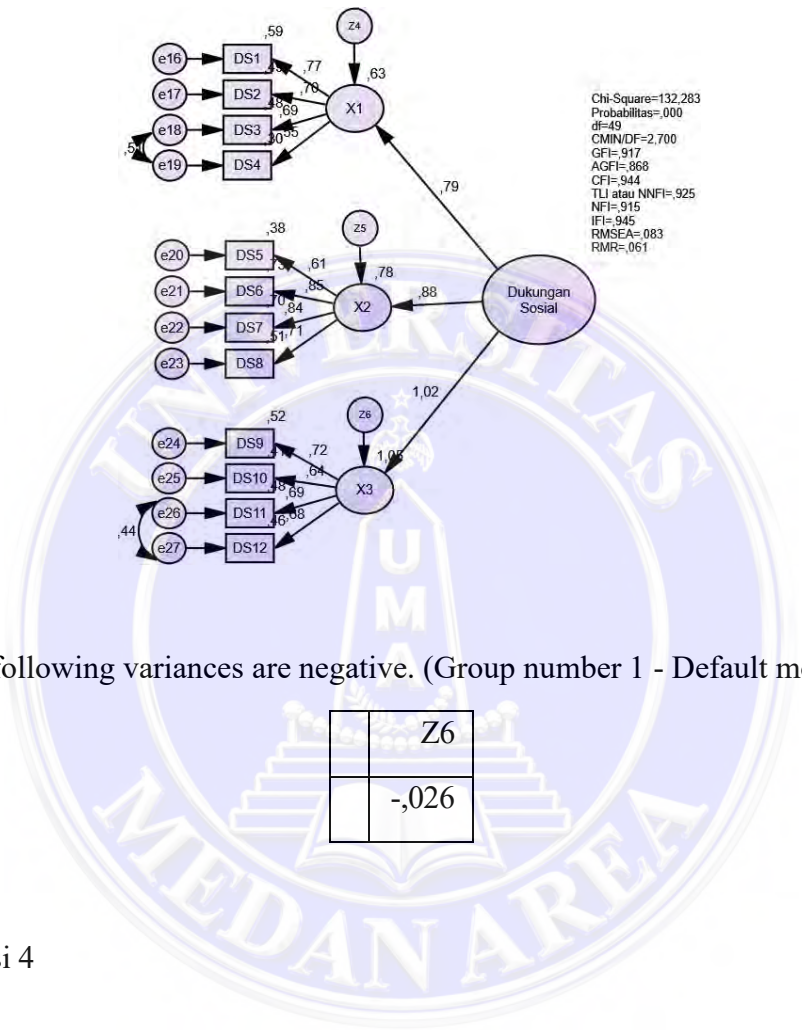
	Estimate
DS8 <--- X2	,706
DS10 <--- X3	,683
DS11 <--- X3	,807
DS12 <--- X3	,796

Covariances: (Group number 1 - Default model)

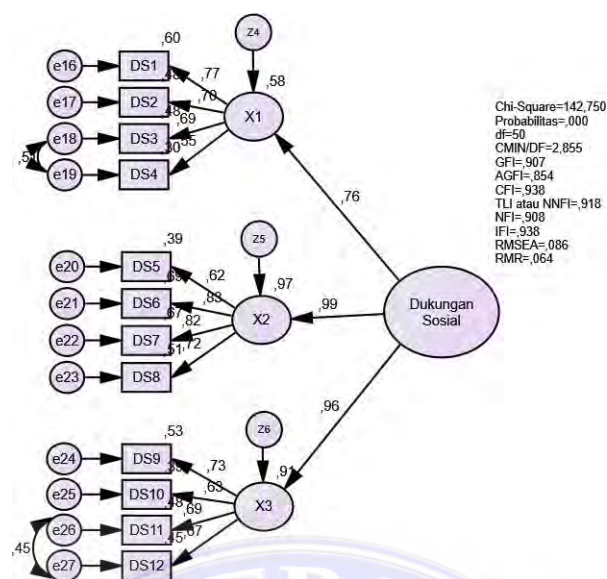
	M.I.	Par Change
e27 <--> Z6	4,163	,042
e27 <--> Z5	4,461	-,043
e26 <--> e27	11,595	,103
e25 <--> Z4	5,324	,085
e21 <--> e22	7,092	,065
e18 <--> e25	4,386	,075
e24 <--> Z6	29,787	-,133
e24 <--> Z5	34,616	,136
e24 <--> e27	8,012	-,102
e24 <--> e25	6,170	-,108
e24 <--> e23	6,055	,095
e24 <--> e22	8,451	,097
e24 <--> e18	9,040	-,101
e20 <--> Z6	4,128	,051
e20 <--> Z5	15,784	-,092
e20 <--> Z4	16,460	,142
e20 <--> e22	6,814	-,087
e16 <--> e26	5,073	-,075
e16 <--> e18	4,203	,063
e16 <--> e24	9,626	,119

	M.I.	Par Change
e16 <--> e20	10,813	,128

3) Iterasi 3



4) Iterasi 4

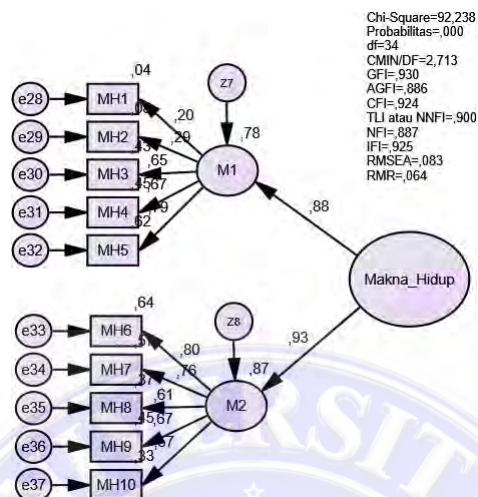


Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

			Estimate
X1	<---	Dukungan_Sosial	,762
X2	<---	Dukungan_Sosial	,987
X3	<---	Dukungan_Sosial	,956
DS1	<---	X1	,773
DS5	<---	X2	,625
DS9	<---	X3	,728
DS2	<---	X1	,695
DS3	<---	X1	,692
DS4	<---	X1	,549
DS6	<---	X2	,833
DS7	<---	X2	,820
DS8	<---	X2	,716
DS10	<---	X3	,628
DS11	<---	X3	,694
DS12	<---	X3	,673

b. CFA Variabel Makna Hidup

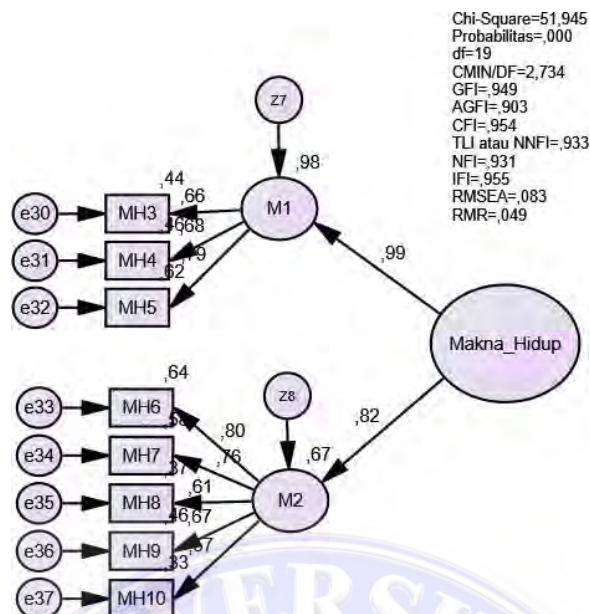
1) Iterasi 1



Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

		Estimate
M1	<--- Makna_Hidup	,885
M2	<--- Makna_Hidup	,930
MH1	<--- M1	,204
MH6	<--- M2	,799
MH2	<--- M1	,290
MH3	<--- M1	,654
MH4	<--- M1	,671
MH7	<--- M2	,758
MH8	<--- M2	,606
MH9	<--- M2	,674
MH5	<--- M1	,786
MH10	<--- M2	,573

2) Iterasi 2

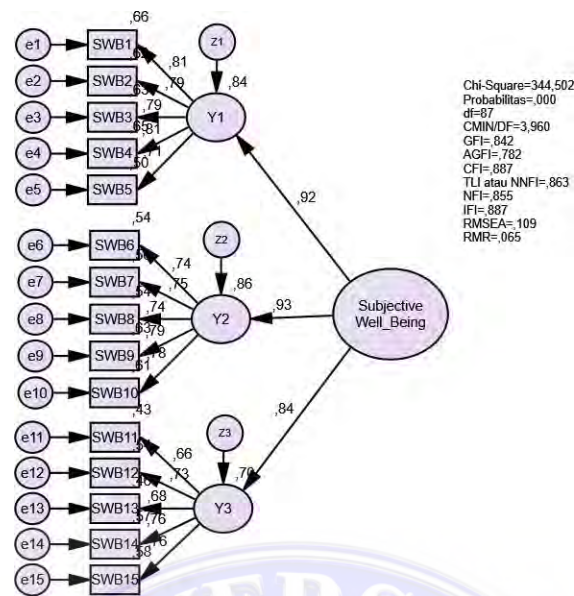


Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

		Estimate
M1	<--- Makna_Hidup	,989
M2	<--- Makna_Hidup	,818
MH6	<--- M2	,799
MH3	<--- M1	,663
MH4	<--- M1	,679
MH7	<--- M2	,759
MH8	<--- M2	,607
MH9	<--- M2	,675
MH5	<--- M1	,789
MH10	<--- M2	,571

c. CFA Variabel Subjective Well-Being

1) Iterasi 1

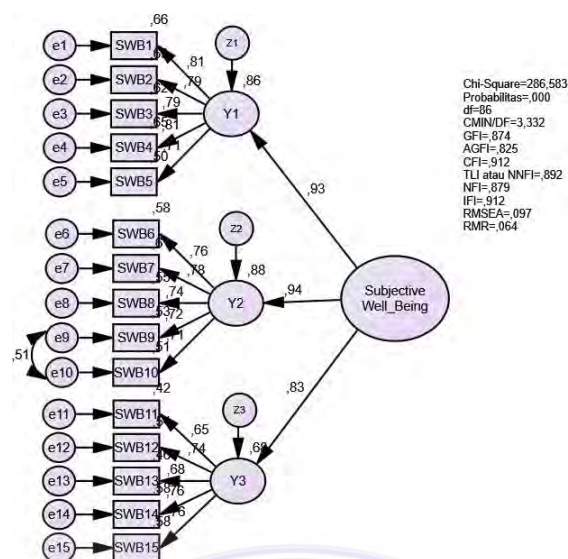


Covariances: (Group number 1 - Default model)

	M.I.	Par Change
e14 <--> e15	36,152	,195
e13 <--> Z1	4,823	,059
e13 <--> e15	6,457	-,090
e12 <--> e13	14,414	,134
e10 <--> e14	4,488	-,068
e9 <--> e13	7,940	-,094
e9 <--> e10	49,069	,206
e7 <--> e10	7,494	-,085
e7 <--> e9	8,401	-,087
e5 <--> Z2	48,463	,161
e5 <--> Z1	28,959	-,134
e4 <--> e13	4,385	,069
e2 <--> e5	23,161	-,150

	M.I.	Par Change
e11 <--> Subjective_Well_Being	5,057	,123
e11 <--> Z3	19,050	-,112
e11 <--> Z2	26,100	,132
e11 <--> e14	10,498	-,119
e11 <--> e10	26,479	,184
e11 <--> e9	10,872	,115
e6 <--> e10	7,676	-,090
e6 <--> e9	6,085	-,078
e6 <--> e7	23,680	,161
e6 <--> e5	23,404	,166
e1 <--> Z2	4,070	-,042
e1 <--> Z1	4,548	,047
e1 <--> e9	10,015	-,090
e1 <--> e8	9,884	,097
e1 <--> e2	8,714	,083
e1 <--> e11	5,119	-,077

2) Iterasi 2

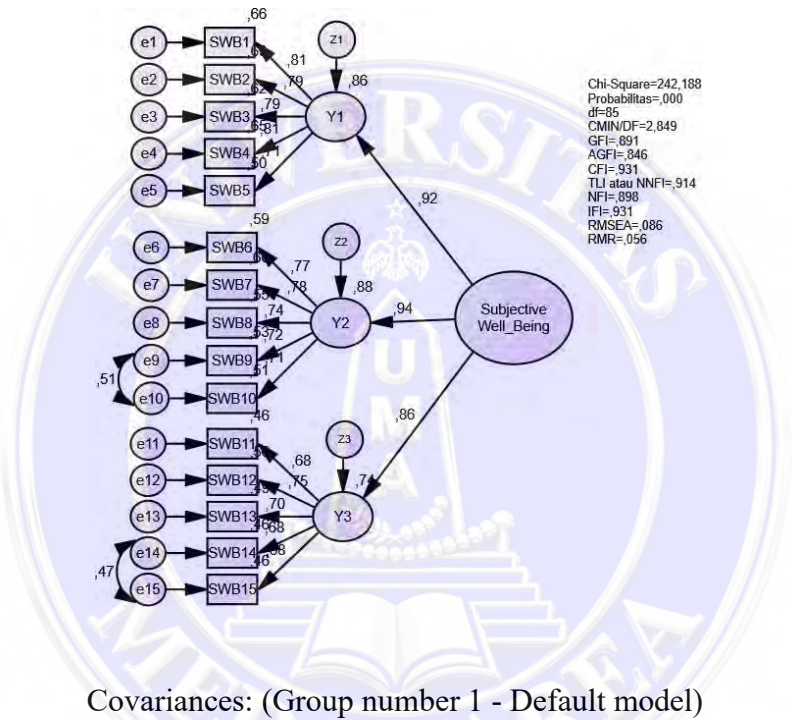


Covariances: (Group number 1 - Default model)

	M.I.	Par Change
e14 <--> e15	35,563	,193
e13 <--> e15	7,177	-,094
e12 <--> e13	13,561	,129
e10 <--> e14	4,274	-,060
e9 <--> e13	4,648	-,065
e5 <--> Z2	50,664	,174
e5 <--> Z1	30,722	-,138
e4 <--> e13	4,065	,066
e2 <--> e5	24,305	-,153
e11 <--> Subjective_Well_Being	4,347	,115
e11 <--> Z3	14,967	-,100
e11 <--> Z2	15,544	,108
e11 <--> e14	9,286	-,112
e11 <--> e10	16,139	,131
e6 <--> e7	12,925	,112
e6 <--> e5	25,414	,168

	M.I.	Par Change
e1 <--> e9	4,703	-,056
e1 <--> e8	7,095	,082
e1 <--> e2	7,871	,078
e1 <--> e11	4,583	-,073

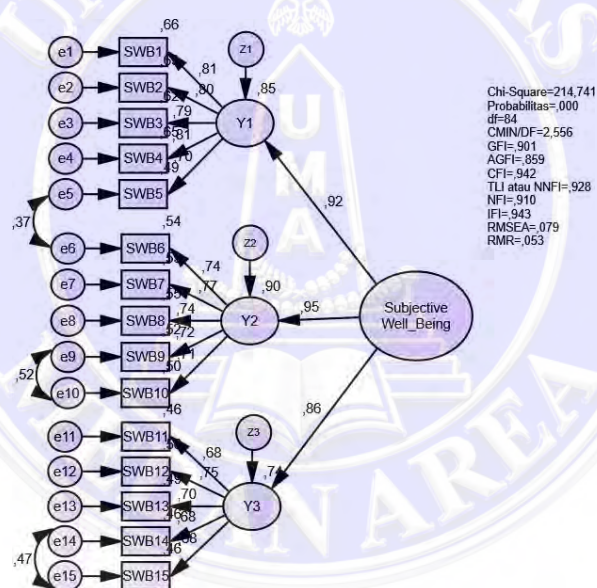
3) Iterasi 3



	M.I.	Par Change
e12 <--> e13	9,019	,103
e10 <--> e14	4,931	-,060
e9 <--> e13	4,931	-,066
e5 <--> Z2	50,726	,174
e5 <--> Z1	30,342	-,136
e2 <--> e5	24,735	-,154
e11 <--> Z3	9,699	-,081
e11 <--> Z2	12,494	,095

	M.I.	Par Change
e11 <--> e13	5,938	-,094
e11 <--> e10	16,208	,129
e6 <--> e7	13,079	,112
e6 <--> e5	25,340	,168
e1 <--> e9	4,507	-,055
e1 <--> e8	7,269	,083
e1 <--> e2	7,725	,077
e1 <--> e11	5,411	-,078

4) Iterasi 4

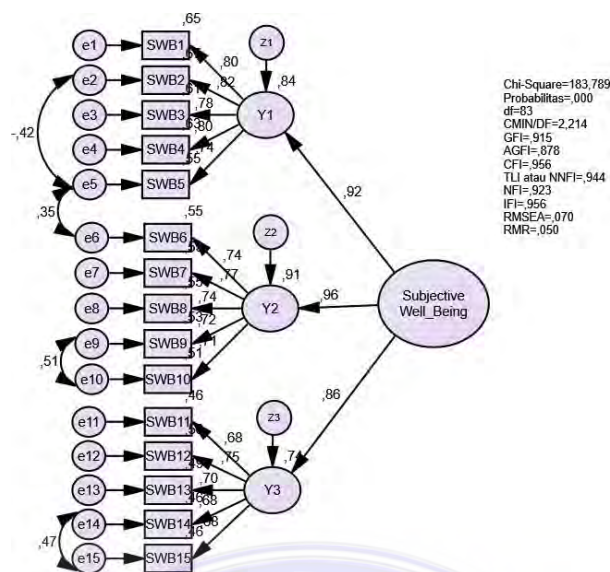


Covariances: (Group number 1 - Default model)

	M.I.	Par Change
e12 <--> Z3	4,058	,046
e12 <--> e13	9,336	,105
e10 <--> e14	5,038	-,060
e9 <--> e13	5,067	-,067
e7 <--> Z2	4,014	,041

		M.I.	Par Change
e5	<--> Z2	25,530	,104
e5	<--> Z1	18,175	-,096
e5	<--> e10	4,514	,059
e5	<--> e8	4,117	,065
e2	<--> e5	23,925	-,143
e11	<--> Z3	10,047	-,082
e11	<--> Z2	12,508	,087
e11	<--> e14	4,128	-,069
e11	<--> e13	6,053	-,095
e11	<--> e10	16,092	,128
e6	<--> e7	11,847	,103
e1	<--> e9	5,155	-,058
e1	<--> e8	5,567	,072
e1	<--> e2	6,765	,072
e1	<--> e11	5,893	-,081

5) Iterasi 5



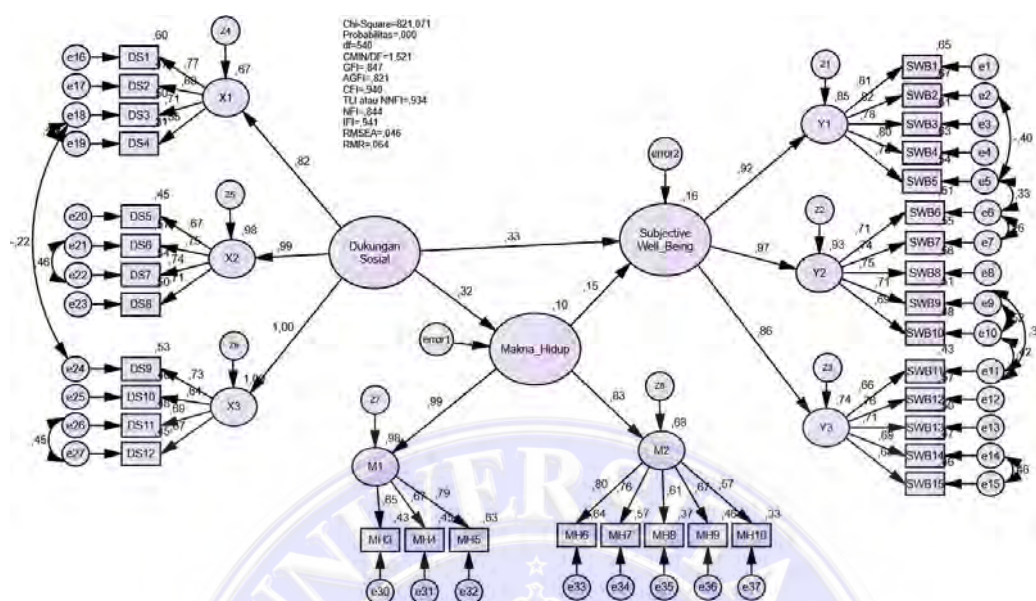
Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

		Estimate
Y1	<--- Subjective_Well_Being	,919
Y2	<--- Subjective_Well_Being	,955
Y3	<--- Subjective_Well_Being	,859
SWB1	<--- Y1	,805
SWB6	<--- Y2	,741
SWB11	<--- Y3	,681
SWB2	<--- Y1	,820
SWB3	<--- Y1	,781
SWB4	<--- Y1	,797
SWB5	<--- Y1	,739
SWB7	<--- Y2	,770
SWB8	<--- Y2	,745
SWB9	<--- Y2	,725
SWB10	<--- Y2	,713
SWB12	<--- Y3	,750
SWB13	<--- Y3	,699

	Estimate
SWB14 <--- Y3	,679
SWB15 <--- Y3	,680



Lampiran 6. ANALISIS PENGUJIAN FULL MODEL (UJI HIPOTESIS)



Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

		Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
Makna_Hidup	<--- Dukungan_Sosial	,335	,081	4,162	***	par_41
Subjective_Well_Being	<--- Makna_Hidup	,154	,079	1,964	,050	par_42
Subjective_Well_Being	<--- Dukungan_Sosial	,360	,083	4,343	***	par_43
X1	<--- Dukungan_Sosial	,635	,059	10,789	***	par_1
X2	<--- Dukungan_Sosial	,656	,059	11,106	***	par_2
X3	<--- Dukungan_Sosial	,731	,059	12,464	***	par_3
M1	<--- Makna_Hidup	,629	,062	10,220	***	par_15
M2	<--- Makna_Hidup	,637	,059	10,824	***	par_16
Y1	<--- Subjective_Well_Being	,702	,054	13,068	***	par_23
Y2	<--- Subjective_Well_Being	,639	,055	11,612	***	par_24
Y3	<--- Subjective_Well_Being	,527	,055	9,615	***	par_25
DS1	<--- X1	1,000				
DS5	<--- X2	1,000				
DS9	<--- X3	1,000				
DS2	<--- X1	,963	,096	10,054	***	par_4
DS3	<--- X1	,915	,090	10,159	***	par_5

		Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
DS4	<--- X1	,722	,091	7,922	***	par_6
DS6	<--- X2	1,170	,115	10,186	***	par_7
DS7	<--- X2	1,146	,115	9,983	***	par_8
DS8	<--- X2	1,076	,111	9,696	***	par_9
DS10	<--- X3	,962	,101	9,496	***	par_10
DS11	<--- X3	,973	,095	10,290	***	par_11
DS12	<--- X3	,951	,096	9,934	***	par_12
MH6	<--- M2	1,000				
MH3	<--- M1	1,000				
MH4	<--- M1	,981	,114	8,585	***	par_17
MH7	<--- M2	,935	,078	11,954	***	par_18
MH8	<--- M2	,749	,080	9,350	***	par_19
MH9	<--- M2	,860	,082	10,529	***	par_20
MH5	<--- M1	1,182	,124	9,503	***	par_21
MH10	<--- M2	,691	,078	8,822	***	par_22
SWB1	<--- Y1	1,000				
SWB6	<--- Y2	1,000				
SWB11	<--- Y3	1,000				
SWB2	<--- Y1	1,006	,070	14,470	***	par_26
SWB3	<--- Y1	,969	,070	13,868	***	par_27
SWB4	<--- Y1	,982	,069	14,219	***	par_28
SWB5	<--- Y1	,866	,069	12,494	***	par_29
SWB7	<--- Y2	1,029	,081	12,668	***	par_30
SWB8	<--- Y2	1,057	,097	10,912	***	par_31
SWB9	<--- Y2	,987	,095	10,409	***	par_32
SWB10	<--- Y2	,969	,096	10,135	***	par_33
SWB12	<--- Y3	1,117	,113	9,895	***	par_34
SWB13	<--- Y3	1,061	,113	9,405	***	par_35
SWB14	<--- Y3	1,037	,114	9,119	***	par_36
SWB15	<--- Y3	1,030	,114	9,032	***	par_37

Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

	Estimate
Makna_Hidup <--- Dukungan_Sosial	,318
Subjective_Well_Being <--- Makna_Hidup	,149
Subjective_Well_Being <--- Dukungan_Sosial	,330
X1 <--- Dukungan_Sosial	,821
X2 <--- Dukungan_Sosial	,989
X3 <--- Dukungan_Sosial	,999
M1 <--- Makna_Hidup	,989
M2 <--- Makna_Hidup	,827
Y1 <--- Subjective_Well_Being	,921
Y2 <--- Subjective_Well_Being	,966
Y3 <--- Subjective_Well_Being	,861
DS1 <--- X1	,772
DS5 <--- X2	,667
DS9 <--- X3	,729
DS2 <--- X1	,689
DS3 <--- X1	,706
DS4 <--- X1	,554
DS6 <--- X2	,752
DS7 <--- X2	,735
DS8 <--- X2	,705
DS10 <--- X3	,636
DS11 <--- X3	,691
DS12 <--- X3	,668
MH6 <--- M2	,799
MH3 <--- M1	,654
MH4 <--- M1	,672

	Estimate
MH7 <--- M2	,758
MH8 <--- M2	,606
MH9 <--- M2	,675
MH5 <--- M1	,793
MH10 <--- M2	,575
SWB1 <--- Y1	,807
SWB6 <--- Y2	,715
SWB11 <--- Y3	,657
SWB2 <--- Y1	,818
SWB3 <--- Y1	,782
SWB4 <--- Y1	,797
SWB5 <--- Y1	,733
SWB7 <--- Y2	,740
SWB8 <--- Y2	,748
SWB9 <--- Y2	,711
SWB10 <--- Y2	,691
SWB12 <--- Y3	,758
SWB13 <--- Y3	,709
SWB14 <--- Y3	,686
SWB15 <--- Y3	,678

Squared Multiple Correlations: (Group number 1 - Default model)

	Estimate
Makna_Hidup	,101
Subjective_Well_Being	,162
Y3	,742
Y2	,933

	Estimate
Y1	,848
M2	,684
M1	,978
X3	,997
X2	,977
X1	,675
SWB15	,460
SWB14	,470
SWB13	,503
SWB12	,574
SWB10	,477
SWB9	,506
SWB8	,559
SWB7	,547
SWB5	,538
SWB4	,634
SWB3	,612
SWB2	,668
SWB11	,431
SWB6	,511
SWB1	,652
MH10	,330
MH5	,629
MH9	,455
MH8	,367
MH7	,575
MH4	,452

	Estimate
MH3	,428
MH6	,638
DS12	,446
DS11	,477
DS10	,405
DS8	,497
DS7	,540
DS6	,566
DS4	,307
DS3	,498
DS2	,475
DS9	,531
DS5	,445
DS1	,596