

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA MAHASISWA RANTAU  
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

**Disusun Oleh:**

**Iis Anisah**

**NIM. 20102020014**

**Dosen Pembimbing:**

**Nur Fitriyani Hardi, S.Psi, M.Psi.**

**NIP. 19900327 201903 2 016**

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

**2024**

# SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR



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

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-994/Un.02/DD/PP.00.9/07/2024

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA MAHASISWA RANTAU UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IIS ANISAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020014  
Telah diujikan pada : Selasa, 28 Mei 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

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

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 667c9afa008d3



Penguji I

Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6668f62b3ad8



Penguji II

Anggi Jatmiko, M.A.  
SIGNED

Valid ID: 6667cfe973b



Yogyakarta, 28 Mei 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 6684bb9c1921

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



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

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

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

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Iis Anisah  
NIM : 20102020014

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Pembimbing,

**Nur Fitriyani Hardi, S.Psi., M.Psi**  
NIP. 19900327 201903 2 016

Yogyakarta, 15 Mei 2021

Mengetahui:

Ketua Prodi,

**Slamet, S.Ag, M.Si.**  
NIP 19691214 199803 1 002

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Iis Anisah  
NIM : 20102020014  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

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

Yogyakarta, 15 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Iis Anisah

NIM. 20102020014

STATE ISLAMIC UNIV  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

### SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Iis Anisah  
Tempat dan Tanggal Lahir : Jakarta, 22 Mei 200  
NIM : 20102020014  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Alamat : Petukangan Selatan, Jakarta Selatan  
No. HP : 087820732597

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pas foto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 15 Mei 2024



Iis Anisah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini ditunjukkan untuk kedua orangtuaku, Ibu Sulipah dan Bapak Suparyono yang sudah sama sama berjuang menjadi sponsor utama, untuk aku mendapatkan gelar sarjana di belakang nama lengkapku, terima kasih Bu, Pak banyak sekali pengorbanan untuk ku disini, maaf karna ku sudah memperpanjang episode kesengsaraan di hidupmu. Kini, aku selesai Bu, Pak.

Aku pulang...



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN MOTTO

“Secara filosofis, sesungguhnya tak ada "orang besar" dan tak ada "orang kecil" dalam takaran pemilikan ekonomi atau perbedaan status sosial budaya. Kecil dan besar hanya terjadi pada kualitas kepribadian." - **Cak Nun**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta” dalam rangka menyelesaikan studi sastra 1 Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Shalawat beriringkan salam dipanjatkan kepada baginda besar, Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga juga para sahabat. Yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman terang benderang dengan ilmu pengetahuan hingga saat ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bimbingan, bantuan juga kerja sama dari berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, S.Ag, M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak Dr. H. Rifa'i, M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan, nasihat serta semangat akademik



5. Ibu Nur Fitriyani Hardi, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa meluangkan banyak waktunya, memberikan arahan, dukungan serta bimbingan sehingga dapat terselesaikan skripsi ini dengan baik
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan, motivasi, nasihat dan semangat kepada penulis selama menempuh pendidikan
7. Superhero, panutan dan cinta pertamaku, Bapak Suparyono, terima kasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, tetapi beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana
8. Pintu surgaku, Ibu Sulipah, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi, ridho serta do'a hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana
9. Mas Lucky, Mba Khoir, Sipa, terima kasih atas bentuk kasih sayang, support, motivasi, perhatian, pengertian dan kerjasama untuk selalu kebersamai penulis dalam berbagai situasi
10. Adik-adikku Faiqoh dan Puspita serta rekan rekan IKDAR Jogja, terima kasih telah membuat hari-hari penulis menjadi lebih berkesan, tempat berkeluh kesah juga tempat bercanda tawa. Jogja menjadi sangat istimewa karna hadirnya kalian

11. Nahdia Maghfiroh dan teman seperjuangan lainnya, terima kasih telah kebersamai penulis dari awal semester sampai penulis mampu menyelesaikan tanggung jawab ini
12. Teman teman KKN Kadilangu beserta staff, untuk pengalaman pengabdian yang sangat berkesan dan penuh pembelajaran yang menyenangkan
13. Terakhir kepada seseorang yang pernah bersama penulis yang tak kalah penting kehadirannya, terima kasih atas segala kenangan singkat namun sangat indah yang diberikan saat proses penyusunan skripsi, yang sekarang menjadi pengingat untuk penulis sehingga dapat membuktikan bahwa anda akan tetap menjadi alasan penulis untuk berproses menjadi pribadi yang lebih baik. Terima kasih telah menjadi bagian menyenangkan dan menyakitkan dari proses pendewasaan penulis. Sampai bertemu diversi terbaik menurut takdir yaa mas.

Akhirnya, semoga segala bentuk bantuan, dukungan, dorongan, nasihat, motivasi dan do'a yang telah dipanjatkan mendapatkan balasan dari Allah berkali kali lipat dan skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 15 Mei 2024

Penulis,



Iis Anisah

NIM. 20102020014

## ABSTRAK

Iis Anisah (20102020014) Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Mahasiswa rantau adalah mereka yang telah menyelesaikan sekolah menengah atas kemudian tinggal di luar daerah asal selama waktu tertentu untuk menerima pendidikan di perguruan tinggi di luar daerah asal. Diketahui bahwa mahasiswa perantau pada awalnya merasa tidak nyaman saat datang pertama kali ke kota rantau sehingga menyebabkan kesejahteraan psikologis yang menurun. Salah satu faktor yang paling mempengaruhi *psychological well-being* yakni adanya dukungan sosial antar individu. Dukungan sosial adalah pertukaran energi antara dua individu yang dapat dirasakan oleh individu yang memberikan ataupun individu yang menerima dengan tujuan untuk meningkatkan *psychological well-being* dari penerima. Dalam hal ini, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasional. Alat ukur dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial dari teori Sarafino yang berjumlah 32 aitem, sedangkan untuk *psychological well-being* menggunakan skala dari teori Ryff yang berjumlah 43 aitem. Subjek pada penelitian ini sebanyak 206 subjek yang merupakan mahasiswa rantau yang melanjutkan pendidikan di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan ketentuan sebagai berikut: mahasiswa aktif S1 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2023, berusia 18-22 tahun, berasal dari luar Yogyakarta, serta bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Analisis data yang dilakukan menggunakan *pearson product moment* dan analisis *independent sample t-test* dengan menggunakan program SPSS 23. Hasil pengujian korelasi koefisien dengan nilai 0,525 dan signifikansi 2 *tailed* menunjukkan 0,000  $p < 0,05$  yang berarti adanya hubungan positif yang cukup besar atau cukup kuat antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki pada mahasiswa rantau. Begitu pula semakin rendah dukungan sosial, maka rendah pula *psychological well-being*.

**Kata Kunci:** dukungan sosial, *psychological well-being*, mahasiswa rantau.

## **ABSTRACT**

*Iis Anisah (20102020014) The Relationship Between Social Support and Psychological Well-Being in Overseas Students at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.*

*Overseas students are those who have completed high school and then live outside their area of origin for a certain time to receive education at a tertiary institution outside their area of origin. It is known that migrant students initially feel uncomfortable when they first come to an overseas city, which causes their psychological well-being to decline. One of the factors that most influences psychological well-being is the existence of social support between individuals. Social support is an exchange of energy between two individuals that can be felt by the individual giving or the individual receiving with the aim of improving the psychological well-being of the recipient. In this case, the aim of this research is to determine the relationship between social support and psychological well-being in overseas students at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. This research uses a quantitative, correlational approach. The social support measuring tool uses the social support scale from Sarafino's theory, which has 32 items, while for psychological well-being, it uses the scale from Ryff's theory, which has 43 items. The subjects in this research were 206 subjects who were overseas students continuing their education at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta with the following conditions: active undergraduate students at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Class of 2023, aged 18-22 years, from outside Yogyakarta, and willing to participate in the research. This. Data analysis was carried out using Pearson product moment and independent sample t-test analysis using the SPSS 23 program. The results of the correlation coefficient test with a value of 0.525 and 2 tailed significance showed  $0.000 p < 0.05$  which means there is a positive relationship that is quite large or quite strong between social support and psychological well-being in overseas students at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. This means that the higher the social support, the higher the psychological well-being of overseas students. Likewise, the lower the social support, the lower the psychological well-being.*

**Keywords:** *social support, psychological well-being, overseas students.*

## DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Kajian Pustaka.....	12
BAB II KERANGKA TEORI.....	18
A. Tinjauan Tentang <i>Psychological Well-Being</i> .....	18
1. Pengertian <i>Psychological Well-Being</i> .....	18
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> .....	21
3. Aspek-Aspek yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> .....	23
4. Dampak <i>Psychological Well-Being</i> .....	26
B. Tinjauan Tentang Dukungan Sosial.....	29
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	29
2. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	31
3. Aspek yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	32
4. Sumber Dukungan Sosial.....	35

C. Tinjauan Tentang Mahasiswa Rantau .....	37
D. Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well-Being</i> dan Implementasinya Bagi Layanan BKI Bidang Pendidikan .....	39
E. Hipotesis .....	46
BAB II METODOLOGI PENELITIAN .....	45
A. Jenis Analisis Penelitian.....	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
C. Definisi Operasional Variabel.....	46
D. Populasi dan Sampel .....	47
E. Instrumen Penelitian .....	49
F. Teknik Pengumpulan Data.....	51
G. Validitas dan Reliabilitas .....	52
H. Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	55
A. Persiapan Penelitian .....	55
B. Gambaran Umum UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.....	60
C. Pelaksanaan Penelitian.....	63
D. Hasil Analisis Deskriptif .....	64
E. Hasil Analisis Deskriptif Dukungan Sosial.....	69
F. Hasil Analisis Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i> .....	71
G. Hasil Uji Prasyarat Analisis .....	73
H. Hasil Uji Hipotesis.....	73
I. Pembahasan Penelitian.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Kesimpulan .....	80
B. Saran .....	82
DAFTAR PUSTAKA .....	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	92

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Alternatif Jawaban Skala.....	49
Tabel 3. 2 Blueprint Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	50
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Psychological Well-Being Sebelum Uji Coba.....	51
Tabel 4. 1 Sebaran Aitem Lolos dan Gugur Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba .....	57
Tabel 4. 2 Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	58
Tabel 4. 3 Skala Psychological Well-Being Setelah Uji Coba .....	58
Tabel 4. 4 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial dengan Psychological Well- Being .....	59
Tabel 4. 5 Struktur Pimpinan UIN Sunan Kalijaga.....	62
Tabel 4. 6 Detail Responden Setiap Fakultas.....	64
Tabel 4. 7 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	65
Tabel 4. 8 Responden Berdasarkan Usia .....	66
Tabel 4. 9 Responden Berdasarkan Asal Daerah.....	67
Tabel 4. 10 Responden Berdasarkan Tempat Tinggal .....	68
Tabel 4. 11 Gambaran Umum Dukungan Sosial .....	69
Tabel 4. 12 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	70
Tabel 4. 13 Distribusi Kategorisasi Dukungan Sosial .....	70
Tabel 4. 14 Gambaran Umum Psychological Well-being .....	71
Tabel 4. 15 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	72
Tabel 4. 16 Distribusi Kategorisasi Psychological Well-being .....	72
Tabel 4. 17 Hasil Uji Normalitas .....	73

Tabel 4. 18 Pedoman Interpretasi Koefisiensi Korelasi.....	74
Tabel 4. 19 Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being .....	74
Tabel 4. 20 Hasil Uji Korelasi Independent Sample T-Test .....	75





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Dinamika Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being Mahasiswa Rantau .....	45
Gambar 4. 1 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	65
Gambar 4. 2 Responden Berdasarkan Usia.....	66
Gambar 4. 3 Responden Berdasarkan Asal Daerah .....	67
Gambar 4. 4 Responden Berdasarkan Tempat Tinggal .....	68
Gambar 4. 5 Hasil Uji Beda Psychological Well-Being Mahasiswa Rantau.....	76

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Status mahasiswa identik dengan perantau yang menggambarkan mahasiswa tersebut tinggal dan belajar jauh dari tempat asalnya. Astuti dalam Suprastowo, dkk berpendapat bahwa sebagian masyarakat harus merantau ke luar daerahnya untuk memperoleh pendidikan tinggi yang lebih berkualitas.<sup>1</sup> Perguruan tinggi yang tersebar di kota-kota di Indonesia memiliki tingkat kualitas yang berbeda-beda. Selain itu, setiap calon mahasiswa memiliki pandangan yang berbeda dalam menentukan pilihan universitas. Saat memilih universitas, mahasiswa cenderung memilih universitas yang berkualitas dan cocok untuk mereka. Oleh karena itu, calon mahasiswa memilih untuk pergi merantau ke luar daerah asal nya untuk menerima pendidikan yang memenuhi standar masing-masing individu.

Yogyakarta menjadi salah satu kota tujuan pendidikan yang banyak menarik minat para perantau untuk datang dan melanjutkan pendidikan ke berbagai perguruan tinggi yang terdapat di Yogyakarta. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah perguruan tinggi di Yogyakarta pada tahun 2022 terdapat sebanyak 126 yang terdiri dari 109 perguruan tinggi di bawah naungan Kemendikbud Ristek dan 17 perguruan tinggi di bawah naungan Kementerian

---

<sup>1</sup> Damarhadi, Susprastowo, dkk., “Kebermaknaan Hidup Pada Mahasiswa Rantau Di Indonesia”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 22: 2 (2020), hlm. 110.

Agama.<sup>2</sup> Padmaratri dalam Sitti Nur Faizah menuliskan bahwa Asosiasi Perguruan Tinggi Swasta Indonesia (APTISI) Yogyakarta pernah melakukan survei jumlah mahasiswa di 51 Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Yogyakarta memiliki 403 program studi dengan 142.219 mahasiswa aktif, 5.225 dosen dan 3.894 tenaga pendidik. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 57.334 mahasiswa (40%) merupakan asli warga Yogyakarta dan 84.885 mahasiswa (60%) merupakan pendatang.<sup>3</sup> Hal tersebut menunjukkan tingginya atau banyaknya jumlah mahasiswa pendatang yang merantau untuk kuliah.

Layanan bimbingan dan konseling sebagai bagian dari sistem pendidikan diperguruan tinggi mempunyai peranan penting dalam membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan dan keterampilan yang diperlukan untuk beradaptasi dengan lingkungan perantauan. Bimbingan konseling dapat membantu siswa memahami dan menghargai perbedaan budaya, serta meningkatkan kesadaran dan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan individu dari budaya yang berbeda.

Dalam proses menempuh pendidikan atau menuntut ilmu di perguruan tinggi, layanan bimbingan dan konseling sangat penting untuk membantu mahasiswa rantau mengatasi berbagai permasalahan. Mahasiswa perantau pasti memiliki beragam permasalahan atau tantangan yang berbeda dengan

---

<sup>2</sup> Rosliana, Ridho dan Abdul Jalil, "Ini Daerah yang Memiliki Kampus Paling Banyak di Yogyakarta", *Soloposjogja*, <https://jogja.solopos.com/ini-daerah-yang-memiliki-kampus-paling-banyak-di-yogyakarta-1671554>, Diakses pada 29 Juni 2023.

<sup>3</sup> Faizah, Siti Nur, *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial, dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah, 2021), hlm. 18.

mahasiswa yang bukan merantau.<sup>4</sup> Mahasiswa perantau memulai semuanya dari awal, mulai dari mempersiapkan tempat tinggal dan bagaimana berinteraksi dengan teman atau lingkungan yang baru. Mahasiswa rantau akan menghadapi masalah yang lebih sulit pada tahun pertama merantau, karena peralihan dari jenjang sekolah sebelumnya ke jenjang perguruan tinggi. Diketahui bahwa mahasiswa perantau pada awalnya merasa tidak nyaman saat datang pertama kali ke kota rantau. Ketidaknyamanan tersebut disebabkan oleh beberapa hal seperti, belum terbiasa jauh dari orang tua, tidak memiliki teman yang dikenal, dan sulit menyatu dengan lingkungan yang baru. Dan juga sempat berpikir untuk kembali ke kota asal, karena merasa tidak cocok dengan lingkungan baru dan sulit untuk mendapatkan teman yang sesuai dengan individu tersebut. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa mahasiswa rantau tidak hanya tinggal jauh dari orangtua, tetapi juga harus belajar tentang sistem pendidikan yang berbeda, lingkungan baru dan budaya yang berbeda.

Perbedaan budaya juga seringkali menimbulkan *culture shock* bagi mahasiswa perantau. Banyaknya budaya masyarakat yang tinggal di Yogyakarta, memberikan tantangan sosialisasi bagi mahasiswa karena harus beradaptasi dengan karakteristik dan budaya Yogyakarta yang berbeda serta dengan budaya mahasiswa lain dari seluruh Indonesia. Individu dihadapkan pada situasi yang berpotensi menimbulkan keterkejutan, tidak nyaman, serta

---

<sup>4</sup> Shaputra, Agung Wahyu, *Hubungan Antara Strategi Coping dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, Skripsi (Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, 2022), hlm. 71.

kecemasan temporer tidak beralasan dalam diri individu yang mengarah pada terkikisnya identitas budaya dan konsep diri.<sup>5</sup>

Suryandari mengatakan bahwa mahasiswa perantau akan mengalami *culture shock* dengan ditandai dari adanya rasa penolakan, menarik diri, gangguan lambung, sakit kepala, kehilangan arah dan tujuan serta perasaan *homesickness*.<sup>6</sup> Sejalan dengan itu, Najed, dkk mengatakan bahwa individu yang merasakan perasaan *homesickness* akan mengalami kecemasan, kesepian, tidak nyaman dan menolak kondisi pada lingkungan baru serta cenderung ingin pulang ke daerah asal.<sup>7</sup> Istanto menyatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan *homesickness* adalah rasa kesepian yang dialami mahasiswa rantau saat berada di kos dengan ini menjadi salah satu faktor timbulnya *psychological well-being* yang rendah pada mahasiswa rantau.<sup>8</sup>

Di Indonesia, fenomena *psychological well-being* yang rendah ditemukan pada kalangan mahasiswa. Triaswari dan Utami mengemukakan bahwa pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas Gadjah Mada (UGM) terdapat 27,26 % mahasiswa yang memiliki *psychological well-being* dengan kategori rendah. Pada penelitian lain menemukan bahwa mahasiswa dengan *psychological well-being* yang rendah di Universitas Indonesia (UI) sebanyak

---

<sup>5</sup> Devinta, Marshellena, dkk, "Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, vol. 5: 3 (2015), hlm. 15.

<sup>6</sup> Suryandari, Nikmah, "Culture Shock Communication Mahasiswa Perantauan di Madura", *Jurnal Komunikasi Massa*, vol. 5: 1 (2012), hlm 5.

<sup>7</sup> Najed, Soodabeh B., dkk., "Effectiveness of Social Skills Training in Homesickness, Social Intelligence and Interpersonal Sensitivity in Female University Student Resident in Dormitory", *International Journal of Psychology and behaviour research*, vol. 2: 3 (2013), hlm. 168.

<sup>8</sup> Istanto, Trinanda L. dan Agustina Engry, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya", *Jurnal Experienta*, vol. 7: 1 (2019), hlm. 2.

46,2 % mahasiswa dan mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) sebanyak 38% mahasiswa juga memiliki *psychological well-being* yang rendah.<sup>9</sup>

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu diatas, didapatkan bahwa mahasiswa memiliki *psychological well-being* yang cukup rendah karena selama di perantauan belum sepenuhnya merasa sejahtera ataupun bahagia. Mereka merasa belum banyak memiliki teman dekat karena terkadang kesulitan untuk memulai interaksi dengan orang baru atau lingkungan baru dan belum bisa bertanggung jawab sepenuhnya atas kehidupannya sendiri.

*Psychological well-being* merupakan keadaan bebas dari tekanan mental, sikap positif terhadap hidup, mempunyai tujuan hidup dan kemampuan menjalin hubungan positif dengan orang lain, serta perilaku hidup yang konsisten dan terarah pada tujuan.<sup>10</sup> Menurut Ryff, *psychological well-being* merupakan realisasi dan kesadaran penuh akan potensi yang dimiliki individu, dimana individu dapat menerima kekurangan dan kelebihanannya, mandiri, mampu membangun hubungan yang baik dan positif dengan orang lain, menguasai lingkungan serta memiliki tujuan hidup.<sup>11</sup>

*Psychological well-being* yang rendah pada mahasiswa terjadi akibat ketidakmampuan mahasiswa dalam berhadapan dengan berbagai macam hambatan selama proses kehidupan. Jika seseorang mempunyai *psychological*

---

<sup>9</sup> Wahyuningtias, Sheila, *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau*, Skripsi, (Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, 2023), hlm. 3.

<sup>10</sup> Asmarani, Fitri F. dan Inhastuti Sugiasih, "Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau dari Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Suami", *Psisula: Prosiding Berkala psikologi*, vol. 1 (September, 2019), hlm. 44.

<sup>11</sup> Ryff, Carol D. "Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia", *Article Navigation: Psychother Psychosom*, vol. 83: 1 2014, hlm. 10.

*well-being* yang rendah, maka mereka akan mengalami kehampaan yaitu perasaan tidak bahagia atau tidak puas dengan kehidupan merantau.<sup>12</sup> Tingkat *psychological well-being* yang rendah perlu segera ditangani, karena dapat menimbulkan masalah psikologis diantaranya kecemasan, depresi dan yang lainnya. Pada akhirnya berpengaruh pada mahasiswa rantau saat menjalankan seluruh kegiatan di kampus.

Faktor internal yang memiliki hubungan dengan *psychological well-being*, salah satunya *resilience*, karna *resilience* merupakan salah satu topik yang sangat menarik dalam psikologi positif pendidikan di berbagai tahapan perkembangan manusia. Ryff dan Singer mengatakan bahwa individu yang memiliki *resilience* cenderung mampu merawat kesehatan mereka dengan baik, baik secara fisik maupun psikologis dan mampu pulih lebih cepat dari situasi stres. Menurut Bandura (Schwarzer & Warner) keyakinan seseorang dalam kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas, mengatasi masalah dan menghadapi stres dalam hidup mereka sangat memengaruhi tingkat ketahanannya.<sup>13</sup> *Resilience* secara khusus didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengurangi dampak negatif dari stres dan mengadaptasi diri melalui berbagai tindakan dan pemikiran manusia untuk menghadapi ancaman.<sup>14</sup> *Resilience* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being*.

---

<sup>12</sup> Tiornadi, Elizabeth F., "Calyptra" *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, vol. 6: 2, (2018), hlm. 12.

<sup>13</sup> Schwarzer R., & Warner L. M. *Perceived self-efficacy and its relationship to resilience*. In S. Prince-Embury & D. H. Saklofske (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice*. Springer, (2023).

<sup>14</sup> Smith, C., & Carlson, B.E., "Stress, coping, and resilience in children and youth" *Social Service Review*, vol. 71: 2, (1997), hlm. 231.

Selain *resilience*, terdapat faktor lain yakni optimisme. Selama beberapa waktu, optimisme dan *psychological well-being* telah dianggap sebagai komponen penting dari menjalani kehidupan yang berkualitas. Banyak studi telah menemukan bahwa optimisme berkontribusi positif pada *psychological well-being*.<sup>15</sup> Seseorang yang optimis terus berusaha untuk mencapai tujuan mereka dan melakukannya dengan mengelola diri dan menggunakan strategi koping yang efektif saat menghadapi tantangan.<sup>16</sup> Faktor eksternal pun tak kalah penting untuk membantu individu dalam mencapai *psychological well-being* yang tinggi. Salah satunya dengan adanya dukungan sosial.

Dukungan sosial adalah pertukaran energi antara dua individu yang dapat dirasakan oleh individu yang memberikan ataupun individu yang menerima dengan tujuan untuk meningkatkan *psychological well-being* dari penerima.<sup>17</sup> Salah satu faktor yang paling mempengaruhi *psychological well-being* yakni adanya dukungan sosial antar individu.<sup>18</sup> Ketika mahasiswa rantau mengalami berbagai perubahan maupun perbedaan baik dalam masyarakat, budaya dan lingkungan kampus maka mereka membutuhkan sebuah dukungan sosial. Hasan dan Rufidah mengungkapkan adanya dukungan sosial dari lingkungan akan menjadikan individu lebih percaya diri, menerima kenyataan dan berpikir lebih positif. Dukungan sosial dapat meningkatkan cara seseorang memecahkan

---

<sup>15</sup> Paddy, M., Chelli, K. & Paderi, R., *Optimism and psychological well-being of police officers with different work experiences*. SAGE Open, (2015), hlm. 7.

<sup>16</sup> Sharot, T., *The optimism bias: a tour of the irrationally positive brain*. New York, NY: Pantheon Books, (2011).

<sup>17</sup> Jackman, Patricia C., dkk, "Social Support, Social Identification, Mental Well-Being, and Psychological Distress in Doctoral Student: A Person-Centered Analysis", *Journal of Futher an Higher Education*, vol. 47: 1 (2022), hlm. 45.

<sup>18</sup> Cohen, Sheldon dan Wills A. Thomas. "Stress, Social Support and the Buffering Hypothesis", *Psychological Bulletin*, vol. 98: 3 (1985), hlm. 10.



masalah.<sup>19</sup> Dengan demikian dukungan sosial memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap kehidupan mahasiswa perantau. Mahasiswa tidak hanya berinteraksi dengan orangtuanya di rumah dan dengan teman-temannya di kampus, tetapi juga mulai menjalin hubungan dengan orang dewasa di luar lingkungan rumah dan kampus.

Gottlieb (Smet) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah nasihat atau informasi verbal atau nonverbal yang dapat diberikan oleh seseorang yang memberikan manfaat emosional atau dampak perilaku kepada penerimanya. Mahasiswa perantau dapat memperoleh manfaat dukungan sosial dari berbagai sumber baik dari orangtua, keluarga, teman dekat atau bahkan orang-orang di lingkungannya yang dianggap penting.<sup>20</sup> Dukungan sosial yang diterima dapat berupa kepedulian emosional, bantuan instrumental atau bantuan informasional.<sup>21</sup>

Representasi sosial psikologis individu maupun interaksi individu dengan teman dekat atau lingkungan memiliki efek positif dari dukungan sosial yang berasal dari interaksi. Kedua jenis dukungan tersebut membantu individu mengatasi stres dan memenuhi kebutuhan dasar mereka.<sup>22</sup> Mahasiswa perantau yang mendapatkan dukungan sosial, merasa dipedulikan, percaya diri, dan dicintai. Mereka juga merasa memiliki tempat untuk bertukar pikiran dan

---

<sup>19</sup> Hasan, Nur dan Elina R. Rufaidah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Strategi Coping pada Penderita Stroke RSUD Dr. moewardi Surakarta". *Talenta Psikologi*, vol. 2: 1 (2013), hlm. 41.

<sup>20</sup> Smet, Bart, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana, 1994).

<sup>21</sup> King, L. A, *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*, terj. Petty Gina Gayatri, (Jakarta: Salemba Humanika, 2016).

<sup>22</sup> Raisa, Raisa dan Annastasia Ediati. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang", *Jurnal Empati*, vol. 5: 3 (Agustus, 2016), hlm. 537.

meminta bantuan saat mereka menghadapi masalah. Ketika seseorang tidak melihat bantuan yang mereka terima sebagai bentuk dari dukungan, dan dukungan yang diberikan tidak sesuai harapan mereka, itu kemungkinan untuk menurunkan tingkat *psychological well-being* mereka sangat rendah.

Menurut Cohen, Gottlieb dan Underwood dukungan sosial dapat dicapai melalui hubungan sosial, yang dapat meningkatkan *psychological well-being* seseorang, guna menciptakan rasa nyaman ataupun terbantu yang berasal dari berbagai sumber.<sup>23</sup> Hal sependapat juga disampaikan oleh Bromman bahwa dukungan sosial sangat efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan menekan.<sup>24</sup> Maka dari itu dukungan sosial dibutuhkan oleh mahasiswa perantau untuk mengatasi tekanan dan menghindari timbulnya *psychological well-being* yang rendah.

Melihat masalah yang dihadapi mahasiswa perantau, peneliti tertarik untuk mengetahui *psychological well-being* mahasiswa perantau khususnya di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, mengingat cukup banyaknya mahasiswa perantau yang melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dengan demikian peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa perantau di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

---

<sup>23</sup> Cohen, Sheldon, dkk., *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientist*, (New York: Oxford University Press, 2000).

<sup>24</sup> Taylor, Shelley E., dkk., *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*, Terj. Tri Wibowo B.S. (Jakarta: KENCANA, 2009).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta?
2. Bagaimana implementasi hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* terhadap layanan BKI bidang pendidikan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui implementasi hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* terhadap layanan BKI bidang pendidikan?

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk perkembangan ilmu bimbingan konseling Islam pada bidang pendidikan khususnya pada teori *psychological well-being* sebagai masalah yang dihadapi mahasiswa rantau dan dukungan sosial sebagai salah satu yang bisa menjadi solusi untuk meningkatkan *psychological well-being* sehingga mahasiswa sukses belajar di perguruan tinggi. Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai sumber

pembelajaran dan referensi bagi penelitian-penelitian yang akan datang dalam konteks perkembangan karakter sosial pada mahasiswa rantau.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan wawasan keilmuan penulis dalam bidang karya ilmiah dalam program studi Bimbingan dan Konseling Islam.

### b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau, sehingga informasi dari penelitian ini dapat dipergunakan terhadap tindakan yang akan diambil selanjutnya.

### c. Bagi Dosen

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diketahui bahwasannya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau. Sehingga dosen dapat memberikan motivasi lebih kepada mahasiswa rantau yang mengalami *psychological well-being* yang rendah diakibatkan oleh dukungan sosial yang kurang.

### d. Bagi Konselor

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi konselor pendidikan di perguruan tinggi termasuk penasihat akademik untuk

membantu mahasiswa rantau yang memiliki permasalahan *psychological well-being* yang rendah.

### **E. Kajian Pustaka**

Bagian kajian pustaka menjelaskan tentang penelitian yang relevan dengan masalah yang akan diteliti. Sejauh ini dari hasil penelusuran penulis tidak menemukan penelitian yang memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya. Tetapi penulis menemukan penelitian yang memiliki kemiripan dengan penelitian yang akan diteliti dan sebuah penelitian dengan tema yang sejenis sebagai bahan acuan dalam mengetahui mengklarifikasi persamaan dan perbedaan yang belum diteliti oleh peneliti terdahulu. Hal ini berfungsi sebagai bahan pertimbangan dan referensi. Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan, peneliti menemukan beberapa kajian pustaka penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* sebagai berikut :

1. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Desi Kurniati, dkk pada tahun 2023 yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-Being* Pada Pengangguran Terdidik”. Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Jumlah sampel sebanyak 116 orang pengangguran terdidik. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu *psychological well-being scale* dan *social provisions scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada

pengangguran terdidik. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh oleh pengangguran terdidik, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimilikinya.<sup>25</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada dua variabel yang sama yakni dukungan sosial dan *psychological well-being*, serta memakai metode kuantitatif sebagai metode analisis data. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian yang mana subjek penelitian ini adalah lulusan sarjana sedangkan penelitian yang akan dilakukan memiliki subjek mahasiswa rantau.

2. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Alidrus, Isna dan Rina pada tahun 2022, yang berjudul “Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan *Psychological well-being* pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan”. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan untuk mengetahui dukungan sosial dan religiusitas dengan *psychological well-being* pada warga binaan pemasyarakatan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Dengan jumlah sampel sebanyak 130 warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Pekanbaru. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yaitu skala dukungan sosial, skala religiusitas dan skala *psychological well-being*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara hubungan

---

<sup>25</sup> Kurniati, Desi Yulistini, dkk., “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Pengangguran Terdidik”, *Jurnal Psibernetika*, vol. 16: 1 (2023), hlm. 8.

dukungan sosial dan religiusitas dengan *psychological well-being*. Semakin tinggi dukungan sosial dan religiusitas warga binaan, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dirasakan. Begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan religiusitas warga binaan, maka semakin rendah pula *psychological well-being* warga binaan.<sup>26</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni pada metode penelitian sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya ada pada skala penelitian yang mana pada penelitian ini menggunakan tiga skala (skala dukungan sosial, skala religiusitas dan skala *psychological well-being*), sedangkan penelitian yang akan dilakukan hanya menggunakan dua skala saja (skala dukungan sosial dan skala *psychological well-being*). Perbedaannya juga terletak pada lokasi penelitian, pada penelitian ini berlokasi di lembaga pemasyarakatan sedangkan penelitian yang akan dilakukan berlokasi di lembaga pendidikan.

3. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Lili dan Ilham pada tahun 2022, yang berjudul “Pengaruh Resiliensi terhadap *Psychological Well-Being* dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator pada Mahasiswa”. Jenis penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan untuk menjelaskan pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* dengan dukungan sosial sebagai mediator. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik survei. Jumlah sampel sebanyak 394 mahasiswa Universitas

---

<sup>26</sup> Alidrus, Nathania D., dkk., “Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan”, *Psyche 165 Journal*, vol. 15: 2 (Juni, 2022), hlm. 105.

Airlangga. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu skala *psychological well-being*, skala resiliensi dan skala dukungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* dengan mediasi oleh dukungan sosial dan jenis mediasi bersifat parsial.<sup>27</sup>

Persamaan penelitian ini terletak pada subjek penelitian yang mana sama-sama membahas tentang mahasiswa dan teknik analisis data yang menggunakan metode penelitian kuantitatif. Perbedaannya ada pada skala penelitian, pada penelitian ini menggunakan tiga skala (skala *psychological well-being*, skala resiliensi dan skala dukungan sosial) sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan hanya menggunakan dua skala saja (skala dukungan sosial dan skala *psychological well-being*) dan pada lokasi penelitian, penelitian ini dilakukan pada salah satu Universitas yang ada di Surabaya dan penelitian yang akan dilakukan bertempat di salah satu Universitas yang ada di Yogyakarta.

4. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Jovina dan Christiana pada tahun 2021, yang berjudul “Dukungan Sosial Orang Tua Dan *Psychological Well-Being* Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal”. Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Dengan jumlah sampel sebanyak 32 orang laki-laki dan perempuan berusia 18-40 tahun yang

---

<sup>27</sup> Novianti, Dwi Lili dan Ilham N. Alfian, “Pengaruh Resiliensi terhadap Psychological Well-Being dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator pada Mahasiswa”, *Artikel: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, vol. 2: 1 (2021), hlm. 7.



mengalami putus cinta maksimal 1 tahun terakhir. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang berisi skala masing-masing variabel. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan *psychological well-being*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi juga *psychological well-being* yang dimiliki oleh dewasa awal pasca putus cinta, demikian sebaliknya.<sup>28</sup>

Persamaan penelitian ini terletak pada metode penelitian yang sama menggunakan metode kuantitatif. Dan pada subjek dalam kategori tahap perkembangan yakni pada tahap dewasa awal. Perbedaannya pada status subjek, yang mana pada penelitian ini dewasa awal yang mengalami putus cinta, sedangkan penelitian yang akan dilakukan yakni dewasa awal sebagai mahasiswa rantau. Selain itu perbedaannya ada pada lokasi penelitian.

5. Skripsi penelitian yang dilakukan oleh Ninda Alza pada tahun 2021 Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan Stres Akademik dengan *Psychological Well-Being* Mahasiswa Santri”. Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *quota sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa santri di Yogyakarta dengan jumlah sampel sebanyak 200 mahasiswa santri. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini

---

<sup>28</sup> Sugiarto, Jovina A. dan Christiana H. Soetjiningsih, “Dukungan Sosial Orang Tua Dan Psychological Well-Being Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal”, *Jurnal Psikologi Konseling*, vol. 18: 1 (2021), hlm. 833.

menggunakan kuesioner yaitu dengan tiga skala penelitian yakni, skala dukungan sosial, skala stres akademik dan skala *psychological well-being*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan stres akademik dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri dengan sumbangan efektif sebesar 47,4%. Analisis pada masing-masing variabel bebas menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being* ( $p = 0,001$ ) dengan sumbangan efektif sebesar 22,2% dan stres akademik memiliki hubungan negatif dengan *psychological well-being* ( $p = 0,001$ ) dengan sumbangan efektif sebesar 25,7%.<sup>29</sup>

Persamaan pada penelitian ini terletak pada jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif. Perbedaannya pada subjek penelitian. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa santri sedangkan penelitian yang akan datang adalah mahasiswa rantau. Penelitian ini menggunakan tiga skala penelitian sedangkan penelitian yang akan datang hanya menggunakan dua skala penelitian. Dan pada lokasi penelitiannya pun berbeda.

Berdasarkan kajian penelitian di atas, belum ada penelitian yang serupa. Penulis berusaha untuk memberikan kontribusi yang berbeda dari yang sudah ada dengan melengkapi penelitian-penelitian yang sudah ada sebelumnya. Adanya keterbaruan metode yang dihasilkan berbeda dengan kajian di atas.

---

<sup>29</sup> Ninda Alza, N. Z, *Hubungan Dukungan Sosial dan Stres Akademik dengan Psychological Well-Being Mahasiswa Santri*, Skripsi, (Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2021), hlm. 34.

Perbedaan yang lain juga terletak pada tempat penelitian dan fokus penelitian dalam skripsi tersebut.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan latar belakang masalah, kajian teori, hasil analisis data dan pembahasan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Semakin tinggi dukungan sosial semakin tinggi *psychological well-being*, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *psychological well-being* pada mahasiswa rantau. Maka dari itu hipotesis yang diajukan dari penelitian diterima, sumbangan efektif dari dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau sebesar 5,25%. Dengan artian bahwa dukungan sosial mempengaruhi *psychological well-being* pada mahasiswa rantau.

Berdasarkan hasil uji beda, diperoleh nilai T-Test yaitu 1,512 dengan nilai signifikan 0,132 ( $p < 0,05$ ) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara *psychological well-being* mahasiswa rantau yang berasal dari pulau Jawa dan luar Jawa, dimana mahasiswa yang berasal dari luar Jawa memiliki mean yang lebih tinggi (141.06) dan mahasiswa yang berasal dari pulau Jawa memiliki mean yang lebih rendah (137.14), yang artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Hasil penelitian yang mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* memiliki implikasi yang penting untuk bimbingan konseling Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki

korelasi positif dengan *psychological well-being*. Dalam konteks bimbingan konseling Islam, ini menekankan pentingnya menciptakan dan memelihara lingkungan yang mendukung baik dari keluarga, teman, maupun komunitas. Konselor pendidikan dapat membantu klien untuk memahami dan mengembangkan jaringan dukungan sosial yang kuat sebagai bagian dari upaya meningkatkan *psychological well-being* mereka. Dalam bimbingan konseling Islam, nilai-nilai seperti kasih sayang, saling tolong-menolong, dan persaudaraan sangat ditekankan. Dukungan sosial yang diberikan dalam kerangka nilai-nilai ini dapat lebih efektif dalam meningkatkan *psychological well-being*. Konselor pendidikan dapat mengajarkan pentingnya ukhuwah Islamiyah sebagai salah satu sumber dukungan sosial.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat membantu individu mengatasi stres dan krisis dengan lebih baik. Dalam konseling Islam, konselor dapat mengajarkan strategi coping yang berbasis pada dukungan sosial, seperti meminta bantuan dari teman atau keluarga, dan memanfaatkan dukungan dari komunitas agama. Konselor pendidikan perlu memiliki pemahaman yang mendalam tentang konsep dukungan sosial dan *psychological well-being* serta bagaimana kedua konsep ini saling berkaitan. Pelatihan dan pendidikan berkelanjutan bagi konselor sangat penting untuk memastikan mereka dapat memberikan bimbingan yang efektif dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengenai dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis dapat memperkaya praktik bimbingan konseling Islam

dengan memberikan dasar untuk pendekatan yang lebih menyeluruh, terintegrasi, dan berorientasi pada nilai-nilai keagamaan. Hal ini tidak hanya membantu klien dalam meningkatkan *psychological well-being* mereka, tetapi juga memperkuat ikatan sosial dan spiritual dalam komunitas.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa Rantau

Mahasiswa rantau yang sudah merasakan dukungan yang positif dan mempunyai *psychological well-being* dalam hidupnya harus tetap mempertahankan dukungannya. Diharapkan bahwa dukungan sosial ini dapat mempertahankan *psychological well-being* yang lebih baik. Seperti: a) dukungan emosional atau penghargaan yang berasal dari empati, kehangatan, kepedulian, mencintai orang lain di lingkungan sekitar. b) dukungan instrumental yang berupa bantuan dalam bentuk fisik, seperti materi dan tindakan. c) dukungan informasi bantuan berupa nasihat dan petunjuk. d) dukungan persahabatan yakni dorongan teman sekelompok dan aktifitas bersama orang sekitar.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian yang serupa dapat memperbaiki kelemahan penelitian saat ini, seperti mempertimbangkan pemilihan waktu yang tepat untuk pengisian skala dan memilih aitem-aitem yang akan digunakan dalam skala agar lebih mudah dipahami oleh subjek.

Peneliti kemudian dapat menggunakan faktor lain dari *psychological well-being*.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afivah, Putri N. M., *Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau*, Program Sarjana S1 UIN Raden Mas Said, Surakarta, 2023.
- Alidrus, Nathania D., Isna Syahrina, dan Rina Mariana, “Dukungan Sosial dan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan”, *Psyche 165 Journal*, vol. 15:2, 2022.
- Al-Rahman, Iffah A. D., dan Lisnawati, “Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Spiritualitas Siswa di Lembaga Pendidikan Berbasis Agama Pesantren dan Non Pesantren”, *Jurnal Psikologi integratif*, vol. 6:2, 2018.
- Alshammari, Abdullah S., Piko Bettina, dan F. Kevin, “Social Support and Adolescent Mental Health and Well-Being Among Jordanian Students International”, *Journal of Adolescence and Youth*, vol. 26:1, 2021.
- Aprilia, Winda, “Resiliensi dan Dukungan Sosial Pada Orangtua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal di Samarinda)”, *Psikoborneo: Jurnal Psikologi*, vol. 1: 3, 2013.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Asmarani, Fitri F., dan Sugiasih Inhasuti, “Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau dari Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Suami”, *Psisula: Prosiding Berkala psikologi*, vol. 1, 2019.
- Azwar, Saifuddin, *Reliabilitas dan Validitas Edisi ke-3 Cetakan X*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Batubara, Megawati, M. Auliani, dan Rahman Shahnaz, “Kontribusi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing dan OrangTua Terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi”. *Indonesian Psychological Research*, vol. 4:2, 2022.
- Budikafa, Sitti A., Suarni, dan A. Pambudhi, “Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being Narapidana Perempuan”, *Jurnal Sublimasi*, vol. 2:3, 2021



- Caffo, Ernesto, C. Belaise, dan B. Forresi, "Promoting Resilience and Psychological Well-Being in Vulnerable Life Stages" *Psychother Psychosom*, vol. 77, 2008.
- Cohen, Sheldon, & Wills Thomas A., "Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis", *Psychological Bulletin*, vol. 98:3, 1985.
- Cohen, Sheldon, G. Underwood, dan H. Gottlieb, *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientist*, New York: Oxford University Press, 2000.
- Damarhadi, Susprastowo, Mahmudi Jurianto, Siti Nur I., Nina Zulidah S., "Kebermaknaan Hidup Pada Mahasiswa Rantau Di Indonesia", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 22:2, 2020.
- Devinta, Marshellena, N. Hidayah, dan G. Hendrastomo, "Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta", *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, vol. 5:3, 2015.
- Dodge, Rachel, Hyuton, dan Lalage "The Challenge of Defining Well-Being", *International Journal of Well-Being*, vol. 2:3, 2012.
- Elfiky, Dr. Ibrahim, *Terapi berpikir Positif*, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2017.
- Eva, Nur, Shanti P., Hidayah N., dan Bisri, M., "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Dengan Religiusitas Sebagai Moderator", *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, vol. 5:3, 2020.
- Faizah, Siti Nur, *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Perantau di Yogyakarta. Program Studi Psikologi*, Skripsi, Yogyakarta: Program Sarjana S1 Universitas 'Aisyiyah, 2021.
- Farisi, Hibatullah A., *Pengaruh Deprivasi Relatif Pada Efikasi Diri Akademik Dengan Dukungan Sosial Pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi Sebagai Variabel Moderator Pada Mahasiswa Generasi Pertama*, Program Sarjana S1 UNAIR, Surabaya, 2020.
- Gunawan, Imam, *Pengantar Statistik Inferensial*, Jakarta: Rajawali Press, 2016.

- Haditiya Pratama dan Zulian Fikri, “Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well-Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang”, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 7:2, 2023.
- Hafidzah, Dilanti N., dan Stephani Hamdan, “Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada Pemeliharaan Kucing Kota Bandung” *Prosiding Psikologi*, vol. 7:1, 2021.
- Hafiz Rahmadani dan Tuti Rahmi, “Loneliness dan Psychological Well-Being Mahasiswa yang Sedang Skripsi”, *Edusociata Jurnal Pendidikan Sosiologi*, vol. 6:1, 2023.
- Halim, Frency C., dan Agoes Dariyo, “Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa Merantau”, *Jurnal Psikogenesis*, vol. 4:2, 2016.
- Hardani, Hardani, Andriani H., Ustiawaty, J., dan Utami, E. F., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group, 2020.
- Hasan, Nur dan Elina Raharisti R, “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Strategi Coping pada Penderita Stroke RSUD Dr. Moewardi Surakarta”, *Talenta Psikologi*, vol. 2:1, 2013.
- Hediati, Diniyya H., dan Nur Ainy, *Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, Thesis, Surabaya: Program Sarjana S1 Universitas Airlangga, 2020.
- Heryana, Ade, *Hipotesis Dalam Penelitian Kuantitatif*. Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif. Universitas Esa Unggul, 2020.
- House, J. S, *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.
- Istanto, Triananda L., dan Agustina Engry, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Homesickness Pada Mahasiswa Rantau Yang Berasal Dari Luar Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya”, *Jurnal Experient*, vol. 7:1, 2019.
- Jackman, C. Patricia, Matthew Slater, Ester Carter, Kelly Sisson, dan Matthew Bird, “Social Support, Social Identification, Mental Well-Being, and Psychological Distress in Doctoral Student: A Person-Centered Analysis”, *Journal of Further and Higher Education*”, vol. 47:1, 2022.

- Juriana, Sujiono B., dan Kurnia Tahki, “Pengembangan Alat Ukur Psychological Well-Being Untuk Mahasiswa Olahraga”, *Prosiding Seminar FIK UNJ*, vol. 3:1, 2018.
- King, L. A, “*Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Penerjemah: Petty Gina Gayatri), Jakarta: Salemba Humanika, 2016.
- Kurniasari, Epi, N. Rusmana, dan N. Budiman, “Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau”, *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, vol. 3:2, 2019.
- Kurniati, Desi Yulistini, dkk., “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Pengangguran Terdidik”, *Jurnal Psibernetika*, vol. 16:1, 2023.
- Kurniawan, Aw dan Puspitaningtyas Z, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Indonesia: Pandiva Buku, 2016.
- Kurniawan, Said Robby dan Nur Eva, “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau”, *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 2020.
- Kusrini, Wara dan Nanik Prihartanti, “Hubungan Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali”, *Jurnal Penelitian Humaniora*, vol. 15:2, 2014.
- Liling, Nari dan Sarajar DK, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Asal Toraja di Salatiga”, *Jurnal Mirai Management*, vol. 8:1, 2023.
- Luthfi, Muhammad dan Nardi Sunardi, “Pengaruh Current Ratio (Cr), Return on Equity (Roe), Dan Sales Growth Terhadap Harga Saham Yang Berdampak Pada Kinerja Keuangan Perusahaan (Pada Perusahaan Manufaktur Sektor Makanan dan Minuman Yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia)”, *Jurnal SEKURITAS (Saham, Ekonomi, Keuangan Dan Investasi)*, vol. 2:3, 2019.
- Maslihah, Sri, “Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyifa Boarding School Subang Jawa Barat”, *Jurnal Psikologi Undip*, vol. 10: 2, 2011.
- Mawapuri, Marty, “Coping Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Studi Meta Analisis”, *Psycho Idea*, vol. 11: 1, 2013.

- Mihalani Angelina, P., Prima Aulia, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Bekerja Sebagai Freelancer”, *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, vol. 10:10, 2023.
- Najed, Soodabeh B., S. Pak, dan Y. Zarghar, “Effectiveness of Social Skills Training in Homesickness, Social Intelligence and Interpersonal Sensitivity in Female University Student Resident in Dormitory”, *International Journal of Psychology and behaviour research*, vol. 2:3, 2013.
- Ninda Alza, N. Z., *Hubungan Dukungan Sosial dan Stres Akademik dengan Psychological Well-being Mahasiswa Santri*, Program Sarjana S1 UIN SUKA, Yogyakarta, 2021.
- Novianti, Dwi Lili dan Ilham Nur A, “Pengaruh Resiliensi terhadap Psychological Well-Being dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator pada Mahasiswa”, *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, vol. 2:1, 2021.
- Noviasari, Nellafrisca dan Agoes Dariyo, “Hubungan Psychological Well-Being Dengan Penyesuaian Diri Pada Istri Yang Tinggal di Rumah Mertua”, *Psikodimensia*, vol. 15: 1, 2016.
- Nugroho, Yehezkiel A., “Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Narapidana Anak di Lapas Kelas 1 Kutoarjo”, *Jurnal Basicedu*, vol. 4:1, 2020.
- Nurgiyantoro, Burhan, *Statistik Terapan Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2004.
- Prasetio, Clement E., E. Gustara, dan A. Hanafitri, “Rumah, Tempat Kembali: Pemaknaan Rumah pada Mahasiswa Rantau”, *Mediapsi*, vol. 6:2, 2020.
- Prasetyo, Bambang dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*, Jakarta: Rajawali Pers, 2013.
- Prasetyo, Bambang dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012.
- Rachmadani, Mahda P., *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Rantau di Universitas Airlangga Surabaya*, Program Sarjana S1 UNAIR, Surabaya, 2020.

- Ramadhani, Tia, D. Djunaedi, dan A. Sismiati, “Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang OrangTuanya Bercerai”, *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 5:1, 2016.
- Rangkuti, A., A., & Wahyudi, L., D, *Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory dan Item Response Theory*, Jakarta: Fakultas Pendidikan Psikologi, 2017.
- Ratur, Esterlani W., S. Rompas, dan V. Simak, “Hubungan Dukungan Sosial Dan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Pekerja PNS Yang Menghadapi Masa Pensiun Di Poigar Minahasa Selatan”, *Jurnal Keperawatan*, vol. 9:2, 2021.
- Roslina, Ridho dan Abdul Jalil, *Ini Daerah Yang Memiliki Kampus Paling Banyak di Yogyakarta*, <https://jogja.solopos.com/ini-daerah-yang-memiliki-kampus-paling-banyak-di-yogyakarta-1671554>. *Solo Pos*, 29 Juni, 2023.
- Ruzek, E. A., Hafen, C. A., Allen, J. P., Gregory, A., Mikami, A. Y., & Pianta, R., “How Teacher Emotional Support Motivates Students: The Mediating Roles of Perceived Peer Relatedness, Autonomy Support, and Competence”, *LearningAnd Instruction*, vol. 42:3, 2016.
- Ryff, Carol D., “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being”, *American Journal of Managed Care*, vol. 22:7, 1989.
- Ryff, Carol D., “Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia”, *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 83:1, 2014.
- Ryff, Carol D., dan Singer B, “Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research, Psychotherapy and Psychosomatics”, vol. 65:1, 1996.
- Santrock, *Lifespan Development: Perkembangan Masa Hidup*, Jakarta: Erlangga, 2012.
- Saputri, Amelia W., dan Endang Sri Indrawati, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah”, *Jurnal Psikologi Undip*, vol. 9:1, 2011.
- Sarafino, Edward P, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions 7th ed*, United States: John Willey & Sons, inc, 2011.

- Sarafino, Edward P, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA: John Wiley and Sons, 2006.
- Sarafino, Edward P., & Smith, T., W, *Health Psychology: Biopsychological Interactions, 7<sup>th</sup> Edition*, New York: John Wiley and Sons, Inc, 2011.
- Shaputra, Agung Wahyu, *Hubungan Antara Strategi Coping dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, Skripsi, Semarang: Program Sarjana S1 UNISSULA, 2022.
- Smet, Bart, *Psikologi Kesehatan*, Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana, 1994.
- Sugiarto, Jovina A., dan Christiana H. Soetjiningsih, “Dukungan Sosial Orang Tua Dan Psychological Well-Being Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal”, *Jurnal Psikologi Konseling*, vol. 18:1, 2021.
- Sugiono, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2019.
- Suryandari, Nikmah, “Culture Shock Communication Mahasiswa Perantauan di Madura”, *Jurnal Komunikasi Massa*, vol. 5:1, 2012.
- Tanujaya, Winda, “Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Karyawan Cleaner (Studi Pada Karyawan Cleaner Yang Menerima Gaji Tidak Sesuai Standar Ump di Pt. Sinergi Integra Services, Jakarta)”, *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, vol. 12: 2, 2014.
- Taylor, Shelley E., L. Anne Peplau, dan D. O. Sears, “*Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*, (Penerjemah: Tri Wibowo B.S), Jakarta: KENCANA, 2009.
- Tionardi, Elizabeth F., “Calyptra”, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, vol. 6:2, 2018.
- Trianto, Budi, *Riset Modeling Teori, Konsep, dan Prosedur Melakukan Penelitian serta Aplikasi Pengolahan Data dengan Program SPSS dan LISREL*, Pekanbaru: ADH-DHUHA INSTITUTE, 2016.
- Wahyunigtias, Sheila, *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau*. Program Studi S1 Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, 2023.

Widi, Restu K, *Asas Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010.

Widiyanto, MA, *Statistika Terapan: Konsep & Aplikasi SPSS dalam Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Ilmu Sosial Lainnya*, Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2013.

Wikanestri, Winilis dan Adhyatman Prabowo, *Psychological Well-Being Pada Pelaku Wirausaha*. Seminar Psikologi Dan Kemanusiaan, 2015.

