



Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Rantau di Universitas Tama Jagakarsa

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Erik Prayoga Universitas Tama Jagakarsa eprayoga02@gmail.com	ISSN: 3046-8507 Vol. 2, No. 3, November 2025 http://almufi.com/index.php/AJSH

© 2025 Almufi All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Prayoga, E. (2025). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Rantau di Universitas Tama Jagakarsa. *Almufi Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2 (3), 303-309.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau di Universitas Tama Jagakarsa. Variabel dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet et al. (1988), sedangkan variabel *psychological well-being* diukur dengan *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (1989). Populasi penelitian ini berjumlah 110 mahasiswa rantau yang dipilih menggunakan teknik insidental sampling. Analisis data dilakukan dengan korelasi Pearson (*Pearson Correlation*) menggunakan program SPSS versi 20 for Windows. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*, dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,947$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa rantau, semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang mereka miliki. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat berperan penting dalam menjaga *psychological well-being* mahasiswa rantau selama menjalani proses adaptasi dan studi di lingkungan baru.

Kata Kunci: Dukungan sosial, *Psychological well-being*, Mahasiswa rantau.

Abstract

This study aims to examine the relationship between social support and psychological well-being among out-of-town students at Universitas Tama Jagakarsa. The variable of social support was measured using the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) developed by Zimet et al. (1988), while psychological well-being was measured using *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (1989). The study involved 110 out-of-town students selected through the incidental sampling technique. Data were analyzed using the Pearson Correlation test with the aid of SPSS version 20 for Windows. The findings revealed a significant positive correlation between social support and psychological well-being, with a correlation coefficient of $r = 0.947$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This indicates that higher levels of social support are associated with better psychological well-being among out-of-town students. The results highlight the essential role of family, peers, and significant others in enhancing the mental health and adaptive capacity of students who study away from home.

Keywords: Teaching mathematics, Self efficacy, Bibliometric

A. Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan komponen fundamental dalam proses perkembangan individu, khususnya pada fase pendidikan tinggi. Konsep *psychological well-being* mengacu pada kondisi optimal dimana individu mampu mengaktualisasikan seluruh potensi yang dimilikinya (Ryff, 1989). Kondisi ini mencerminkan kemampuan seseorang dalam menerima diri secara utuh, membangun relasi interpersonal yang konstruktif, mengembangkan kemandirian, menguasai lingkungan sekitar, memiliki orientasi hidup yang jelas, serta terus bertumbuh sebagai pribadi. Individu dengan *psychological well-being* yang optimal cenderung memiliki sistem imunitas yang lebih baik, resiliensi yang kuat terhadap adversitas, dan performa unggul dalam berbagai domain kehidupan (Ryff & Keyes, 1995).

Berbagai studi menunjukkan signifikansi *psychological well-being* bagi populasi mahasiswa, dimana mereka yang memiliki kondisi psikologis positif menunjukkan pencapaian akademik yang lebih baik, kapasitas adaptif yang superior, dan tingkat stres yang lebih rendah (Datu, 2018). Sebaliknya, kondisi *psychological well-being* yang suboptimal ditandai dengan ketidakmampuan individu dalam mengelola berbagai aspek kehidupan secara efektif, yang dapat termanifestasi melalui gejala kecemasan, efek negatif berkepanjangan, dan stres kronis. Pada kondisi ekstrem, hal ini bahkan dapat memicu ide bunuh diri (Ryff, 1989).

Kondisi kesehatan mental mahasiswa di Indonesia menunjukkan gambaran yang mengkhawatirkan. Berdasarkan instrumen *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9), prevalensi gejala depresi pada mahasiswa Program Pendidikan Dokter Spesialis mencapai 22,4 persen, dengan 3,3 persen di antaranya mengalami pemikiran untuk mengakhiri hidup (Kementerian Kesehatan, 2024). Tragedi bunuh diri yang menimpa mahasiswa Universitas Gadjah Mada semakin menegaskan urgensi pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor yang berkontribusi pada *psychological well-being* mahasiswa, terutama pada kelompok populasi yang rentan seperti mahasiswa perantauan.

Mahasiswa yang menempuh studi jauh dari kampung halaman menghadapi kompleksitas tantangan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lokal. Fenomena ini memiliki akar permasalahan kompleks, dimana disparitas kualitas institusi pendidikan tinggi di Indonesia menjadi pendorong utama. Data Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi per November 2024 menunjukkan bahwa dari 3.968 institusi pendidikan tinggi yang tersebar di Indonesia, hanya 143 institusi yang memperoleh akreditasi Unggul. Kondisi ini mengakibatkan banyak calon mahasiswa terpaksa meninggalkan daerah asal untuk mengakses pendidikan berkualitas. Selain faktor kualitas pendidikan, keputusan merantau juga didorong oleh aspirasi untuk memperoleh pengalaman hidup yang beragam, mengembangkan kemandirian, dan mempersiapkan diri menghadapi kompetisi di dunia kerja (Thurber & Walton, 2012).

Mahasiswa perantauan tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, namun juga harus melakukan adaptasi terhadap lingkungan baru yang memiliki perbedaan signifikan dalam aspek budaya, bahasa, pola hidup, dan sistem sosial. Penelitian Kurniawan dan Eva (2020) mengungkapkan bahwa mahasiswa perantauan rentan mengalami gegar budaya dan perasaan kesepian yang berdampak pada *psychological well-being* mereka. Tantangan ini semakin kompleks mengingat jarak geografis yang memisahkan mereka dari sistem dukungan primer yaitu keluarga, sehingga dapat memicu stres, kecemasan, dan depresi.

Dalam konteks ini, dukungan sosial menjadi faktor krusial yang berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa perantauan. Dukungan sosial didefinisikan sebagai perasaan diperhatikan, dihargai, dan dibantu yang dipersepsikan oleh individu dari orang lain atau kelompok (Sarafino, 2015). House (1981) mengklasifikasikan dukungan sosial ke dalam empat kategori: dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan.

Cohen dan Wills (1985) menjelaskan mekanisme dukungan sosial melalui dua model, yaitu model efek langsung yang menunjukkan dukungan sosial secara langsung meningkatkan kesejahteraan, dan model *buffering* yang menekankan dukungan sosial sebagai penyangga yang meredam dampak negatif stres. Bagi mahasiswa perantauan yang memiliki keterbatasan akses langsung terhadap dukungan dari keluarga, teman dekat, dan *significant others* di kampung halaman, sangat penting untuk mengembangkan jaringan dukungan sosial di lingkungan baru.

Kualitas dukungan sosial tidak semata-mata ditentukan oleh kuantitas relasi sosial, melainkan juga persepsi individu terhadap ketersediaan dukungan. Wethington dan Kessler (1986) membedakan antara dukungan yang dipersepsikan dan dukungan yang diterima, dimana dukungan yang dipersepsikan umumnya memiliki dampak lebih besar terhadap kesehatan mental. Dalam konteks budaya Indonesia yang kolektivistik, terpisah dari sistem

dukungan tradisional dapat menimbulkan distress yang lebih signifikan bagi mahasiswa perantauan.

Mahasiswa Universitas Tama Jagakarsa, sebuah institusi pendidikan tinggi di Jakarta, memiliki latar belakang yang heterogen dan berasal dari berbagai wilayah di Indonesia. Mahasiswa yang berasal dari luar Jakarta menghadapi tantangan tambahan dalam beradaptasi dengan keberagaman ini dan mempertahankan *psychological well-being* mereka. Hasil wawancara peneliti dengan tiga mahasiswa perantauan di universitas ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh substansial terhadap kesejahteraan mental mereka. Keberadaan dukungan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajar, sementara ketiadaan dukungan dapat memicu perasaan kesepian dan kecemasan.

Sejumlah penelitian telah mengeksplorasi keterkaitan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan. Faizah (2021) menemukan korelasi positif yang kuat antara dukungan sosial keluarga dan *psychological well-being* mahasiswa perantauan di Yogyakarta. Riada (2023) menegaskan bahwa dukungan sosial dalam bentuk perhatian dan dorongan dapat meningkatkan *psychological well-being*. Luo et al. (2019) juga menekankan pentingnya dukungan sosial bagi *psychological well-being* mahasiswa internasional.

Meskipun penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan, belum terdapat penelitian spesifik yang dilakukan di lingkungan Universitas Tama Jagakarsa. Mengingat mahasiswa perantauan di universitas ini berasal dari berbagai daerah dengan kondisi geografis, sosial, dan budaya yang sangat beragam, fenomena mahasiswa perantauan di universitas ini memiliki kompleksitas tersendiri yang perlu dieksplorasi. Pemahaman mendalam tentang hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* dalam konteks spesifik ini diperlukan untuk mengembangkan program intervensi yang tepat sasaran dan efektif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan di Universitas Tama Jagakarsa. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologis mengenai *psychological well-being* mahasiswa perantauan dan menjadi landasan pengembangan program dukungan yang lebih efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa perantauan di Universitas Tama Jagakarsa.

B. Metodologi

1. Desain dan Partisipan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan *Psychological Well-Being*. Partisipan terdiri dari 110 mahasiswa angkatan 2021 Program Sarjana Universitas Tama Jagakarsa yang berasal dari luar Jakarta, dipilih menggunakan teknik insidental sampling.

2. Instrumen Penelitian

- a. Skala Dukungan Sosial. Menggunakan adaptasi *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dari Zimet et al. (1988) yang terdiri dari 12 butir pernyataan dengan format Likert 4 poin. Skala mengukur persepsi dukungan dari keluarga, teman, dan significant others dengan rentang skor 12-48. Hasil uji coba menunjukkan validitas butir $r = 0,544-0,899$ dan reliabilitas $\alpha = 0,927$.
- b. Skala *Psychological Well-Being*. Mengadaptasi *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (Ryff, 1989) yang terdiri dari 18 butir pernyataan mengukur enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Rentang skor 18-72 dengan validitas butir $r = 0,461-0,841$ dan reliabilitas $\alpha = 0,923$.

3. Prosedur

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Forms* pada periode 1-13 Juli 2025 setelah memperoleh izin penelitian. Uji coba instrumen terlebih dahulu dilakukan pada 31 mahasiswa dengan karakteristik serupa pada 22-29 Juni 2025. Partisipan mengisi informed consent digital sebelum mengakses kuesioner.

4. Analisis Data

Data dianalisis menggunakan IBM SPSS *Statistics* versi 20. Uji asumsi mencakup uji normalitas Kolmogorov-Smirnov (dukungan sosial $p = 0,173$; *psychological well-being* $p = 0,288$) dan uji linearitas ($p = 0,890$), menunjukkan data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear. Pengujian hipotesis menggunakan korelasi Pearson dengan kriteria

signifikansi $p < 0,05$. Interpretasi kekuatan korelasi mengikuti pedoman Sugiyono (2007): 0,00-0,199 (sangat rendah), 0,20-0,399 (rendah), 0,40-0,599 (sedang), 0,60-0,799 (kuat), dan 0,80-1,000 (sangat kuat).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

a. Karakteristik Partisipan

Penelitian melibatkan 110 mahasiswa perantaraan angkatan 2021 di Universitas Tama Jagakarsa dengan komposisi 70 partisipan laki-laki (64%) dan 40 partisipan perempuan (36%). Distribusi partisipan berdasarkan fakultas menunjukkan: Fakultas Ekonomi (27%), Fakultas Hukum (26%), Fakultas Teknik (20%), Fakultas Ilmu Komunikasi (10%), Fakultas Psikologi (9%), dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (7%).

b. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian

Tabel 1 menyajikan statistik deskriptif untuk kedua variabel penelitian.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Min	Maks	Mean	SD
Dukungan Sosial	110	38	48	43,41	3,009
PWB	110	56	72	65,05	4,813

Berdasarkan Tabel 1, nilai rata-rata dukungan sosial sebesar 43,41 (SD = 3,009) dengan rentang skor 38-48, sedangkan *psychological well-being* memiliki rata-rata 65,05 (SD = 4,813) dengan rentang skor 56-72. Nilai standar deviasi yang lebih kecil dibandingkan nilai rata-rata mengindikasikan data terdistribusi relatif homogen dengan variasi yang rendah.

c. Kategorisasi Tingkat Variabel

Kategorisasi tingkat dukungan sosial dan *psychological well-being* menggunakan norma kategorisasi teoritis disajikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial dan *Psychological Well-Being*

Variabel	Kategori	Rentang Skor	frekuensi	Persentase
Dukungan Sosial	Rendah	$X < 24$	0	0%
	Sedang	$24 \leq X \leq 36$	0	0%
	Tinggi	$X > 36$	110	100%
PWB	Rendah	$X < 36$	0	0%
	Sedang	$36 \leq X \leq 54$	0	0%
	Tinggi	$X > 54$	110	100%

Hasil kategorisasi menunjukkan seluruh partisipan (100%) berada pada kategori tinggi untuk kedua variabel, mengindikasikan mahasiswa perantaraan dalam penelitian ini memiliki persepsi dukungan sosial yang kuat dan tingkat *psychological well-being* yang optimal.

d. Hasil Uji Hipotesis

Pengujian korelasi antara dukungan sosial dan *psychological well-being* menggunakan teknik korelasi Pearson menghasilkan temuan sebagaimana disajikan dalam Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Dukungan Sosial	0,947**	0,000	110
PWB	0,947**	0,000	110

Catatan: ** Korelasi signifikan pada level 0,01 (2-tailed).

Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi Pearson sebesar $r = 0,947$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengonfirmasi adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantaraan. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,897 menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi sebesar 89,7% terhadap varians *psychological well-being*,

sementara 10,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dieksplorasi dalam penelitian ini.

Arah korelasi yang positif mengindikasikan bahwa peningkatan persepsi dukungan sosial berkaitan dengan peningkatan *psychological well-being* mahasiswa perantauan. Sebaliknya, penurunan persepsi dukungan sosial berkaitan dengan penurunan tingkat *psychological well-being*.

2. Pembahasan

Temuan penelitian ini mengonfirmasi hipotesis yang diajukan, yakni terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan di Universitas Tama Jagakarsa. Kekuatan korelasi yang sangat tinggi ($r = 0,947$) menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor kuat bagi *psychological well-being* mahasiswa yang menempuh studi jauh dari kampung halaman.

Hasil ini sejalan dengan temuan Faizah (2021) yang mengidentifikasi korelasi positif kuat antara dukungan sosial keluarga dan *psychological well-being* mahasiswa perantauan di Yogyakarta. Konsistensi temuan menggarisbawahi universalitas peran dukungan sosial sebagai faktor protektif bagi *psychological well-being*, terlepas dari perbedaan lokasi geografis dan karakteristik institusi pendidikan. Penelitian Riada (2023) juga memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial berupa perhatian dan dorongan dapat meningkatkan *psychological well-being* individu yang menghadapi tantangan adaptasi.

Temuan penelitian ini dapat dijelaskan melalui kerangka teoritis *buffering hypothesis* yang diajukan Cohen dan Wills (1985), yang menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga yang meredam dampak negatif stres. Dalam konteks mahasiswa perantauan, dukungan sosial membantu memitigasi dampak *stressor* seperti proses adaptasi budaya, *homesickness*, tuntutan akademik, dan keterbatasan finansial. Dukungan emosional memberikan rasa aman dan dicintai, dukungan instrumental membantu menyelesaikan masalah praktis, dukungan informasional memberikan panduan dalam situasi baru, dan dukungan appraisal membantu evaluasi diri dan situasi yang dihadapi.

Tingkat dukungan sosial dan *psychological well-being* yang tinggi pada seluruh partisipan dapat diinterpretasikan dari beberapa perspektif. Pertama, kemajuan teknologi komunikasi memfasilitasi mahasiswa perantauan untuk mempertahankan konektivitas dengan keluarga di daerah asal melalui *video call*, pesan instan, dan media sosial. Kedua, lingkungan kampus yang kondusif di Universitas Tama Jagakarsa memungkinkan mahasiswa membangun jaringan sosial baru dengan teman sebaya yang juga mengalami pengalaman serupa sebagai perantau. Ketiga, karakteristik budaya kolektif Indonesia yang menekankan gotong royong dan kepedulian interpersonal dapat berkontribusi pada tingginya persepsi dukungan sosial yang diterima mahasiswa.

Kontribusi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* dapat dipahami melalui mekanisme spesifik pada setiap dimensi *psychological well-being* Ryff. Dukungan sosial memfasilitasi penerimaan diri melalui umpan balik positif dan validasi dari orang-orang signifikan. Hubungan positif dengan orang lain secara langsung terkonstruksi melalui interaksi yang mendukung. Otonomi berkembang ketika individu merasa didukung untuk membuat keputusan independen. Penguasaan lingkungan meningkat melalui dukungan instrumental dan informasional yang membantu mengatasi tantangan praktis. Tujuan hidup menjadi lebih jelas melalui dukungan appraisal dan dorongan dari orang terdekat. Pertumbuhan pribadi terfasilitasi melalui dukungan untuk eksplorasi dan pembelajaran dari pengalaman baru.

Penelitian ini juga menegaskan pentingnya dukungan sosial dari berbagai sumber sebagaimana dikonseptualisasikan dalam instrumen MSPSS (Zimet et al., 1988). Dukungan dari keluarga memberikan landasan emosional fundamental, dukungan dari teman sebaya memfasilitasi adaptasi sosial dan akademik, sementara dukungan dari *significant others* memberikan perspektif tambahan dalam menghadapi tantangan. Kombinasi dukungan dari multipel sumber ini menciptakan *safety net* komprehensif yang mendukung *psychological well-being* mahasiswa perantauan secara optimal.

Implikasi praktis dari temuan ini menyarankan pentingnya institusi pendidikan tinggi mengembangkan program intervensi yang berfokus pada penguatan sistem dukungan sosial bagi mahasiswa perantauan. Program dapat mencakup *peer mentoring system* yang memfasilitasi mahasiswa senior membimbing mahasiswa baru, program orientasi khusus untuk mahasiswa perantauan, kelompok dukungan berbasis kesamaan daerah asal, serta layanan konseling yang mudah diakses. Institusi juga dapat memfasilitasi komunikasi berkala dengan keluarga mahasiswa untuk mempertahankan konektivitas dengan sistem dukungan primer.

Bagi mahasiswa perantauan sendiri, temuan ini menggaris bawahi pentingnya proaktif membangun dan mempertahankan jaringan dukungan sosial. Strategi dapat mencakup aktif berpartisipasi dalam organisasi kemahasiswaan, mempertahankan komunikasi rutin dengan keluarga, terbuka untuk membangun persahabatan baru, dan tidak ragu meminta bantuan ketika menghadapi kesulitan. Bagi keluarga mahasiswa perantauan, temuan ini menekankan pentingnya mempertahankan komunikasi suportif meskipun terpisah jarak geografis, memberikan dukungan finansial dan emosional yang konsisten, serta membangun kepercayaan terhadap kemampuan anak untuk beradaptasi.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam interpretasi temuan. Pertama, desain *cross-sectional* tidak memungkinkan inferensi kausal mengenai arah hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Penelitian longitudinal di masa depan dapat mengeksplorasi dinamika temporal hubungan kedua variabel. Kedua, penggunaan teknik insidental sampling membatasi generalisabilitas temuan pada populasi mahasiswa perantauan yang lebih luas. Ketiga, penelitian hanya mengeksplorasi dukungan sosial sebagai satu-satunya prediktor, sementara faktor lain seperti strategi coping, resiliensi, dan karakteristik kepribadian juga dapat berkontribusi pada *psychological well-being*. Keempat, periode pengumpulan data yang relatif singkat mungkin tidak menangkap variasi kondisi psikologis mahasiswa dalam rentang waktu yang lebih panjang.

D. Kesimpulan

Penelitian ini mengonfirmasi adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa perantauan di Universitas Tama Jagakarsa ($r = 0,947$; $p < 0,001$). Temuan menunjukkan bahwa peningkatan persepsi dukungan sosial berkaitan erat dengan peningkatan *psychological well-being* mahasiswa yang menempuh studi jauh dari kampung halaman. Dukungan sosial terbukti berkontribusi sebesar 89,7% terhadap variabel *psychological well-being*, menjadikannya faktor protektif yang sangat signifikan dalam proses adaptasi akademik dan sosial mahasiswa perantauan.

Seluruh partisipan penelitian berada pada kategori tinggi untuk kedua variabel, mengindikasikan bahwa mahasiswa perantauan di Universitas Tama Jagakarsa memiliki akses yang baik terhadap berbagai sumber dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan *significant others*, yang berdampak positif pada *psychological well-being* mereka. Dukungan sosial berfungsi sebagai *buffer* yang memitigasi dampak negatif dari *stressor* adaptasi seperti *homesickness*, *culture shock*, tuntutan akademik, dan keterbatasan finansial.

E. Referensi

- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Corsini, R. J. (1994). *Encyclopedia of psychology* (2nd ed., Vol. 3). John Wiley & Sons.
- Datu, J. A. D. (2018). Flourishing is associated with higher academic achievement and engagement in Filipino undergraduate and high school students. *Journal of Happiness Studies*, 19(1), 27-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9805-2>
- Faizah, S. N. (2021). *Hubungan dukungan sosial keluarga dengan psychological well-being pada mahasiswa perantau di Yogyakarta* [Skripsi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta]. Repositori Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id/6118/>
- Gottlieb, B. H. (1983). *Social support strategies: Guidelines for mental health practice*. Sage Publications.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei kesehatan mental mahasiswa PPDS tahun 2024*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, S. R., & Eva, N. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa rantau. *Jurnal Asosiasi Psikologi Positif Indonesia*, 3(2), 156-167.
- Lahey, B. B. (2007). *Psychology: An introduction* (9th ed.). McGraw-Hill.

- Liwarti. (2013). Hubungan pengalaman spiritual dengan psychological well-being pada penghuni lembaga pemasyarakatan. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 1(1), 77-88.
- Luo, Y., & Brunsting, N. C. (2019). International students' perceived language competence, domestic student support, and psychological well-being at a U.S. university. *Journal of International Students*, 9(4), 954-971. <https://doi.org/10.32674/jis.v0i0.605>
- Oktavia, L. (2021). *Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. Eprints UMS. <https://eprints.ums.ac.id/92881/>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Riada, M. R. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap psychological well-being mahasiswa perantau di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(5), 3226-3232. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i5.2014>
- Rook, K. S. (1985). The functions of social bonds: Perspectives from research on social support, loneliness, and social isolation. In I. G. Sarason & B. R. Sarason (Eds.), *Social support: Theory, research and applications* (pp. 243-267). Martinus Nijhoff Publishers.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Santoso, A. Y., & Wibowo, D. H. (2024). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan psychological well-being pada mahasiswa rantau pasca pandemi. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4(4), 3910-3920.
- Sarafino, E. P. (2015). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (8th ed.). John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Cetakan ke-24). Alfabeta.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 415-419. <https://doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>
- Wethington, E., & Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of Health and Social Behavior*, 27(1), 78-89. <https://doi.org/10.2307/2136504>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2