

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
SISWA SMA NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh:

Wulandari

NIM : 06071182025005

Program Studi : Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
TAHUN 2024**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
SISWA SMA NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh

Wulandari

NIM: 06071182025005

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan:



**Koordinator Program Studi
Bimbingan dan Konseling**

**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

Pembimbing

**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
SISWA SMA NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh

Wulandari

NIM: 06071182025005



Program Studi Bimbingan dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Senin

Tanggal : 20 Mei 2024

TIM PENGUJI

1. Ketua : Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd. ()
2. Anggota : Romi Fajar Tanjung, M.Pd. ()

Indralaya, 22 Mei 2024
Mengetahui,
Koordinator Program Studi



Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wulandari

NIM : 06071182025005

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Psychological Well-Being Siswa SMA Negeri 1 Indralaya” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 20 Mei 2024
pernyataan,

Wulandari
NIM. 06071182025005

PRAKATA

Puji Syukur saya panjatkan kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala karena atas Rahmat dan Karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Psychological Well-Being Siswa SMA Negeri 1 Indralaya". Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd. selaku pembimbing dan Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling atas segala bimbingan yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini dan juga telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penyusunan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada bapak Dr. Hartono, M.A., selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, Ibu Pro. Dr. Sri Sumarni, M.Pd., selaku ketua jurusan Ilmu Pendidikan. Tidak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMA Negeri 1 Indralaya Bapak Pudyo Laksono, S.Pd., yang telah memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Indralaya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi bimbingan dan konseling dan mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Indralaya, 20 Mei 2024
Yang membuat pernyataan



Wulandari

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Alhamdulillahirrabil'alamin, segala puji bagi Allah *Subhanahu wa Ta'ala* atas segala rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad *Shalallahu Alaihi Wassalam*. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mempersembahkan skripsi ini kepada mereka yang menjadi bagian sangat berarti dan berjasa di dalam hidup saya:

1. Kedua orang tuaku, Bapak dan Ibuku yang sangat aku cintai dan aku sayangi yaitu Bapak Amilin dan Ibu Sulastri. Terima kasih banyak atas semua perjuangan, pengorbanan, pengertian, dukungan, doa dan kasih sayang yang telah ibu dan bapak berikan kepadaku.
2. Adikku Gon Zales dan Ayukku Lestari terima kasih sudah menyayangi, memahami dan selalu memberikan dukungan kepadaku.
3. Keluarga besar Bapak dan ibukku, terima kasih atas dukungan dan semangat yang diberikan untukku.
4. Dosen Pembimbing saya Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd, terima kasih banyak atas bimbingan, saran, dukungan yang baik dan tulus sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya yang senantiasa tulus mendidik, mengarahkan, membimbing, membagi ilmu yang berharga dari awal perkuliahan hingga sampai saat ini.
6. Terima kasih kepada Kepala SMA Negeri 1 Indralaya Bapak Pudyo Laksono, S.Pd atas izin yang diberikan kepada saya ketika melakukan penelitian
7. Terima Kasih kepada Ibu Meita Anggraini, S.Pd selaku guru BK SMA Negeri 1 Indralaya atas kerja keras dan segala bantuan yang dilakukan sehingga penelitian saya berjalan dengan lancar.

9. Siswa SMA Negeri 1 Indralaya yang telah membantu mengisi instrumen penelitian serta dapat bekerja sama dengan baik saat penelitian dilakukan
10. Sahabatku tersayang Sundari, terima kasih banyak atas dukungan, semangat, dan doa yang tulus yang diberikan kepadaku. Peneliti berharap kebahagiaan selalu bersamamu.
11. Teman terbaikku Nurul Amalia, terima kasih atas dukungan dan semangat yang selalu diberikan kepadaku. Terima kasih sudah menjadi tempat cerita terbaik dan terima kasih sudah menjadi pendengar yang baik.
12. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling 2020 atas dukungan, motivasi, dan sudah menjadi pendengar selama proses penulisan skripsi.
13. Pemberi semangat paling setiaku yang menemani kesepianku serta turun berjalan bersamaku selama skripsi ini berlangsung Kylian Mbappe. Mari bertemu di kehidupannya nyata dan hidup berdampingan.

MOTTO

“Kita tidak bisa terus duduk dan tidak melakukan apa-apa,
kita harus mulai berusaha”

-Kylian Mbappe-

“Kita terlalu muda dan belum dewasa untuk menyerah”

-Suga-

“Cara bahagia setiap orang berbeda, jadi tidak perlu membandingkan
bahagia diri sendiri dengan bahagia orang lain”

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.1.2 Ciri-ciri <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.3 Aspek-Aspek <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i>	12
2.2 Dukungan Sosial Teman Sebaya	14
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	14
2.2.2 Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	15
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial	17
2.3 Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan <i>Psychological Well-Being</i>	18
BAB III METODELOGI PENELITIAN	20
3.1 Jenis Penelitian	20
3.2 Variabel Penelitian	20
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	20
3.3.1 Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	20
3.3.2 <i>Psychological Well-Being</i>	21

3.4	Populasi dan Sampel	21
3.4.1	Populasi	21
3.4.2	Sampel	22
3.5	Lokasi dan Waktu Penelitian	23
3.5.1	Lokasi Penelitian	23
3.5.2	Waktu Penelitian	23
3.6	Teknik Pengumpulan Data	23
3.7	Instrumen Penelitian	24
3.8	Skala Pengukuran	26
3.9	Pengujian Instrumen	26
3.9.1	Uji Validitas	26
3.9.2	Uji Reliabilitas	29
3.10	Teknik Analisis Data	33
3.10.1	Uji Normalitas	33
3.10.2	Uji Linearitas	34
3.10.3	Uji Korelasi	34
3.11	Hipotesis Penelitian	34
3.12	Kriteria Kategorisasi	35
3.12.1	Kategorisasi Gambaran Variabel	35
3.12.2	Kategorisasi Tingkat Keeratan Hubungan	35
3.13	Prosedur Penelitian	36
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	37
4.1	Hasil Penelitian	37
4.1.1	Tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya Siswa SMAN 1 Indralaya	37
4.1.2	Tingkat Psychological Well-Being Siswa SMA Negeri 1 Indralaya	38
4.2	Analisis Uji Korelasi Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Psychological Well-Being	39
4.2.1	Uji Prasyarat	39
1	Uji Normalitas	39
2	Uji Linearitas	40
3	Uji Hipotesis	40
4.3	Pembahasan	42
4.4	Keterbatasan pada Penelitian	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Kesimpulan.....	46
4.2 Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi Siswa pada Kelas XI SMA Negeri I Indralaya.....	21
Tabel 3.2 Jumlah Sampel Siswa Kelas XI di SMP Negeri 1 Indralaya	23
Tabel 3.3 Kisi-kisi Angket Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	24
Table 3.4 Kisi-kisi Angket <i>Psychological Well-Being</i>	25
Tabel 3.5 Format Skor Angket Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	26
Tabel 3.6 Format Skor Angket <i>Psychological Well-Being</i>	26
Tabel 3.7 Hasil Uji Validasi Angket Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	28
Tabel 3.8 Hasil Uji Validasi Angket <i>Psychological Well-Being</i>	28
Tabel 3.9 Tingkat Keandalan Konstruk	30
Tabel 3.10 Kisi-kisi Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya (setelah uji coba) ...	32
Tabel 3.11 Kisi-kisi Skala <i>Psychological Well-Being</i> (setelah uji coba).....	32
Tabel 3.12 Kriteria Kategorisasi	35
Tabel 3.13 Tingkat Korelasi Variabel X dan Y	35
Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	37
Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Dukungan Sosial Teman Sebaya	38
Tabel 4.3 Distribusi Tingkat <i>Psychological Well-Being</i>	39
Tabel 4.4 Tabel Uji Normalitas.....	40
Tabel 4.5 Tabel Uji Linearitas (Anova Table).....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul Skripsi.....	54
Lampiran 2 Lembar Pengesahan Proposal Penelitian.....	55
Lampiran 3 SK Pembimbing.....	56
Lampiran 4 SK Penelitian	58
Lampiran 5 Dokumentasi Wawancara Studi Pendahuluan.....	59
Lampiran 6 Surat Pengantar Validasi Instrumen (1).....	60
Lampiran 7 Hasil Validasi Instrumen (1).....	61
Lampiran 8 Lembar Penilaian Validasi Ahli Materi (1)	65
Lampiran 9 Keterangan Hasil Validasi Instrumen (1)	66
Lampiran 10 Surat Pengantar Validasi Instrumen (2).....	67
Lampiran 11 Hasil Validasi Instrumen (2).....	68
Lampiran 12 Lembar Penilaian Validasi Ahli Materi (2)	73
Lampiran 13 Keterangan Hasil Validasi Instrumen (2)	74
Lampiran 14 Tabulasi Hasil Uji Validasi Skala Dukungan Sosial	75
Lampiran 15 Tabulasi Hasil Uji Validasi Skala <i>Psychological Well-Being</i>	75
Lampiran 16 Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	76
Lampiran 17 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-Being</i>	76
Lampiran 18 Teknik Simple Random Sampling dengan cara undian	77
Lampiran 19 Tabulasi Data Penelitian Skala Dukungan Sosial	78
Lampiran 20 Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Psychological Well-Being</i>	79
Lampiran 21 Angket Dukungan Sosial Yang Sudah Diisi.....	80
Lampiran 22 Anget <i>Psychological Well-Being</i> Yang Sudah Diisi.....	82
Lampiran 23 Dokumentasi Penelitian.....	84
Lampiran 24 Surat Selesai Penelitian	85

Lampiran 25 Pengesahan Review Hasil Penelitian.....	86
Lampiran 26 Buku Bimbingan.....	87
Lampiran 27 Persetujuan Ujian Akhir Program Sarjana.....	88
Lampiran 28 Hasil Plagiarisme	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian.....20

ABSTRAK

Permasalahan sering kali muncul ketika individu mulai memasuki fase masa remaja. Permasalahan yang muncul ini dapat mempengaruhi *psychological well-being* remaja, Oleh karena itu, remaja membutuhkan dukungan dari orang sekitarnya salah satunya adalah teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan sampel penelitian berjumlah 188 responden dari 354 populasi yang ditentukan dengan teknik *simple random sampling*. Teknik analisis data menggunakan *pearson product moment*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa SMA Negeri 1 Indralaya berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 44%, untuk tingkat *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya berada pada kategori tinggi dengan persentase 60%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya dengan hasil diperoleh $0,603 > 0,142$. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi juga *psychological well-being*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya. Diharapkan sekolah dapat memfasilitasi peningkatan hubungan yang positif dengan melakukan kegiatan yang memungkinkan siswa berinteraksi dengan teman-temannya dalam kegiatan yang baik dan terarah.

Kata kunci: Dukungan Sosial, *Psychological Well-Being*, Siswa

ABSTRACT

Problems often arise when individuals begin to enter the adolescent phase. These problems that arise can affect the psychological well-being of adolescents, therefore, adolescents need support from the people around them, one of which is peers. This study aims to determine the relationship between peer social support and psychological well-being of SMA Negeri 1 Indralaya students. This research is a correlational quantitative research with a research sample of 188 respondents from 354 populations determined by simple random sampling technique. Data analysis techniques using Pearson product moment. The results of data analysis show that the level of peer social support of SMA Negeri 1 Indralaya students is in a very high category with a percentage of 44%, for the level of psychological well-being of SMA Negeri 1 Indralaya students is in the high category with a percentage of 60%. The results showed that there is a positive relationship between peer social support and psychological well-being of SMA Negeri 1 Indralaya students with the results obtained $0.603 > 0.142$. So that the higher the social support of peers, the higher the psychological well-being. So it can be concluded that there is a significant relationship between peer social support and psychological well-being of SMA Negeri 1 Indralaya students It is expected that schools can facilitate the improvement of positive relationships by conducting activities that allow students to interact with their peers in good and directed activities.

Keywords: Social Support, Psychological Well-Being, Students

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Santrock (Mufidha, 2019) menjelaskan bahwa usia remaja biasanya dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Selama masa transisi ini, remaja akan banyak mengalami perubahan dalam dirinya. Dalam Teori Perkembangan Psikososial Erikson (Mokalu & Boangmanalu, 2021), masa remaja berada pada tahap *identity versus confusion* dimana pada tahap ini remaja sudah mulai mencari identitas diri atau disebut dengan pencarian jati diri. Dengan memasuki tahap ini, harapannya remaja dapat menemukan identitas diri mereka sendiri. Apabila remaja gagal melakukannya, maka remaja dapat mengalami kebingungan dan ketidakpuasan dalam dirinya.

Ketidakpuasan yang terjadi pada remaja dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam menyelesaikan tahap perkembangan serta dalam mencapai kesejahteraan. Ketika remaja berhasil melakukan tugas perkembangannya, remaja cenderung akan merasa bahagia dan puas, begitupun sebaliknya apabila remaja gagal dalam melewati tahap perkembangannya, maka remaja dapat mengalami hambatan pada tahap perkembangan selanjutnya (Mufidha, 2019). Remaja dapat menyelesaikan dan mencapai tahap perkembangannya apabila remaja memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik (Batubara, 2017). Ryff (Fitriani, 2016) menjelaskan bahwa individu dengan *psychological well-being* yang baik memiliki kemampuan menerima segala aspek dalam diri, mengetahui dan memiliki tujuan hidupnya sendiri, positif terhadap kehidupan masa lalu, selalu ingin berkembang, serta terbuka dengan pengalaman baru. Individu dengan *psychological well-being* yang baik cenderung akan dapat menghadapi permasalahan-permasalahan yang dialami.

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis merupakan keadaan seseorang yang tidak hanya merasakan kesenangan saja, tetapi juga dapat memahami adanya nilai kehidupan, menetapkan tujuan serta terus berusaha untuk mencapainya (Alendete, 2015). Seseorang yang sejahtera secara psikologis cenderung mampu menguasai kondisi dengan baik, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan dapat membangun hubungan yang positif serta terus berkembang secara personal. Sejalan dengan pengertian, Corsini (Zulkifli & Risma, 2015) juga menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi positif individu mencakup kondisi kebahagiaan, *self-esteem*, serta kepuasan hidup. Setiap individu memiliki tujuan hidup serta cara unik tersendiri untuk dapat mengenali dan memahami diri mereka sebaik mungkin.

Psychological well-being pada remaja SMA sangat penting untuk terus di tingkatkan. Peserta didik yang memiliki kondisi *psychological well-being* yang tinggi cenderung akan bersikap positif terhadap diri sendiri, menerima segala aspek positif dan negatif yang ada dalam dirinya, serta melihat masa lalu dengan positif. Sedangkan individu dengan *psychological well-being* yang rendah cenderung memiliki penerimaan diri yang buruk, tidak puas dengan diri sendiri, kecewa dengan kehidupan yang dijalani, serta tidak berminat dengan pengalaman baru (Fitriani, 2016). Oleh karena itu, *psychological well-being* merupakan salah satu hal penting yang perlu untuk terus ditingkatkan pada siswa agar mereka mampu menciptakan kondisi emosional yang positif. Hal ini memungkinkan mereka untuk dapat menghadapi pengalaman-pengalaman yang buruk, mampu mengambil keputusan sendiri, mampu mengontrol diri, menetapkan tujuan hidup yang jelas, menjalin hubungan yang baik, bertanggung jawab, serta mampu mengembangkan potensi dirinya (Sa'diyah & Amiruddin, 2020).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* individu yang dijelaskan oleh Ryff (Syaiful & Sariyah, 2018) dimana salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial berasal dari individu yang memiliki arti penting dalam kehidupan seseorang seperti keluarga, teman dekat, dan pasangan. Dukungan

sosial yang diberikan dapat berupa perhatian, kasih sayang, dorongan semangat, serta pengakuan dan penghargaan yang membantu individu merasa dirinya diterima oleh lingkungan sekitarnya. Dengan diterimanya dukungan sosial dari orang terdekat, siswa akan cenderung menciptakan sikap dan perilaku yang positif, membangun hubungan baik dengan orang lain, bertanggung jawab, dapat mengendalikan diri sendiri, lebih menerima dan menghargai diri sendiri, dapat membuat pilihan sendiri serta terus mengembangkan potensi dirinya sehingga dapat membantu siswa mencapai *psychological well-being*.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu support system remaja. Remaja secara alami pastinya membutuhkan dukungan dari sesama remaja lainnya, membutuhkan perhatian dan kenyamanan ketika menghadapi masalah. Sasmita & Rusitka (2015) menjelaskan bahwa teman sebaya memiliki peran yang signifikan sebagai sumber dukungan emosional selama masa transisi remaja. Dukungan sosial teman sebaya dapat berupa dukungan secara fisik maupun psikologis. Kesejahteraan dan kenyamanan dilingkungan kehidupan individu sebagai cerminan dari *psychological well-being* yang baik memungkinkan individu untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal sehingga mendorong adanya perubahan positif melalui kesiapan untuk terus berubah (George, LS dalam Ningrum, dkk, 2022).

Mufidha (2019) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menjadi prediktor adanya *psychological well-being* pada remaja. Remaja yang menerima dukungan sosial dari teman sebaya berkemungkinan untuk memiliki kondisi *psychological well-being* yang tinggi. Sebaliknya, remaja yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya akan cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang rendah. Khatimah (2015) menambahkan bahwa individu yang mendapatkan banyak dukungan sosial dari teman sebaya biasanya akan memiliki pandangan positif terhadap situasi sulit dibandingkan dengan individu yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya.

Selanjutnya, Paramitha (2018) menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Paramitha, dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 58% terhadap *psychological well-being* dan sisanya sebesar 41.5% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dinova (2016) dimana juga menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara Dukungan Sosial Teman sebaya dengan kondisi *Psychological Well-Being* pada remaja panti asuhan. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula *psychological well-being* pada remaja, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka *psychological well-being* pada remaja juga semakin rendah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 6 siswa SMA Negeri 1 Indralaya, maka diketahui bahwa ada beberapa siswa yang sudah bisa mengelolah lingkungan disekitarnya seperti memanfaatkan kegiatan-kegiatan terutama kegiatan yang ada disekolah. Selain itu, diketahui juga bahwa ada beberapa siswa yang sudah bisa menerima kelebihan dan kekurangan dirinya dan memilih fokus untuk mengembangkan potensi atau kelebihan yang ada, namun ada juga siswa yang masih merasa insecure dan suka membandingkan dirinya dengan orang lain. Dari hasil ini maka dapat dikatakan bahwa siswa di SMAN 1 Indralaya memiliki gejala *psychological well-being* yang berbeda.

Selain itu, para siswa juga mengatakan bahwa teman-teman mereka membantu untuk beradaptasi dengan lingkungan disekolah. Dukungan yang diberikan oleh teman sebaya mereka dapat memberikan rasa nyaman dan aman ketika berada disekolah. Bahkan para siswa yang diwawancarai mengatakan bahwa dengan adanya teman di sekolah membuat mereka semangat untuk sekolah walaupun ada mata pelajaran yang tidak mereka sukai. Dari hasil wawancara, maka diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor yang membuat siswa memiliki motivasi dan persepsi yang baik mengenai sekolah serta mengenai pembelajaran yang ada.

Selanjutnya hasil wawancara bersama guru BK yang mengatakan bahwa siswa SMAN 1 Indralaya banyak yang memiliki kelompok-kelompok teman sebaya dimana anggota dalam kelompok ini saling memberikan dukungan satu sama lain. Guru BK juga mengtaakan bahwa solidaritas antar anggota sangat tinggi sehingga ketika salah satu anggota menghadapi masalah, maka semua anggota kelompok teman sebaya ini akan ikut membantu mengatasi permasalahan anggota tersebut sehingga dukungan yang diberikan inilah yang membuat para siswa merasa aman dan nyaman serta diterima oleh lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada studi awal di SMA Negeri 1 Indralaya, maka dapat terlihat bahwa siswa SMA Negeri 1 Indralaya memiliki tingkat *psychological well-being* yang berbeda dan kelompok pertemanan yang tidak sama. Melihat dari hasil wawancara ini, maka peneliti merasa perlu melakuka penelitian lebih mendalam mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial teman sebaya di SMA Negeri 1 Indralaya?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya?
3. Bagaimana hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial teman sebaya yang ada di SMA Negeri 1 Indralaya

2. Untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya
3. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Indralaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini diharapkan bermanfaat bagi banyak pihak terutama diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk membantu perkembangan ilmu di bidang bimbingan dan konseling, menambah pengetahuan dan wawasan yang berkaitan dengan dukungan sosial teman sebaya serta *psychological well-being*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Diharapkan agar dapat menjadi bahan pertimbangan pihak sekolah untuk terus membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik serta memfasilitasi peserta didik untuk mengembangkan potensi mereka.

b. Bagi siswa

Diharapkan mampu menjadi pendorong siswa untuk menumbuhkan dan meningkatkan *psychological well-being* yang lebih tinggi, serta dapat menjalin hubungan pertemanan yang baik dan positif sehingga dapat membantu tercapainya *psychological well-being* yang tinggi.

c. Bagi guru BK dan pendidik lainnya

Dapat menjadi sumber informasi serta acuan bagi guru untuk mengetahui cara untuk lebih meningkatkan *psychological well-being* siswa, serta lebih dapat memperhatikan kondisi pertemanan siswa di sekolah, dan memanfaatkan dukungan sosial dari teman sebaya untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa.

d. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan dan juga perbandingan untuk peneliti berikutnya, serta diharapkan bisa lebih dikembangkan lagi dan menjadi referensi atau dasar penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, P., Kusuma, F.H.D., & Widiani, E. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmu Keperawatan*. 1(1). 51-61.
- Arif, I., & Santoso, B. (2016). Analisis Usabilitas Sistem Informasi Perpustakaan (Sipus) Integrasi UGM. *Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi*. 12 (2): 104-112. <https://doi.org/10.22146/bip.17288>.
- Batubara, A. (2017). Hubungan antara religiusitas dengan psychological well being ditinjau dari big five personality pada siswa SMA Negeri 6 Binjai. *Jurnal AL-Irsyad*. 8(1). 31-41.
- Blažević, I. (2016). Family, Peer and School Influence on Children's Social Development. *World Journal of Education*. 6(2). 42-49. <http://dx.doi.org/10.5430/wje.v6n2p42>.
- Dianto, M. (2017). Profil Dukungan Sosial Orangtua Siswa Di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Jurnal Counseling Care*. 1(1). 42-51. <https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i1.1994>.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener*, 247-266.
- Dinova, A. K. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja Panti Asuhan. *Skripsi*. Malang. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. *Skripsi Online*. <http://eprints.umm.ac.id/34398/1/jiptumpp-gdl-alamkrisna-44166-1-skripsi-s.pdf>.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*. 5(3). 122-131. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>.
- Fitriani, A. (2016). Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*. 11(1). 57-80.
- García-Alandete, J. (2015). Does meaning in life predict psychological well-being?. *The European Journal of Counselling Psychology*, 3(2), 89-98. <http://doi.org/10.5964/ejcop.v3i2.27>.
- Hardjo, S., Aisyah, S., & Mayasari, S. I. (2020). Bagaimana psychological well being pada remaja? Sebuah analisis berkaitan dengan faktor meaning in

- life. *Jurnal Diversita*. 6(1). 63-76.
<https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.2894>
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. 5(2). 137-144. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Imroatin & Ranu, M. E. (2014). Stress Kerja, Motivasi Kerja, Dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderator. *Jurnal Ilmu Manajemen*. 2(2). 600-611
- Khatimah, H. (2015). Gambaran school well-being pada peserta didik program kelas akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *Psikopedagogia*, 4(1), 20-30.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1): 21-31.
- Kurniawan, Y., & Sudrajat, A. (2017). Peran teman sebaya dalam pembentukan karakter siswa MTs (Madrasah Tsanawiyah). *SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 14(2):149-163. <https://doi.org/10.21831/soocia.v14i2.17641>
- Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara religiusitas dengan psychological well-being pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*. 6(3). 105-109.
<https://doi.org/10.14710/empati.2017.19738>.
- Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif (panduan praktis merencanakan, melaksanakan, dan analisis dalam penelitian kuantitatif)*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen Di Sekolah. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 12(2), 180-192.
<https://doi.org/10.31932/ve.v12i2.1314>.
- Mufidha, A. (2019). Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor Psychological Well-Being pada Remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34-42.
<http://dx.doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>.
- Ningrum, E. D. C., Istiqomah, & Linsiya, R. W. (2023). Peran Psychological Well-Being terhadap Personal Growth Initiative pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Proceeding Series Of Psychologi*. 1(1), 29-44.
<https://karya.brin.go.id/id/eprint/22534>.

- Paramhita, P. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Psychological Well-Being Pada Remaja Panti Asuhan. *Skripsi*. Malang : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prabowo, A. (2017). Gratitude dan psychological wellbeing pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 5(2). 260-270. <https://doi.org/10.22219/jipt.v5i2.4857>.
- Purnomosidi, F., Pi, M., Widiyono, S. K., Musslifah, A. R., & Psikolog, M. P. (2022). *Kesejahteraan psikologis dengan sholat dhuha*. Kediri: Lembaga Chakra Brahma Lentera.
- Risma, D., & Zulkifli, N. (2015). Pemetaan Kesejahteraan Psikologis Guru Pg Paud Se Kota Pekanbaru. *Jurnal Educhild: Pendidikan dan Sosial*, 4(1), 23-27.
- Ryff, C.D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*. 4(4):99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>.
- Sa'diyah, K & Amiruddin. (2020). Pentingnya Psychological Well Being di Masa Pandemi Covid 19. *Kariman Jurnal Keislaman*. 8(2):221-232. <https://doi.org/10.52185/kariman.v8i02.149>.
- Saputri, I. A. D., & Ayriza, Y. (2021). Hubungan Perilaku Prosocial dengan Persepsi Penerimaan Teman Sebaya pada Remaja Awal. *Acta Psychologia*. 3(1): 21-28. <http://dx.doi.org/10.21831/ap.v3i1.40013>.
- Sarafino, E. P., & Smith, Timothy. (2017) *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Ninth Edition. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung :Alfabeta Bandung.
- Sukoyo, J. (2013). Hubungan Penguasaan Kosakata dan Minat Membaca dengan Kemampuan Menulis Eksposisi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Jawa UNNES. *Lingua: Jurnal Bahasa dan Sastra*. 9(1):24-29.
- Syaiful, A. I., & Sariyah, S. (2018). Konstruksi konsep kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) pada wirausahawan kecil menengah: Sebuah studi kualitatif. *Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 2(1), 28-57.

- Tang, Y. Y., Tang, R., & Gross, J. J. (2019). Promoting psychological well-being through an evidence-based mindfulness training program. *Frontiers in human neuroscience*. 13. 1-5.
- Tentama, F. (2014). Dukungan sosial dan post-traumatic stress disorder pada remaja penyintas gunung merapi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 133-138.
- Tumaruddin, W. O. F., Siregar, N. R., & Marhan, C. (2023). Dukungan sosial dan stres kerja pada karyawan. *Jurnal Sublimapsi*. 4(2). 228-238. <https://ojs.uho.ac.id/index.php/sublimapsi/article/download/29057/18279>.
- Utami, K. P., & Wijaya, Y. D. (2018). Hubungan dukungan sosial pasangan dengan konflik pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*. 16(1). 1-8.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological Well-being*. New York: Nova Science.