

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SANTRI
DI PESANTREN MAMBAUL ULUM
KARANG ANOM PAMEKASAN**

SKRIPSI



Oleh:

**Nur Aini
12410166**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2016

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SANTRI
DI PESANTREN MAMBAUL ULUM
KARANG ANOM PAMEKASAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Prasyarat dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Nur Aini

NIM. 12410166

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2016

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* SANTRI**
DI PESANTREN MAMBAUL ULUM
KARANG ANOM PAMEKASAN

SKRIPSI

Oleh:

Nur Aini
12410166

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Solichatun, M.Si
NIP. 197007242005012003

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag.
NIP. 19730710 200003 1 002

SKRIPSI

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SANTRI
DI PESANTREN MAMBAUL ULUM
KARANG ANOM PAMEKASAN

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 14 Juni 2016

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Anggota Penguji lain
Penguji Utama

Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
NIP. 19700724 200501 2 003

Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

Anggota

Drs. Zainul Arifin, M.Ag
NIP. 19650606 199403 1 003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 2016



Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Aini
NIM : 12410016
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa peneliti yang dibuat dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being* Santri di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan”, adalah benar-benar hasil karya peneliti baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, peneliti bersedia mendapat sanksi akademik.

Malang, 14-06-2016



Peneliti
Nur Aini

NIM.12410166

MOTTO

Memang amat tinggi letak bahagia itu. Tetapi kita harus menuju kesana. Ada orang yang putus asa berjalan menujuanya lantaran disangkanya susah jalan ke sana, padahal mudah sebab dimulai dari diri sendiri

(Said Musthofa).



HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan kepada :

Keluarga besar Karang Anom khususnya orang tua peneliti untuk Ibu Halisa, Bapak Abd Hamid, yang sudah memberikan segalanya buat saya, tidak ada kata yang bisa peneliti ucapkan selain kata sempurna untuk keluarga kecil peneliti. Doa serta dukungan kalianlah yang dapat menghantarkan peneliti mempersembahkan karya ini kepada mbakku tercinta Khoiruummah dan Lutfiyah yang selalu menjadi penyemangat peneliti untuk menjadi yang terbaik, terima kasih telah menjadi mbak peneliti yang super perhatian dan dukungan dengan adiknya ini. Kemudian kakak iparku dan adikku tercinta Thoif yang selalu memberiku semangat untuk tidak putus asa. Serta saudara-saudarku sekalian Dek lulu', Mbak Sevy, Kak Amin, Kak Ma'mun, Kak Mahfudz, Kak Ghafur yang sudah mendengarkan keluh kesahku tanpa ada bosannya dan memberikan beribu-ribu senyuman yang menjadikan obat semangat, terimakasih keluargaku.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim.

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being* Santri di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan”, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana S-1 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti mendapat bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Dengan tulus dan rendah hati peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M.Si Selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Yulia Solichatun, M.Si Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti dengan penuh kesabaran.
4. Bapak/ibu dosen dan segenap civitas akademika Fakultas Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
5. Semua pihak yang telah membantu peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Dalam laporan ini, peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang peneliti miliki, untuk itu peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan laporan penelitian ini. Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga peneliti ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi dan pengaplikasiannya.

Malang, 21-06-2016

Peneliti,

Nur Aini



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGANTAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	1
Latar Belakang	1
Rumusan Masalah	11
Tujuan Masalah	11
Manfaat Penelitian	12
BAB II: KAJIAN TEORI	13
<i>Psychological Well-Being</i>	13
Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	13
Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	14
Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	21
Dukungan Sosial	24
Pengertian Dukungan Sosial	24
Komponen-komponen Dukungan Sosial	26
Bentuk-bentuk Dukungan Sosial	29
Fungsi-fungsi Dukungan Sosial	31
Telaah Teks Psikologi <i>Psychological Well-Being</i>	32
Telaah Teks Islam <i>Psychological Well-Being</i>	35
Telaah Teks Psikologi Dukungan Sosial	42
Telaah Teks Islam Dukungan Sosial	47
Pengaruh Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well-Being</i>	53
Hipotesis Penelitian	57
BAB III: METODE PENELITIAN	58
Rancangan Penelitian	58
Identifikasi Variabel	59
Definisi Operasional	59
Populasi dan Sampel	60
Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	62

Validitas dan Reliabilitas	69
Metode Analisis Data	72
Pengujian Asumsi	74
Uji Hipotesis	75
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
Deskripsi Lokasi Penelitian	76
Hasil Penelitian	78
Pembahasan	113
BAB V: PENUTUP	131
Kesimpulan	131
Saran	132
DAFTAR PUSTAKA	133
LAMPIRAN	137



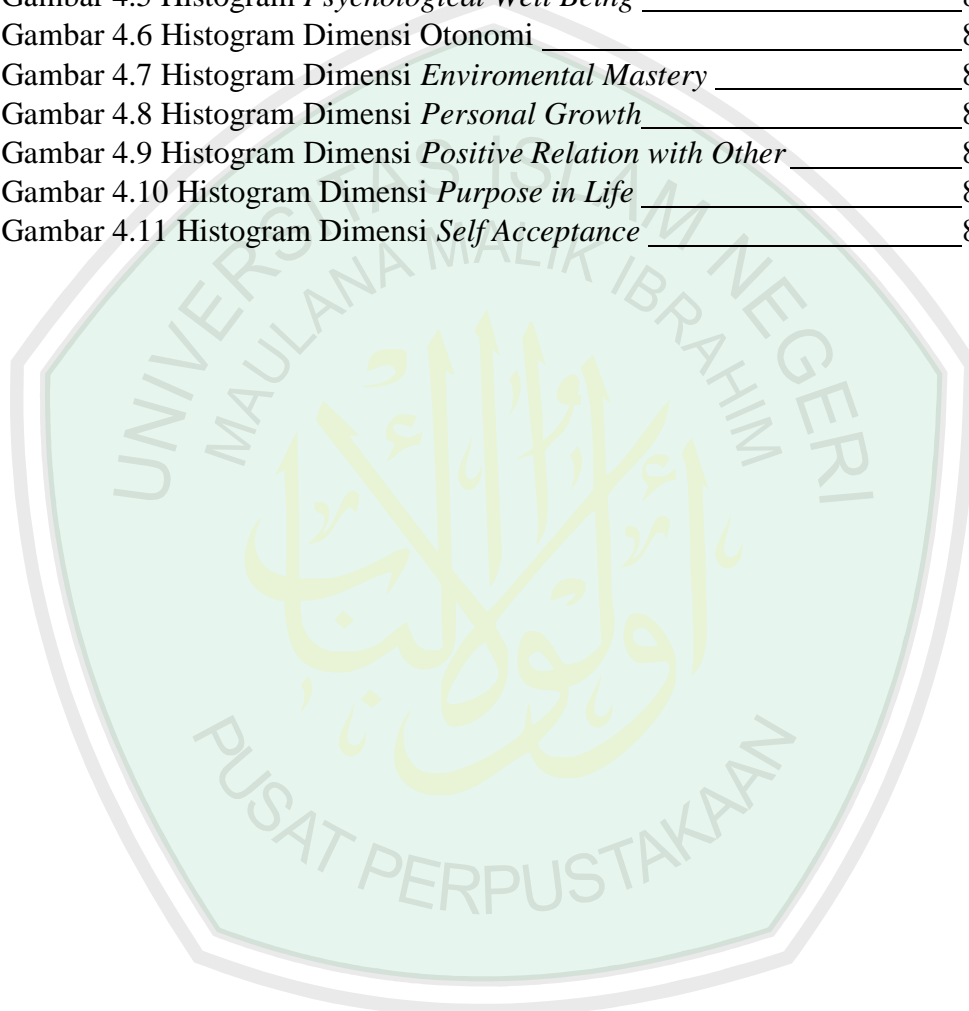
DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisis Komponen Teks Psikologi <i>Psychological Well-Being</i>	33
Tabel 2.2 Makna Kosa Kata Teks Islam <i>Psychological Well-Being</i>	37
Tabel 2.3 Analisis Komponen Teks Islam <i>Psychological Well-Being</i>	39
Tabel 2.4 Tabulasi dan Eksplorasi Teks Al-Qur'an <i>Psychological Well-Being</i>	41
Tabel 2.5 Analisis Komponen Teks Psikologi Dukungan Sosial	45
Tabel 2.6 Makna Kosa Kata Sampel Teks Islam Dukungan Sosial	48
Tabel 2.7 Analisis Komponen Teks Islam Dukungan Sosial	50
Tabel 2.8 Tabulasi dan Eksplorasi Teks Al-Qur'an Dukungan Sosial	52
Tabel 3.1 Demografi Subjek	62
Tabel 3.2 Bobot Nilai Responden Skala	64
Tabel 3.3 <i>Blue Print Psychological Well Being</i>	66
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Dukungan Sosial	68
Tabel 3.5 Kriteria Validitas Isi	70
Tabel 3.6 Norma Kategorisasi	74
Tabel 4.1 Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	79
Tabel 4.2 Sebaran Aitem Skala <i>Psychological Well Being</i>	80
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial	81
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well Being</i>	81
Tabel 4.5 Penggolongan Norma	82
Tabel 4.6 Kategorisasi Dukungan Sosial	82
Tabel 4.7 Kategorisasi <i>Psychological Well Being</i>	85
Tabel 4.8 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial	90
Tabel 4.9 Rangkuman Hasil Uji Normalitas <i>Psychological Well-Being</i>	91
Tabel 4.10 Hasil Uji Linieritas Keseluruhan	91
Tabel 4.11 Hasil Uji Linieritas Dimensi Otonomi	92
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas Dimensi <i>Enviromental Mastery</i>	92
Tabel 4.13 Hasil Uji Linieritas Dimensi <i>Personal Growth</i>	92
Tabel 4.14 Hasil Uji Linieritas Dimensi <i>Positive Relation with Other</i>	93
Tabel 4.15 Hasil Uji Linieritas Dimensi <i>Purpose in Life</i>	93
Tabel 4.16 Hasil Uji Linieritas Dimensi <i>Self Acceptance</i>	93
Tabel 4.17 <i>R Square</i> Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well Being</i>	94
Tabel 4.18 <i>R Square</i> Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	94
Tabel 4.19 Anova Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well-Being</i>	95

Tabel 4.20	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being</i>	96
Tabel 4.21	Anova Dukungan Sosial Terhadap Dimensi Otonomi	97
Tabel 4.22	<i>Coefficients Dukungan Sosial Terhadap Dimensi Otonomi</i>	97
Tabel 4.23	Anova Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Enviromental Mastery</i>	99
Tabel 4.24	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Dimensi Enviromental Mastery</i>	100
Tabel 4.25	Anova Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Personal Growth</i>	102
Tabel 4.26	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Dimensi Personal Growth</i>	103
Tabel 4.27	Anova Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Positive Relation with Other</i>	105
Tabel 4.28	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Dimensi Positive Relation with Other</i>	106
Tabel 4.29	Anova Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Purpose in Life</i>	108
Tabel 4.30	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Dimensi Purpose in Life</i>	109
Tabel 4.31	Anova Dukungan Sosial dengan Dimensi <i>Self Acceptance</i>	111
Tabel 4.32	<i>Coefficients Dukungan Sosial dengan Dimensi Self Acceptance</i>	111

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Histogram Dukungan Sosial	83
Gambar 4.2 Histogram Dukungan Orang Tua	83
Gambar 4.3 Histogram Dukungan Guru	84
Gambar 4.4 Histogram Dukungan Teman	84
Gambar 4.5 Histogram <i>Psychological Well Being</i>	86
Gambar 4.6 Histogram Dimensi Otonomi	86
Gambar 4.7 Histogram Dimensi <i>Enviromental Mastery</i>	87
Gambar 4.8 Histogram Dimensi <i>Personal Growth</i>	87
Gambar 4.9 Histogram Dimensi <i>Positive Relation with Other</i>	88
Gambar 4.10 Histogram Dimensi <i>Purpose in Life</i>	89
Gambar 4.11 Histogram Dimensi <i>Self Acceptance</i>	89



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SKALA PENELITIAN	139
Lampiran 2 TABEL PENILAIAN AIKEN'S V	143
Lampiran 3 HASIL ANALIS SPSS	147
Lampiran 4 DATA EXCEL	173



ABSTRAK

Aini, Nur. 2016. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being* Santri di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
Pembimbing: Dr. Yulia Solichatun, M.Si

Pondok pesantren telah menjadi salah satu pilihan untuk pendidikan. Namun, banyak persoalan yang dihadapi santri selama berada di pondok pesantren, dan dapat mempengaruhi kondisi *psychological well-being* pada diri santri. Yaitu kurangnya santri dalam memenuhi enam dimensi *psychological well-being*. *Psychological well-being* yang tinggi perlu ditunjang dengan dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima seseorang untuk mengatasi masalah. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian adalah yang pertama, bagaimana tingkat dukungan sosial santri Mambaul Ulum Karang Anom (MUKA) Pamekasan. Kedua, bagaimana tingkat *psychological well-being* santri MUKA Pamekasan. Dan ketiga, apakah ada pengaruh antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* santri di pesantren MUKA Pamekasan.

Penelitian ini bertujuan yang pertama, untuk mengetahui tingkat dukungan sosial santri di pesantren MUKA Pamekasan. Kedua, untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* santri di pesantren MUKA Pamekasan. Ketiga, untuk membuktikan pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* santri di pesantren MUKA Pamekasan.

Populasi penelitian ini adalah santri Mambaul Karang Anom Pamekasan. Sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan karakteristik tertentu yang berjumlah 55 santri. Alat ukur yang digunakan dukungan sosial adalah *social provision scale* (1987), sedangkan alat ukur untuk *psychological well-being* adalah Ryff *psychological well-being scale* (1989 & 1995). Uji analisis yang digunakan adalah uji regresi sederhana dan uji deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial santri MUKA berada pada kategori tinggi. Sedangkan hasil tingkat *psychological well-being* santri MUKA berada pada kategori sedang. Hasil analisis uji regresi sederhana menghasilkan nilai R sebesar 0,931 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini berarti terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *psychological well-being*. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka *psychological well-being* yang dimiliki semakin tinggi.

KATA KUNCI: Dukungan Sosial, *Psychological Well-Being*, Santri MUKA.

ABSTRACT

Aini, Nur. 2016. The Influence of Social Courage Towards Psychological Well-Being of Moslem Students in Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan Islamic Dormitory. Thesis. Psychology Faculty, Maulana Malik Ibrahim Malang State Islamic University.

Supervisor: Dr. Yulia Solichatun, M. Si.

Islamic Dormitory is one of choices for education. Somehow, problems are remained exist experiencing by the students, these problems influence the students' condition on psychological well-being within the students' ego. This is due to the limit occurrence of six dimensions of psychological well-being. The high psychological well-being needs to be achieved with social courage. Social courage is a social assistance accepted by a person to overcome problems. Therefore, research problems of this research are, first, how high the social courage in Mambaul Ulum Karang Anom (MUKA) Pamekasan is. Second, how high the psychological well-being of (MUKA) Pamekasan students are. Third, do social courage and psychological well-being influence the students of MUKA Islamic Dormitory Pamekasan.

This research is aimed to acknowledge the rate of social courage occurring in MUKA Pamekasan Islamic Dormitory students. Second, is acquiring the rate of psychological well-being MUKA Pamekasan Islamic Dormitory. Third to prove the influence of social courage towards psychological well-being MUKA Pamekasan Islamic Dormitory students.

Population of this research is all students of Mambaul Karang Anom Pamekasan. Sampling used in this research is purposive sampling with purposed sampling counted from 55 students. Measurement of social courage for this research is social provision scale (1987), while psychological well-being measurement is Ryff psychological well-being (1989 & 1995). Testing analysis used in this research is simple regression test and descriptive test.

The result of this research shows that the rate of social courage for students of MUKA existed in high category. While, the result of psychological well-being rate for students in MUKA existed in the medium category. The result of simple regression test allows R values ranging from 0,931 along with 0.000 ($p < 0.05$) signification. This means there is existing influence between social courage towards psychological well-being, this could be interpreted that the high social courage given for the students the high psychological well-being owned.

KEY WORDS: Social Courage, psychological well-being, MUKA Students

مستخلص البحث

نور عيني. ١٢٤١٠١٦٦، أثر الدعم الاجتماعي لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسات. البحث العلمي. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية بالانق. ٢٠١٦. المشرف: الدكتورة يوليا صالحة الماجستير.

الكلمات الأساسية: الدعم الاجتماعي، الحالة الاجتماعية، طلبة المعهد مبع العلوم كارانغ أنوم.

أصبح المعهد إحدى الخيارات للتعليم. ومع ذلك، يواجه الطلبة العديد من المشكلات التي تؤثر على حالتهم النفسية أثناء بقاءهم في المعهد. وهي قلة الطلبة في تحقيق أبعاد ستة من الحالة النفسية. تحتاج الحالة النفسية إلى الدعم الاجتماعي لتكون عالية. الدعم الاجتماعي هو المساعدات المقدمة إلى الفرد لحل تلك المشكلات. أن المشكلة هذا البحث هي: (١) كيف مستوى الدعم الاجتماعي لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان؟ (٢) كيف مستوى الحالة النفسية لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان؟ (٣) ما أثر الدعم الاجتماعي لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان؟

مجمع هذا البحث هو الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان. وطريقة أخذ العينات الاجتماعي هي العينة العمدية بالخصائص المعينة التي بلغ عددها ٥٥ طالبا. أداة القياس المستخدمة للدعم الاجتماعي هي مقياس الدعم الاجتماعي (١٩٨٧)، حينما أداة القياس للحالة هي مقياس ريف الحالة النفسية (١٩٨٧ و ١٩٨٧). واختبار تحليل البيانات المستخدم هو اختبار الانحدار البسيط والاختبار الوصفي.

وتدل نتائج هذا البحث إلى أن مستوى الدعم الاجتماعي لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان في الدرجة العالية. وأما مستوى الحالة النفسية لدى الطلبة في معهد مبع العلوم كارانغ أنوم باماكسان في الدرجة المتوسطة. نتيجة تحليل اختبار الانحدار البسيط هي قيمة (I). بدرجة الأهمية ٠,٠٠٠ (ف > ٠,٠٥). وهذا يعني أن هناك تأثير الدعم الاجتماعي على الحالة النفسية. بالمعنى الأخرى، إذا ارتفع مستوى الدعم الاجتماعي فالحالة النفسية لدى الطلبة ارتفع.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah sebagai lembaga pendidikan kedua setelah keluarga dengan memiliki peran penting dalam menumbuhkan budi pekerti luhur, pengetahuan, keterampilan dan menanamkan nilai-nilai karakter kepada peserta didik. Begitu juga dengan pondok pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan formal bernuansa religius dengan peserta didik yang lebih dikenal dengan sebutan santri. Santri yang belajar di pondok pesantren berada pada rentang usia remaja dengan karakteristik yang berbeda-beda, dan memiliki permasalahan yang sering dihadapi salah satunya adalah masalah kepatuhan terhadap aturan.

Pendidikan pondok pesantren suatu bagian dari sistem pendidikan nasional yang ikut dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan mensukseskan pembangunan nasional. Pondok pesantren merupakan sebuah lembaga agama yang mempunyai tradisi yang didasarkan atas akidah dan syariat Islam yang berusaha diterapkan dalam aktivitas sehari-hari. Rizal (2011) mengatakan bahwa tujuan pesantren adalah hendak membina individu-individu muslim agar memiliki ciri-ciri kepribadian Islam yang tampil dalam pola pikir, pola sikap, dan pola tindakan. Pola pendidikan pesantren mengedepankan ajaran akhlak yang didasarkan atas Qur'an dan As-sunah.

Kehidupan di pondok pesantren sangatlah berbeda dengan kehidupan pendidikan di sekolah umum. Dalam usaha menghadapi persoalan yang dihadapi

di pondok pesantren, santri akan mendapatkan pengalaman-pengalaman, baik pengalaman yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan, yang selanjutnya akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Halim & Atmoko, 2005). Adanya perasaan sejahtera dalam diri akan membuat individu untuk mampu bertahan serta memaknai kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidupnya.

Salah satu pesantren yang berada di kabupaten Pamekasan adalah pondok pesantren Mambaul Ulum Karang Anom (MUKA) Batu Marmar Pamekasan. Menurut pengurus pesantren ini bahwa yayasan pondok pesantren tersebut merupakan sebuah wadah yang sah dan berfungsi untuk memberikan layanan dan pembelajaran serta bimbingan moral, kajian kitab kuning dan integritas antara pembelajaran klasik-modern. Pesantren ini telah berdiri lebih dari satu abad dan sekarang telah dipimpin oleh generasi ketiga yang konsep pembelajarannya semakin berkembang dengan mengikuti era globalisasi. Sebagian usia santri MUKA adalah remaja awal hingga akhir yang pendidikannya masih menduduki tingkat SMP, SMA dan perguruan tinggi. Hingga saat ini pesantren MUKA yang masih berada dalam kategori remaja dihuni 55 santri putra-putri. Hal ini berdasarkan wawancara peneliti pada tanggal 19/21-02-2016 terhadap pengurus pondok pesantren MUKA.

Sementara wawancara (pada tanggal 19/21-02-16) terhadap Asatidz pesantren MUKA mengatakan bahwa santri MUKA rasa tanggung jawab terhadap Dirinya sendiri masih kurang terlihat, yang kemungkinan hal ini disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah karena rasa tidak percaya diri ataupun masih belum mampu mengeksplorasi potensi yang terpendam. Sehingga yang

Pada hakikatnya punya potensi tersendiri, namun keinginan untuk menumbuhkembangkannya belum diwujudkan secara nyata. Oleh karena itu potensi yang terpendam tidak tersamaikan sebagaimana mestinya. Santri MUKA dalam beradaptasi masih ada kesan bayang-bayang masa lalunya dimana mereka pernah berada pada lingkungan yang *notebene* kurang perhatian khusus dari orang-orang sekitarnya. Kemudian, manakala mereka berada di lingkungan barunya terlihat kaku dalam beradaptasi sehingga terkadang ada sikap untuk berontak dan sangat minim sekali keinginan untuk berubah dari hal itu.

Seperti kebanyakan yang terjadi pada santri-santri lainnya, santri MUKA sangat tidak menyukai peraturan, dalam artian tidak mau diatur. Begitu juga dengan kemandiriannya, ia masih belum bisa mandiri sepenuhnya padahal di pesantren tersebut selalu mengajarkan kemandirian terhadap mereka. Oleh karenanya, mereka butuh penyadaran serta pengarahan yang lebih intens melalui pendekatan atau sentuhan khusus yang lebih berkesan terhadap mereka. Sementara *peer group*, dalam kondisi seperti ini masih ada saling ketergantungan satu sama lain sehingga masih dibutuhkan agar saling bersinergi. Namun mereka memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, dalam artian tidak begitu memperhatikan betul terhadap hal yang dialaminya di masa lalu maupun sekarang apalagi terhadap lingkungannya. Sehingga mereka terlihat kurang peduli terhadap lingkungan untuk melakukan suatu perubahan seperti halnya orang yang pasrah.

Pengurus menyampaikan bahwa terkadang santri MUKA merasa jenuh dengan kegiatan yang ada di pondok pesantren, sehingga membuat mereka merasa tertekan dan stres berada di pondok pesantren. Disamping itu pula mereka belum

memiliki pandangan hidup yang jelas dan keberadaannya di pesantren tanpa tujuan yang jelas khususnya area pendidikan. Terlebih lagi orang tua santri tidak menuntut terhadap pencapaian anaknya selama di pesantren, sehingga anak tidak terpacu untuk masa depannya sendiri dan tidak mengetahui harus berbuat apa kelak. Bagi mereka, masa depan bukan suatu yang harus dibayangkan saat ini, masa depan akan terpikirkan ketika sudah dewasa. Karenanya kehidupan hari ini adalah yang sebenarnya dipikirkan sekarang, sedangkan hari kemarin adalah pengalaman yang dapat diambil hikmahnya serta pembelajaran untuk ke depannya.

Berpijak pada fakta di atas menggambarkan kurangnya dalam memenuhi enam dimensi *psychological well-being* (PWB) pada santri MUKA saat ini. Menurut Ryff (1995) PWB adalah suatu kondisi dimana seorang individu memiliki tujuan dalam hidupnya agar lebih bermakna, menyadari potensi-potensi yang dimiliki, menciptakan dan mengatur kualitas hubungannya dengan orang lain, sejauh mana mereka merasa bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, serta berusaha mengembangkan dan mengeksplorasi dirinya. PWB merupakan kunci bagi seseorang untuk menjadi sehat secara utuh dan dapat menggunakan potensi yang ia miliki secara maksimal. Upaya yang dapat dilakukan untuk menciptakan PWB adalah dengan memaksimalkan kekuatan dan keutamaan. Adapun dimensi PWB yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pengembangan pribadi, tujuan hidup dan penguasaan lingkungan.

World Health Organization yang disingkat menjadi WHO (2010) menyatakan, bahwa pentingnya kesehatan bagi seseorang adalah memiliki

kesehatan mental. Kesehatan mental menurut WHO merupakan kesejahteraan (*well-being*) dimana individu menyadari kemampuan yang mereka miliki, dapat menghadapi tekanan-tekanan dalam hidup, dapat bekerja secara produktif dan dapat memberi kontribusi pada komunitasnya. Berdasarkan pernyataan WHO tersebut, dapat disimpulkan bahwa individu yang sehat tidak hanya dinyatakan dari kesehatannya secara fisik, tetapi juga harus memiliki *well-being* (kesehatan secara mental).

Menurut Batram & Boniwel (2007) mengungkapkan bahwa PWB berhubungan dengan kepuasan pribadi, *engagement*, harapan, rasa syukur, stabilitas, suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat serta minat yang dimiliki. Sementara Doyle, Hanks & MacDonald (1998, dalam Purwanto, 2015) mengartikan PWB sebagai bentuk refleksi dari *happines*, *emotional well-being* dan *positive mental health*. Sedangkan Huppert (2009) mengatakan bahwa PWB adalah mengenai hidup yang berjalan dengan baik, yang merupakan gabungan dari perasaan baik dan bagaimana individu berfungsi secara efektif. Individu dengan PWB yang baik adalah ketika individu tersebut mengatasi atau bisa berkompromi dengan emosi negatif atau bahkan kondisi yang memungkinkan mengganggu individu berfungsi efektif di kehidupan sehari-harinya.

Psychological well-being mengarahkan individu untuk menjadi lebih kreatif dan memahami apa yang sedang dilakukannya. Adapun faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* antara lain adalah latar belakang budaya,

kelas sosial, tingkat ekonomi, tingkat pendidikan, kepribadian, pekerjaan, religiusitas, pernikahan, anak-anak, kondisi masa lalu seseorang terutama pola asuh keluarga, kesehatan secara fisik, faktor kepercayaan dan emosi, jenis kelamin, usia dan *social support* (Ryff, 1995; Mirowsky dan Ross, 1999; Schmutte dan Shmotkin, 2002; Sarafino & Smith, 2011; Calhoun, Acocella & Turner, 1992; Pargament, 2001; Comptom, 2001, dalam Utami & Amawidayati, 2007; Saputri *et al.*, 2013). Dukungan sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*.

Adapun *social support* yang terjadi pada santri MUKA masih kurang nampak jelas. Hal ini terbukti dari evaluasi oleh para asatidz maupun pengurus pesantren dari sekian kuantitas santri. Mayoritas santri MUKA berasal dari keluarga yang kurang memperhatikan terhadap peningkatan pendidikan anaknya. Selama ini masih kurang berorientasi pada hal-hal yang positif, salah satunya seperti rasa kepedulian terhadap kehidupan anak di pesantren. Sebab mereka hanya menikmati pola hidup yang pasif dan hedonis. Selain itu, sesama santrinya hanyalah sebatas *euforia* masa remajanya dengan hal-hal yang dirasa menyenangkan. Jadi untuk saling memberikan dukungan satu sama lainnya masih kurang nampak. Oleh karena itu, dukungan terhadap mereka lebih didominasi dari para asatidz/guru. Yakni seperti secara emosionalnya, potensinya, para guru yang lebih memahami karakter mereka. Hal ini kemungkinan disebabkan para santri lebih banyak menghabiskan kesehariannya di pesantren, sehingga guru dan pengurus lebih berkontribusi dan dominan dalam memberikan motivasi dan

dukungan terhadap mereka. (Sumber wawancara asatidz/pengurus dan santri MUKA pada tanggal 19/21-02-16).

Berdasarkan uraian teori di atas dan fakta lapangan mengindikasikan adanya ketimpangan, dikarenakan beberapa penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa dimensi PWB dapat terpenuhi jika memiliki dukungan sosial yang tinggi. Namun faktanya menggambarkan kurangnya terpenuhinya enam dimensi PWB dan kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan teman. Davis (dalam Rahayu, 2008) mengatakan bahwa individu-individu yang mendapatkan *social support* memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi. Menurut Ryff (1989, dalam Fitri & Dewi, 2014), kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang positif ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi, dan keakraban serta adanya pemahaman untuk saling memberi dan menerima. Karena menurutnya faktor yang berpengaruh pada munculnya *psychological well-being* adalah dukungan sosial (Millatina *et al*, 2015)

Dukungan Sosial dari orang sekitarnya yang berarti bagi individu dapat memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental seseorang (PWB). Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Larocco., dkk (1980, dalam Saputri & Karyanta 2013) terhadap 2000 karyawan, ditemukan bahwa ada korelasi antara *social support* dan stres. Mereka yang mendapat dukungan sosial lebih banyak, cenderung lebih kecil kemungkinan mengalami stres. Menurut Rathi & Rastogi (2007), stres merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya PWB pada diri seseorang. Seseorang yang memiliki dukungan dari teman dan keluarga memungkinkan ia memiliki sumber daya yang lebih besar

untuk melakukan *coping* terhadap peristiwa yang menimbulkan stres, sehingga memungkinkan mereka kurang melihat peristiwa tersebut sebagai sebuah permasalahan (Sanderson, 2004, dalam Dewi, *et al*). Untuk itu Taylor (2009, dalam Dewi, *et al*) menegaskan bahwa perbedaan peristiwa yang menimbulkan stres menciptakan kebutuhan yang berbeda, dan *social support* akan paling efektif jika sesuai dengan kebutuhannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputri & Karyanta (2013) terhadap santri Tahfidzul Qur'an Klaten menunjukkan kontribusi relatif *social support* terhadap *psychological well-being* sebesar 41,535% dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor religiusitas. Adapun kontribusi efektif sebesar 21,35%, dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor religiusitas. Sementara Susanti (2012) dalam hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self esteem* dengan *psychological well-being* pada wanita lajang Surabaya. Hal ini berarti semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula PWB, begitu juga sebaliknya. Penelitian serupa dilakukan oleh Anggraeni & Jannah (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan kepribadian *hardiness* dengan stres pada petugas *port security* di Surabaya.

Indati & Amalia (2013) dalam penelitiannya tentang hubungan dukungan sosial dengan PWB pada ibu yang memiliki retardasi mental, menunjukkan bahwa sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 20,1% sedangkan 79,97% adalah faktor lain. Dengan begitu setiap individu memerlukan pertolongan dari lingkungan sekitar yang memperhatikannya dengan berupa dukungan sosial.

Oleh karenanya, *social support* merupakan hubungan sosial yang diperoleh dari hubungan dengan orang lain yang dianggap sebagai aspek pemuasan emosional dari kehidupan yang diharapkan dapat membantu individu menanggulangi dan menghadapi keadaan yang menegangkan dan menyedihkan (Taylor, 1995, dalam Indati & Amalia 2013). Pada dasarnya manusia menurut Adler (dalam Supratiknya, 1993) adalah makhluk sosial yang memerlukan kehadiran orang lain dalam kehidupannya yang menghubungkan dirinya dengan orang lain, ikut dalam kegiatan kerja sama sosial, menempatkan kesejahteraan sosial di atas kepentingan diri sendiri dan mengembangkan gaya sosial di atas kepentingannya dan mengembangkan gaya hidup di atas kepentingan sosial.

Dukungan sosial menyediakan sumber untuk meningkatkan kesejahteraan seseorang karena dengan bantuan yang diberikan orang lain membantu seseorang untuk dapat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan untuk penyesuaian diri yang lebih baik, sebagai penopang ketika seseorang sedang mengalami masalah. Dukungan sosial merupakan bantuan dari seseorang yang diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan yang baik meliputi pemberian semangat dan perhatian sehingga dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri, mencegah gangguan psikologis dan mengurangi stres. (Johnson & Johnson, 1991, dalam Ermayanti,*et al*).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti menunjukkan adanya hubungan dan pengaruh antara *psychological well-being* dengan harga diri, kepribadian *hardiness*, stres, *social support* dan religiusitas. Diamtteo menyebutkan dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain

seperti teman, keluarga, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya merupakan definisi *social support* (dalam Siregar, 2009). Menurut Sarafino (1994, dalam Hayati, 2010) *social support* sebagai suatu rasa kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. Sementara Cobb (dalam Smet, 1994) menekankan orientasi subjektif yang memperlihatkan bahwa *social support* itu terdiri atas informasi yang menuntun orang yang meyakini bahwa dirinya diurus dan disayangi.

Sejalan dengan Sarafino dan Cobb, Weiss (1974) menyatakan bahwa *social support* terdiri dari enam komponen. Yaitu: kelekatan, integrasi sosial, kesempatan untuk memberikan pengakuan positif, ketergantungan yang dapat diandalkan, dan memperoleh informasi serta bimbingan dalam keadaan stress (dalam Cutrona, 1987). Ketimpangan yang terjadi pada penelitian ini telah ditegaskan oleh Baron & Byrne (2005) bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk pemberian perasaan nyaman baik secara fisik maupun psikologis oleh teman maupun keluarga untuk menghadapi stres. Individu yang mendapat dukungan sosial yang baik akan merasakan kesenangan, rasa aman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau dari kelompoknya. Apabila individu mendapatkan *social support* dalam menghadapi masalah dan perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, maka akan dapat menikmati kondisi kesejahteraan psikologisnya (*psychological well-being*). Namun sebaliknya, apabila individu kurang mendapatkan *social support* dari lingkungan sekitar, maka akan mendapatkan kesulitan-kesulitan dalam menjalani kehidupannya yang berakibat depresi dan akan menurunkan PWB dalam dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa *social support* memberikan pengaruh terhadap *psychological well-being*. Dengan kata lain, cara lingkungan sosial terhadap individu yang dimanifestasikan dalam bentuk verbal dan non verbal. Seperti yang telah dijelaskan bahwa *social support* santri MUKA masih terlihat kurang nampak dan *psychological well-being* masih minim dan tidak pasti pada setiap aspeknya. Oleh karena itu, muncul pertanyaan dalam benak peneliti, apakah minimnya *psychological well-being* pada santri MUKA Batu Marmar Pamekasan dipengaruhi oleh kurangnya *social support*. Melalui fenomena inilah peneliti ingin mengetahui pengaruh *social support* terhadap *psychological well-being* kepada santri MUKA Batu Marmar Pamekasan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan?
3. Apakah ada pengaruh antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan.

C. Tujuan Masalah

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan.
2. Mengetahui tingkat *psychological well-being* santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan.

3. Untuk membuktikan ada atau tidaknya pengaruh antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* santri di pondok pesantren MUKA Pamekasan.

D. Manfaat Penelitian

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah dan memperdalam pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi klinis mengenai hubungan *social support* dan *psychological well-being*. Selain itu dengan adanya penelitian ini dapat diketahui gambaran *social support* dan *psychological well-being* pada santri MUKA.
2. Dapat digunakan sebagai bahan rujukan dan pembandingan untuk penelitian selanjutnya mengenai *social support* dan *psychological well-being*.
3. Diharapkan dapat menjadi informasi mengenai *psychological well-being* dan *social support* bagi santri MUKA. Sehingga dapat mengembangkan dan membangun *psychological well-being* dan *social support* masing-masing subjek dalam kehidupan selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Psychological Well-Being* (PWB)

1. Definisi *Psychological Well-Being* (PWB)

Psychological well-being merupakan integrasi dari teori-teori perkembangan manusia, teori psikologi klinis dan konsep mengenai kesehatan mental. Menurut Ryff (1989, dalam Purwanto, 2015) PWB adalah tingkat kemampuan individu dalam menerima apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. PWB digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif.

Batram & Boniwel (2007) mengungkapkan bahwa PWB berhubungan dengan kepuasan pribadi, *engagement*, rasa syukur, harapan, stabilitas, suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat serta minat yang dimiliki. Sementara Doyle, Hanks & MacDonald (1998, dalam Purwanto, 2015) mengartikan PWB sebagai bentuk refleksi dari *happines*, *emotional well-being* dan *positive mental health*. Sedangkan Huppert (2009) mengatakan bahwa PWB adalah mengenai hidup yang berjalan dengan baik, yang merupakan gabungan dari perasaan baik dan bagaimana individu berfungsi secara efektif. Individu dengan PWB yang baik adalah ketika individu

tersebut mengatasi atau bisa berkompromi dengan emosi negatif atau bahkan kondisi yang memungkinkan mengganggu individu berfungsi efektif di kehidupan sehari-harinya.

Menurut Ryff (1989) gambaran tentang karakteristik orang yang memiliki kesejahteraan psikologis merujuk pada pandangan konsep Maslow mengenai aktualisasi diri, pandangan Rogers mengenai individu yang dapat berfungsi secara penuh, formulasi individuasi oleh Jung, konsep kematangan individu menurut Allport. Pandangan yang lain juga mengacu pada konsep Erikson dalam menggambarkan individu yang mencapai integration vs despair, kecenderungan dasar hidup yang merujuk pada pencapaian kehidupan oleh Buhler, dan teori mengenai perubahan kepribadian pada usia dewasa lanjut usia.

Berdasarkan uraian di atas, maka PWB dapat didefinisikan sebagai istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, seperti sejauh mana seorang individu memiliki tujuan dalam hidupnya, apakah mereka menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungannya dengan orang lain, sejauh mana mereka merasa bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, serta bersikap positif terhadap masa lalu dan dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

2. Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) mendefinisikan konsep *psychological well-being* dalam enam dimensi, yakni dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi.

a. *Penerimaan Diri (self acceptance)*

Dimensi penerimaan diri merupakan bagian utama dari kesehatan mental. Ryff (1989) mengatakan bahwa penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri. Sikap positif ini adalah mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki target penerimaan diri kurang baik dan memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan memiliki pengharapan untuk menjadi pribadi yang bukan dirinya. Dengan kata lain tidak ingin menjadi dirinya sendiri.

b. *Positive relation with other (Hubungan Positif dengan Orang Lain)*

Hubungan positif dengan orang lain merupakan dimensi yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan hangat, saling mempercayai, dan saling peduli akan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain. Kemampuan individu untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dalam kondisi mental yang sehat. Selain itu, teori aktualisasi diri mengemukakan konsep hubungan positif dengan orang lain sebagai perasaan empati dan afeksi serta kemampuan untuk membina hubungan yang mendalam. Membina hubungan yang hangat dengan orang lain merupakan salah satu ciri *criterion of maturity* (kriteria kematangan). Teori perkembangan manusia juga menekankan *intimacy* dan *generativity*

sebagai tugas utama yang harus dicapai manusia dalam tahap perkembangan tertentu.

Pada dimensi ini juga menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen kesehatan mental yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain. Dalam dimensi ini, individu yang dikatakan tinggi atau baik ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, dan juga memiliki rasa afeksi dan empati yang kuat terhadap orang lain. Sementara itu, individu yang dikatakan rendah atau kurang baik dalam dimensi ini ditandai dengan memiliki sedikit hubungan dengan orang lain, sulit bersikap hangat dan enggan memiliki ikatan dengan orang lain.

c. *Autonomy* (kemandirian)

Otonomi adalah pribadi mandiri, yaitu dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri. Individu memiliki *internal locus of evaluation*, yakni tidak mencari persetujuan orang lain melainkan mengevaluasi dirinya dengan standar yang telah ditetapkan diri sendiri. Oleh karena itu, individu yang otonom juga tidak menggantungkan diri pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan. Individu tidak menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dalam bentuk tertentu.

Pada dimensi ini Ryff menjelaskan tentang kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Individu yang mampu menolak tekanan sosial

untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal menandakan bahwa baik dalam dimensi ini. Sementara individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, individu akan membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain dan cenderung bersikap konformis. Dengan kata lain individu yang tidak terpengaruh dengan persepsi orang lain dan tidak bergantung dengan orang lain adalah individu yang memiliki otonomi yang baik, sedangkan individu yang mudah terpengaruh serta bergantung pada orang lain adalah individu yang memiliki otonomi rendah (Ryff & Keyes, 1995).

d. *Enviromental Mastery* (penguasaan lingkungan)

Dimensi penguasaan lingkungan menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungan, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal di luar dirinya, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya. Menurut Ryff (1989) individu yang memiliki penguasaan lingkungan adalah orang yang memiliki kemampuan dan kompetensi untuk mengatur lingkungannya. Individu seperti mampu mengendalikan kegiatannya yang kompleks sekalipun, juga dapat menggunakan kesempatan secara efektif, dan mampu memilih, atau bahkan menciptakan lingkungan yang selaras dengan kondisi jiwanya.

Individu yang mampu memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu

untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya. Dengan kata lain, individu memiliki kemampuan dalam menghadapi kejadian di luar dirinya (lingkungan eksternal). Sementara itu, individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menunjukkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari, dan memiliki kontrol terhadap lingkungan eksternal (Ryff & Keyes, 1995).

e. *Personal Growth* (pengembangan pribadi)

Dimensi pengembangan pribadi merupakan *optimal psychological functioning* tidak hanya bermakna pada pencapaian terhadap karakteristik tertentu, tetapi pada bagaimana individu terus mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, bertumbuh, meningkatkan kualitas pada dirinya (Ryff, 1989). Kebutuhan akan aktualisasi diri dan menyadari potensi diri merupakan perspektif utama dari dimensi pengembangan pribadi. Keterbukaan akan pengalaman baru merupakan salah satu karakteristik dari *fully functioning person* (Ryff, 1989). Teori perkembangan juga menekankan pada pentingnya manusia untuk bertumbuh dan menghadapi tantangan baru dalam setiap periode pada tahap perkembangannya.

Individu yang memiliki pengembangan pribadi yang baik ditandai dengan adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sendiri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki

kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu, serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang luas (Ryff, 1955). Sebaliknya, individu yang memiliki pengembangan pribadi yang kurang baik akan merasa dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan pribadi, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu mengembangkan sikap dan tingkah laku yang lebih baik (Ryff, 1955).

f. *Purpose in life* (tujuan hidup)

Tujuan hidup adalah kondisi mental sehat sehingga memungkinkan individu untuk menyadari bahwa seseorang memiliki tujuan tertentu dalam hidup yang dijalannya, serta mampu memberikan makna pada hidup yang pernah dilakukan. Teori perkembangan juga menekankan pada berbagai perubahan tujuan hidup sesuai dengan tugas perkembangan dalam tahap perkembangan tertentu. Definisi kematangan juga menekankan pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup dan rasa. Teori *life span development* mengacu pada berbagai perubahan tujuan atau tujuan hidup, seperti menjadi produktif dan kreatif. Dengan demikian, orang yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan rasa keterarahan, yang semuanya berkontribusi terhadap perasaan bahwa hidup itu bermakna.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dimensi *psychological well-being* ada enam dimensi. Enam dimensi tersebut adalah

penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, adanya tujuan hidup, pengembangan pribadi dan penguasaan lingkungan.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* individu (Ryff, 1989; Sarafino & Smith, 2011) diantaranya sebagai berikut:

a. Usia

Ryff mengemukakan bahwa perbedaan usia dapat mempengaruhi perbedaan dalam dimensi-dimensi *psychological well-being*. Dalam penelitiannya, ditemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, begitu juga dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain.

Sebaliknya, dimensi *purpose in life* dan *personal growth* semakin menurun seiring bertambahnya usia, terutama terjadi pada dewasa madya hingga dewasa akhir. Pada akhirnya pada masa lanjut usia seseorang terus mempertimbangkan hal-hal di masa lalu dan tidak merasakan sensasi berkembang menuju masa depan. Sementara dua dimensi lainnya yaitu penerimaan diri dan *positive relations with others* tidak ada signifikan berbeda pada rentang usia tertentu.

b. Jenis Kelamin

Penelitian Ryff menemukan bahwa bahwa wanita memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi *positive relations with others* dan dimensi pengembangan pribadi dibandingkan pria.

c. Status Sosial Ekonomi

Perbedaan status sosial juga mempengaruhi dimensi *psychological well-being* seseorang. Pendidikan tinggi dan status pekerjaan dapat meningkatkan *psychological well-being*, terutama pada dimensi penerimaan diri dan dimensi tujuan hidup. Mereka yang menempati kelas sosial yang tinggi memiliki perasaan yang lebih positif terhadap diri sendiri dan masa lalu mereka, serta lebih memiliki rasa keterarahan hidup dibandingkan dengan mereka yang berada di kelas sosial yang lebih rendah.

d. Budaya

Sistem nilai individualisme dan kolektivisme memberi dampak terhadap *psychological well-being* yang dimiliki suatu masyarakat. Budaya barat memiliki nilai yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri dan otonomi, sedangkan budaya timur memiliki nilai yang tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

e. Dukungan Sosial

Menurut Ryff perubahan-perubahan fisik maupun psikis yang terjadi pada individu menyebabkan individu membutuhkan dukungan dari orang-orang sekitarnya. Dukungan yang berupa ungkapan perilaku suportif kepada seseorang yang diterima dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan individu tersebut, diantaranya keluarga, teman, rekan kerja maupun organisasi sosial. Dukungan sosial dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang dapat

memberikan peramalan akan *well-being* seseorang (Sarafino & Smith, 2011).

f. Religiusitas

Religiusitas dapat mempengaruhi *psychological well-being* bagi setiap individu. Bastaman (dalam Liputo, 2009) menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat religiusitas lebih mampu memaknai setiap kejadian hidupnya secara positif, sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna dan terhindar dari stres maupun depresi. Dengan kata lain, seseorang yang menjalankan kegiatan keagamaan seperti beribadah, berdoa, dan membaca kitab suci agama diasumsikan akan memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik pula. Hal ini terjadi karena dengan beribadah dapat mengurangi stres dan menahan produksi hormon stres oleh tubuh, seperti adrenalin. Pengurangan hormon stres ini dihubungkan dengan aspek kesehatan, yaitu sistem kekebalan tubuh yang semakin meningkat (McCulloch & Others, dalam Santrock, 2002).

g. Kepribadian

Kepribadian merupakan faktor selanjutnya yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* seseorang. Talamati (2012) mengatakan bahwa menurut (Ryan & Decy, 2001), Ryff dan koleganya telah meneliti hubungan antara *the big five personality* McCrae & Costa dengan dimensi *psychological well-being*. Kemudian juga Schmutte & Ryff (1997, dalam Talamati, 2012)

menemukan bahwa *extraversion*, *conscientiousness*, dan *neuroticism* yang rendah berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, *enviromental mastery*, dan tujuan hidup. Dimensi *opennes of exprience* berhubungan dengan *personal growth*, sementara *agreeableness* dan *extraversion* berhubungan dengan *positive relation with others*, dan *neuroticism* berhubungan dengan *autonomy* (dalam Talamati, 2012).

Selain *big five personality*, kepribadian *hardiness* juga dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Penelitian mengungkapkan mengenai tinggi rendahnya tingkat stres juga dipengaruhi kesejahteraan psikologis yang dicapai oleh individu. Kesejahteraan psikologis atau yang lebih dikenal dengan istilah *psychological well-being* ini menurut Ryff & Keyes (dalam Anggaraeni & Jannah, 2014).

Berdasarkan uraian di atas maka faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* terdapat beberapa macam. Faktor-faktor tersebut adalah usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, religiusitas dan kepribadian.

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Kehadiran orang lain didalam kehidupan seseorang begitu diperlukan, sebab itu individu membutuhkan dukungan dari orang terdekat, dukungan yang dimaksud tersebut adalah dukungan sosial.

Diamtteo menyebutkan dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, keluarga, tetangga, guru, teman kerja dan orang-orang lainnya merupakan bagian dari definisi dukungan sosial (dalam Siregar, 2009). Kuntjoro (2014) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang dalam kehidupannya yang berada dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Sedangkan Sarafino (1994), mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu rasa kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok (dalam Hayati, 2010).

Hal senada juga disampaikan oleh Taylor (2009), bahwa dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik bagi orang tua, kekasih, kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat (dalam Afifah, 2011). Kemudian Gottlieb (1983, dalam Smet, 1994), menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat atau efek perilaku bagi penerima.

Weiss (1974) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan yang terdiri atas enam komponen, yaitu kelekatan, integrasi sosial, kesempatan untuk memberikan pengakuan yang positif, ketergantungan yang dapat

diandalkan, dan memperoleh informasi serta bimbingan dalam keadaan stres. Senada dengan pendapat di atas, beberapa ahli (Cobb, 1976; Gentry & Kobasa, 1984; Wallston, Allagna, Devellis. & Devellis, 1983; Wills, 1984, dalam Irmawati, 2009) menyatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial akan meyakini individu dicintai, dirawat, dihargai, berharga, dan merupakan bagian lingkungan sosialnya.

Beberapa istilah di atas memiliki tujuan yang sama yang pada intinya adalah mendefinisikan tentang dukungan sosial. Perbedaannya hanya terletak pada penyebutan istilah saja. Jadi, dukungan sosial dapat dinyatakan sebagai penilaian/persepsi individu terhadap bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dalam bentuk informasi atau nasehat verbal atau non verbal yang berupa kasih sayang, perhatian, penghargaan, materi dan keterbukaan.

2. Komponen Dukungan Sosial Orang Tua

Heller dkk (1986, dalam Irmawati, 2009) mengemukakan ada dua komponen dukungan sosial, yaitu:

a. Penilaian yang Mempertinggi Penghargaan

Komponen penilaian yang mempertinggi penghargaan mengacu pada penilaian seseorang terhadap pandangan orang lain kepada dirinya. Seseorang menilai secara seksama dengan mengevaluasi seseorang terhadap dirinya dan percaya dirinya berharga bagi orang lain. Tindakan orang lain yang menyokong harga diri seseorang, semangat juang, dan kehidupan yang baik.

b. Transaksi Interpersonal yang Berhubungan dengan Stres

Komponen transaksi interpersonal yang berhubungan dengan stres mengacu pada adanya seseorang yang memberikan bantuan ketika ada masalah. Seseorang memberikan bantuan untuk memecahkan masalah dengan menyediakan informasi untuk menjalankan situasi yang berhubungan dengan stres. Bantuan ini berupa dukungan emosional, kognitif yang distruktur ulang, dan bantuan instrumental.

Weiss (1974, dalam Cutrona, 1986) mengembangkan “*social provisions scale*” untuk mengukur ketersediaan dukungan sosial yang diperoleh dari hubungan individu dengan orang lain. Komponen tersebut terdapat enam komponen didalamnya, yaitu:

a. *Attachment*

Komponen dukungan kasih sayang yang diberikan kepada individu memberikan adanya perasaan kedekatan emosional, rasa aman, tenang, damai bagi penerima. Bentuk kasih sayang orang terdekat terhadap individu, diantaranya: mampu menghibur ketika individu mengalami permasalahan, mampu memahami dan bersikap baik terhadap kondisi individu, mampu memberikan perhatian ketika individu sedang sakit, dan juga mampu memahami perasaan individu.

b. *Social Integration*

Merupakan perasaan menjadi bagian dari kelompok, tempat berbagi minat, perhatian, serta melakukan kegiatan yang menyenangkan bersama-sama.

c. *Resurance of Worth*

Individu mendapatkan pengakuan atas kemampuan dan minatnya dari orang terdekatnya. Contohnya, mendapatkan pujian atas perilaku positif individu, mendapatkan apresiasi minat positif dari mereka, dan memberikan kepercayaan kepada individu atas usaha yang akan dilakukannya.

d. *Reliable Alliance*

Individu mendapatkan kepastian atau jaminan bahwa individu dapat mengharapkan orang terdekatnya untuk membantu dalam semua keadaan. Bentuk ikatan yang dapat diandalkan individu kepada mereka misalnya, individu mampu terbuka kepada mereka, merasa lebih nyaman dengan bercerita baik suka maupun duka dengan mereka, dan mereka mampu memberikan motivasi positif pada setiap usaha individu, serta meningkatkan minat individu ketika merasa kurang berarti dan lain sebagainya.

e. *Guidance*

Adanya hubungan sosial atau juga hubungan kerja yang memungkinkan individu mendapatkan nasehat, saran dan pemberian informasi yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi. Bentuk bimbingan atau nasehat yang dapat diberikan oleh orang terdekatnya kepada individu adalah dengan memberikan solusi atau saran yang bijaksana untuknya ketika bimbang terhadap permasalahannya, membantu individu untuk membuat keputusan yang bijak ketika diminta oleh individu, mereka memberikan teguran positif ketika individu berperilaku kurang sopan, dan lain-lain.

f. *Oppurtunity for Nuture*

Adanya kesempatan untuk membantu, individu merasa dirinya dibutuhkan dan penting bagi orang terdekatnya sehingga individu dapat merasa lebih berharga dan bernilai. Bentuk kesempatan individu untuk membantu orang terdekatnya misalnya dengan mereka memberikan kepercayaan kepada individu untuk memberikan solusi kepada permasalahan mereka, mampu terbuka dengan saling memberikan membicarakan permasalahan yang terjadi yang kiranya individu mampu membantu mereka, mampu menjadi pendengar yang baik ketika orang terdekatnya berkeluh kesah dan lain sebagainya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan indikator dukungan sosial dari aspek yang diadaptasi dari “*Social Provisions Scale*” karena mencakup aspek yang luas dari dukungan sosial. Aspek tersebut adalah *Attachment* (kasih sayang atau kedekatan), *Social integration* (integrasi sosial), *Reassurance of worth* (penghargaan atau pengakuan), *Reliable alliance* (ikatan atau hubungan yang dapat diandalkan), *Guidance* (bimbingan), dan *Oppurtunity for nuturance* (kemungkinan dibantu).

3. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial

Beberapa peneliti (Cohen & Mckay, 1976; Cutrona & Russel, 1990; House, 1984; Schaefer, Coyne & Lazarus, 1981; Wills, 1984, dalam Irmawati, 2009; Afifah, 2011), mengemukakan terdapat lima bentuk dukungan sosial, yaitu:

a. Dukungan Emosional

Suatu bentuk dukungan yang diekspresikan melalui perasaan positif yang berwujud empati, perhatian, dan kepedulian terhadap individu yang lain. Bentuk dukungan ini dapat menimbulkan perasaan nyaman, perasaan dilibatkan, dan dicintai oleh individu yang bersangkutan ketika dalam keadaan menekan.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan meliputi ungkapan penghargaan yang positif kepada anak. Bentuk dukungan ini membentuk perasaan dalam diri individu bahwa ia berharga, mampu dan berarti.

c. Dukungan Instrumental

Merupakan suatu bentuk dukungan yang dapat diwujudkan dalam bentuk bantuan langsung misalnya pemberian dana atau pemberian bantuan berupa tindakan nyata atau benda.

d. Dukungan Informasi

Dukungan ini dapat diungkapkan dalam bentuk pemberian nasehat atau saran, pengarahan, pemberian umpan balik mengenai apa yang dilakukan individu.

e. Dukungan Jaringan

Dukungan ini akan membantu membuat individu merasa sebagai anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengannya. Untuk itu individu akan merasa memiliki teman sebangun.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan ada lima bentuk dukungan sosial orang tua, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan.

4. Fungsi Dukungan Sosial

Johnson & Johnson (1991, dalam Ermayanti,*et al*) mengemukakan bahwa terdapat empat fungsi dari dukungan sosial yang akan dipaparkan di bawah ini sebagai berikut:

a. Produktivitas

Dukungan sosial juga bermanfaat untuk meningkatkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas yang sulit atau dalam keadaan di bawah tekanan, meningkatkan kualitas moral dan cita-cita dalam diri individu.

b. Kesejahteraan Psikologis

Dukungan sosial dapat membantu individu menemukan identitas diri yang lebih jelas, meningkatkan harga diri, mencegah terjadinya gangguan psikis dengan mengurangi stres dan meningkatkan kemampuan memecahkan masalah. Dukungan sosial dari orang-orang terdekat mampu menumbuhkan perasaan diperhatikan, dicintai dan dihargai.

c. Kesehatan fisik

Dalam hal ini dukungan sosial ada hubungannya dengan ketahanan fisik individu, diantaranya adalah jarang terkena penyakit dan bagi orang sakit mendapat kekuatan untuk lebih cepat sembuh dibandingkan orang sakit yang secara sosial terisolasi atau dikucilkan.

d. Manajemen stres

Dukungan sosial dapat meningkatkan kemampuan manajemen stres dengan memberikan perhatian, ketenangan, informasi dan umpan balik yang dibutuhkan untuk mengatasi dampak stres pada individu.

Jadi dapat disimpulkan bahwa fungsi-fungsi dukungan sosial tersebut adalah produktivitas, kesejahteraan psikologis, kesehatan fisik dan manajemen stres.

C. Telaah Teks Psikologi *Psychological Well-Being*

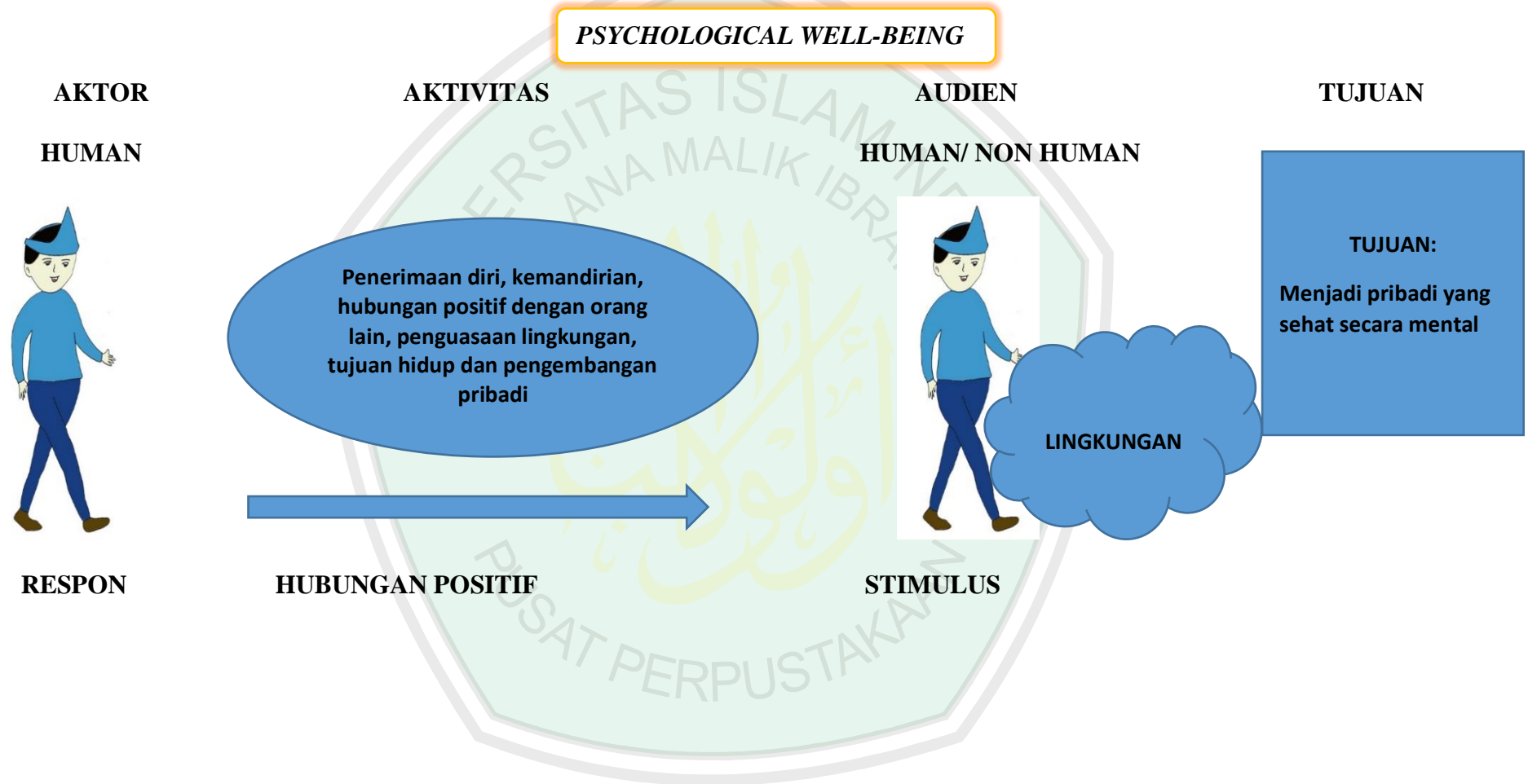
1. Sampel Teks Psikologi

- a. *Psychological well-being* adalah tingkat kemampuan individu dalam menerima apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff, 1989&1995).
- b. Batram & Boniwel (2007) mengungkapkan bahwa *Psychological well-being* berhubungan dengan kepuasan pribadi, *engagement*, rasa syukur, harapan, stabilitas, suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat serta minat yang dimiliki.
- c. Doyle, Hanks & MacDonald (1998, dalam Purwanto, 2015) mengartikan *Psychological well-being* sebagai bentuk refleksi dari *happines*, *emotional well-being* dan *positive mental health*.

- d. Huppert (2009) mengatakan bahwa *Psychological well-being* adalah mengenai hidup yang berjalan dengan baik, yang merupakan gabungan dari perasaan baik dan bagaimana individu berfungsi secara efektif



2. Pola Teks Psikologi



Tabel 2.1

Analisis Komponen Teks Psikologi *Psychological Well-Being*

NO	KOMPONEN	KATEGORI	DESKRIPSI
1	Aktor	Individu Partner Komunitas	Seseorang, individu, pribadi, diri sendiri, makhluk sosial, dirinya laki-laki dan perempuan Manusia
2	Aktivitas	Verbal Non verbal	Pengembangan pribadi, tujuan hidup, pengambilan keputusan, penerimaan diri, adaptasi Hubungan positif dengan orang lain, bertindak, sikap positif
3	Proses	Plan (terencana) Tdk terencana	Aspek yang mendorong, pola pikir yang positif, proses yang dinamis Impulsif
4	Bentuk	Kompetensi <i>Ability</i>	Menjadi lebih baik, diterima di lingkungan, pribadi yang sehat Kemampuan mensejahterakan psikologis.
5	Aspek	Kognitif Afektif Motorik	Pola pikir Penerimaan, harapan, dorongan Adaptasi, perilaku, sikap
6	Faktor	Internal Eksternal	Diri sendiri, keinginan individu, dorongan dari dalam individu, kondisi mental, harapan Lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat, tuntutan sosial
7	Audien	Individu Partner Komunitas	Orang lain (1) Teman sebaya, kelompok kecil Kelompok, lingkungan, keluarga, situasi sosial, kenyataan sosial, lingkungan sosial, manusia, sekolah, masyarakat, lingkungan hidup, orang lain
8	Tujuan	Direct Indirect	Agar tercipta pribadi yang sehat secara psikis, kebahagiaan, memberikan reaksi, beradaptasi dengan baik, mencapai harapan, mengubah sikap dan perilaku Tercapai suatu perasaan bahagia, berhasil dalam proses kesehatan psikis, keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan
9	Efek	(+) Psikis (+) Fisik	Diterima di lingkungan/masyarakat, tidak mengalami konflik, merasa nyaman, kebahagiaan tersendiri, kesehatan mental positif, aman dan tenang serta damai Kebutuhan jasmani terpenuhi
10	Standar Normatif	Sosial Susila	Norma, kebiasaan, dasar dalam hubungan sosial, tuntutan sosial Sifat, watak, karakteristik

3. Mind Map Teks Psikologi *Psychological Well-Being*



4. Rumusan Konseptual Teks Psikologi *Psychological Well-Being*

a. Secara Global

Psychological well-being adalah cara menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif.

b. Secara Partikular

Psychological well-being dapat didefinisikan sebagai istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, seperti sejauh mana seorang individu memiliki tujuan dalam hidupnya, apakah mereka menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungannya dengan orang lain, sejauh mana mereka merasa bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, serta bersikap positif terhadap masa lalu dan dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

D. Telaah Teks Islam *Psychological Well-Being*

1. Sampel Teks Al-Qur'an

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya:

(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Ar-Ra'du: 28)

مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ وَأَرْسَلْنَاكَ لِلنَّاسِ

رَسُولًا وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا

Artinya:

“Apa saja nikmat yang kamu peroleh adalah dari Allah, dan apa saja bencana yang menimpamu, maka dari (kesalahan) dirimu sendiri. Kami mengutusmu menjadi Rasul kepada segenap manusia. Dan cukuplah Allah menjadi saksi (QS.An-Nisa; 79).”

وَلَا تُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا وَلَدَيْنَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

Artinya:

“Kami tiada membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada sisi Kami ada suatu kitab yang membicarakan kebenaran, dan mereka tidak dianiaya (QS. Al-Mukminun; 62).”

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya:

“Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku (QS. Ad-Dzaariyat; 56).”

وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ

Artinya:

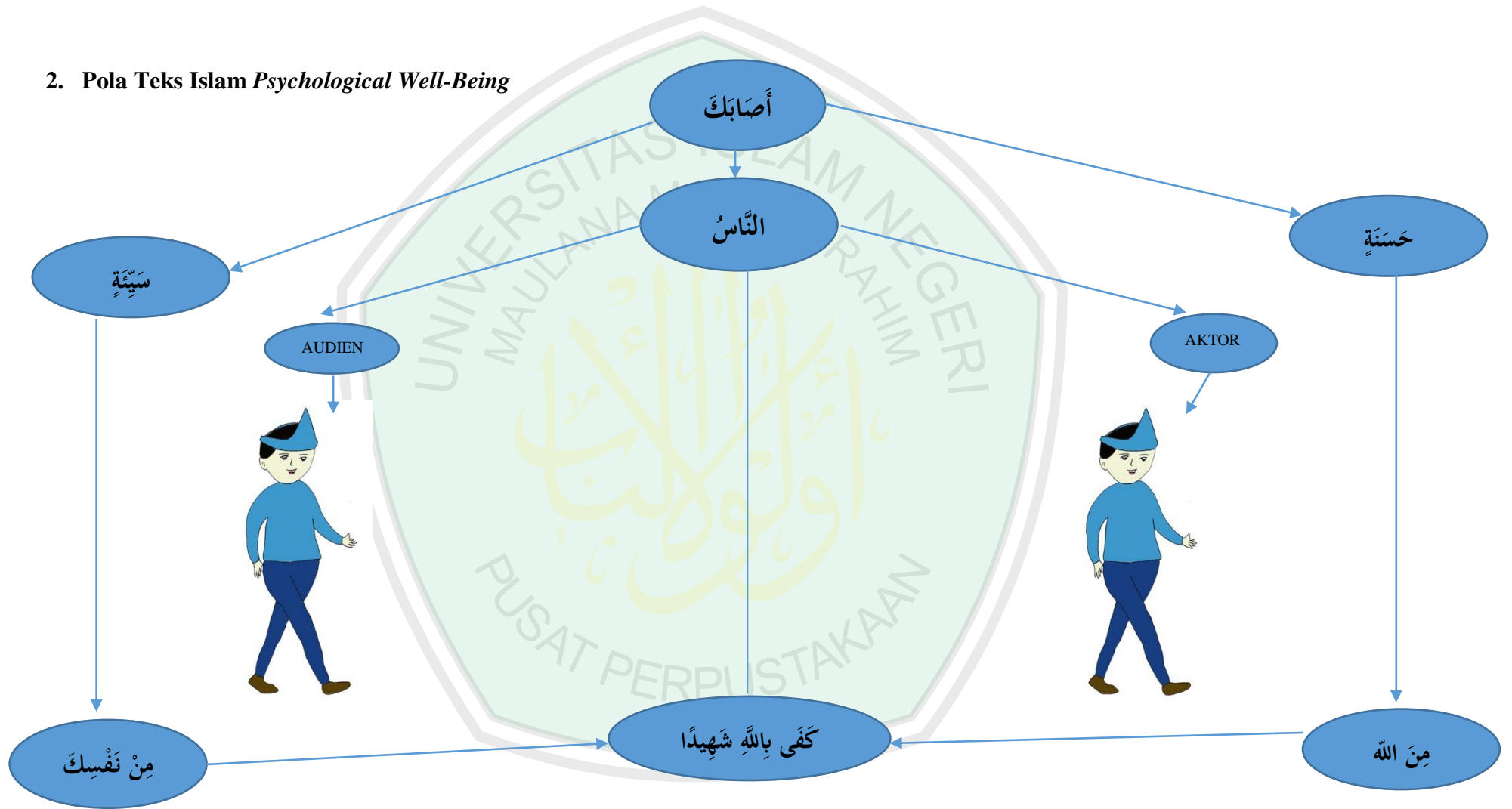
“Dan orang-orang yang menghubungkan apa-apa yang Allah perintahkan supaya dihubungkan, dan mereka takut kepada Tuhannya dan takut kepada hisab yang buruk (QS. Ar-Ra'd; 21).”

Tabel 2.2
Makna Kosa Kata Sampel Teks Islam

Makna Psikologi	Terjemah	Teks Islam	No
<i>Training mental</i>	Apa saja menimpamu	مَا أَصَابَكَ	1
Positif, negatif	Dari keburukan. Dari nikmat/kebaikan	مِنْ سَيِّئَةٍ, مِنْ حَسَنَةٍ	2
<i>Person self.</i>	Dari Allah. Dari diri sendiri	فَمِنْ نَفْسِكَ, فَمِنْ اللَّهِ	3
<i>Ability</i>	Kami tiada membebani	وَلَا نُكَلِّفُ	4
Minat	melainkan menurut kesanggupannya	إِلَّا وَسَعَهَا	5
Tujuan hidup	manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku	إِلَّا لِيَعْبُدُونِ	6
Penerimaan diri	Dan cukuplah Allah menjadi saksi	وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا	7

Jadi makna kosa kata teks islam dalam Al-Qur'an tentang *psychological well-being* memiliki beberapa teks ayat yang ada dalam Al-Qur'an. Salah satunya yang terdapat pada ayat yang disebutkan diatas. Sampel ayat tersebut mengandung arti tentang salah satu dimensi dari *psychological well-being* yaitu penerimaan diri. Maksud ayat tersebut adalah keikhlasan diri dalam menghadapi berbagai cobaan yang datang pada manusia.

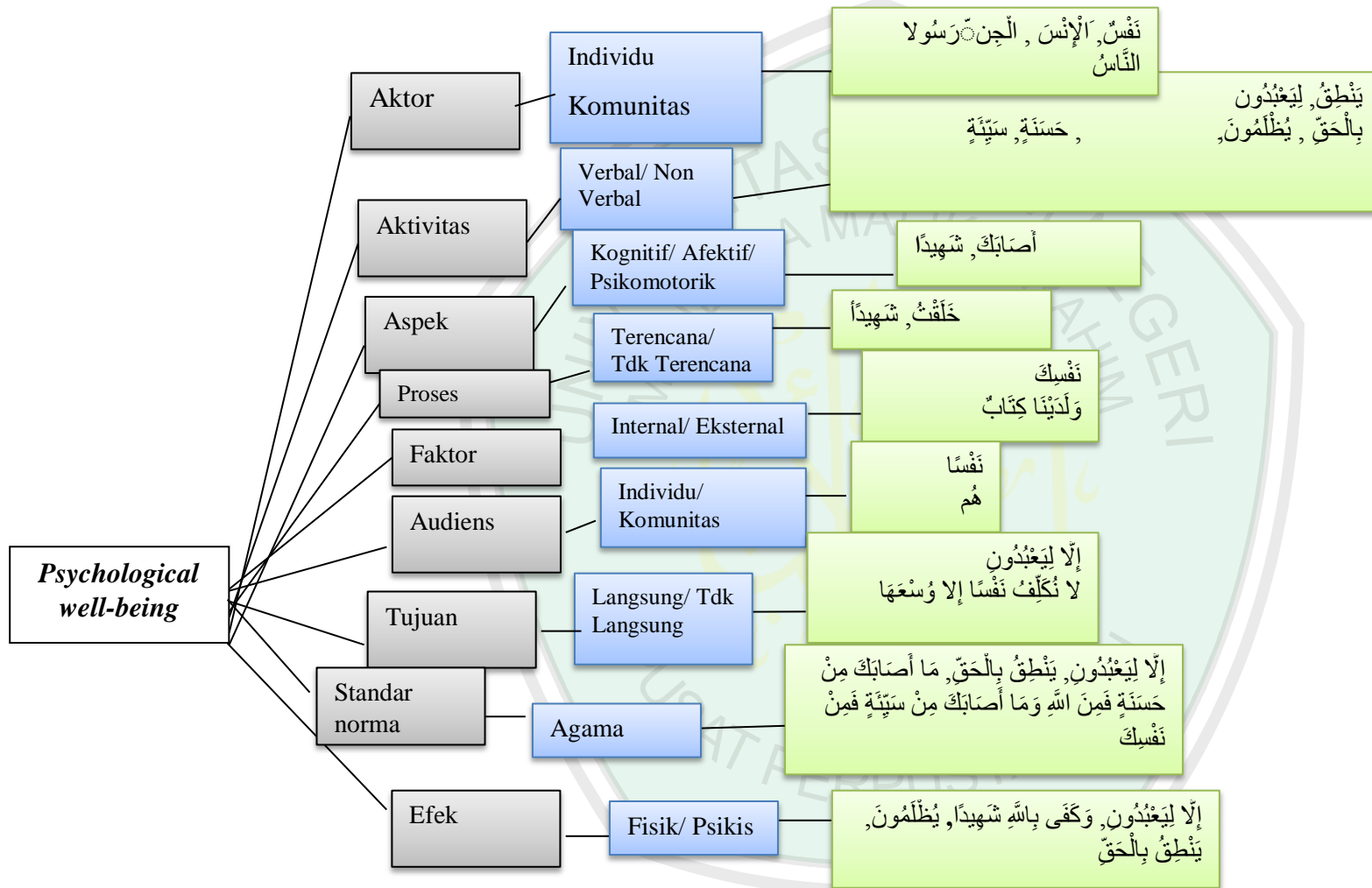
2. Pola Teks Islam *Psychological Well-Being*



Tabel 2.3
 Analisis Komponen Teks Al-Qur'an *Psychological Well-Being*

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu Komunitas	نَفْسُ الْإِنْسَانِ , الْجِنَّةِ الرَّسُولَا النَّاسُ
2	Aktivitas	Verbal Non verbal	يَنْطِقُ, لِيَعْبُدُونَ بِالْحَقِّ , يُظَلِّمُونَ, خَلَقْتُ, لِيَعْبُدُونَ , حَسَنَةً, سَيِّئَةً
3	Proses	<i>Plan</i>	خَلَقْتُ, شَهِيدًا
4	Aspek	Kognitif Afektif Motorik	أَصَابَكَ, شَهِيدًا
5	Faktor	Internal Eksternal	نَفْسِكَ وَلَدِينَا كِتَابٌ
6	<i>Audien</i>	Individu Komunitas	نَفْسًا هُم
7	Tujuan	<i>Direct</i> <i>Indirect</i>	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ لَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا
8	Efek	(+) Fisik (+) Psikis	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ, وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا, يُظَلِّمُونَ, يَنْطِقُ بِالْحَقِّ
9	Standar Normatif	Agama	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ, يَنْطِقُ بِالْحَقِّ, مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنَ نَفْسِكَ

3. Mind Map Teks Al-Qur'an Psychological Well-Being



Tabel 2.4

Tabulasi dan Eksplorasi Teks Al-Qur'an Tentang Tema *Psychological Well-Being*

No	Komponen	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologis	Sumber	Jumlah
1	Aktor	Individu Komunitas	نَفْسٌ الْإِنْسِ , الْجِنَّ رَسُولًا النَّاسِ	Seseorang, manusia, jin, Rasul	Individu Komunitas	2:44, 29:6, 82:19 dll 6:112, 7:38 dll 7:38 dll 2:129, 3:164, dll	268 70 60 24
2	Aktivitas	Verbal Nor verbal	يَنْطِقُ لِيَعْبُدُونَ بِالْحَقِّ حَسَنَةً سَيِّئَةً يُظَلِّمُونَ خَلَقْتُ لِيَعْبُدُونَ	Membicarakan, untuk menyembah, kebenaran, kebaikan, keburukan, mereka dianiaya, menciptakan.	Komunitas Individu	21:63,23:62 dll 51:56 dll 2:119, 2:213 dll	7 1 75
3	Proses	Planning	خَلَقْتُ شَهِيدًا	Menciptakan, saksi	Komunitas	3:191, 17:61 dll 2:143,4:72 dll	10 19
4	Aspek	Kognitif Afektif Motorik	أَصَابِكَ شَهِيدًا	Menimpamu, saksi	Individu	4:73, 31:17 dll	6
5	Faktor	Internal Eksternal	نَفْسِكَ وَأَدِينَا كِتَابٌ	Dirimu sendiri, pada sisi kami ada suatu kitab.	Individu Komunitas	2:54, 2:87 dll 2:79 dll	55 232
6	Audien	Individu Komunitas	نَفْسًا هُمْ	Seseorang, mereka	Individu Komunitas	2:286, 5:32 dll	14
7	Tujuan	Direct Indirect	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ لَا نَكْفِيكَ نَفْسًا إِلَّا وَسْعَهَا	Kecuali mereka untuk menyembahku, Kami tidak membebani seseorang melainkan kecuali kesanggupannya.	Komunitas Individu	51:56 23:62	1 1
8	Efek	(+) Fisik (+) Psikis	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ, وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا, يُظَلِّمُونَ, يَنْطِقُ بِالْحَقِّ	Melainkan mereka supaya menyembahku, dan cukupkah Allah menjadi saksi, dianiyaya, membicarakan kebenaran	Komunitas Individu	2:57, 3:117, 3:161 dll	28
9	Standar Normatif	Agama	إِلَّا لِيَعْبُدُونَ, يَنْطِقُ بِالْحَقِّ, مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنَ نَفْسِكَ	Melainkan mereka supaya menyembahku, membicarakan kebenaran, apa saja nikmat yang kamu peroleh dari Allah dan apa saja bencana yang menimpamu maka itu dari dirimu sendiri.	Komunitas	21:63,23:62 dll	7

4. Rumusan Konseptual Teks Islam *Psychological Well-Being*

a. Secara Global

Psychological well-being adalah proses kesehatan mental dalam pola positif yang diberikan Allah kepada hambanya (...أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ).

b. Secara Partikular

Psychological well-being merupakan gambaran psikologis individu dalam menilai diri dan lingkungan sosialnya secara positif sehingga menjadi lebih tenang, damai dan tentram.

E. Telaah Teks Psikologi Tentang Dukungan Sosial

1. Sampel Teks Psikologi

- a. Dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang dalam kehidupannya yang berada dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai (Kuntjoro, 2014).
- b. Sarafino (1994) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu rasa kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok.
- c. Taylor (2009), bahwa dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik bagi orang tua, kekasih, kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat (dalam Afifah, 2011).

- d. Gottlieb (1983, dalam Smet, 1994), menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat atau efek perilaku bagi penerima.
- e. Weiss (1974) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan yang terdiri atas enam komponen, yaitu kelekatan, integrasi sosial, kesempatan untuk memberikan pengakuan yang positif, ketergantungan yang dapat diandalkan, dan memperoleh informasi serta bimbingan dalam keadaan stres.



2. Pola Teks Psikologi

AKTOR



AKTIVITAS

HUBUNGAN YG MENGIKAT
SATU SAMA LAIN

HUBUNGAN
PSIKOLOGIS (AFEKSI,
KOGNISI, MOTORIK)

BERBAGI
MEMBANTU
MENGHARGAI
MENYAYANGI
MEMPERHATIKAN

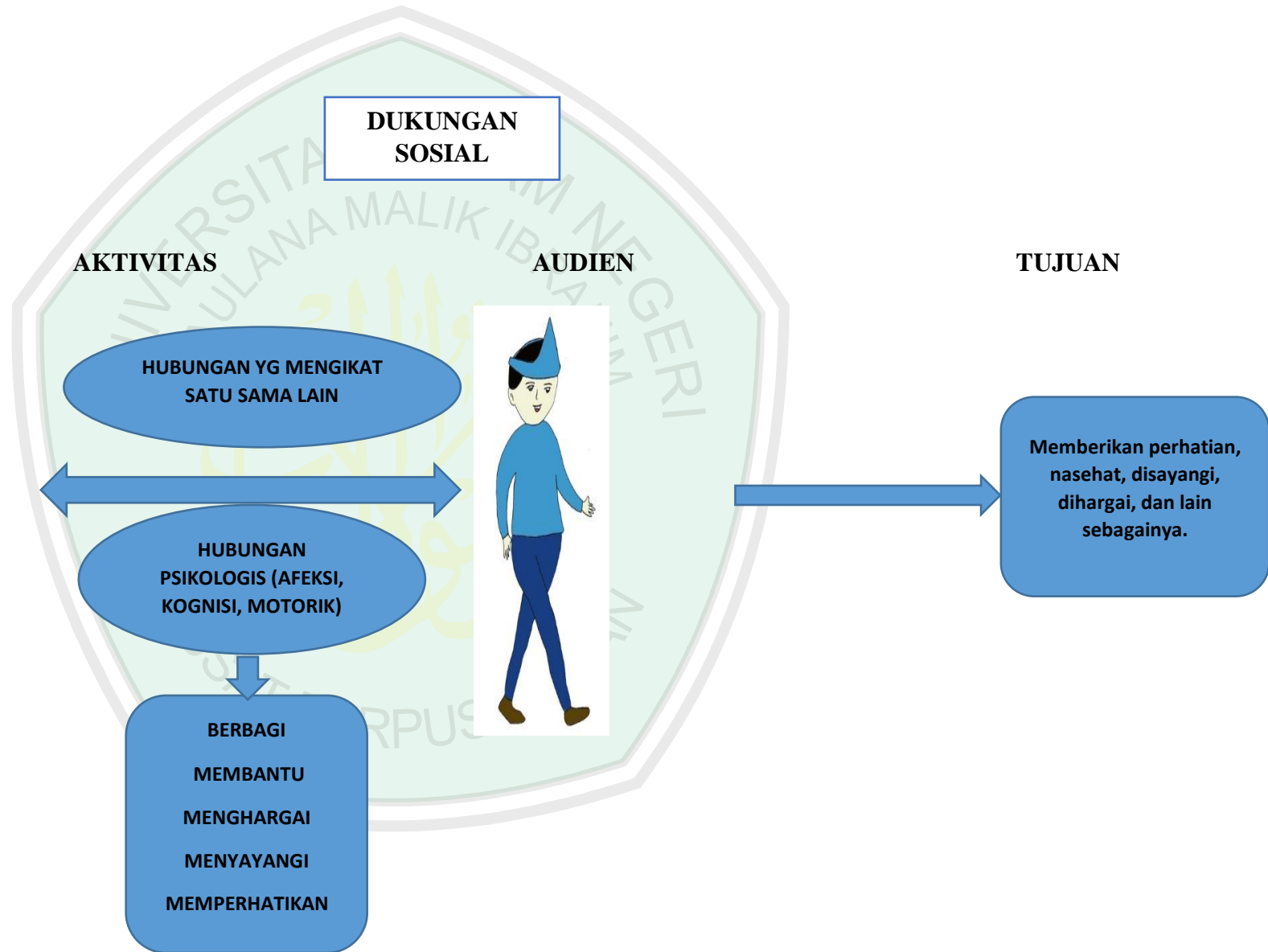
AUDIEN



**DUKUNGAN
SOSIAL**

TUJUAN

Memberikan perhatian,
nasehat, disayangi,
dihargai, dan lain
sebagainya.

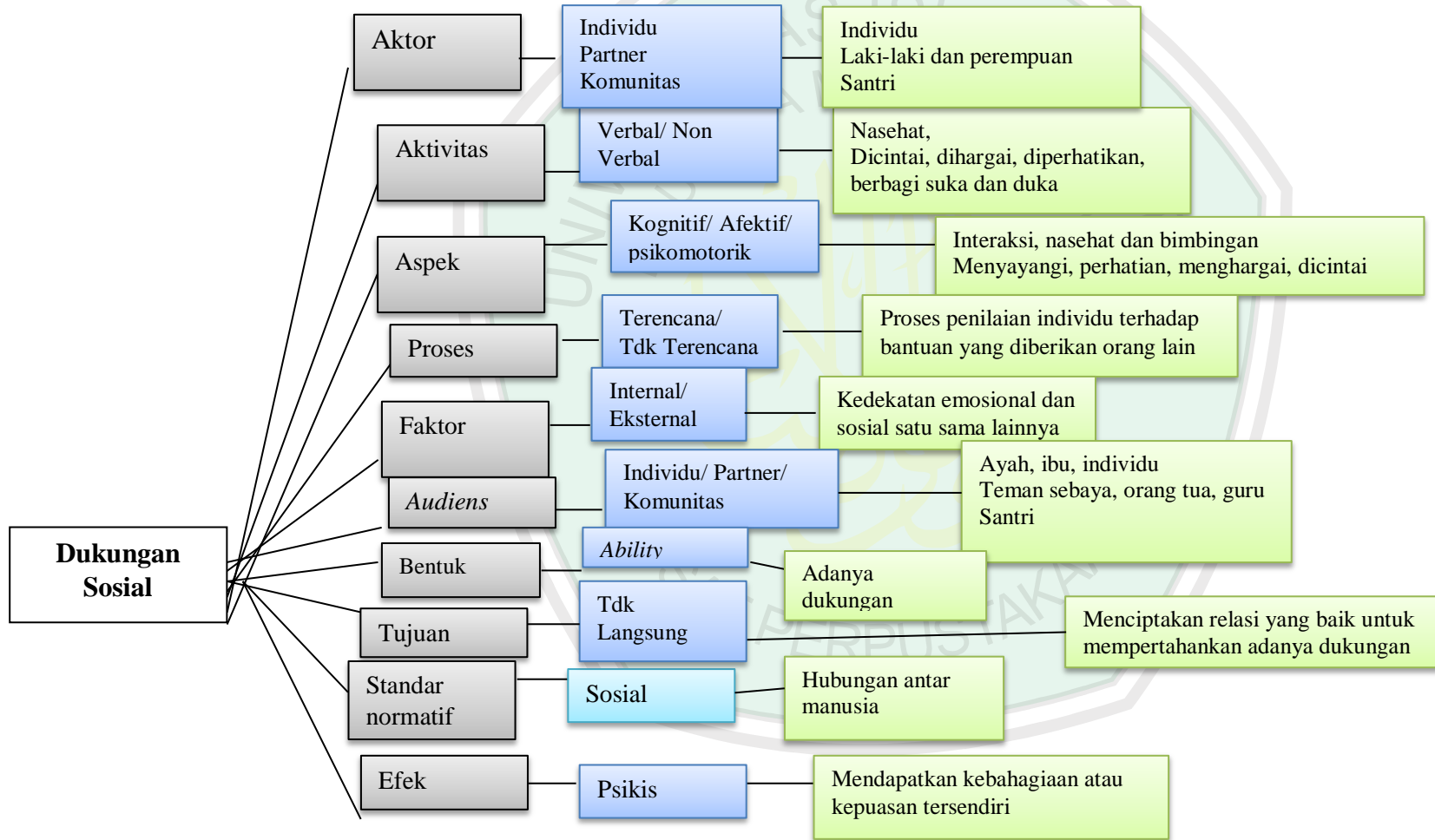


Tabel 2.5

Analisis Komponen Teks Psikologi Dukungan Sosial

NO	KOMPONEN	KATEGORI	DESKRIPSI
1	Aktor	Individu Partner Komunitas	Individu Laki-laki dan perempuan Santri
2	Aktivitas	Verbal Non Verbal	Nasehat, Dicintai, dihargai, diperhatikan, berbagi suka dan duka
3	Proses	Plan (terencana)	Proses penilaian individu terhadap bantuan yang diberikan orang lain
4	Bentuk	<i>Ability</i>	Adanya dukungan
5	Aspek	Kognitif Afektif	Interaksi, nasehat dan bimbingan Menyayangi, perhatian, menghargai, dicintai
6	Faktor	Internal/ Eksternal	Kedekatan emosional dan sosial satu sama lainnya
7	Audien	Individu Partner, Komunitas	Ayah, ibu, individu Teman sebaya, orang tua, guru Santri
8	Tujuan	<i>Direct</i> <i>Indirect</i>	Menciptakan relasi yang baik untuk mempertahankan adanya dukungan
9	Efek	(+) Psikis	Mendapatkan kebahagiaan atau kepuasan tersendiri
10	Standar Normatif	Sosial	Hubungan antar manusia

3. Mind Map Teks Psikologi Dukungan Sosial



4. Rumusan Konseptual Teks Psikologi Dukungan Sosial

a. Secara Global

Dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh orang lain seperti orang tua, guru dan teman sebaya terhadap individu.

b. Secara Partikular

Dukungan sosial dapat dinyatakan sebagai penilaian/persepsi individu terhadap bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dalam bentuk informasi atau nasehat verbal atau non verbal yang berupa kasih sayang, perhatian, penghargaan, materi dan keterbukaan.

F. Telaah Teks Islam Tentang Dukungan Sosial

1. Sampel Teks Al-Qur'an

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Artinya:

“Dan dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang (QS. Al-Balad; 17).”

وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ
وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ
لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا

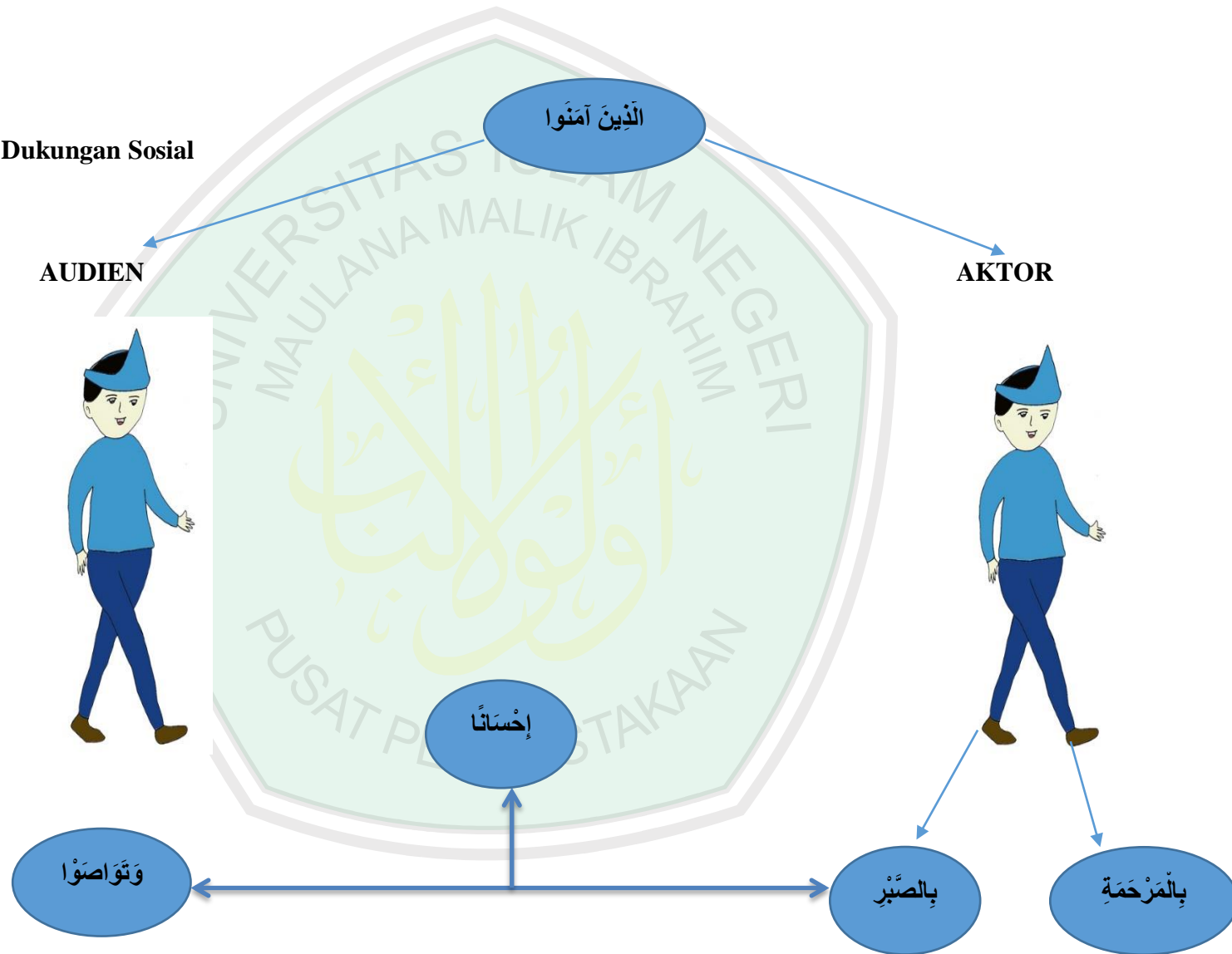
Artinya:

“Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatu pun. Dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, teman sejawat, Ibnu Sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri (QS. An-Nisa'; 36)”

Tabel 2.6
Makna Kosa Kata Teks Islam Dukungan Sosial

Makna Psikologi	Terjemah	Teks Islam	No
Dukungan emosional	saling berpesan untuk bersabar	وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ	1
Dukungan emosional	saling berpesan untuk berkasih sayang	وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ	2
Individu Komunitas	Dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, teman sejawat, Ibnu Sabil dan hamba sahayamu	وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْأَرْحَامِ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنُبِ وَأَبْنِ السَّبِيلِ	3
Abnormal	sombong dan membangga- banggakan diri	مُخْتَالًا فَخُورًا	4
Positif	Kebaikan	إِحْسَانًا	5

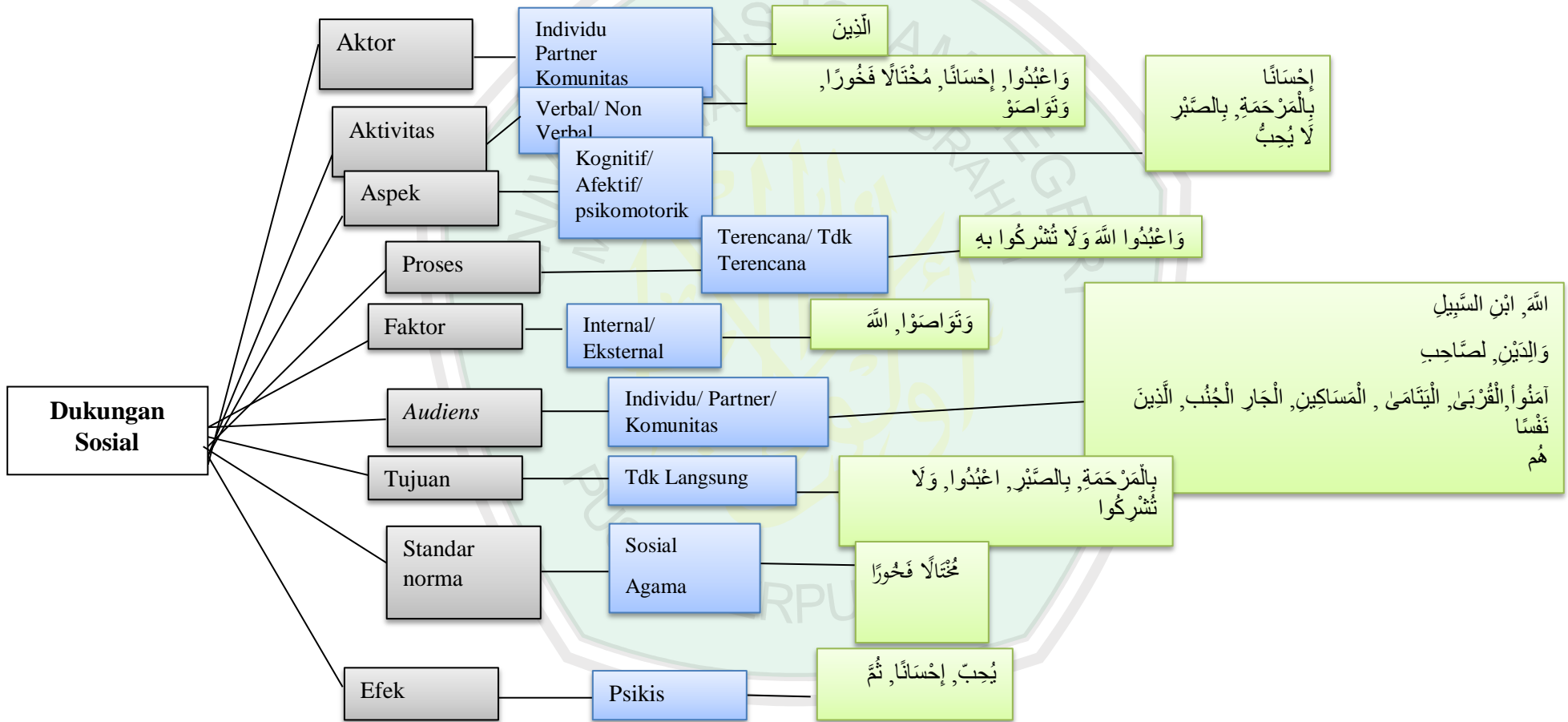
2. Pola Teks Islam Dukungan Sosial



Tabel 2.7
 Analisis Komponen Teks Islam Dukungan Sosial

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	الَّذِينَ
2	Aktivitas	Verbal Non verbal	وَاعْبُدُوا، إِحْسَانًا، مُخْتَلًا فَخُورًا، وَتَوَاصَوْا
3	Proses	Plan	وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ
4	Aspek	Kognitif Afektif Motorik	إِحْسَانًا بِالْمَرْحَمَةِ، بِالصَّبْرِ لَا يُجِبُّ
5	Faktor	Eksternal Internal	وَ تَوَاصَوْا، اللَّهُ
6	Audien	Individu Partner Komunitas	اللَّهُ، ابْنِ السَّبِيلِ وَالَّذِينَ، لَصَّاحِبِ أَمْنُوا، الْقُرْبَى، الْيَتَامَى، الْمَسَاكِينَ، الْجَارِ الْجُنُبِ، الَّذِينَ
7	Tujuan	Direct Indirect	بِالْمَرْحَمَةِ، بِالصَّبْرِ، اَعْبُدُوا، وَلَا تُشْرِكُوا
8	Efek	(+) Psikis	يُحِبُّ، إِحْسَانًا، ثُمَّ
9	Standar Normatif	Sosial Agama	مُخْتَلًا فَخُورًا
10	Bentuk	-	-

3. Peta Konsep Teks Islam Dukungan Sosial



Tabel 2.8
Tabulasi dan Eksplorasi Teks Islam tentang Tema Dukungan Sosial

No	Komponen	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologis	Sumber	Jumlah
1	Aktor	Individu	الذِينَ	Orang-orang banyak	Komunitas	1:7, 2:3,4,6,9,14 dll	879
2	Aktivitas	Verbal Nor verbal	وَاعْبُدُوا إِحْسَانًا مُخْتَلًا فَخُورًا, وَتَوَاصَوْا	Sembahlah, kebaikan, orang yang sombong dan membangga-banggakan, berpesanlah	Komunitas Individu	4:36, 17:23 dll 4:36, 22:77, 53:62 4:36 103:3, 90:17	6 3 1 2
3	Proses	Plan	وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ	Sembahlah Allah dan jangan kau menyekutukan-Nya	Komunitas	4:36	1
4	Aspek	Kognitif Afektif Motorik	إِحْسَانًا بِالْمَرْحَمَةِ بِالصَّبْرِ لَا يُحِبُّ	Perbuatan baik Berbelas kasih sayang, bersabar Tidak menyukai	Individu	6:151, 17:23 dll 90:17	6 1
5	Faktor	Eksternal Internal	وَتَوَاصَوْا اللَّهَ	Allah, saling berpesan	Komunitas Individu	4:36 2:8, 2:10, 49:14 dll	1 1745
6	Audien	Individu Partner Komunitas	اللَّهُ ابْنِ السَّبِيلِ وَالذِينَ لَصَاحِبِ أَمْنًا الْقُرْبَى, الْيَتَامَى, الْمَسَاكِينِ, الْجَارِ, الذِينَ	Allah, ibn sabil Orang tua, teman sejawat Orang-orang yang beriman, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga	Individu Komunitas Komunitas	2:108, 4:36, 4:44 dll 2:215, 4:135, 4:36 dll 2:220, 4:2, 2:177 dll 4:36, 51:3, 69:11	29 7 12 3
7	Tujuan	Direct Indirect	بِالْمَرْحَمَةِ بِالصَّبْرِ, اعْبُدُوا, وَلَا تُشْرِكُوا	Berkasih sayang, bersabar, sembahlah, jangan mempersekutu	Komunitas Individu	90:17 2:45, 90:17, dll 2:21, 4:36 dll	1 4 21
8	Efek	(+) Psikis	يُحِبُّ, إِحْسَانًا, ثُمَّ	Dicintai, kebaikan	Individu	6:151, 17:23 dll 2:195, 2:222 dll	6 52
9	Standar Normatif	Sosial Agama	مُخْتَلًا فَخُورًا	Orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan.	Komunitas	4:36	1

4. Rumusan Konseptual Teks Islam Dukungan Sosial

a. Secara Global

Dukungan sosial merupakan anjuran (وَتَوَاصَوْا) terhadap sesama individu untuk saling mendukung.

b. Secara Partikular

Dukungan sosial adalah bagian pesan (وَتَوَاصَوْا) Allah terhadap seluruh umatnya untuk saling berpesan kasih sayang dan bersabar (وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ) dengan rasa empati dan perhatian.

G. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being*

Kebahagiaan adalah idaman semua orang, ia berangkat dari sebuah kehidupan yang normal dan sehat. Oleh karena itu setiap manusia berupaya menciptakan kehidupan yang sejahtera baik kondisi fisik, sosial dan psikologisnya. *Psychological well-being* merupakan kunci bagi seseorang untuk menjadi sehat secara utuh dan dapat menggunakan potensi yang ia miliki secara maksimal. Upaya yang dapat dilakukan untuk menciptakan *psychological well-being* adalah dengan memaksimalkan kekuatan dan keutamaan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Goldstein (2007) mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat merendahkan stres. Penelitian lain yang dilakukan oleh Karyono, dkk., (2008) juga mengungkapkan bahwa individu yang mengalami stres berkepanjangan dapat mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Aristoteles (dalam Ryff, 1989) juga mengatakan ketika individu memiliki mental yang sehat dan memiliki penilaian yang positif atas kehidupannya, serta mampu mengeksplor dan mengoptimalkan segala potensi yang dimiliki, maka individu tersebut dapat

dikatakan memiliki fungsi psikologis yang positif (*positive psychological functioning*).

Oleh karena itu, untuk mempertahankan mental yang sehat diperlukan bentuk dukungan dari lingkungan sosialnya. Dukungan-dukungan tersebut memungkinkan dapat membantu individu untuk menjadi pribadi yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, membuat hidup yang lebih bermakna, memiliki tujuan hidup, mengatur tingkah lakunya sendiri, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. Dukungan sosial tersebut mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau ketersediaan bantuan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok (Uchino dalam Sarafino, 2011).

Adanya dukungan sosial dari orang tua, teman dan guru merupakan faktor utama dalam membentuk kesehatan mental positif individu. Sehingga Ryff (1989) mengatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* adalah dukungan sosial. Seseorang yang memiliki dukungan dari teman dan keluarga memungkinkan ia memiliki sumber daya yang lebih besar untuk melakukan *coping* terhadap peristiwa yang menimbulkan stres, sehingga memungkinkan mereka kurang melihat peristiwa tersebut sebagai sebuah permasalahan (Sanderson, 2004, dalam Dewi, *et al*). Untuk itu Taylor (2009, dalam Dewi, *et al*) menegaskan bahwa perbedaan peristiwa yang menimbulkan stres menciptakan kebutuhan yang berbeda, dan dukungan sosial akan paling efektif jika sesuai dengan kebutuhannya.

Adanya pengaruh dukungan jaringan sosial (Sarafino & Smith, 2011) terhadap *psychological well-being* berkaitan dengan salah satu dimensi *psychological well being* yaitu kemampuan untuk memelihara hubungan positif dengan orang lain, yang menunjukkan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi

oleh kontak sosial dan hubungan interpersonal. Wells (2010, dalam Dewi, *et al*) menyebutkan, bahwa tersedianya budaya kebersamaan menimbulkan perasaan lebih baik ketika menjadi bagian kelompok dan dukungan sosial, dimana hal tersebut dapat meningkatkan *well-being*. Adapun Thoits (dalam Dewi, *et al*) menyebutkan bahwa seseorang akan mendapatkan manfaat ketika ia menerima dukungan dari orang lain yang menghadapi permasalahan yang sama. Kesamaan satu sama lain tersebut dapat memberikan seseorang informasi mengenai strategi *coping* yang berguna maupun mengenai standar penilaian dari reaksi yang dimiliki seseorang.

Dukungan sosial bisa berasal dari siapa saja, seperti keluarga, pasangan, teman, guru, dokter dan rekan kerja (Sarafino & Smith, 2011). Berdasarkan hal tersebut keluarga merupakan lingkungan terdekat sejak lahir. Walaupun tidak dipungkiri bahwa faktor-faktor lingkungan lain di luar keluarga juga berperan, tetapi keluarga adalah tempat dimana individu melewati sebagian besar hidupnya. Keluarga sebagai komunitas terkecil dalam sebuah negara, dalam hal ini orang tua memiliki tanggung jawab yang besar dalam pendidikan dan pembentukan kepribadian anak (Nasution & Nasution, 1986, dalam Irmawati, 2009).

Peran pemberi dukungan sosial tidak hanya terpaku pada keluarga saja, teman sebaya dan guru juga dapat mendapatkan peran yang besar terhadap kesejahteraan psikologis individu. Melihat individu tidak hanya hidup di kompleks rumah bersama keluarga saja, individu juga berinteraksi dengan teman dan guru sebagai orang tua kedua. Teman-teman di sekolah maupun di luar sekolah (tetangga atau teman sepermainan dan seperjuangan) dapat menjadi sumber yang justru menenangkan. Teman dapat menjadi objek atau sasaran eksperimen dan kritik mereka sendiri secara fisik misalnya berkompetisi dalam olah raga, dan

sebagainya atau secara mental, misalnya digoda, dikritik, diejek atau dibantu dalam pelajarannya, dalam menyelesaikan masalah pribadinya dan sebagainya (Munandar, 1996).

Santrock (2003) mengatakan bahwa seorang individu banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya di sekolah, sehingga dapat dilihat peranan teman sebaya dalam kehidupan anak. Pengaruh teman sebaya juga dapat menjadi positif ataupun negatif. Teman yang baik akan memberikan dukungan untuk bertahan terhadap stres. Adapun seorang guru merupakan peran yang sangat penting pula tuk membantu individu dalam memberikan dukungan-dukungan guna mencapai kehidupan yang lebih bermakna dan psikologis yang positif. Seorang guru merupakan peran pengganti orang tua ketika di sekolah maupun di pesantren. Guru memiliki ikatan emosi yang terdekat dan sangat dibutuhkan ketika peserta didik menghadapi masalah sulit. Selain keluarga, guru juga sangat membantu mereka untuk memperoleh beragam bentuk bantuan yang biasanya lebih berwujud dalam bentuk dukungan informasi dan penilaian (Slameto, 1995, dalam Wulandary, 2011).

Berdasarkan uraian di atas bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai kesehatan mental yang positif (kesejahteraan psikologis). Jika dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah. Hal ini dikarenakan orang-orang terdekat seperti keluarga, guru dan teman merupakan lembaga pertama dalam kehidupan individu dan pada umumnya ada hubungan interaksi yang intim. Segala sesuatu yang dilakukan oleh individu mempengaruhi lingkungan sosialnya, begitu juga sebaliknya.

H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* remaja santri MUKA Pamekasan. Artinya semakin besar dukungan sosial yang diberikan, maka semakin tinggi *psychological well-being* remaja santri MUKA Pamekasan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diberikan, maka semakin rendah pula *psychological well-being* remaja santri MUKA Pamekasan.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Bagian yang paling utama dalam membuat suatu penelitian adalah bagaimana membuat rencana (rancangan penelitian) (Prasetyo & Jannah, 2012). Menurut Arikunto (1998), yang dimaksud dengan rencana penelitian adalah rancangan yang dibuat oleh peneliti sebagai ancar-ancar kegiatan yang akan dilaksanakan.

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dikarenakan peneliti ingin melihat ada atau tidaknya pengaruh antar variabel. Menurut Creswell (2010), penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel dalam penelitian ini adalah dukungan sosial dan orientasi masa depan, kedua variabel ini diukur menggunakan data yang terdiri angka-angka yang dapat dianalisis berdasarkan prosedur statistik (Azwar, 2010). Pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial dalam rangka pengujian hipotesis dan menyadarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti.

Strategi yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survey, yaitu memaparkan secara kuantitatif kecenderungan, perilaku-perilaku, sikap-sikap, atau opini-opini dari suatu populasi dengan meneliti sampel populasi tersebut. Dari sampel ini, peneliti melakukan generalisasi atau membuat klaim-klaim tentang populasi itu (Creswell, 2010).

B. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing (Azwar, 2010). Menurut Creswell (2010), variabel merujuk pada karakteristik atau atribut seorang individu atau suatu organisasi yang dapat diukur atau diobservasi. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang akan dikaji adalah:

1. Variabel Terikat: *Psychological Well-Being* (PWB)
2. Variabel Bebas: *Social Support* (Dukungan sosial)

C. Definisi Operasional

Agar memperoleh kejelasan dari variabel yang akan diukur, maka perlu dirumuskan definisi operasional dari setiap variabel yang akan menjadi objek kajian. Definisi operasional variabel ini berguna untuk memberi petunjuk dalam pengambilan data. Definisi operasional ini biasanya didasarkan atas hal-hal yang dapat diobservasi atau diukur (Wisadirana, 2005). Menurut Azwar (2010), definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dari variabel penelitian ini adalah:

1. *Psychological Well-Being* (PWB)

Psychological well-being dapat didefinisikan sebagai istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, seperti sejauh mana seorang individu memiliki tujuan dalam hidupnya, apakah mereka menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungannya dengan orang lain, sejauh mana mereka merasa bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, serta bersikap positif terhadap masa lalu dan dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

Definisi tersebut berpijak pada teori Ryff yang dapat diukur dengan skala dari aspek *psychological well-being*. Aspek-aspek tersebut adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pengembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Apabila skor subjek tinggi maka *psychological well-being* subjek tinggi, jika skor subjek rendah maka *psychological well-being* subjek juga rendah.

2. Dukungan Sosial

Dukungan Sosial atau dukungan sosial dapat dinyatakan sebagai penilaian/persepsi individu terhadap bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dalam bentuk informasi atau nasehat verbal maupun non verbal yang berupa kasih sayang, perhatian, penghargaan, materi dan keterbukaan.

Definisi ini berpijak pada teori dan aspek Weiss yang dapat diukur dengan skala dukungan sosial. Aspek-aspek tersebut adalah kelekatan, integrasi sosial, penghargaan, hubungan yang dapat diandalkan, bimbingan dan kemungkinan untuk membantu. Adapun skor yang tinggi pada skala ini menunjukkan individu memiliki dukungan sosial tinggi. Sebaliknya, skor yang rendah menunjukkan individu memiliki dukungan sosial rendah.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan individu atau objek yang diteliti yang memiliki beberapa karakteristik yang sama (Latipun, 2011). Sementara menurut Arikunto (1998) populasi adalah kumpulan semua elemen yang memiliki satu atau lebih karakteristik tertentu yang menarik untuk dilakukan suatu penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja santri yang sedang berada di pondok pesantren Mambaul Ulum Karang Anom (MUKA) Pamekasan yang

berjumlah 55 orang. Remaja santri yang dimaksud dalam penelitian ini dan akan dijadikan sebagai populasi adalah remaja yang sedang dalam masa perkembangan awal hingga akhir. Hal ini dikarenakan remaja santri yang berada pada kategori usia tersebut adalah remaja yang sedang bersekolah di tingkat SMP (sekolah menengah pertama), SMA (sekolah menengah atas) dan perguruan tinggi.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 1998). Sedangkan menurut Sugiyono (1997), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang mempunyai karakteristik dan sifat yang mewakili seluruh populasi yang ada. Dikarenakan jumlah remaja santri MUKA Pamekasan kurang dari 100 yaitu berjumlah 55 orang, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (1998), apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu cara pengambilan sampel dengan menetapkan ciri yang sesuai dengan tujuan (Sugiyono, 1997). Adapun menurut Arikunto (1998) *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan berdasarkan atas strata, random atau daerah, tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Salah satu syarat yang harus terpenuhi dalam pengambilan sampel adalah ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.

Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah:

a) Remaja yang tinggal di pesantren MUKA Pamekasan.

Masih menduduki di tingkat SMP, SMA dan perguruan tinggi yang merupakan usia yang sedang dalam masa perkembangan remaja awal hingga remaja akhir.

Adapun perincian demografis subjek dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.1
Demografis Subjek Penelitian

Pendidikan	Usia									Subjek
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
SMP	1	3	5	9	-	-	-	-	-	Putra
SMA	-	-	-	9	11	13	-	-	-	
PT	-	-	-	-	-	-	3	1	1	Putri
Jumlah	55									

E. Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian, dilakukan dengan metode tertentu sesuai dengan tujuannya (Gulo, 2007). Sedangkan instrumen penelitian merupakan alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data (Zuriah, 2006). Arikunto (1998), menambahkan metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian. Sementara instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan dokumentasi. Sementara instrumen penelitian menggunakan skala sebagai proses dan lanjutan dari tabel *blue print*.

1. Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi langsung antara peneliti dan responden. Komunikasi berlangsung dalam bentuk tanya jawab dalam hubungan tatap muka, sehingga gerak dan mimik responden merupakan pola media yang melengkapi kata-kata secara verbal (Gulo, 2007). Menurut Nasution (2006), wawancara merupakan suatu bentuk komunikasi verbal jadi semacam percakapan yang bertujuan memperoleh informasi.

Wawancara dilakukan kepada pengurus, asatidz dan santri MUKA Pamekasan pada tanggal 19/21-02-16. Hal-hal yang digali pada saat wawancara ialah mengenai penghuni keseluruhan santri dan kesejahteraan psikologis juga kesehatan mentalnya santri di pondok pesantren MUKA dalam kesehariannya, serta informasi yang terkait dengan dukungan sosial santri MUKA baik itu dukungan orang tua, guru dan teman sebayanya.

2. Dokumentasi

Menurut Gulo (2007), metode dokumentasi adalah catatan tertulis tentang berbagai kegiatan atau peristiwa pada waktu yang lalu. Sementara Zuriyah (2206), mengatakan bahwa metode dokumentasi dapat melalui peninggalan tertulis, seperti arsip, termasuk juga buku tentang teori, pendapat, dalil atau hukum, dll yang berhubungan dengan masalah penelitian. Peneliti disini menggunakan menggunakan metode dokumentasi untuk mendapatkan informasi mengenai data tertulis seperti data jumlah penghuni pesantren keseluruhan dan jumlah remaja santri.

3. Skala

Skala merupakan sejumlah pernyataan tertulis yang berupa konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu. Pernyataan dalam skala sebagai stimulus yang tertuju pada indikator perilaku guna memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subjek yang biasanya tidak disadari oleh responden yang bersangkutan (Azwar, 2010).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*, skala *likert* yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan sikap. Menurut Sugiyono (1997) skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Azwar (2010), menambahkan bahwa pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favorable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang *unfavorable* (tidak mendukung objek sikap). Alternatif jawaban yang disediakan dalam skala *likert* terdiri dari lima respon dengan bobot nilai yang berbeda, yaitu

Tabel 3.2
Bobot Nilai Responden Skala

Respon dan Bobot Penilaiannya			
Respon		Bobot	
Respon		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	SS	5	1
Setuju	S	4	2
Kadang-kadang	KK	3	3
Tidak Setuju	TS	2	4
Sangat Tidak Setuju	STS	1	5

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel *psychological well-being* santri adalah Ryff *psychological well-being scales* (RPWBS), yang disusun oleh Carol D. Ryff yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Skala ini berpijak pada teori yang dikemukakan oleh Ryff yang menyatakan bahwa *psychological well-being* dapat diukur melalui enam dimensi. Enam dimensi tersebut yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pengembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Dalam penelitian ini, peneliti akan mengadaptasi dari skala RPWBS yang terdiri dari 42 item dan setiap dimensi terdiri dari atas 7 item. Akan tetapi pada penelitian ini skala tersebut dibuat menjadi 29 item. Pada skala asli terdapat enam pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, agak setuju, agak tidak setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Namun sesuai dengan kebutuhan peneliti, skala dibuat menjadi lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju dan sangat tidak setuju.

Adapun *blueprint* dari skala *psychological well-being* akan dipaparkan di bawah ini:

Tabel 3.3
Blue Print Psychological Well-Being

Dimensi	Indikator Perilaku	F	UF	Jumlah
<i>Autonomy</i>	-perilaku yang tdk menggantungkan diri pd penilaian org lain untuk membuat keputusan -mampu mengarahkan diri dan bersifat mandiri	1, 2 4	3	4
<i>Enviromental Mastery</i>	-Perilaku individu yang dapat mengatur lingkungannya sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya.	5, 8	6,7	4
<i>Personal Growth</i>	-keinginan diri untuk terus mengembangkan potensinya dan menyadari potensinya. -terbuka terhadap pengalaman baru	9,10 12,	11, 13	5
<i>Positive relation with other</i>	-Mampu mencintai dan membina hubungan interpersonal yang dibangun atas dasar saling percaya -Memiliki perasaan yang kuat akan empati sesama manusia	14, 16 18	15, 17	5
<i>Puurpose in life</i>	-adanya kejelasan tujuan hidup -Merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yg telah dijalani	19, 20	21, 22, 23	5
<i>Self acceptance</i>	-mampu menerima berbagai aspek positif maupun negatif. -memiliki perasaan positif terhadap masa lalu -merasa puas terhadap diri sendiri.	24, 25 26,	27, 28 29	6
Jumlah		16	13	29

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial adalah *Social Provisions Scale* (SPS). Skala tersebut berpijak pada teori yang dikemukakan oleh Weiss yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diukur melalui beberapa komponen, yaitu komponen *attachment*, komponen *social integration*, komponen *reassurance of worth*, komponen *reliable*

alliance, komponen *guidance* dan komponen *oppurtinity for nuturance*. Dalam penelitian ini, peneliti akan mengadaptasi dari skala SPS yang berjumlah 24 item. Adapun pada skala ini menjadi 28 item yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti. Pada skala asli terdapat empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Namun sesuai dengan kebutuhan peneliti, skala dibuat menjadi lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju:

Adapun *blueprint* dari skala dukungan sosial akan dipaparkan di bawah ini



Tabel 3.4
Blue Print Dukungan Sosial

Komponen	Indikator Perilaku	Item		Jumlah
		F	UF	
<i>Attachment</i> (kasih sayang/kelekatan)	-Merasakan kedekatan emosional dengan orang tua, guru dan teman -Merasakan perasaan aman dan terlindungi oleh orang tua, guru dan teman	1, 3 5	2, 4	5
<i>Guidance</i> (bimbingan)	-mendapatkan nasehat atau saran dari orang tua, guru dan teman -mendapatkan penjelasan/informasi dari orang tua	8, 9 10	6, 7	10
<i>Opportunity for nurturance</i> (kemungkinan untuk membantu)	-mendapat kepercayaan dari orang tua, guru dan teman untuk mampu membantu permasalahan mereka -adanya perasaan dibutuhkan orang tua, guru dan teman	14, 15	11, 12 13	5
<i>Reliable alliance</i> (ikatan/hubungan yg dapat diandalkan)	-berbagi suka dan duka -mendapatkan motivasi positif atas usaha masa depan individu	16, 17 20	18, 19	5
<i>Reassurance of worth</i> (penghargaan/pengakuan)	-mengapresiasi atas minat, bakat dan prestasi individu -mendapatkan kepercayaan atas usaha yg dilakukan individu	22, 23 24	21	4
<i>Social Integration</i> (integrasi sosial)	-mempunyai kesempatan untuk melakukan aktivitas bersama-sama -mempunyai kesempatan untuk berbagi minat dan kesenangan bersama orang tua, guru dan teman	27, 28	25, 26	4
Jumlah		16	12	28

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas bertujuan mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrument pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2012). Validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi mencerminkan sejauhmana isi tes mencerminkan atribut yang hendak diukur. Validitas isi dapat diestimasi dengan melakukan pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional dan *professional judgment/judgment expert* (Azwar, 2012). *Professional judgment* dilakukan oleh empat SME (*Subjek Matter Expert*) dosen psikologi UIN Malang. Para ahli diminta penilaian dan pendapatnya tentang instrumen penelitian ini yang dilakukan untuk melihat kesesuaian antara aitem-aitem pernyataan baik dari segi *content* maupun redaksional setiap aitem. Selanjutnya hasil pertimbangan uji ahli tersebut dijadikan landasan dalam penyempurnaan instrumen yang disusun oleh penulis.

Adapun penilaian validitas isi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Dr. Yulia Solichatun, M.Si, bidang keahlian “psikologi klinis”
- 2) Dr. Fathul Lubabin, M. Si, bidang keahlian “psikologi sosial”
- 3) Fina Hidayati, M.Si, bidang keahlian “psikometri”
- 4) Yusuf Ratu Agung, M.Si, bidang keahlian “psikologi sosial”

Setelah dilakukan *professional judgment*, peneliti ingin menganalisis hasil *professional judgment* menggunakan metode uji validitas aiken's V. Menurut Azwar (2012) “Aiken's V telah merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung *content validity coefficient* yang didasarkan pada penilaian

panel ahli sebanyak orang terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan 5 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan).

Berikut ini adalah rumus Aiken's V dalam Azwar (2012):

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

n : Jumlah panel penilai (expert)

lo : Angka Penilaian Validitas Terendah (dalam hal ini = 1)

c : Angka Penilaian Validitas Tertinggi (dalam hal ini = 4)

r : Angka Yang Diberikan Seorang Penilai

s : r - lo

Tabel 3.5
Kriteria Validitas Isi

0,8 - 1,000	Sangat tinggi
0,6 - 0,799	Tinggi
0,4 - 0,599	Cukup tinggi
0,2 - 0,399	Rendah
< 0,200	Sangat rendah

Sudjarwo & Basrowi (2009)

Berdasarkan hasil uji ahli (*professional judgment*) yang dilakukan oleh 4 dosen ahli dalam bidang psikologi di fakultas psikologi UIN Malang koefisien validitas isi Aiken's V dari 57 aitem adalah ada pada rentang 0,687 sampai dengan 1,000 berkaidah keputusan tinggi dan sangat tinggi. Dengan demikian koefisien validitas skala dukungan sosial dan *psychological well-being* dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian ini. Adapun hasil penilaian Aiken's V dari skala dukungan sosial dan *psychological well-being* dapat dilihat pada lampiran.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan dengan sejauhmana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan berulang kali terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Suryabrata, 2000). Azwar (2012) menegaskan bahwa reliabilitas adalah sejauhmana pengukuran tersebut dapat memberikan hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran terhadap subjek yang sama.

Reliabilitas dinyatakan koefisien, apabila terdapat pada angka antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya reliabilitas alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan *SPSS 16.0 For Windows*.

Adapun rumus Alpha sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

r_{11} : Reliabilitas instrument

K : Banyaknya butir pertanyaan atau banyak soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

σ_1^2 : Varians total

G. Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian merupakan suatu kegiatan yang sangat penting dan memerlukan ketelitian serta kekritisian dari peneliti. Hasil dari jawaban subyek masih berupa data mentah, selanjutnya mengolah data mentah tersebut dengan memasukkan kedalam microsoft excel dan *SPSS 16.0 for*

windows. Adapun data yang diperoleh melalui skala dianalisa dengan teknik-teknik sebagai berikut:

1. Uji Deskriptif

Data deskriptif merupakan analisis untuk mengetahui dan menggambarkan tinggi rendahnya tingkat variabel (variabel X dan Y) dalam suatu penelitian. Menurut Azwar (2010), uji deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis. Analisis deskriptif digunakan untuk mengumpulkan, meringkas, menyajikan, dan mendeskripsikan data sehingga dapat memberikan informasi yang berguna. Data yang disajikan dalam uji ini dalam bentuk ukuran pemusatan data (*mean*, median), penyebaran data (standar deviasi), tabel ataupun grafik (Nisfiannor, 2009). Namun demikian, sebelum sampai ke analisis terlebih dahulu dilakukan uji validitas, reliabilitas, normalitas, dan linieritas. Uji deskriptif ini dilakukan dengan cara mengelompokkan skor subyek berdasarkan norma dengan tujuan untuk mengetahui tingkat dari masing-masing variabel penelitian, yaitu kategori tinggi, sedang atau rendah.

Adapun metode analisa data yang digunakan adalah untuk mengetahui masing-masing tingkat dukungan sosial dan tingkat *psychological well-being* maka dalam perhitungannya menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) *Mean*, adalah jumlah seluruh angka dibagi banyaknya angka yang dijumlahkan. Pada penelitian ini menggunakan *mean* hipotetik.

$$\mu_{hipotetik} = \frac{1}{2}(i_{maks} + i_{min}) \sum n$$

Keterangan:

$\mu_{hipotetik}$ = Mean hipotetik

i_{maks} = nilai maksimal aitem

i_{min} = Nilai minimal aitem

$\sum n$ =Jumlah aitem yang diterima

2) Standart Deviasi (SD) hipotetik, dengan rumus :

$\sigma_{hipotetik}$ = Standart Deviasi Hipotetik

X_{maks} = Nilai maksimal Variabel

X_{min} = Nilai minimal Variabel

Setelah diketahui harga *mean* hipotetik dan SD hipotetik, selanjutnya dilakukan perhitungan persentase masing-masing variabel menggunakan rumus

$$P = \frac{f}{N} 100\%$$

Keterangan:

P = Prosentase

f = Frekuensi

N =Jumlah subjek

3) Kategorisasi

Untuk mengetahui tingkat tinggi, sedang dan rendah maka dilakukan dengan rumus sebagai berikut ini:

Tabel 3.6
Norma Kategorisasi

Kategori	Kriteria
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$

H. Pengujian Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran skor variabel dukungan sosial dan *psychological well-being*. Uji normalitas pada penelitian ini dianalisa dengan menggunakan uji komolgorov-Smirnov. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika nilai signifikansinya lebih dari 0.05, maka data tersebut adalah normal dan sebaliknya. (Nisfiannor, 2009).

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antra variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Hasil yang diperoleh melalui uji linieritas akan menentukan anareg yang akan digunakan. (Nisfiannor, 2009). Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika nilai signifikansinya pada *Deviation from Linearity* lebih dari 0.05, maka data tersebut linier dan sebaliknya.

I. Uji Hipotesis

1. Uji Regresi Sederhana

Uji regresi sederhana digunakan untuk menguji atau mengukur hubungan fungsional antara dua variabel. menurut Sugiyono (1997), uji regresi sederhana

didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen. Pemilihan jenis analisis regresi sederhana karena dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas (dukungan sosial) dan variabel terikat (*psychological well-being*). Untuk menghindari kesalahan dalam perhitungan manual, peneliti juga menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows* dan *microsoft excell*.

Adapun rumus persamaannya adalah sebagai berikut :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y :Nilai dari variabel terikat (*dependent*)

A :Nilai dari variabel bebas (*independent*)

bX :Koefisien regresi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat PP Karang Anom Pamekasan

Pondok pesantren Mambaul Ulum Karang Anom (MUKA) ini terletak di desa Lesong Daya kecamatan Batu Marmar kabupaten Pamekasan. Pesantren ini merupakan salah satu pesantren yang telah berdiri lebih dari satu abad dan masih mempertahankan metode salafiyahnya sebagai pembelajaran prioritas santri dari pada modernitas. Pendidikan pertama kali yang didirikan adalah Madrasah Ibtidaiyah,, beberapa tahun kemudian disusul dengan pendidikan TK. Kini mulai berkembang dengan pendidikan Sekolah Dasar, Madrasah Tsanawiyah swasta dan Madrasah Aliyah swasta juga dengan jumlah guru atau asatidz yang cukup diandalkan untuk mendidik santri dan siswa yang berintelektual akhlaqul karimah.

Pondok pesantren MUKA ini berada di desa yang masyarakat setempat kebanyakan adalah seorang petani, emigran, transmigrasi, guru dan ada pula yang berwirausaha. Ada sebagian yang pegawai negeri dan juga ada yang bidan.

Pesantren ini didirikan pada tanggal 25 Juni 1955 sebagai pondok pesantren yang berawal dengan pendidikan sangat dasar sekali. Pendiri pertama adalah Alm K.Sulthon dengan pengetahuan yang luas dan kebijaksanaannya sangat dikenal oleh masyarakat setempat.

2. Visi dan Misi PP Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan

a. Visi Pesantren

Visi pondok pesantren Mambaul Karang Anom (MUKA) Pamekasan adalah religius, kesopanan, cerdas, dan berprestasi.

b. Misi Pesantren

Misi PP MUKA Pamekasan antara lain sebagai berikut:

- 1) Menanamkan aqidah Islam yang kuat melalui pembiasaan kegiatan keagamaan dalam kehidupan sehari-hari.

- 2) Melaksanakan kegiatan pembelajaran dan bimbingan secara disiplin dan efektif guna mencapai prestasi akademik.
- 3) Mengutamakan kesopanan daripada kecerdasan.
- 4) Melestarikan lingkungan, mencegah pencemaran, dan kerusakan lingkungan.

3. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di pondok pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan yang bertepatan berada di Desa Lesong Daya Kecamatan Batu Marmar Pamekasan Madura. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 April-25 April 2016.

4. Jumlah Subjek Penelitian

Jumlah populasi penelitian ini ada 55 santri yang terdiri dari 30 santri putra dan 25 santri putri dengan kategori usia remaja awal hingga akhir. Oleh karena itu dalam penelitian ini disebut dengan penelitian populasi karena sampel yang diambil merupakan keseluruhan dari jumlah populasi.

5. Hambatan-hambatan Saat Penelitian

Hambatan dalam penelitian tidaklah banyak, tidak ada hambatan besar yang menghambat pelaksanaan penelitian ini. Hambatannya adalah koordinasi dengan para calon subjek yang putra, sehingga peneliti meminta bantuan ketua pengurus pesantren untuk bisa menyebarkan skala peneliti.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk mengetahui sejauhmana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Standart pengukuran yang digunakan untuk

sebagai penentuan aitem yang valid dan gugur adalah $>0,30$. Dasar pertimbangan yang digunakan tersebut sesuai dengan pendapat Azwar (2012) yang menyatakan bahwa aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dinyatakan memenuhi syarat psikometrik sebagai bagian dari tes. Namun, batas tersebut dapat pula dilakukan pengurangan sesuai dengan kondisi lapangan. Hasil perhitungan daya beda aitem skala penelitian ditunjukkan secara lebih rinci dalam keterangan berikut:

a) Skala dukungan sosial

Perhitungan uji penelitian pada skala dukungan sosial dilakukan dengan uji keseluruhan dan setiap sumber dukungan sosial ialah orang tua, guru dan teman. Adapun nilai koefisien dukungan sosial secara keseluruhan berkisar antara 0.376-0.808. Sementara nilai koefisien pada dukungan sosial orang tua berkisar antara 0,496-0,784, dan 0,376-0,782 untuk dukungan guru. Sedangkan untuk dukungan sosial teman berkisar antara 0,349-0,761. Namun pada tabel dibawah ini dikelompokkan sesuai dengan aspek bukan dengan setiap sumber atau prediktor.

Tabel 4.1
Sebaran aitem skala dukungan sosial

Dimensi	Aitem Favorabel		Aitem Unfavorable	
	Valid	Gugur	Valid	Gugur
<i>Attachment</i>	1, 3, 5	-	2, 4	-
<i>Guidance</i>	8, 9, 10	-	6, 7	-
<i>Oppurtunity for</i>	14	15	11, 12, 13	-

<i>nuturance</i>				
<i>Reliable alliance</i>	16, 17	20		18, 19
<i>Reassurance of worth</i>	22, 23, 24		-	21
<i>Social integration</i>	28	27	-	25, 26

b) Skala *Psychological Well Being*

Hasil perhitungan uji penelitian pada skala *psychological well being* adalah 29 aitem valid dan tidak ada aitem gugur. Perhitungan dilakukan dengan uji keseluruhan semua dimensi dan juga pada setiap dimensi *psychological well being*. Adapun nilai koefisien pada PWB secara keseluruhan berkisar antara 0.447-0.792. Sementara nilai koefisien pada dimensi otonomi berkisar antara 0,587-0,687. Kemudian untuk dimensi *enviromental mastery* koefisien bekisar antara 0,439-0,624, dan 0,655-0,854 untuk dimensi *personal growth*. Sedangkan untuk dimensi *positive relation with other* koefisien berkisar antara 0,855-0,912, dan 0,925-0,965 untuk dimensi *purpose in life*. Sementara dimensi *self acceptance* koefisien berkisar antara 0,919-0,957. Adapun hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.2
Sebaran aitem skala *psychological well-being*

Aspek	Aitem Favorabel		Aitem Unfavorable	
	Valid	Gugur	Valid	Gugur
Autonomy	1, 2, 3	-	4	-
<i>Enviromental Mastery</i>	5, 8	-	6, 7	-
<i>Personal growth</i>	9, 10, 12	-	13	11
<i>Positive relation with other</i>	14, 16, 18	-	16, 17	-
<i>Purpose in Life</i>	19, 20	-	21, 22, 23	-

<i>Self acceptance</i>	24, 25	-	27	28
	26		29	

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan dengan sejauhmana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan berulang kali terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Suryabrata, 2000). Reliabilitas dinyatakan koefisien, apabila terdapat pada angka antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya reliabilitas alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas menggunakan teknik Alpha Cronbach dengan bantuan *SPSS 16.0 For Windows*.

Tabel 4.3
Hasil uji reliabilitas dukungan sosial

Kategori	Jumlah aitem valid	Koefisien alpha	Keterangan
Variabel Dukungan Sosial	20	0,932	Reliabel
Dukungan Orang tua	11	0,892	Reliabel
Dukungan Guru	15	0,906	Reliabel
Dukungan Teman	13	0,892	Reliabel

Tabel 4.4
Hasil uji reliabilitas *psychological well-being*

Variabel dan Dimensinya	Jumlah aitem valid	Koefisien alpha	Keterangan
<i>Psychological well being</i>	27	0,956	Reliabel
Otonomi	4	0,814	Reliabel
<i>Enviromental Mastery</i>	4	0,753	Reliabel
<i>Personal growth</i>	5	0,896	Reliabel
<i>Positive relation with other</i>	5	0,961	Reliabel
<i>Purpose in Life</i>	5	0,981	Reliabel
<i>Self acceptance</i>	6	0,982	Reliabel

3. Analisis Deskriptif Data

Dari data subjek penelitian yang telah dianalisis dapat diperoleh diskripsi statistik penelitian pada masing-masing skala. Dalam analisis ini terdapat beberapa tahapan analisa yang dilakukan dengan bantuan *microsoft excel*. Kategorisasi dapat digunakan untuk mengetahui skor subjek termasuk dalam tingkatan tinggi, sedang dan rendah. Proses analisa data yang dilakukan dengan melakukan prosentase menggunakan norma yang terdapat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.5
Penggolongan Norma

No	Kategori	Norma
1	Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
2	Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$
3	Rendah	$X < (M - 1SD)$

Keterangan :

X : Skor yang diperoleh subjek pada skala

M : *Mean* Hipotetik

SD : Standar Deviasi Hipotetik

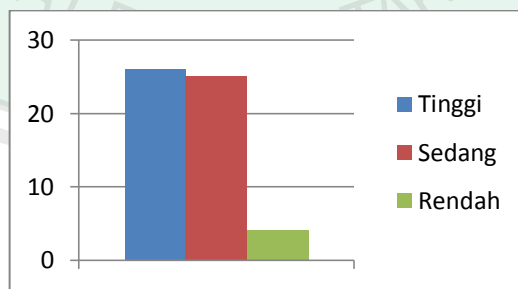
a. Analisis Data Dukungan Sosial

1) Dukungan Sosial

Tabel 4.6
Kategorisasi Dukungan Sosial

1	Variabel	Kategori	Hasil	F	P
1	Dukungan Sosial	Tinggi	$X \geq 73$	26	47,27%
		Sedang	$46 \leq X < 73$	25	45,45%
		Rendah	$X < 46$	4	7,27%
2	Dukungan Orang Tua	Tinggi	$X \geq 40$	26	47,27%
		Sedang	$25 \leq X < 40$	15	27,27%
		Rendah	$X < 25$	4	7,27%
3	Dukungan Guru	Tinggi	$X \geq 55$	27	49,09%
		Sedang	$35 \leq X < 55$	24	43,63%
		Rendah	$X < 35$	4	7,27%
4	Dukungan Teman	Tinggi	$X \geq 44$	23	41,81%
		Sedang	$28 \leq X < 44$	28	50,90%
		Rendah	$X < 28$	4	7,27%

Gambar 4.1
Histogram Tingkat Dukungan Sosial

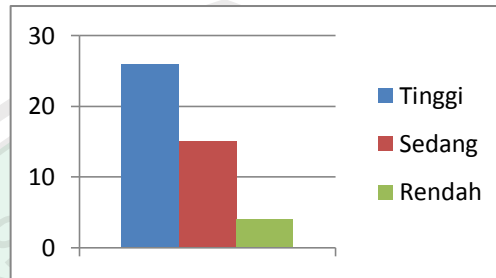


Berdasarkan tabel 4.6 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari dukungan sosial santri MUKA memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi sebesar 47,27% dengan jumlah frekuensi 26 orang. Santri yang memiliki tingkat dukungan sosial sedang sebesar 45,45% dengan jumlah frekuensi 25 orang. Sedangkan

yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang.

2) Dukungan Orang Tua

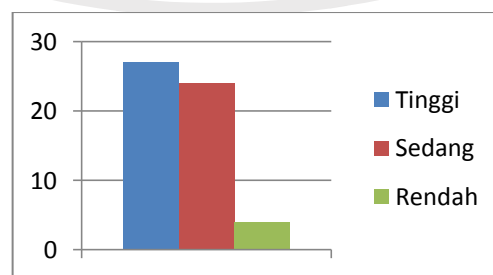
Gambar 4.2
Histogram Tingkat Dukungan Orang Tua



Berdasarkan tabel 4.6 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari dukungan sosial santri MUKA memiliki tingkat dukungan sosial orang tua yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi sebesar 47,27% dengan jumlah frekuensi 26 orang. Santri yang memiliki tingkat dukungan sosial orang tua sedang sebesar 27,27% dengan jumlah frekuensi 15 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang.

3) Dukungan Guru

Gambar 4.3
Histogram Tingkat Dukungan Guru

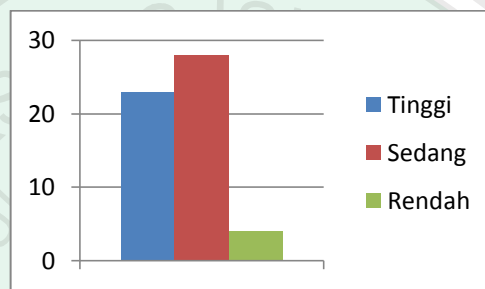


Berdasarkan tabel 4.6 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari dukungan sosial guru santri MUKA memiliki tingkat dukungan sosial guru yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi sebesar

49,09% dengan jumlah frekuensi 27 orang. Santri yang memiliki tingkat dukungan sosial orang tua sedang sebesar 43,63% dengan jumlah frekuensi 24 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang.

4) Dukungan Teman

Gambar 4.4
Histogram Tingkat Dukungan Teman



Berdasarkan tabel 4.6 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari dukungan sosial santri MUKA memiliki tingkat dukungan sosial teman yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang sedang sebesar 50,90% dengan jumlah frekuensi 28 orang. Santri yang memiliki tingkat tinggi dukungan sosial teman sebesar 41,81% dengan jumlah frekuensi 23 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang

b. Analisis Data *Psychological Well-Being*

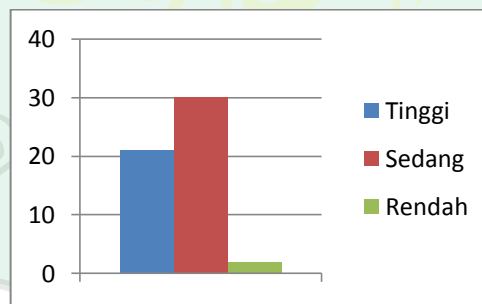
1) *Psychological Well-Being*

Tabel 4.7
Kategorisasi *Psychological Well-Being*

No	Variabel	Kategori	Hasil	F	P
1	Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	Tinggi	$X \geq 99$	21	38.18%
		Sedang	$63 \leq X < 99$	30	54.54%
		Rendah	$X < 63$	4	7.27%
2	Dimensi Otonomi	Tinggi	$X \geq 14,67$	23	41,81%
		Sedang	$9,33 \leq X < 14,67$	24	43,63%

		Rendah	$X < 9,33$	8	14,54%
3	Dimensi <i>Enviromental Mastery</i>	Tinggi	$X \geq 14,67$	29	52,72%
		Sedang	$9,33 \leq X < 14,67$	22	40%
		Rendah	$X < 9,33$	4	7,27%
4	Dimensi <i>Personal Growth</i>	Tinggi	$X \geq 18$	28	50,90%
		Sedang	$11 \leq X < 18$	15	27,27%
		Rendah	$X < 11$	2	3,63%
5	Dimensi <i>Positive Relation With Other</i>	Tinggi	$X \geq 18$	34	61,81%
		Sedang	$11 \leq X < 18$	18	32,72%
		Rendah	$X < 11$	3	5,45%
6	Dimensi <i>Purpose In Life</i>	Tinggi	$X \geq 18$	32	58,18%
		Sedang	$11 \leq X < 18$	18	32,72%
		Rendah	$X < 11$	5	9,09%
7	Dimensi <i>Self Acceptance</i>	Tinggi	$X \geq 22$	22	40%
		Sedang	$14 \leq X < 22$	28	50,90%
		Rendah	$X < 14$	5	9,09%

Gambar 4.5
Histogram *Psychological Well Being*

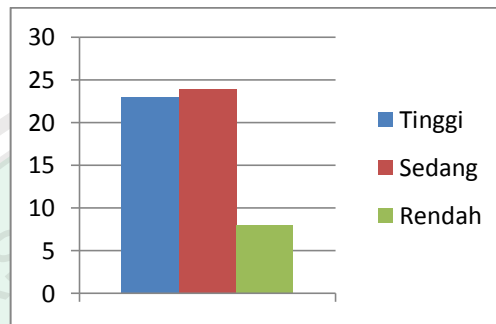


Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat variabel *psychological well-being* yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang sedang sebesar 54.54% dengan jumlah frekuensi 30 orang. Santri yang memiliki tingkat variabel *psychological well-being* tinggi sebesar 38.18% dengan jumlah frekuensi 21 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat variabel

psychological well-being rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang.

2) Dimensi Otonomi

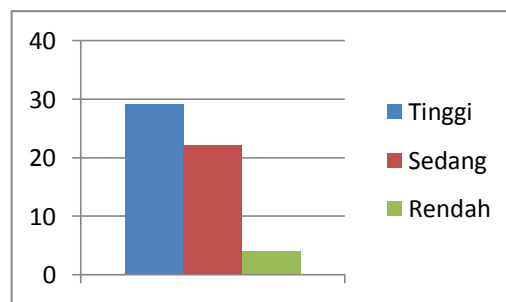
Gambar 4.6
Histogram Dimensi Otonomi



Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi otonomi yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang sedang sebesar 43,63% dengan jumlah frekuensi 24 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi otonomi tinggi sebesar 41,81% dengan jumlah frekuensi 23 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi otonomi rendah hanya sebesar 14,54% dengan jumlah frekuensi 8 orang.

3) Dimensi *Enviromental Mastery*

Gambar 4.7
Histogram Dimensi *Enviromental Mastery*

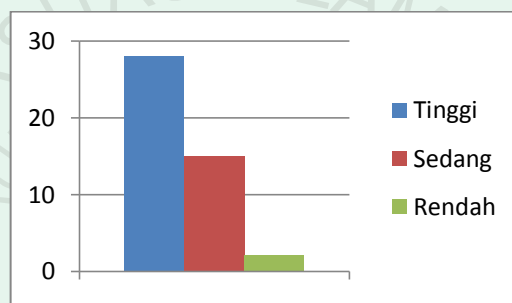


Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi *enviromental*

mastery yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi 52,72% dengan jumlah frekuensi 29 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi *enviromental mastery* sedang sebesar 40% dengan jumlah frekuensi 22 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi *enviromental mastery* rendah hanya sebesar 7,27% dengan jumlah frekuensi 4 orang.

4) **Dimensi *Personal Growth***

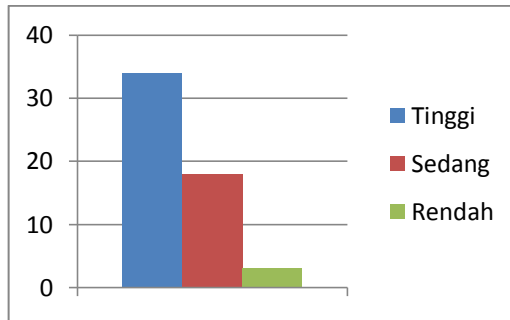
Gambar 4.8
Histogram Dimensi *Personal Growth*



Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi *personal growth* yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi 50,90% dengan jumlah frekuensi 28 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi *personal growth* sedang sebesar 27,27% dengan jumlah frekuensi 15 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi *personal growth* rendah hanya sebesar 3,63% dengan jumlah frekuensi 2 orang.

5) **Dimensi *Positive Relation With Other***

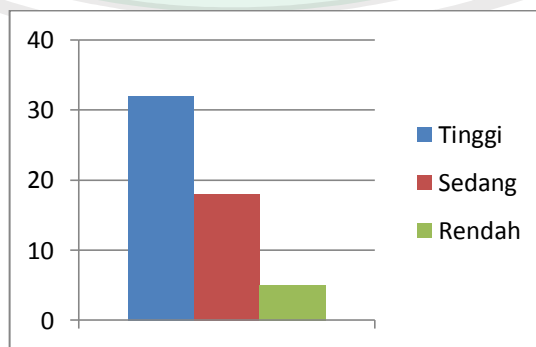
Gambar 4.9
Histogram Dimensi *Positive Relation with Other*



Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi *positive relation with other* yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi 61,81% dengan jumlah frekuensi 34 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi *positive relation with other* sedang sebesar 31,72% dengan jumlah frekuensi 18 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi *positive relation with other* rendah hanya sebesar 5,45% dengan jumlah frekuensi 3 orang.

6) Dimensi *Purpose in Life*

Gambar 4.10
Histogram Dimensi *Purpose in Life*

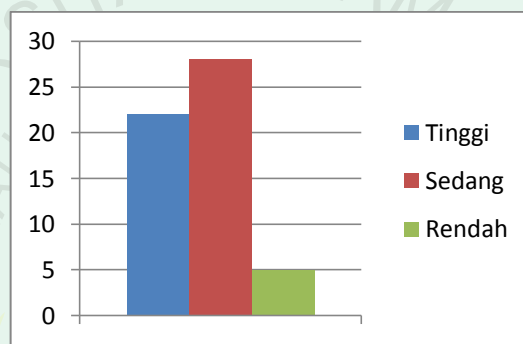


Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi *purpose in*

life yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang tinggi 58,18% dengan jumlah frekuensi 32 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi *purpose in life* sedang sebesar 32,72% dengan jumlah frekuensi 18 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi *purpose in life* rendah hanya sebesar 9,09% dengan jumlah frekuensi 5 orang.

7) Dimensi *Self Acceptance*

Gambar 4.11
Histogram Dimensi *Self Acceptance*



Berdasarkan tabel 4.7 dan histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan santri MUKA memiliki tingkat dimensi *self acceptance* yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang sedang 50,90% dengan jumlah frekuensi 28 orang. Santri yang memiliki tingkat dimensi *self acceptance* tinggi sebesar 40% dengan jumlah frekuensi 22 orang. Sedangkan yang memiliki tingkat dimensi *self acceptance* rendah hanya sebesar 9,09% dengan jumlah frekuensi 5 orang.

4. Pengujian Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran data variabel *psychological well-being* dan dukungan sosial. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *one sample Kolmogorov-Smirnov*

Test program SPSS 16.0 for Windows. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran data adalah jika signifikansi $>0,05$ sebaran maka dikatakan normal dan jika $<0,05$ sebaran data dianggap tidak normal.

Adapun hasil uji sebaran data normalitas dapat dilihat pada tabel berikut di bawah ini:

Tabel 4.8
Rangkuman Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial

Variabel & Prediktornya	KS-Z	Sig.	Status
Dukungan Sosial	0.709	0.696	Normal
Orang Tua	0,772	0,591	Normal
Guru	1,008	0,262	Normal
Teman	0,835	0,489	Normal

Tabel 4.9
Rangkuman Hasil Uji Normalitas *Psychological Well-Being*

Variabel dan Dimensinya	KS-Z	Sig.	Status
<i>psychological well-being</i>	0.864	0.445	Normal
Otonomi	0,748	0,631	Normal
<i>Enviromental Mastery</i>	0,994	0,276	Normal
<i>Personal Growth</i>	0,980	0,292	Normal
<i>Positive Relation with Other</i>	1,210	0,107	Normal
<i>Purpose in Life</i>	0,982	0,289	Normal
<i>Self Acceptance</i>	1,034	0,235	Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel penelitian. Hasil uji linieritas sebagai prasyarat dari uji hipotesis ialah uji analisis regresi sederhana. Adapun ketentuan kaidah mengenai linieritas variabel bebas dan terikat pada program SPSS diindikasikan jika nilai Sig. < 0,05 maka tidak ada hubungan yang linier antara kedua variabel yang diuji, begitu pula sebaliknya. Hasil uji linieritas dari variabel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.10
Hasil Uji Linearitas Keseluruhan

Variabel	Sig	Keterangan
Dukungan Sosial terhadap <i>psychological well being</i>	0.634	Linear

Tabel 4.11
Hasil Uji Linearitas Dimensi Otonomi

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap otonomi	0,425	Linear
Dukungan guru terhadap otonomi	0,993	Linear
Dukungan teman terhadap otonomi	0,708	Linear

Tabel 4.12
Hasil Uji Linearitas Dimensi *Enviromental Mastery*

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap <i>enviromental mastery</i>	0,380	Linear
Dukungan guru terhadap <i>enviromental mastery</i>	0,012	Linear
Dukungan teman terhadap <i>enviromental mastery</i>	0,596	Linear

Tabel 4.13
 Hasil Uji Linearitas Dimensi *Personal Growth*

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap <i>personal growth</i>	0,824	Linear
Dukungan guru terhadap <i>personal growth</i>	0,242	Linear
Dukungan teman terhadap <i>personal growth</i>	0,255	Linear

Tabel 4.14
 Hasil Uji Linearitas Dimensi *Positive Relation with Other*

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap <i>positive relation with other</i>	0,571	Linear
Dukungan guru terhadap <i>positive relation with other</i>	0,331	Linear
Dukungan teman terhadap <i>positive relation with other</i>	0,388	Linear

Tabel 4.15
 Hasil Uji Linearitas Dimensi *Purpose in Life*

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap <i>purpose in life</i>	0,792	Linear
Dukungan guru terhadap <i>purpose in life</i>	0,398	Linear
Dukungan teman terhadap <i>purpose in life</i>	0,361	Linear

Tabel 4.16
Hasil Uji Linearitas Dimensi *Self Acceptance*

Kategori	Sig	Keterangan
Dukungan orang tua terhadap <i>self acceptance</i>	0,652	Linear
Dukungan guru terhadap <i>self acceptance</i>	0,312	Linear
Dukungan teman terhadap <i>self acceptance</i>	0,705	Linear

5. Uji Hipotesis

a. Uji Regresi Sederhana

Untuk mengetahui berapa persen (%) sumbangsih dukungan sosial (seperti dukungan orang tua, dukungan guru dan dukungan teman sebaya) terhadap setiap dimensi *psychological well being* maka peneliti menggunakan bantuan analisis *software SPSS 16.0 for windows*. Analisis ini juga digunakan untuk menguji hipotesis antara variabel independent terhadap variabel dependent. Yaitu ada pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Kemudian juga ada pengaruh setiap prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *psychological well being* (otonomi, *enviromental mastery*, *personal growth*, *positive relation with other*, *purpose in life* dan *self acceptance*) (H1). Selanjutnya tidak ada pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Kemudian juga tidak ada pengaruh setiap prediktor dukungan sosial dengan setiap dimensi *psychological well*

being (H0). Adapun dari hasil pengolahan data tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut ini:

Tabel 4.17
R Square Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being*

No	Variabel	<i>R Square</i>
1	Dukungan sosial terhadap <i>psychological well being</i>	0.931

Tabel 4.18
R Square Dukungan Sosial Dengan Dimensi *Psychological Well-Being*

No	Dimensi	<i>R Square</i>
1	Dukungan Sosial dengan Otonomi	0.762
2	Dukungan Sosial dengan <i>Enviromental Mastery</i>	0.750
3	Dukungan Sosial dengan <i>Personal Growth</i>	0.732
4	Dukungan Sosial dengan <i>Positive Relation with Other</i>	0.775
5	Dukungan Sosial dengan <i>Purpose in Life</i>	0.905
6	Dukungan Sosial dengan <i>Self Accpetance</i>	0.731

1) Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being*

Berdasarkan tabel 4.17 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0.931. Artinya dukungan dukungan sosial secara memberikan sumbangsih sebesar 93.1% terhadap *psychological well being*, sedangkan 6.9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Selanjutnya peneliti menganalisis dampak dukungan sosial terhadap variabel *psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.19
 ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
-------	----------------	----	-------------	---	------

1	Regression	22379.302	1	22379.302	712.083	.000 ^a
	Residual	1665.680	53	31.428		
	Total	24044.982	54			

a. Predictors: (Constant), X

b. Dependent Variable: Y

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *psychological well being*. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 712.083 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 1 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 53. Kemudian membandingkan F tabel dengan df (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 4.02. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($712.083 > 4.02$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel. 4.20

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-3.472	3.621		-.959	.342
	X	1.376	.052	.965	26.685	.000

a. Dependent Variable: Y

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = -3.472 + 1.376 \times X$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata ada pengaruh dukungan sosial terhadap variabel *psychological well being*.

2) Dukungan Sosial dengan Dimensi Otonomi

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,762. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman memberikan sumbangsih sebesar 76,2% terhadap perubahan dimensi otonomi *psychological well being*. Sementra 23,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi otonomi *psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.21

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	591.106	3	197.035	54.317	.000 ^a
	Residual	185.004	51	3.628		
	Total	776.109	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Otonomi

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh

yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi otonomi. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 54.317 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($54.317 > 2.79$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.22

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-2.595	1.303		-1.991	.052
	ORTU	.184	.142	.419	1.299	.200
	GURU	.108	.101	.303	1.062	.293
	TEMAN	.066	.126	.160	.527	.601

a. Dependent Variable: Otonomi

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = -2.595 + 0.184x_1 + 0.108x_2 + 0.066x_3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata tidak ada prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi otonomi.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.303, artinya dukungan orang tua tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi otonomi. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi otonomi.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,601 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.160, artinya dukungan guru tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi otonomi. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi otonomi

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.419, artinya dukungan teman tidak berpengaruh terhadap

perubahan dimensi otonomi. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi otonomi

3) Dukungan Sosial dengan *Enviromental Mastery*

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,750. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman memberikan sumbangsih sebesar 75% terhadap perubahan dimensi *enviromental mastery psychological well being*. Sementra 25% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi *enviromental mastery psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.23

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	406.062	3	135.354	51.027	.000 ^a
	Residual	135.284	51	2.653		
	Total	541.345	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Enviromental

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *enviromental mastery*. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 51.027 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F

hitung lebih besar dari F tabel ($51.027 > 2.79$). Sehingga, H_1 diterima dan H_0 ditolak

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.24
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.957	1.114		.859	.395
	ORTU	.333	.121	.906	2.739	.008
	GURU	.060	.087	.202	.694	.491
	TEMAN	-.085	.108	-.245	-.787	.435

a. Dependent Variable: Enviromental

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = 0.957 + 0.333 \times 1 + 0.60 \times 2 + -0.085 \times 3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata hanya ada satu prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi *enviromental mastery*, yaitu dukungan orang tua.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,008 yang menunjukkan $<0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi *enviromental mastery*. Adapun untuk nilai *standardized*

coefficients (beta) sebesar 0.906, artinya dukungan orang tua berpengaruh terhadap perubahan dimensi *enviromental mastery*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *enviromental mastery*.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,491 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi *enviromental mastery*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.202, artinya dukungan guru tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *enviromental mastery*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *enviromental mastery*.

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,435 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -0.245, artinya dukungan teman tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *enviromental mastery*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *enviromental mastery*.

4) Dukungan Sosial dengan *Personal Growth*

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,732. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman memberikan sumbangsih sebesar 73,2% terhadap perubahan dimensi *personal growth psychological well being*. Sementara 26,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi *personal growth psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.25

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	608.943	3	202.981	46.463	.000 ^a
	Residual	222.802	51	4.369		
	Total	831.745	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Personal

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *personal growth*. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 46.463 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df_2 (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($46.463 > 2.79$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.26
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.237	1.430		2.264	.028
	ORTU	.550	.156	1.207	3.526	.001
	GURU	-.067	.111	-.181	-.601	.551
	TEMAN	-.080	.138	-.185	-.576	.567

a. Dependent Variable: Personal

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = 3.237 + 0.550 \times 1 + -0.067 \times 2 + -0.080 \times 3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata hanya ada satu prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi *personal growth*, yaitu dukungan orang tua.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang menunjukkan $<0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi *personal growth*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 1.207, artinya dukungan orang tua berpengaruh terhadap perubahan dimensi *personal growth*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *personal growth*.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,551 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi *personal growth*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -1.181, artinya dukungan guru tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *personal growth*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *personal growth*.

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,567 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -0.185 artinya dukungan teman tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *personal growth*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *personal growth*.

5) Dukungan Sosial dengan *Positive Relation With Other*

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,775. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru

dan teman memberikan sumbangsih sebesar 77,5% terhadap perubahan dimensi *positive relation with other psychological well being*. Sementra 22.5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi *positive relation with other psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.27

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	848.769	3	282.923	58.423	.000 ^a
	Residual	246.976	51	4.843		
	Total	1095.745	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Positive

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *positive relation with other*. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 58.423 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut)= 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df_2 (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($58.423 > 2.79$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.28
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
-------	-----------------------------	---------------------------	---	------

		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.430	1.506		-.286	.776
	ORTU	.436	.164	.834	2.655	.011
	GURU	.090	.117	.214	.773	.443
	TEMAN	-.083	.146	-.167	-.567	.574

a. Dependent Variable: Positive

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = -0.430 + 0.436 x_1 + -0.090 x_2 + -0.083 x_3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata hanya ada satu prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi *positive relation with other*, yaitu dukungan orang tua.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,011 yang menunjukkan $< 0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi *positive relation with other*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0,834 artinya dukungan orang tua berpengaruh terhadap perubahan dimensi *positive relation with other*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *positive relation with other*.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,443 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi *positive relation with other*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0,214 artinya dukungan guru tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *positive relation with other*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *positive relation with other*.

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,574 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -0.167 artinya dukungan teman tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *positive relation with other*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *positive relation with other*.

6) Dukungan Sosial dengan *Purpose In Life*

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,905. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman memberikan sumbangsih sebesar 90,5% terhadap perubahan dimensi *purpose in life psychological well being*. Sementra 9.5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi *purpose in life psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.29
ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	866.709	3	288.903	161.913	.000 ^a
	Residual	91.000	51	1.784		
	Total	957.709	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Purpose

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *purpose in life*. Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 161.913 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df_2 (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($161.913 > 2.79$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.30

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.111	.914		.121	.904
	ORTU	.003	.100	.007	.034	.973
	GURU	-.067	.071	-.169	-.940	.352
	TEMAN	.510	.088	1.106	5.766	.000

a. Dependent Variable: Purpose

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai

berikut:

$$Y = -0.111 + 0.003 \times 1 + -0.067 \times 2 + -0.510 \times 3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata hanya ada satu prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi *purpose in life*, yaitu dukungan teman.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,973 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi *purpose in life*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0,007 artinya dukungan orang tua tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *purpose in life*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *purpose in life*.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,352 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi *purpose in life*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -0,169 artinya dukungan guru tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *purpose in life*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *purpose in life*.

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan $<0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 1.106 artinya dukungan teman berpengaruh terhadap perubahan dimensi *purpose in life*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *purpose in life*.

7) Dukungan Sosial dengan *Self Acceptance*

Berdasarkan tabel 4.18 di atas maka dapat diketahui nilai koefisien determinasi sebesar 0,731. Artinya 3 prediktor dukungan sosial orang tua, guru dan teman memberikan sumbangsih sebesar 73,1% terhadap perubahan dimensi *self acceptance psychological well being*. Sementara 26.9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya peneliti menganalisis dampak seluruh prediktor terhadap dimensi *self acceptance psychological well being*. Adapun hasilnya yaitu uji F dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.31
ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	692.928	3	230.976	46.162	.000 ^a
	Residual	255.181	51	5.004		
	Total	948.109	54			

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

b. Dependent Variable: Acceptance

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa taraf signifikansi yang didapat sebesar 0,000 ($p < 0.05$). Artinya H1 diterima, yaitu ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap dimensi *self acceptance*.

Hal ini juga didukung dari hasil nilai F hitung sebesar = 46.162 dengan df_1 (derajat kebebasan pembilang) = 3 dan df_2 (derajat kebebasan penyebut) = 51. Kemudian membandingkan F tabel dengan df (pembilang dan penyebut). Hasil perbandingan tersebut didapatkan nilai sebesar 2.79. Maka F hitung lebih besar dari F tabel ($46.162 > 2.79$). Sehingga, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pengujian selanjutnya yaitu dengan melihat nilai koefisien regresi dari setiap independent variabel. Penyajian nilai koefisien dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.32

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.795	1.530		1.827	.074
	ORTU	.054	.167	.110	.321	.749
	GURU	.362	.119	.920	3.039	.004
	TEMAN	-.082	.148	-.180	-.556	.581

a. Dependent Variable: Acceptance

Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis tersebut adalah sebagai berikut:

$$Y = 2.795 + 0.054 x_1 + -0.362 x_2 + -0.082 x_3$$

Kemudian untuk mengetahui pengaruh atau tidaknya terhadap perubahan variabel dependen, yaitu dengan melihat nilai sig, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel di atas, ternyata hanya ada satu prediktor yang berpengaruh terhadap dimensi *self acceptance*, yaitu dukungan guru.

a. Dukungan Orang Tua

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.749 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya tidak terdapat kontribusi dukungan orang tua terhadap dimensi *elf acceptance*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.110 artinya dukungan orang tua tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *self acceptance*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan orang tua tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *self acceptance*.

b. Dukungan Guru

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.004 yang menunjukkan $<0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan guru terhadap dimensi *self acceptance*. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar 0.920 artinya dukungan guru berpengaruh terhadap perubahan dimensi *self acceptance*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang

memiliki skor dukungan guru tinggi cenderung berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *self acceptance*.

c. Dukungan Teman

Berdasarkan perhitungan regresi ganda pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.581 yang menunjukkan $>0,05$ sehingga disimpulkan bahwasanya terdapat kontribusi dukungan teman terhadap dimensi otonomi. Adapun untuk nilai *standardized coefficients (beta)* sebesar -0.180 artinya dukungan teman tidak berpengaruh terhadap perubahan dimensi *self acceptance*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa santri yang memiliki skor dukungan teman tinggi cenderung tidak berpengaruh terhadap skor tinggi pada dimensi *self acceptance*.

C. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Sosial Santri MUKA

a) Tingkat Dukungan Sosial Santri MUKA

Tingkat dukungan sosial santri secara keseluruhan didapatkan hasil bahwa sebesar 47,27% santri MUKA berada pada tingkat kategori tinggi, 45,45% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa santri MUKA mayoritas memiliki tingkat dukungan sosial berada pada kategori tinggi

Hal ini menunjukkan santri MUKA merasa orang terdekatnya sudah memberikan dukungan sosial dengan baik. Antara lain diwujudkan dengan perhatian terhadap aktivitas yang dilakukannya, mempedulikan kondisi fisik dan psikis, memberikan arahan dan informasi yang dibutuhkan, memberikan

fasilitas yang memadai, serta memberikan cukup waktu untuk mendampingi mereka.

Dukungan sosial yang tinggi artinya santri merasakan perhatian, kenyamanan, penghargaan dan pertolongan orang-orang terdekatnya yang dirasakan sehingga santri merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang-orang terdekatnya serta merasa menjadi bagian dari mereka. Santri dengan dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai pikiran lebih positif terhadap situasi yang sulit, seperti saat stress bila dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat dukungan rendah. Santri juga meyakini bahwa orang-orang terdekatnya selalu ada untuk membantu, serta dapat mengatasi peristiwa yang berpotensi menimbulkan stres dengan cara yang lebih efektif.

Adanya variasi dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, seperti orang tua, guru dan teman pada subjek dipengaruhi oleh perbedaan persepsi individu dalam menerima dan merasakan dukungan sosial yang diberikan oleh mereka. Menurut pernyataan beberapa ahli (Cohen, & Will, 1985 dalam Dewi, *et al*) yang menemukan bahwa dukungan yang dirasakan/fakta sosial atas dukungan yang sebenarnya terjadi memiliki kaitan yang lebih kuat dengan kesehatan/kesejahteraan individu daripada dukungan yang diterima. Dukungan sosial bukan sekedar memberikan bantuan tetapi yang paling penting adalah bagaimana persepsi penerima terhadap makna dari bantuan tersebut.

b) Tingkat Dukungan Sosial Orang Tua Santri MUKA

Tingkat dukungan orang tua santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 47% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 27,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27%

santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dukungan orang tua santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan santri MUKA merasa kedua orang tuanya ataupun keluarganya telah memiliki dukungan materi ataupun immateri dengan baik. Dukungan orang tua tersebut merupakan lingkungan terdekat sejak lahir. Walaupun tidak dipungkiri bahwa faktor-faktor lingkungan lain di luar keluarga juga berperan, tetapi keluarga adalah tempat dimana individu melewati sebagian besar hidupnya. Keluarga sebagai komunitas terkecil dalam sebuah negara, dalam hal ini orang tua memiliki tanggung jawab yang besar dalam pendidikan dan pembentukan kepribadian anak (Nasution & Nasution, 1986, dalam Irmawati, 2009).

Oleh karenanya sesuai dengan fakta lapangan di PP MUKA, bahwa meskipun santri tidak sepenuhnya mendapatkan dukungan penuh terhadap peningkatan dan pengembangan belajarnya, akan tetapi mereka masih memiliki dukungan secara finansial. Karenanya santri MUKA merasa tanggung jawab secara finansial dari orang tua merupakan dukungan yang cukup baik dalam menjalani aktivitas sehari-hari di pesantren. Adapun bentuk dukungan orang tua terhadap santri MUKA antara lain adalah adanya perhatian terhadap kondisi fisik, merasa dicintai dan memberikan uang jatah bulanan selama di pesantren.

c) Tingkat Dukungan Sosial Guru Santri MUKA

Tingkat dukungan guru santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 49,09% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 43,63% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27%

santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dukungan guru santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Dukungan guru merupakan dukungan kedua setelah orang tua. Oleh karenanya dukungan guru di hasil penelitian ini memiliki tingkat tinggi dalam mempengaruhi kehidupan santri MUKA. Seorang guru merupakan peran yang sangat penting pula tuk membantu individu dalam memberikan dukungan-dukungan guna mencapai kehidupan yang lebih bermakna. Seorang guru merupakan peran pengganti orang tua ketika di sekolah maupun di pesantren. Guru memiliki ikatan emosi yang terdekat dan sangat dibutuhkan ketika peserta didik menghadapi masalah sulit. Selain keluarga, guru juga sangat membantu mereka untuk memperoleh beragam bentuk bantuan yang biasanya lebih berwujud dalam bentuk dukungan informasi dan penilaian (Slameto, 1995, dalam Wulandary, 2011).

Oleh karenanya sesuai dengan fakta lapangan di PP MUKA Pamekasan, seorang guru di PP MUKA bersifat *friendly* terhadap para santri. Untuk itulah sebagian santri merasa guru di PP MUKA diibaratkan dengan teman sebayanya dan kedua orang tuanya dalam hal ikatan emosional. Namun meskipun begitu, santri tetap bisa mengkondisikan sikap interaksinya selayaknya santri dengan guru di pesantren. Adapun bentuk dukungan guru terhadap santri MUKA antara lain adalah pemberian saran, motivasi, bimbingan, perasaan dicintai, pemberian fasilitas yang memadai dan lain sebagainya.

d) Tingkat Dukungan Sosial Teman Santri MUKA

Tingkat dukungan orang tua santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 41,81% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 50,90% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dukungan teman santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang.

Pada hasil penelitian kategorisasi ini santri di PP MUKA Pamekasan memiliki tingkat dukungan teman rerata di tingkat sedang. Hal ini membuktikan seorang teman memiliki pengaruh besar yang positif atau negatif dalam membentuk karakter santri. Santrock (2003) mengatakan bahwa seorang individu banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya di sekolah, sehingga dapat dilihat peranan teman sebaya dalam kehidupan anak. Pengaruh teman sebaya juga dapat menjadi positif ataupun negatif. Teman yang baik akan memberikan dukungan untuk bertahan terhadap stres.

Teman-teman di sekolah maupun di luar sekolah (tetangga atau teman sepermainan dan seperjuangan) dapat menjadi sumber yang justru menenangkan. Teman dapat menjadi objek atau sasaran eksperimen dan kritik mereka sendiri secara fisik misalnya berkompetisi dalam olah raga, dan sebagainya atau secara mental, misalnya digoda, dikritik, diejek atau dibantu dalam pelajarannya, dalam menyelesaikan masalah pribadinya dan sebagainya (Munandar, 1996). Teman seperjuangan di pesantren memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap kehidupan santri di pesantren yang kesehariannya hanya cukup berinteraksi dengan mereka. Adapun bentuk

dukungan teman sebaya terhadap santri antara lain, adalah menjadi bagian dari mereka, dihargai, pemberian arahan atau informasi dan lain sebagainya.

2. Tingkat Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* Santri MUKA

a) Tingkat *Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat *psychological well-being* santri MUKA secara keseluruhan didapatkan hasil bahwa sebesar 38,18% santri MUKA berada pada tingkat kategori tinggi, 54,54% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa santri MUKA mayoritas memiliki tingkat *Psychological Well-Being* berada pada kategori sedang.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa santri MUKA memiliki tingkat *psychological well-being* yang sedang. Hal ini menunjukkan santri MUKA memiliki sikap mau menerima apa yang ada dalam dirinya, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Kemudian memiliki pandangan tentang masa depannya, berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain, serta mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekitar yang sedang ditempatinya.

Adapun santri yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologisnya rendah memiliki masalah dalam hal psikologisnya untuk mengoptimalkan fungsi psikologisnya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Karyono, dkk., (2008) juga mengungkapkan bahwa individu yang mengalami stres berkepanjangan dapat mengalami penurunan kesejahteraan psikologis.

Psychological well-being yang sedang ke tinggi artinya santri memiliki mental dan penilaian positif. Seperti terdapat pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Goldstein (2007) mengungkapkan bahwa seseorang yang

memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat merendahkan stres. Aristoteles (dalam Ryff, 1989) juga mengatakan ketika individu memiliki mental yang sehat dan memiliki penilaian yang positif atas kehidupannya, serta mampu mengeksplor dan mengoptimalkan segala potensi yang di miliki, maka individu tersebut dapat dikatakan memiliki fungsi psikologis yang positif (*positive psychological functioning*).

b) Tingkat Dimensi Otonomi *Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi otonomi santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 41,81% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 43,63% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 14,54% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi otonomi santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian ini santri MUKA menunjukkan sikap otonomi dalam kesejahteraan psikologisnya pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan sikap berusaha tidak bergantung pada orang lain atau kemandiriannya cukup banyak. Ryff & Keyes (1955) mengatakan bahwa individu yang memiliki tingkat otonomi tinggi jika mandiri dan dapat mengambil keputusan sendiri, mampu bertahan dari tekanan sosial dalam berpikir dan bertindak, dapat mengatur tingkah lakunya sendiri, mampu mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Adapun jika individu memiliki tingkat rendah, apabila individu lebih perhatian pada harapan dan evaluasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain dalam membuat keputusan, menyesuaikan diri pada tekanan sosial dalam berpikir dan bertindak.

Oleh karenanya, sesuai dengan fakta lapangan santri di PP MUKA memang rerata dari mereka tidak menyukai bergantung pada orang lain baik itu pengambilan keputusan ataupun bertindak. Adapun santri yang memiliki tingkat otonomi rendah adalah santri yang pada dasarnya bawaan sejak kecil dari keluarganya yang kehidupannya selalu dimanja sehingga sikap ketergantungan tersebut masih menjadi kebiasaan meskipun tinggal di pesantren.

c) Tingkat Dimensi *Enviromental Mastery Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi *enviromental mastery* santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 52,72% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 40% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi *enviromental mastery* santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Enviromental mastery atau penguasaan lingkungan merupakan perasaan kompeten dalam mengatur lingkungan dan memiliki minat terhadap hal-hal diluar dirinya. Dari analisa kategorisasi di atas santri rerata di tingkat tinggi yang artinya santri memiliki kemampuan untuk memahami dan mengatur lingkungannya, mampu mengontrol susunan yang kompleks dari berbagai aktivitas eksternal, meggunakan kesempatan secara efektif, mampu memilih atau menciptakan suasana yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai diri. Sedangkan santri yang memiliki tingkat rendah mengartikan mereka mengalami kesulitan dalam mengatasi kejadian sehari-hari, merasa tidak

mampu mengubah suasana sekitar, tidak menyadari adanya kesempatan, kurang kontrol terhadap dunia luar.

Bentuk penguasaan lingkungan santri di PP MUKA jika di lapangan cukup mudah dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren baik hal itu terhadap guru dan teman-teman santri ataupun dengan aktivitas di pesantren. Lingkungan di luar pesantren di area perbatasan pesantren para santripun cukup mengendalikan dirinya dalam menciptakan suasana dirinya menjadi sejahtera. Namun tidak dengan santri yang memiliki tingkat rendah, santri masih sulit untuk menciptakan suasana lingkungan sesuai dengan kebutuhan kondisi fisiknya.

d) Tingkat Dimensi *Personal Growth Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi *personal growth* santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 50,90% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 40% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 7,27% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi *personal growth* santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Pengembangan pribadi atau *personal growth* tidak hanya pencapaian bermakna pada pencapaian terhadap karakteristik tertentu, tetapi pada bagaimana individu terus mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, bertumbuh, meningkatkan kualitas pada dirinya (Ryff, 1989). Oleh karena itu, santri MUKA memiliki pencapaian minat untuk selalu mengembangkan kualitas pribadinya menjadi lebih bermakna yang cukup banyak yang diketahui dari hasil prosantase tersebut. Ryff & Keyes (1955) mengatakan bahwa individu yang memiliki nilai tinggi dalam dimensi pengembangan pribadi jika

individu merasakan adanya perkembangan yang berkelanjutan, melihat pertumbuhan dan perkembangan diri sendiri, menerima pengalaman baru, mampu melihat potensi diri, melihat adanya peningkatan diri dan sikap dari waktu ke waktu, mengalami perubahan yang mencerminkan pemahaman diri dan efektifitas yang lebih baik.

Jumlah santri 2 dari 55 memiliki tingkat pengembangan pribadi yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa santri di PP MUKA mayoritas lebih cenderung tinggi dan sedang daripada rendah. Santri yang memiliki tingkat rendah mengartikan perasaan adanya stagnasi personal, kurang merasakan adanya peningkatan dan perkembangan dari waktu ke waktu, merasa bosan dan kurang tertarik dengan kehidupan baru, merasa tidak mampu untuk meningkatkan sikap yang baru (Ryff & Keyes, 1955).

e) Tingkat Dimensi *Positive Relation with Other Personal Growth Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi *positive relation with other* santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 61,81% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 32,72% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 5,45% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi *positive relation with other* santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Nilai persentase 61,81% merupakan nilai yang cukup besar hubungan positif dengan orang lain. Sehingga tidak diragukan lagi santri di PP MUKA memang faktanya selalu menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain dan menjaga hubungan dengan orang lain secara baik. Menurut Ryff (1989), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*) merupakan

dimensi yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan hangat, saling mempercayai, dan saling peduli akan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain.

Santri MUKA diajarkan untuk selalu bersikap baik dan menjalin hubungan yang positif dengan teman dan lingkungan sekitarnya. Hubungan dimana santri tidak ada rasa dendam ataupun benci terhadap sesama santrinya. Oleh karenanya santri yang memiliki tingkat hubungan positif dengan orang lain menunjukkan mempunyai hubungan yang memuaskan, dapat dipercaya orang lain, memiliki perhatian pada kesejahteraan orang lain, memiliki empati dan kasih sayang, memiliki keintiman yang tinggi, memahami hubungan “*take and give*” (Ryff & Keyes, 1955).

Sementara santri yang memiliki tingkat rendah sebesar 5,45% menunjukkan sedikit sekali hubungan dekat dan kepercayaan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat, terbuka, dan perhatian pada orang lain, terkurung dan tertekan dalam hubungan interpersonal, dan tidak mau berkompromi demi kepentingan orang lain (Ryff & Keyes, 1955). Hal ini dibuktikan dengan karakteristik dari santri sendiri yang tidak menyukai dengan hubungan interpersonal.

f) Tingkat Dimensi *Purpose in Life Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi *purpose in life* santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 58,18% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 32,72% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 9,09% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi otonomi santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi.

Tujuan hidup (*purpose in life*) merupakan bahwa hidup seseorang memiliki tujuan dan arti (Ryff, 1989). Pada dimensi ini santri MUKA mayoritas memiliki tujuan hidup, hal ini diketahui berdasarkan hasil prosentase penilaian sebesar 58,18%. Santri MUKA yang memiliki nilai tinggi mengartikan mereka memiliki cita-cita dalam hidup dan perasaan teratur, merasa bahwa masa kini maupun masa lalu memiliki arti tersendiri, memegang keyakinan yang memberi tujuan hidup, memiliki arah dan sasaran hidup (Ryff & Keyes, 1955).

Adapun santri yang memiliki tingkat rendah sebesar 9,09% dengan jumlah 5 orang menunjukkan kurang memahami arti hidup, memiliki sedikit tujuan atau cita-cita, kurang teratur, tidak melihat tujuan pada masa lalu, tidak memiliki kepercayaan yang memberi arti hidup. Dibandingkan dengan jumlah 38 orang yang tingkat tinggi, jumlah 5 orang merupakan jumlah yang cukup rendah dari 55 santri yang memiliki kurangnya tujuan hidup. Hal ini sesuai fakta lapangan bahwa santri pada dasarnya tidak begitu memikirkan tentang apa yang harus dilakukan untuk ke depannya pada hari esok.

g) Tingkat Dimensi *Self Acceptance Psychological Well-Being* Santri MUKA

Tingkat dimensi *self acceptance* santri MUKA didapatkan hasil bahwa sebesar 40% santri MUKA Pamekasan berada pada tingkat kategori tinggi, 50,90% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang, dan 9,09% santri MUKA Pamekasan berada pada kategori rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi *self acceptance* santri MUKA Pamekasan berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil tersebut santri yang memiliki *self acceptance* lebih banyak ke tingkat sedang dibandingkan tingkat tinggi dan rendah. Hal ini

dikarenakan santri MUKA memang memiliki sikap yang tidak komitmen dengan prinsipnya. Dengan kata lain, mereka menyesuaikan dengan kondisi masalah ataupun kejadian yang akan dan telah terjadi. Ryff (1989) mengatakan bahwa penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri.

Santri MUKA yang memiliki tingkat tinggi menunjukkan sikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui dan menerima berbagai aspek dalam diri termasuk kualitas baik dan buruk, merasa positif terhadap masa lalu. Adapun santri MUKA yang memiliki tingkat rendah menunjukkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa pada hal-hal yang terjadi di masa lalu, bermasalah dengan kualitas personal tertentu, berharap dapat menjadi orang lain (Ryff & Keyes, 1955). Meskipun begitu jumlah santri yang memiliki tingkat rendah hanya 5 orang, sehingga pada dimensi ini santri MUKA cukup bagus dalam penerimaan dirinya.

3. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being* Santri MUKA

Pada hasil penelitian analisis regresi sederhana dukungan sosial secara keseluruhan memiliki kontribusi terhadap PWB yang cukup tinggi dengan nilai *R Square* sebesar 93,1% dengan nilai signifikansi 0.000. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka hipotesis diterima yaitu ada pengaruh dukungan sosial terhadap PWB santri MUKA. Semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan semakin tinggi pula PWB santri MUKA. Hal ini juga diketahui dengan hasil korelasi dukungan sosial dan PWB yang diperoleh nilai sebesar 0.955.

Hal ini sejalan dengan penelitian Saputri, *et al* (2013) seorang santri yang memiliki dukungan sosial yang tinggi ditunjukkan melalui pengertian dan perhatian dari orang-orang di lingkungan sekitar. Seperti pemberian semangat pada santri yang mulai bosan menjadi rutinitas di pondok pesantren, memberi saran pada santri untuk bersikap terbuka dalam mengkomunikasikan setiap masalah yang dialami. Memberikan bantuan yang dibutuhkan, mengajarkan sikap mau menerima apa yang ada dalam dirinya, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Kemudian memiliki pandangan tentang masa depannya, berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain, serta mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekitar yang sedang ditempatinya.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat mencerminkan bahwa santri yang memiliki dukungan sosial cukup tinggi dapat menjadikan seorang santri memiliki kesejahteraan secara psikologis. Hal ini memang membuktikan bahwa santri MUKA kebahagiaan dan ketentraman di pesantren lebih banyak dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial dari sekitarnya. Dukungan sosial tersebut berupa orang tua, guru dan teman. Kemudian pengaruh dukungan sosial orang tua, guru dan teman terhadap setiap dimensi PWB berbeda-beda. Namun setiap prediktor tersebut dapat mempengaruhi setiap dimensi dengan nilai yang cukup signifikan.

Nilai *R Square* dimensi PWB terbesar diperoleh dimensi *purpose in life* sebesar 90,5% dengan nilai signifikansi dari dukungan teman sebesar 0.000. Sedangkan pada dimensi lainnya memiliki kontribusi yang berjarak antara 73,1%-77,5%. Secara keseluruhan prediktor dukungan sosial memberikan kontribusi yang cukup efektif terhadap setiap dimensi PWB pada santri MUKA Pamekasan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima maka

semakin besar pula tingkat PWB santri MUKA sehingga H1 diterima. Oleh karenanya Davis (dalam Rahayu, 2008) mengatakan bahwa individu-individu yang mendapatkan *social support* tinggi maka memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi.

Akan tetapi pada dasarnya hasil penelitian ini bertolak belakang dengan hasil wawancara yang ada pada BAB I. Hasil wawancara tersebut menunjukkan santri MUKA memiliki tingkat PWB yang tidak memenuhi pada setiap dimensi. Antara lain seperti kaburnya tujuan hidup, usaha untuk mengembangkan pribadinya serta kurangnya tanggung jawab terhadap diri sendiri. Hal ini dikarenakan peneliti melakukan wawancara terhadap sampel yang pada hasil penelitian memiliki tingkat rendah dan sedang. Kemudian dukungan sosial orang tua di awal wawancara tidak banyak berperan dibandingkan dengan guru dan teman. Namun berbanding terbalik karena hasil pada penelitian ini dukungan orang tua yang paling berpengaruh dibandingkan dengan guru dan teman.

Dukungan orang tua memiliki pengaruh terbanyak terhadap dimensi PWB. Pengaruh tersebut terhadap dimensi penguasaan lingkungan, pengembangan pribadi dan hubungan positif dengan orang lain. Sedangkan dua dimensi lainnya lebih cenderung dipengaruhi oleh dukungan guru dan teman. Hal ini membuktikan bahwa peran orang tua santri MUKA sangat berarti pada kehidupan sehari-hari santri. Meskipun mereka tinggal di pesantren yang mana jauh dari keluarga namun ikatan emosional orang tua dan anak tidak bisa dipungkiri lagi dalam mensejahterakan psikologis santri. Sehingga guru dan teman merupakan peran pembantu orang tua dalam permasalahan psikis dan fisik selama di pesantren.

Hasil wawancara setelah penelitian (pada tanggal 14-05-2016) terhadap salah satu santri mengatakan bahwa orang tua merupakan faktor terpenting dalam kehidupannya. Orang tua adalah sandaran hidup bagi santri setelah guru dan teman. Meskipun orang tua baginya tidak banyak memberikan pengaruh dalam pendidikan, namun di sisi lain orang tua lah yang selalu membuat santri alasan utama hidup bahagia dan tentram. Adapun guru dan teman merupakan ada ketika santri merasa terhimpit dengan pendidikan dan banyaknya aturan yang terjadi di pesantren. Oleh karenanya orang tua, guru dan teman merupakan faktor-faktor terpenting bagi kesejahteraan santri. Bagi santri, orang tua, guru dan teman tidak bisa dipisahkan satu sama lain dalam menjalani aktivitas sehari-hari selama di pesantren.

Hasil penelitian di atas telah diperkuat dengan sejumlah pendapat peneliti dan tokoh psikologi bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi yang signifikan terhadap *well being* seseorang. Penelitian Effendi dan Tjahyono (dalam Sari dan Kuncoro, 2006) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan. Melalui dukungan sosial kesejahteraan psikologis akan meningkat karena adanya perhatian dan pengertian yang akan menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri.

Aspek kesejahteraan psikologis yang diungkapkan Ryff (1989) yaitu hubungan positif dengan orang lain menunjukkan adanya hubungan kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial. Karena pada dasarnya manusia menurut Adler (dalam Supratiknya, 1993) adalah makhluk sosial yang memerlukan kehadiran orang lain dalam kehidupannya yang menghubungkan dirinya dengan orang lain, ikut dalam kegiatan kerja sama sosial, menempatkan kesejahteraan sosial di atas

kepentingan diri sendiri dan mengembangkan gaya sosial di atas kepentingannya dan mengembangkan gaya hidup di atas kepentingan sosial.

Dukungan sosial menyediakan sumber untuk meningkatkan kesejahteraan seseorang karena dengan bantuan yang diberikan orang lain membantu seseorang untuk dapat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan untuk penyesuaian diri yang lebih baik, sebagai penopang ketika seseorang sedang mengalami masalah. Taylor (2009, dalam Dewi, *et al*) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik bagi orang tua, kekasih, kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat (dalam Afifah, 2011).

Menurut Ryff (1989, dalam Fitri & Dewi, 2014), kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang positif ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi, dan keakraban serta adanya pemahaman untuk saling memberi dan menerima. Robinson (1991) mengemukakan bahwa *social support* dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan individu dapat memberikan ramalan akan *well-being* seseorang. *Social support* dari orang sekitarnya yang berarti bagi individu dapat memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental seseorang (PWB).

Dukungan sosial merupakan bantuan dari seseorang yang diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan yang baik meliputi pemberian semangat dan perhatian sehingga dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri, mencegah gangguan psikologis dan mengurangi stres. (Johnson & Johnson, 1991, dalam Ermayanti, *et al*). Kemudian diperkuat juga oleh Taylor (2009 dalam Dewi,

et al) yang menegaskan bahwa perbedaan peristiwa yang menimbulkan stres menciptakan kebutuhan yang berbeda, dan dukungan sosial akan paling efektif jika sesuai dengan kebutuhannya.

Adanya dukungan sosial dari orang tua, teman dan guru merupakan faktor utama dalam membentuk kesehatan mental positif individu. Seseorang yang memiliki dukungan dari teman dan keluarga memungkinkan ia memiliki sumber daya yang lebih besar untuk melakukan *coping* terhadap peristiwa yang menimbulkan stres, sehingga memungkinkan mereka kurang melihat peristiwa tersebut sebagai sebuah permasalahan (Sanderson, 2004). Untuk itu Taylor (2009) menegaskan bahwa perbedaan peristiwa yang menimbulkan stres menciptakan kebutuhan yang berbeda, dan dukungan sosial akan paling efektif jika sesuai dengan kebutuhannya (dalam Dewi, *et al*).

Beyene, Becker & Mayen (dalam Dewi, *et al*) menyebutkan, bahwa tersedianya budaya kebersamaan menimbulkan perasaan lebih baik ketika menjadi bagian kelompok dan dukungan sosial, dimana hal tersebut dapat meningkatkan *well-being*. Adapun Thoits (dalam Dewi, *et al*) menyebutkan bahwa seseorang akan mendapatkan manfaat ketika ia menerima dukungan dari orang lain yang menghadapi permasalahan yang sama. Kesamaan satu sama lain tersebut dapat memberikan seseorang informasi mengenai strategi *coping* yang berguna maupun mengenai standar penilaian dari reaksi yang dimiliki seseorang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat Dukungan Sosial Santri MUKA Pamekasan berada pada kategori tinggi. Artinya Santri MUKA Pamekasan merasa dicintai, diperhatikan, dibutuhkan, dan dihargai serta merasa menjadi bagian dari orang-orang terdekatnya (orang tua, guru dan teman).
2. Tingkat *Psychological Well-Being* Santri MUKA Pamekasan sedang. Artinya Santri MUKA Pamekasan memiliki sikap mau menerima apa yang ada dalam dirinya, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Kemudian memiliki pandangan tentang masa depannya, berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain, serta mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekitar yang sedang ditempatinya. Akan tetapi santri MUKA belum bisa mengoptimalkan fungsi psikologisnya dengan baik.
3. Terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *psychological well-being* santri MUKA Pamekasan. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* santri MUKA Pamekasan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diberikan, maka semakin rendah pula *psychological well-being* santri MUKA Pamekasan.

B. Saran

1. Untuk orang tua santri MUKA Pamekasan disarankan agar mampu mempertahankan dan memberikan dukungan baik secara verbal maupun non verbal demi meningkatkan dukungan sosial pada santri agar *psychological well-being* pada diri santri meningkat. Orang tua dapat meningkatkan pendekatan kepada santri guna mempererat hubungan yang positif antara orang tua dengan anak meskipun berada di pesantren.
2. Untuk guru santri MUKA Pamekasan disarankan memberikan dukungan baik secara verbal maupun non verbal demi meningkatkan dukungan sosial pada santri agar *psychological well-being* pada diri santri meningkat. Guru dapat meningkatkan pendekatan kepada santri guna membangun hubungan yang positif antara guru maupun pengurus dengan santrinya.
3. Untuk santri disarankan agar mampu mempertahankan *psychological well-being* dan membagikan pengalaman-pengalaman dan cara meningkatkan *psychological well-beingnya* dengan santri lain sehingga membantu meningkatkan *psychological well-being* bagi santri yang *psychological well-beingnya* rendah dan sedang. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mempertahankan *psychological well-being* yang tinggi dalam dirinya, yaitu meningkatkan dukungan sosial.
4. Bagi pondok pesantren diharapkan dapat lebih membina hubungan yang positif antara pengurus dan santri agar terbina suasana nyaman dan keterbukaan sehingga santri MUKA mampu menjaga kesehatannya secara psikologis.
5. Untuk peneliti selanjutnya disarankan memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* seperti usia, jenis kelamin,

religiusitas, dan lain sebagainya. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat memperluas populasi dan memperbanyak sampel agar ruang lingkup penelitian menjadi lebih luas, sehingga hasil penelitian menjadi lebih baik lagi.



DAFTAR PUSTAKA

- Afifah. 2011. Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Orientasi Masa Depan dalam Area Pekerjaan pada Remaja. *Skripsi*. Jakarta: UIN Syarif.
- Anggraeni, T.P & Jannah, M. 2014. Hubungan Antara *Psychological Well-being* dan Kepribadian *Hardiness* dengan Stres pada Petugas *Port Security*. Vol, 3 No.2. Semarang: UNESA.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: PT Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Dasar-dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Batram, D., & Boniwell, L. 2007. The science of happiness: Achieving sustained psychological well being. *Positive psychology in practice*, 472-482.
- Baron, R.A & Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Cutrona & Russel. 1987. The Provisions of Social Relationships and Adaption to Stress. *Advanced in Personal Relationship*, Vol 1, 41-42.
- Creswell, John W. 2012. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dewi, K.S & Widyanita, Ignatia. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being Caregiver* Penderita Gangguan Skizofrenia. Fakultas Psikologi UIN Malang.
- Ermayanti, *et all*. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun. Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta.
- Fitri, M & Dewi, D.M. 2014. Perbedaan *Perbedaan Psychological Well-being dan Social support Homoseksual Ditinjau dari Keanggotaan*. *Character*, Vol 03 No 2. Semarang: UNESA.
- Goldstein, E.D. 2007. Sacred Moments: Implications on Well-Being and Stress. *Journal of Clinical Psychology*, 63(10), 1001-1019. Institute of Transpersonal Psychology: Wiley InterScience.
- Gulo, W. 2007. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo.

- Halim & Atmoko. 2005. Hubungan Antara Kecemasan Akan HIV/AIDS dan *Psychological Well-being* pada Waria yang Menjadi PKS. *Jurnal Psikologi*, Volume 15 No.1, 17-31.
- Hayati, Sari. 2010. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenangan pada Lansia. *Skripsi*. Universitas Sumatera Utara.
- Huppert, F.A. 2009. Psychological well being: Evidence Regarding Its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health Well-Being*. 2, 137-164.
- Indati, A & Amalia, M. 2013. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental. *Naskah Publikasi*.
- Irmawati, D.F. 2009. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP. *Skripsi*. Semarang: UNDIP.
- Karyono, Dewi, K.S., & Lela, TA. 2008. Penanganan Stres dan Kesejahteraan Psikologis Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Radioterapi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Media Medika Indonesia*, 43(2),102-105. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Kuntjoro, S. 2014. Dukungan Sosial pada Lansia. Posted On May, 5 2014. <http://www.e-Psikologi.Com/usia/160802.htm>.
- Latipun. 2011. *Psikologi Eksprimen*. Malang: UMM Press.
- Liputo, Salahuddin. 2009. Pengaruh Religiusitas terhadap *Psychological Well-Being* Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang. *Skripsi*. Malang: Fakultas Psikologi UIN Malang.
- Millatina, Azka, *et all*. 2015. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Wanita Menopause (di RS Harapan Bandung). *Jurnal Prosiding Psikologi Situs Akademika* 2460-6448. Bandung: UNISBA.
- Minna, N.A. 2011. Konsep *Psychological Well-Being* Pada Jama'ah Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Malang.
- Munandar, A. S. 1996. *Mengenal & Memahami Masalah Remaja: Remaja & Permasalahannya*. Jakarta: Pustaka Antara.
- Nasution. 2006. *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nisfiannoor, M. 2009. *Pendekatan Statistika Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prasetyo, Bambang & Jannah, LM. 2012. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

- Purwanto, Evanthe. 2015. Pengaruh *Bibliotherapy Psychological Well Being* Perempuan Lajang. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.4 No.1*.
- Rahayu, M.A. 2008. *Psychological Well Being* pada Wanita Dewasa Muda Sebagai Istri Kedua dalam Pernikahan Poligami. *Skripsi*. Jakarta: FPSI UI.
- Rathi, N & Rastogi, R. 2007. *Meaning In Life and Psychological Well-being in Pre Adolescents & Adolescents*. *Journal of The Indian of Applied Psychology, Vol 33, No.1, 31-38*.
- Rizal, A.S. 2011. Transformasi Corak Edukasi dalam Sistem Pendidikan Pesantren dari Pola Tradisi ke Pola Modern. *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'li, 9(2)*.
- Ryff, Carol D. 1989. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the *Meaning of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 57, No.6, 1069-1081*.
- Ryff, C.D & Keyes, C.L.M. 1995. The Structure of Psychology Well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719-727*.
- Santrock, J.W. 2003. *Perkembangan Remaja (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Saputri & Karyanta. 2013. Hubungan Antara Religiusitas dan Social support dengan *Psychology Well-being* pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten. *Jurnal Ilmiah Psikologi CandraJIwa Vol, 2 No 3 Desember*.
- Sarafino, E.P & Smith, T.W. 2011. *Health Psychology Biopsychosocial Integraction (Seventh edition)*. John Willey & Sons, Inc.
- Siregar, M.S. 2009. *Pengaruh Dukungan Sosial dari Keluarga terhadap Penyesuaian diri di Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Situmorang, S.Y. 2014. *Pengaruh Religiusitas Terhadap Psychological Well-Being Pada Pensiunan Suku Botak Toba*. *Skripsi*. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Sigit, Christianos. 2010. SPSS 18. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Wulandary, K.F. 2011. *Korelasi Antara Dukungan Guru Bidang Studi Terhadap Program Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMA*. <http://ulankeyla.blogspot.co.id/2011/05/korelasi-antara-dukungan-guru-bidang.html> diunduh pada tanggal 03 April 2016.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Sugiyono. 1997. *Metode Penelitian Adiminstrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjarwo & Basrowi. 2009. *Manajemen Penelitian Sosial*. Bandung: Mandar Maju.

- Susanti. 2012. Hubungan Harga Diri dan *Psychological Well-being* pada Wanita Lajang Ditinjau dari Bidang Pekerjaan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa UNES Vol, 1 No.1*.
- Supratiknya, A. 1993. *Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suryabrata, S. 2000. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Talamati, P.B. 2012. Hubungan Antara Trait Kepribadian *Neuroticism* dan PWB Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UI. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Utami, M.S & Amawidyati, S.A.G. 2007. Religiusitas dan *Psychological Well-being* pada Korban Gempa. *Jurnal Psikologi, Vol 34, No.2, 164-176*. Yogyakarta: UGM.
- Wisadirana, Darsono. 2005. *Metode Penelitian Pedoman Penulisan Skripsi*. Malang: UMM Press.
- World Health Organization. 2010. Mental Health: *Strengthening Our Response* (hal internet).
- Zuriah, Nurul. 2006. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1

Skala Penelitian Psikologi

Inisial Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pendidikan :

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan, disini anda diminta untuk memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan diri anda sendiri dengan tanda memberikan tanda (√) pada kolom jawaban yang tersedia. Setiap pernyataan hanya ada satu jawaban yang harus dipilih yang sesuai dengan diri anda, diantaranya:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

R : Ragu-ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Jawaban-jawaban anda tidak ada yang benar dan salah, akan tetapi jawaban yang benar adalah yang sesuai dengan diri anda sendiri dan dijawab dengan jujur.

SKALA *Psychological Well-Being*

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya berani menyampaikan pendapat saya, meskipun bertentangan dengan pendapat orang lain.					
2	Keputusan apapun yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi orang lain					
3	Saya suka bergantung pada orang lain					
4	Suatu persoalan akan saya selesaikan dengan kemampuan saya sendiri					
5	Saya mampu menyelesaikan tugas dan kewajiban saya sebagai santri					

6	Saya sulit menyesuaikan diri dengan orang lain maupun lingkungan pesantren					
7	Saya kewalahan dengan banyaknya kegiatan di pesantren					
8	Saya bisa mengatur waktu antara kegiatan pesantren maupun sekolah					
9	Saya tertarik dengan kegiatan-kegiatan yang akan memperluas wawasan saya					
10	Saya perlu untuk memiliki pengalaman baru					
11	Saya tidak tertarik dengan pengalaman yang baru					
12	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran berkelanjutan, perubahan, dan pertumbuhan masa depan					
13	Kehidupan saya sudah berjalan dengan baik tanpa ingin mencoba hal baru					
14	Saya mampu membina hubungan baik dengan semua orang					
15	Orang lain menilai saya sebagai orang yang cuek					
16	Saya senang berbagi cerita dengan teman, guru atau anggota keluarga					
17	Saya sering merasa kesepian karena memiliki sahabat sedikit					
18	Kebanyakan orang lain menilai saya sebagai seorang yang penuh kepedulian					
19	Saya memiliki tujuan hidup yang jelas					
20	Saya memiliki rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya					
21	Saya tidak memiliki tujuan pasti terhadap apa yang akan saya raih dalam hidup saya					
22	Saya melakukan sesuatu tanpa ada tujuan					
23	Saya lelah dengan kehidupan saya sekarang ini					
24	Saya berusaha untuk menerima kekurangan & kelebihan yang saya miliki					
25	Secara umum, saya percaya diri dan bersikap					

	positif tentang diri saya sendiri					
26	Kesalahan di masa lalu membawa saya melakukan usaha yang terbaik					
27	Saya tidak puas dengan apa yang ada pada diri saya					
28	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa tentang prestasi hidup saya					
29	Saya tidak pernah iri melihat kelebihan yang dimiliki orang lain					

Skala Dukungan Sosial

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya memiliki guru yang sangat perhatian					
2	Orang tua saya tidak membantu/peduli ketika saya mempunyai masalah					
3	Teman saya akan menghibur saya jika saya memiliki masalah					
4	Tidak ada seorangpun yang peduli terhadap saya					
5	Orang terdekat saya (orang tua, guru dan teman) memahami segala kondisi saya.					
6	Saya jarang mendapat teguran atas kesalahan yang saya perbuat					
7	Jika ada PR sekolah yang sulit, teman tidak membantu saya					
8	Keluarga, guru maupun teman saya membantu saya dalam mengambil keputusan.					
9	Guru saya memberikan saran ketika saya bimbang terhadap masalah yang sedang dihadapi.					
10	Orang tua menegur saya ketika berperilaku kurang baik.					
11	Saya tidak memiliki seorangpun yang membutuhkan perhatian saya.					
12	Orang tua tidak memberikan kepercayaan kepada saya untuk membantu permasalahan yang ada di keluarga.					

13	Saya tidak merasa bertanggung jawab secara pribadi terhadap permasalahan orang lain (keluarga, guru atau teman).					
14	Saya memiliki teman yang selalu bergantung pada saya untuk meminta bantuan.					
15	Jika keluarga/guru/teman saya mengalami masalah, saya kadang diminta untuk memberi saran					
16	Saya memiliki sahabat yang dapat saya andalkan jika saya benar-benar membutuhkannya.					
17	Saya memiliki seorang guru yang selalu memberikan dorongan untuk meningkatkan keterampilan saya					
18	Orang tua saya tidak pernah mendorong saya untuk giat belajar					
19	Saya tidak memiliki guru yang bisa saya andalkan untuk meminta nasihat jika saya mengalami masalah.					
20	Saya memiliki orang tua yang dapat berbagi suka dan duka					
21	Saya merasa orang terdekat saya tidak menghargai keterampilan dan kemampuan saya					
22	Orang tua, guru dan teman meyakinkan saya untuk selalu percaya diri dalam mengembangkan kemampuan saya.					
23	Orang tua dan guru saya mengagumi bakat dan kemampuan saya.					
24	Saya memiliki hubungan dimana kemampuan dan keterampilan saya diakui.					
25	Saya merasa tidak memiliki hubungan dekat dengan orang tua					
26	Saya merasa hubungan saya dan orang tua semakin jauh sejak saya tinggal di pondok pesantren					
27	Saya merasa telah menjadi bagian dari sekelompok teman yang saling berbagi satu sama lain.					
28	Saya menikmati kegiatan sosial bersama-sama dengan guru yang cukup menyenangkan.					

Lampiran 2

Validitas Isi Aiken's V

Tabel Hasil Skoring Penilaian Aiken's V Variabel Dukungan Sosial

Penilai	Item 1		Item 2		Item 3		Item 4		Item 5		Item 6		Item 7		Item 8		Item 9		Item 10		Item 11	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
P. Agung	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	5	4	5	4	5	4	5	4	2	1	5	4	5	4	5	4	5	4	3	2	5	4
B. Fina	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
$\sum s$	15		15		15		15		12		14		15		15		15		13		15	
V	0,937		0,937		0,937		0,937		0,75		0,875		0,937		0,937		0,937		0,812		0,937	

Penilai	Item 12		Item 13		Item 14		Item 15		Item 16		Item 17		Item 18		Item 19		Item 20		Item 21		Item 22	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4

P. Agung	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	5	4	3	2	5	4	2	1	5	4	4	3	5	4	2	1	5	4	5	4	5	4
B. Fina	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
$\sum s$	15		13		15		12		15		15		15		12		15		15		15	
V	0,937		0,812		0,937		0,75		0,937		0,937		0,937		0,75		0,937		0,937		0,937	

Penilai	Item 23		Item 24		Item 25		Item 26		Item 27		Item 28	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
P. Agung	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
B. Fina	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4
$\sum s$	14		14		15		15		15		15	
V	0,875		0,875		0,937		0,937		0,937		0,937	

Tabel Hasil Skoring Penilaian Aiken's V Variabel *Psychological Well-Being*

Penilai	Item 1		Item 2		Item 3		Item 4		Item 5		Item 6		Item 7		Item 8		Item 9		Item 10		Item 11	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	4	3	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
P. Agung	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	5	4	5	4	5	4	5	4	1	0	2	1	5	4	5	4	5	4	5	4	1	0
B. Fina	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4	4	3	5	4
Σs	14		16		14		15		11		12		15		15		15		14		11	
V	0,875		1,000		0,875		0,937		0,687		0,75		0,937		0,937		0,937		0,875		0,687	

Penilai	Item 12		Item 13		Item 14		Item 15		Item 16		Item 17		Item 18		Item 19		Item 20		Item 21		Item 22	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
P. Agung	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	3	2	1	0	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	3	2	5	4	3	2

B. Fina	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
$\sum s$	13		11		15		15		15		15		14		15		13		15		13	
V	0,812		0,687		0,937		0,937		0,937		0,937		0,875		0,937		0,812		0,937		0,812	

Penilai	Item 23		Item 24		Item 25		Item 26		Item 27		Item 28		Item 29	
	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S	Skor	S
B. Yulia	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4
P. Agung	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
P. Lubab	5	4	5	4	4	3	5	4	4	3	4	3	1	0
B. Fina	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	5	4
$\sum s$	14		15		14		15		13		15		11	
V	0,875		0,937		0,875		0,937		0,812		0,937		0,687	

Lampiran 3

Analisis Data SPSS

Analisis Data Dukungan Sosial

Dukungan Sosial Keseluruhan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	65.3636	192.828	.727	.926
X2	64.5636	196.954	.650	.927
X3	64.6182	201.092	.615	.928
X4	65.7455	196.675	.620	.928
X5	65.1455	193.608	.808	.925
X6	65.0182	197.018	.720	.926
X7	65.2727	195.943	.693	.927
X8	65.1273	197.224	.597	.929
X9	65.4545	204.030	.441	.931
X10	65.2000	198.274	.582	.929
X11	65.3091	196.143	.647	.928
X12	65.0000	192.778	.767	.925
X13	65.5273	197.439	.616	.928
X14	65.2545	198.267	.624	.928
X16	66.1455	204.460	.376	.933
X17	64.9273	202.995	.451	.931

X22	65.2909	200.469	.534	.930
X23	65.3091	199.069	.623	.928
X24	64.8545	196.941	.649	.927
X28	65.3091	201.106	.574	.929

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
68.6545	218.786	14.79141	20

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.894	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	94.8727	224.335	.665	.886
X2	94.0727	229.032	.576	.888
X3	94.1273	231.928	.584	.888
X4	95.2545	227.564	.584	.888
X5	94.6545	225.453	.727	.885
X6	94.5273	228.772	.649	.887
X7	94.7818	227.026	.646	.886
X8	94.6364	226.569	.608	.887
X9	94.9636	235.517	.401	.892
X10	94.7091	228.432	.571	.888
X11	94.8182	226.152	.635	.886
X12	94.5091	221.032	.801	.883

X13	95.0364	227.258	.613	.887
X14	94.7636	228.332	.615	.887
X15	95.0364	237.962	.259	.895
X16	95.6545	237.008	.311	.894
X17	94.4364	232.510	.469	.890
X18	94.5455	248.845	-.004	.900
X19	94.4182	247.174	.058	.898
X20	94.2364	242.406	.241	.894
X21	94.3273	241.817	.198	.896
X22	94.8000	230.496	.531	.889
X23	94.8182	229.855	.592	.888
X24	94.3636	227.421	.624	.887
X25	94.5818	247.581	.031	.899
X26	94.2364	245.999	.095	.897
X27	94.4182	244.396	.138	.897
X28	94.8182	232.411	.529	.889

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
98.1636	249.954	15.80994	28

Dukungan Orang Tua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	11

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2	34.0182	61.537	.651	.880
X10	34.6545	61.675	.615	.882
X23	34.7636	63.369	.584	.884
X4	35.2000	62.163	.572	.885
X5	34.6000	60.170	.784	.873
X6	34.4727	62.032	.696	.878
X8	34.5818	62.211	.564	.886
X11	34.7636	61.888	.598	.883
X13	34.9818	62.203	.592	.884
X22	34.7455	64.082	.496	.889
X24	34.3091	61.625	.645	.881

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
38.1091	74.321	8.62098	11

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.821	17

Item-Total Statistics

	Scale <i>Mean</i> if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2	56.0364	81.369	.548	.804
X10	56.6727	80.558	.566	.803
X18	56.5091	92.255	.013	.835
X20	56.2000	88.274	.278	.819
X23	56.7818	82.174	.547	.805
X25	56.5455	91.438	.049	.833
X26	56.2000	90.533	.119	.827
X4	57.2182	80.914	.534	.804
X5	56.6182	79.944	.664	.798
X6	56.4909	81.736	.593	.802
X8	56.6000	80.207	.565	.802
X11	56.7818	79.618	.610	.800
X13	57.0000	80.444	.579	.802
X15	57.0000	85.852	.261	.823
X21	56.2909	89.692	.134	.828
X22	56.7636	82.480	.489	.808
X24	56.3273	80.521	.592	.801

Scale Statistics

<i>Mean</i>	Variance	Std. Deviation	N of Items
60.1273	93.780	9.68400	17

Dukungan Guru

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	47.6182	105.463	.760	.894
X9	47.7091	115.173	.412	.906
X12	47.2545	106.749	.743	.895
X17	47.1818	113.152	.476	.904
X28	47.5636	113.176	.535	.902
X23	47.5636	111.065	.613	.900
X4	48.0000	109.556	.597	.900
X5	47.4000	107.393	.782	.894
X6	47.2727	110.017	.688	.897
X8	47.3818	109.500	.594	.900
X11	47.5636	107.658	.691	.897
X13	47.7818	109.766	.610	.900
X15	47.7818	113.840	.376	.909
X22	47.5455	112.882	.488	.904
X24	47.1091	110.210	.607	.900

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
50.9091	125.862	11.21882	15

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.885	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	55.2000	108.533	.753	.869
X9	55.2909	118.618	.394	.883
X12	54.8364	109.102	.768	.868
X17	54.7636	116.221	.474	.880
X19	54.7455	128.378	-.014	.895
X28	55.1455	116.756	.508	.879
X23	55.1455	114.608	.587	.876
X4	55.5818	112.618	.593	.875
X5	54.9818	110.907	.754	.870
X6	54.8545	113.312	.672	.873
X8	54.9636	112.147	.608	.875
X11	55.1455	111.090	.669	.872
X13	55.3636	112.384	.625	.874
X15	55.3636	118.310	.322	.887
X21	54.6545	124.971	.112	.893
X22	55.1273	115.965	.485	.880
X24	54.6909	113.180	.607	.875

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
58.4909	129.032	11.35924	17

Dukungan Teman**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	13

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X3	39.6364	84.125	.562	.885
X7	40.2909	78.692	.761	.875
X14	40.2727	81.980	.592	.884
X16	41.1636	85.769	.349	.896
X4	40.7636	79.554	.659	.880
X5	40.1636	79.362	.759	.876
X6	40.0364	81.332	.681	.880
X8	40.1455	81.608	.550	.886
X11	40.3273	80.261	.633	.881
X13	40.5455	80.401	.638	.881
X15	40.5455	83.438	.418	.893
X22	40.3091	82.921	.524	.887
X24	39.8727	81.965	.574	.884

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
43.6727	94.965	9.74500	13

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.863	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X3	47.2182	87.211	.554	.852
X7	47.8727	81.854	.744	.842
X14	47.8545	84.571	.609	.849
X16	48.7455	89.304	.324	.864
X27	47.5091	97.106	-.005	.877
X4	48.3455	82.675	.646	.846
X5	47.7455	82.897	.721	.843
X6	47.6182	84.907	.642	.848
X8	47.7273	83.869	.581	.850
X11	47.9091	83.529	.614	.848
X13	48.1273	83.261	.639	.847
X15	48.1273	87.928	.350	.863
X21	47.4182	94.433	.110	.873
X22	47.8909	85.803	.527	.853
X24	47.4545	84.845	.575	.850

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
51.2545	98.082	9.90364	15

Analisis Data Psychological Well-Being**Psychological Well-Being Keseluruhan****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	87.8182	409.003	.723	.954
Y2	87.8182	411.485	.746	.954
Y3	87.8182	413.522	.577	.955
Y4	87.9455	411.534	.683	.954
Y5	87.6909	415.403	.615	.955
Y6	87.6364	416.865	.640	.955
Y7	87.7273	411.239	.736	.954
Y8	87.7273	423.832	.447	.956
Y9	87.7636	407.851	.719	.954
Y10	88.2364	416.332	.571	.955
Y12	87.0909	412.455	.673	.954
Y13	87.2727	415.832	.669	.955
Y14	87.8182	411.077	.719	.954
Y15	87.4727	412.958	.662	.955

Y16	87.6545	412.230	.644	.955
Y17	87.7273	408.350	.724	.954
Y18	86.9273	412.921	.679	.954
Y19	86.9818	420.648	.601	.955
Y20	88.1091	413.321	.631	.955
Y21	87.5091	409.847	.792	.953
Y22	87.3818	414.277	.718	.954
Y23	87.6364	411.162	.728	.954
Y24	87.7091	411.432	.717	.954
Y25	87.6727	419.298	.574	.955
Y26	87.8727	409.039	.651	.955
Y27	87.7818	413.396	.549	.956
Y29	87.6727	421.891	.532	.956

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
91.0182	445.277	21.10160	27

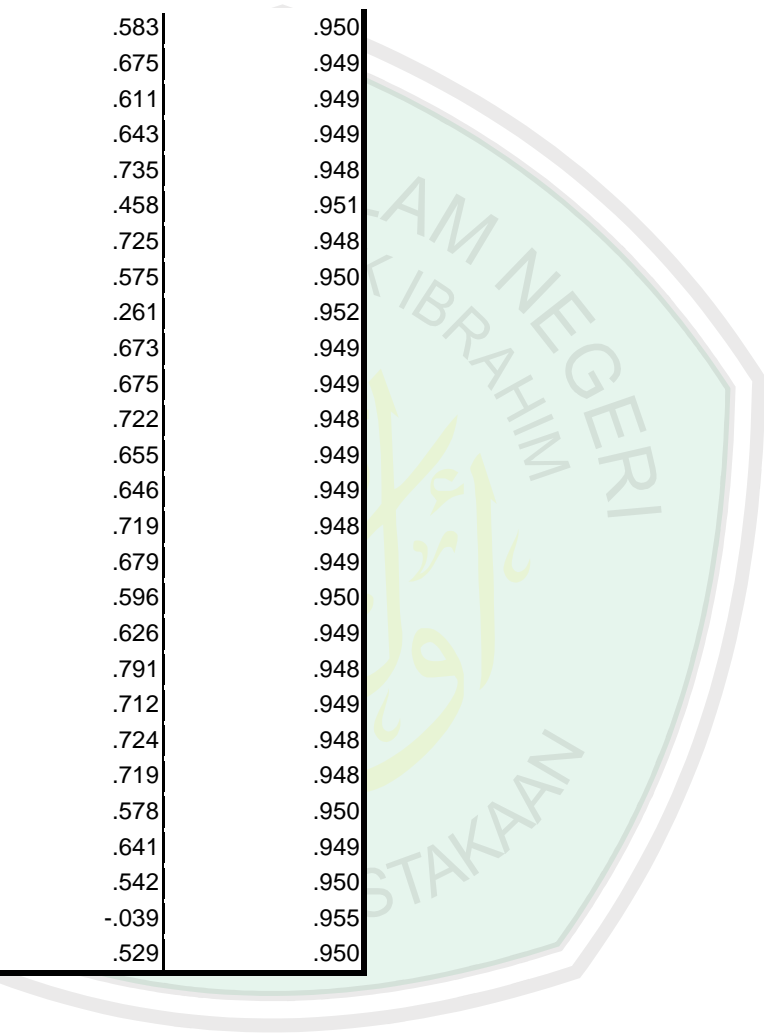
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	29

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	95.3636	421.162	.717	.948
Y2	95.3636	423.125	.752	.948

Y3	95.3636	425.199	.583	.950
Y4	95.4909	423.810	.675	.949
Y5	95.2364	427.554	.611	.949
Y6	95.1818	428.744	.643	.949
Y7	95.2727	423.202	.735	.948
Y8	95.2727	435.424	.458	.951
Y9	95.3091	419.440	.725	.948
Y10	95.7818	428.137	.575	.950
Y11	94.7636	445.295	.261	.952
Y12	94.6364	424.384	.673	.949
Y13	94.8182	427.522	.675	.949
Y14	95.3636	422.865	.722	.948
Y15	95.0182	425.203	.655	.949
Y16	95.2000	424.089	.646	.949
Y17	95.2727	420.424	.719	.948
Y18	94.4727	424.846	.679	.949
Y19	94.5273	432.884	.596	.950
Y20	95.6545	425.490	.626	.949
Y21	95.0545	421.756	.791	.948
Y22	94.9273	426.476	.712	.949
Y23	95.1818	423.226	.724	.948
Y24	95.2545	423.267	.719	.948
Y25	95.2182	431.137	.578	.950
Y26	95.4182	421.433	.641	.949
Y27	95.3273	425.706	.542	.950
Y28	94.8182	458.300	-.039	.955
Y29	95.2182	434.063	.529	.950



Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
98.5636	457.658	21.39294	29

Dimensi Otonomi**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.814	4

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1a	9.4727	8.328	.672	.748
Y1b	9.4727	8.809	.687	.745
Y1c	9.4727	8.291	.601	.785
Y1d	9.6000	8.911	.587	.788

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
12.6727	14.372	3.79109	4

Dimensi Enviromental Mastery**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.753	4

Item-Total Statistics

	Scale <i>Mean</i> if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y2a	10.1607	7.919	.538	.702
Y2b	10.0893	7.792	.613	.664
Y2c	10.1607	7.265	.624	.653
Y2d	10.1429	8.016	.439	.760

Scale Statistics

<i>Mean</i>	Variance	Std. Deviation	N of Items
13.5179	12.727	3.56748	4

Dimensi *Personal Growth***Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	5

Item-Total Statistics

	Scale <i>Mean</i> if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y3a	14.8214	27.422	.708	.880

Y3b	15.2679	27.036	.690	.884
Y3c	14.2500	28.482	.655	.891
Y3d	14.1071	25.006	.811	.857
Y3e	14.2679	24.127	.854	.846

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
18.1786	40.222	6.34209	5

Dimensi Positive Relation with Other

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	5

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y4a	15.2143	60.753	.900	.951
Y4b	14.8571	59.252	.912	.948
Y4c	15.0179	58.381	.855	.957
Y4d	15.0714	55.849	.887	.952
Y43	14.2679	55.618	.908	.948

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
18.6071	89.697	9.47087	5

Dimensi Purpose in Life

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.981	5

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y5a	14.7321	106.927	.925	.980
Y5b	15.8214	100.040	.925	.978
Y5c	15.2143	98.462	.965	.972
Y5d	15.0714	96.940	.960	.973
Y5e	15.3036	93.524	.956	.975

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
19.0357	154.217	12.41841	5

Dimensi Self Acceptance

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.982	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y6a	18.9286	260.904	.954	.978
Y6b	18.8750	258.220	.950	.978
Y6c	19.0536	251.252	.944	.979
Y6d	18.9464	248.306	.935	.980
Y6e	18.4286	251.049	.919	.981
Y6f	18.8036	242.343	.957	.978

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
22.6071	361.625	19.01643	6

Uji Normalitas

Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being Keseluruhan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	X	Y
N	55	55
Normal Parameters ^a	Mean 68.6545	Mean 91.0182
	Std. Deviation 1.47914E1	Std. Deviation 2.11016E1
Most Extreme Differences	Absolute .096	Absolute .116
	Positive .053	Positive .058
	Negative -.096	Negative -.116
Kolmogorov-Smirnov Z	.709	.864

Asymp. Sig. (2-tailed)	.696	.445
a. Test distribution is Normal.		

Uji Normalitas Sumber-sumber Dukungan Sosial

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		ORTU	GURU	TEMAN
N		55	55	55
Normal Parameters ^a	Mean	38.1091	51.5273	40.5455
	Std. Deviation	8.62098	1.06629E1	9.13442
Most Extreme Differences	Absolute	.104	.136	.113
	Positive	.049	.072	.058
	Negative	-.104	-.136	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		.772	1.008	.835
Asymp. Sig. (2-tailed)		.591	.262	.489
a. Test distribution is Normal.				

Uji Normalitas Dimensi *Psychological Well-Being*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Otonomi	Enviromental	Personal	Positive	Purpose	Acceptance
N		55	55	55	55	55	55
Normal Parameters ^a	Mean	12.6727	13.2909	17.5091	17.4909	17.4727	20.1273
	Std. Deviation	3.79109	3.16621	3.92463	4.50462	4.21134	4.19018
Most Extreme Differences	Absolute	.101	.134	.132	.163	.132	.139
	Positive	.070	.095	.079	.071	.058	.065
	Negative	-.101	-.134	-.132	-.163	-.132	-.139

Otonomi * GURU	Between Groups	(Combined)	632.109	28	22.575	4.076	.000
		Linearity	575.963	1	575.963	103.993	.000
		Deviation from Linearity	56.146	27	2.079	.375	.993
	Within Groups		144.000	26	5.538		
	Total		776.109	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Otonomi * ORTU	Between Groups	(Combined)	670.192	24	27.925	7.909	.000
		Linearity	583.251	1	583.251	165.201	.000
		Deviation from Linearity	86.941	23	3.780	1.071	.425
	Within Groups		105.917	30	3.531		
	Total		776.109	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Enviromental * TEMAN	Between Groups	(Combined)	457.179	29	15.765	4.683	.000
		Linearity	371.214	1	371.214	110.262	.000
		Deviation from Linearity	85.965	28	3.070	.912	.596
	Within Groups		84.167	25	3.367		
	Total		541.345	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Enviromental * GURU	Between Groups	(Combined)	496.929	28	17.747	10.389	.000
		Linearity	383.550	1	383.550	224.517	.000

	Deviation from Linearity	113.379	27	4.199	2.458	.012
Within Groups		44.417	26	1.708		
Total		541.345	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Enviromental * ORTU	Between Groups	(Combined)	467.429	24	19.476	7.905	.000
		Linearity	403.947	1	403.947	163.947	.000
		Deviation from Linearity	63.482	23	2.760	1.120	.380
	Within Groups		73.917	30	2.464		
	Total		541.345	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Personal * TEMAN	Between Groups	(Combined)	715.745	29	24.681	5.319	.000
		Linearity	546.880	1	546.880	117.862	.000
		Deviation from Linearity	168.865	28	6.031	1.300	.255
	Within Groups		116.000	25	4.640		
	Total		831.745	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Personal * GURU	Between Groups	(Combined)	708.662	28	25.309	5.346	.000
		Linearity	540.238	1	540.238	114.119	.000
		Deviation from Linearity	168.424	27	6.238	1.318	.242

	Within Groups		123.083	26	4.734	
	Total		831.745	54		

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Personal * ORTU	Between Groups	(Combined)	682.412	24	28.434	5.712	.000
		Linearity	604.005	1	604.005	121.340	.000
		Deviation from Linearity	78.408	23	3.409	.685	.824
	Within Groups		149.333	30	4.978		
	Total		831.745	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Positive * TEMAN	Between Groups	(Combined)	958.579	29	33.054	6.025	.000
		Linearity	786.337	1	786.337	143.318	.000
		Deviation from Linearity	172.241	28	6.151	1.121	.388
	Within Groups		137.167	25	5.487		
	Total		1095.745	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Positive * GURU	Between Groups	(Combined)	966.745	28	34.527	6.959	.000
		Linearity	807.608	1	807.608	162.774	.000
		Deviation from Linearity	159.138	27	5.894	1.188	.331
	Within Groups		129.000	26	4.962		
	Total		1095.745	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Positive * ORTU	Between Groups	(Combined)	949.329	24	39.555	8.105	.000
		Linearity	845.470	1	845.470	173.232	.000
		Deviation from Linearity	103.858	23	4.516	.925	.571
	Within Groups		146.417	30	4.881		
	Total		1095.745	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Purpose * TEMAN	Between Groups	(Combined)	917.126	29	31.625	19.482	.000
		Linearity	864.685	1	864.685	532.660	.000
		Deviation from Linearity	52.440	28	1.873	1.154	.361
	Within Groups		40.583	25	1.623		
	Total		957.709	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Purpose * GURU	Between Groups	(Combined)	873.376	28	31.192	9.617	.000
		Linearity	776.382	1	776.382	239.359	.000
		Deviation from Linearity	96.994	27	3.592	1.108	.398
	Within Groups		84.333	26	3.244		
	Total		957.709	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Purpose * ORTU	Between Groups	(Combined)	858.459	24	35.769	10.812	.000
		Linearity	803.869	1	803.869	242.983	.000
		Deviation from Linearity	54.590	23	2.373	.717	.792
	Within Groups		99.250	30	3.308		
	Total		957.709	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Acceptance * TEMAN	Between Groups	(Combined)	778.526	29	26.846	3.958	.000
		Linearity	624.316	1	624.316	92.037	.000
		Deviation from Linearity	154.210	28	5.508	.812	.705
	Within Groups		169.583	25	6.783		
	Total		948.109	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Acceptance * GURU	Between Groups	(Combined)	834.526	28	29.804	6.822	.000
		Linearity	691.380	1	691.380	158.262	.000
		Deviation from Linearity	143.146	27	5.302	1.214	.312
	Within Groups		113.583	26	4.369		
	Total		948.109	54			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Acceptance * ORTU	Between Groups	(Combined)	764.276	24	31.845	5.197	.000
		Linearity	644.456	1	644.456	105.170	.000
		Deviation from Linearity	119.820	23	5.210	.850	.652
	Within Groups		183.833	30	6.128		
	Total		948.109	54			

Uji Regresi *R Square* secara keseluruhan dan persumber serta perdimensi

Keseluruhan

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.965 ^a	.931	.929	5.60606

a. Predictors: (Constant), X

Dimensi Otonomi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.873 ^a	.762	.748	1.90461

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Dimensi *Enviromental Mastery*

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.866 ^a	.750	.735	1.62869

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Dimensi Personal Growth

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.856 ^a	.732	.716	2.09014

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Dimensi Positive Relation with Other

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.880 ^a	.775	.761	2.20061

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Dimensi Purpose in Life

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.951 ^a	.905	.899	1.33578

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Dimensi Self Acceptance

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.855 ^a	.731	.715	2.23686

a. Predictors: (Constant), TEMAN, GURU, ORTU

Lampiran 4

Data Excel

Data Excel Dukungan Sosial

Dukungan Sosial Keseluruhan

DS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	16	17	22	23	24	28		
1	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	87	Tinggi
2	2	4	5	2	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	4	58	Sedang
3	3	5	5	4	4	4	5	4	4	3	3	5	3	4	2	4	5	3	4	3	77	Tinggi
4	5	5	4	4	5	4	5	2	2	5	5	5	3	5	2	5	5	5	5	3	84	Tinggi
5	5	4	4	4	5	5	5	5	3	5	4	5	4	3	4	5	5	5	4	3	87	Tinggi
6	2	3	4	1	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	1	3	2	2	3	4	57	Sedang
7	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	5	4	3	1	4	36	Rendah
8	3	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	74	Tinggi
9	2	5	5	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	74	Tinggi
10	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	5	3	2	53	Sedang
11	2	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	69	Sedang
12	2	4	4	1	3	4	4	1	2	4	3	3	5	1	2	3	3	3	5	5	62	Sedang
13	1	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	5	1	5	4	1	5	5	5	5	75	Tinggi
14	4	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	74	Tinggi

15	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	5	5	3	2	2	2	3	4	4	70	Sedang
16	3	5	4	1	3	3	2	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	5	2	66	Sedang
17	2	4	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	50	Sedang
18	2	2	3	2	1	2	2	3	1	5	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	41	Rendah
19	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	95	Tinggi
20	3	5	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	5	3	2	2	2	4	3	66	Sedang
21	5	4	3	3	4	3	4	4	4	2	5	4	3	2	3	4	1	3	5	3	69	Sedang
22	4	5	5	3	4	5	4	3	5	4	5	4	4	3	5	5	4	3	5	5	85	Tinggi
23	2	4	4	2	3	2	2	4	3	5	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	61	Sedang
24	3	5	5	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	5	2	4	5	3	69	Sedang
25	4	5	4	2	2	3	2	5	2	2	5	3	2	3	2	4	2	3	3	3	61	Sedang
26	3	5	5	5	5	4	5	5	1	4	5	5	5	3	3	5	3	3	5	4	83	Tinggi
27	2	4	3	2	2	2	1	5	4	3	3	2	2	4	1	5	2	3	2	3	55	Sedang
28	4	5	4	2	4	5	3	3	3	1	3	4	2	3	1	5	3	4	5	3	67	Sedang
29	2	1	1	2	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	5	2	1	3	1	2	37	Rendah
30	3	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	1	3	2	2	3	3	58	Sedang
31	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	5	2	2	3	2	49	Sedang
32	4	5	5	3	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	78	Tinggi
33	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	2	1	1	2	1	25	Rendah
34	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	94	Tinggi
35	2	4	3	1	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	53	Sedang
36	5	5	5	3	4	5	3	5	3	3	4	5	1	5	1	5	3	3	5	3	76	Tinggi
37	4	5	4	2	5	4	4	5	4	4	4	5	3	5	5	5	4	5	5	4	86	Tinggi
38	3	4	4	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	63	Sedang
39	4	1	2	5	3	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	3	5	3	2	3	74	Tinggi
40	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	81	Tinggi

41	4	5	5	4	4	2	4	5	3	5	4	5	3	4	2	4	4	4	4	4	79	Tinggi
42	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	4	71	Sedang
43	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	5	76	Tinggi
44	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	3	5	4	4	5	4	89	Tinggi
45	4	5	4	4	3	3	4	5	5	5	5	5	4	4	2	5	4	5	4	2	82	Tinggi
46	2	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	1	2	3	3	3	3	54	Sedang
47	4	5	5	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	75	Tinggi
48	2	4	4	4	3	3	4	3	3	2	2	2	4	4	2	3	4	2	4	3	62	Sedang
49	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	2	4	3	68	Sedang
50	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	1	4	4	3	4	3	73	Tinggi
51	5	5	5	2	5	4	4	4	5	4	5	4	4	2	3	4	2	4	5	5	81	Tinggi
52	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	5	4	4	4	3	80	Tinggi
53	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	1	2	1	3	2	3	5	4	4	3	58	Sedang
54	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4	3	72	Sedang
55	5	5	5	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	5	5	4	77	Tinggi

Dukungan Orang Tua

ORTU	2	10	23	4	5	6	8	11	13	22	24		
1	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	47	Tinggi
2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	30	Sedang
3	5	3	3	4	4	4	4	3	3	5	4	42	Tinggi
4	5	5	5	4	5	4	2	5	3	5	5	48	Tinggi
5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	50	Tinggi
6	3	3	2	1	4	3	3	3	4	2	3	31	Sedang
7	1	1	3	1	1	1	1	1	1	4	1	16	Rendah
8	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	43	Tinggi

9	5	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	41	Tinggi
10	2	2	5	2	3	4	2	2	2	4	3	31	Sedang
11	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	39	Sedang
12	4	4	3	1	3	4	1	3	5	3	5	36	Sedang
13	5	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	43	Tinggi
14	4	5	3	3	4	4	4	3	4	4	4	42	Tinggi
15	4	3	3	3	3	3	4	4	5	2	4	38	Sedang
16	5	4	4	1	3	3	4	2	3	4	5	38	Sedang
17	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	27	Sedang
18	2	5	1	2	1	2	3	3	2	2	2	25	Sedang
19	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	54	Tinggi
20	5	4	2	4	3	4	3	3	4	2	4	38	Sedang
21	4	2	3	3	4	3	4	5	3	1	5	37	Sedang
22	5	4	3	3	4	5	3	5	4	4	5	45	Tinggi
23	4	5	3	2	3	2	4	3	3	3	3	35	Sedang
24	5	3	4	3	4	4	3	3	3	2	5	39	Sedang
25	5	2	3	2	2	3	5	5	2	2	3	34	Sedang
26	5	4	3	5	5	4	5	5	5	3	5	49	Tinggi
27	4	3	3	2	2	2	5	3	2	2	2	30	Rendah
28	5	1	4	2	4	5	3	3	2	3	5	37	Sedang
29	1	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	16	Rendah
30	4	4	2	2	4	3	3	3	2	2	3	32	Sedang
31	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	25	Sedang
32	5	4	4	3	4	5	5	4	4	4	1	43	Tinggi
33	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	14	Rendah
34	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	52	Tinggi

35	4	2	2	1	3	4	4	2	2	3	3	30	Sedang
36	5	3	3	3	4	5	5	4	1	3	5	41	Tinggi
37	5	4	5	2	5	4	5	4	3	4	5	46	Tinggi
38	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	35	Sedang
39	1	3	3	5	3	4	4	4	4	5	2	38	Sedang
40	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	43	Tinggi
41	5	5	4	4	4	2	5	4	3	4	4	44	Tinggi
42	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	39	Sedang
43	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	41	Tinggi
44	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	50	Tinggi
45	5	5	5	4	3	3	5	5	4	4	4	47	Tinggi
46	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	32	Sedang
47	5	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	42	Tinggi
48	4	2	2	4	3	3	3	2	4	4	4	35	Sedang
49	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	37	Sedang
50	4	5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	42	Tinggi
51	5	4	4	2	5	4	4	5	4	2	5	44	Tinggi
52	5	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	45	Tinggi
53	4	4	4	2	3	3	3	1	1	5	4	34	Sedang
54	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	42	Tinggi
55	5	3	5	4	3	4	4	3	3	3	5	42	Tinggi

Dukungan Guru

GURU	1	9	12	17	19	28	23	4	5	6	8	11	13	22	24		
1	4	4	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	64	Tinggi
2	2	3	2	2	5	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	42	Sedang

3	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	5	4	57	Tinggi
4	5	2	5	5	3	3	5	4	5	4	2	5	3	5	5	61	Tinggi
5	5	3	5	5	4	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4	66	Tinggi
6	2	2	4	3	4	4	2	1	4	3	3	3	4	2	3	44	Sedang
7	1	1	1	5	5	4	3	1	1	1	1	1	1	4	1	31	Rendah
8	3	3	3	4	3	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	55	Tinggi
9	2	4	4	4	5	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	55	Tinggi
10	3	2	3	4	5	2	5	2	3	4	2	2	2	4	3	46	Sedang
11	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	52	Sedang
12	2	2	3	3	3	5	3	1	3	4	1	3	5	3	5	46	Sedang
13	1	5	5	1	3	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	53	Sedang
14	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	56	Tinggi
15	4	4	5	2	4	4	3	3	3	3	4	4	5	2	4	54	Sedang
16	3	3	4	4	5	2	4	1	3	3	4	2	3	4	5	50	Sedang
17	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	35	Sedang
18	2	1	3	1	4	1	1	2	1	2	3	3	2	2	2	30	Rendah
19	5	2	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	69	Tinggi
20	3	3	3	2	5	3	2	4	3	4	3	3	4	2	4	48	Sedang
21	5	4	4	4	5	3	3	3	4	3	4	5	3	1	5	56	Tinggi
22	4	5	4	5	3	5	3	3	4	5	3	5	4	4	5	62	Tinggi
23	2	3	3	4	5	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	45	Sedang
24	3	2	4	5	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	5	52	Sedang
25	4	2	3	4	1	3	3	2	2	3	5	5	2	2	3	44	Sedang
26	3	1	5	5	4	4	3	5	5	4	5	5	5	3	5	62	Tinggi
27	2	4	2	5	4	3	3	2	2	2	5	3	2	2	2	43	Sedang
28	4	3	4	5	3	3	4	2	4	5	3	3	2	3	5	53	Sedang

29	2	4	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	27	Rendah
30	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	43	Sedang
31	2	2	2	5	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	36	Sedang
32	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	5	4	4	4	1	57	Tinggi
33	1	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	22	Rendah
34	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	71	Tinggi
35	2	4	3	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	3	40	Sedang
36	5	3	5	5	5	3	3	3	4	5	5	4	1	3	5	59	Tinggi
37	4	4	5	5	3	4	5	2	5	4	5	4	3	4	5	62	Tinggi
38	3	2	4	3	5	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	48	Sedang
39	4	4	5	3	5	3	3	5	3	4	4	4	4	5	2	58	Tinggi
40	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	61	Tinggi
41	4	3	5	4	2	4	4	4	4	2	5	4	3	4	4	56	Tinggi
42	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	55	Tinggi
43	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	3	4	3	4	4	58	Tinggi
44	5	5	4	5	3	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	67	Tinggi
45	4	5	5	5	3	2	5	4	3	3	5	5	4	4	4	61	Tinggi
46	2	2	4	2	5	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	43	Sedang
47	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	55	Tinggi
48	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	4	4	45	Sedang
49	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	52	Sedang
50	3	4	4	4	5	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	56	Tinggi
51	5	5	4	4	3	5	4	2	5	4	4	5	4	2	5	61	Tinggi
52	4	4	4	5	2	3	4	3	4	4	4	5	4	4	4	58	Tinggi
53	2	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	1	1	5	4	40	Sedang
54	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	54	Sedang

55 5 4 4 3 4 4 5 4 3 4 4 3 3 3 5 58 Tinggi

Dukungan Teman

TEMAN	3	7	14	16	4	5	6	8	11	13	22	24		
1	5	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	53	Tinggi
2	5	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	4	37	Sedang
3	5	5	4	2	4	4	4	4	3	3	5	4	47	Tinggi
4	4	5	5	2	4	5	4	2	5	3	5	5	49	Tinggi
5	4	5	3	4	4	5	5	5	4	4	5	4	52	Tinggi
6	4	3	3	1	1	4	3	3	3	4	2	3	34	Sedang
7	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	19	Rendah
8	4	3	4	3	3	4	5	4	4	3	4	4	45	Tinggi
9	5	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	46	Tinggi
10	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	4	3	30	Sedang
11	4	3	4	2	3	2	4	4	3	4	3	4	40	Sedang
12	4	4	1	2	1	3	4	1	3	5	3	5	36	Sedang
13	5	1	5	4	5	5	5	1	1	1	5	5	43	Sedang
14	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	43	Sedang
15	4	4	3	2	3	3	3	4	4	5	2	4	41	Sedang
16	4	2	3	3	1	3	3	4	2	3	4	5	37	Sedang
17	4	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	31	Sedang
18	3	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	25	Rendah
19	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	Tinggi
20	3	3	5	3	4	3	4	3	3	4	2	4	41	Sedang
21	3	4	2	3	3	4	3	4	5	3	1	5	40	Sedang
22	5	4	3	5	3	4	5	3	5	4	4	5	50	Tinggi

23	4	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	35	Sedang
24	5	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	40	Sedang
25	4	2	3	2	2	2	3	5	5	2	2	35	Sedang
26	5	5	3	3	5	5	4	5	5	5	3	53	Tinggi
27	3	1	4	1	2	2	2	5	3	2	2	29	Sedang
28	4	3	3	1	2	4	5	3	3	2	3	38	Sedang
29	1	2	2	5	2	2	2	1	1	1	1	21	Rendah
30	4	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	33	Sedang
31	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Sedang
32	5	4	4	2	3	4	5	5	4	4	4	45	Tinggi
33	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	15	Rendah
34	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	4	55	Tinggi
35	3	3	3	1	1	3	4	4	2	2	3	32	Sedang
36	5	3	5	1	3	4	5	5	4	1	3	44	Tinggi
37	4	4	5	5	2	5	4	5	4	3	4	50	Tinggi
38	4	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	38	Sedang
39	2	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	48	Tinggi
40	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	47	Tinggi
41	5	4	4	2	4	4	2	5	4	3	4	45	Tinggi
42	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	3	42	Sedang
43	4	4	4	2	3	4	4	3	4	3	4	43	Sedang
44	5	4	4	3	5	4	5	5	5	4	4	53	Tinggi
45	4	4	4	2	4	3	3	5	5	4	4	46	Tinggi
46	4	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	31	Sedang
47	5	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	45	Tinggi
48	4	4	4	2	4	3	3	3	2	4	4	41	Sedang

49	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	41	Sedang
50	4	4	4	1	4	4	4	4	3	3	4	4	43	Sedang
51	5	4	2	3	2	5	4	4	5	4	2	5	45	Tinggi
52	5	4	3	3	3	4	4	4	5	4	4	4	47	Tinggi
53	4	3	3	2	2	3	3	3	1	1	5	4	34	Sedang
54	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	45	Tinggi
55	5	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	5	44	Tinggi

Data Excel Psychological Well-Being
Psychological Well-Being Keseluruhan

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	26	27	29			
1	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	113	Tinggi
2	4	2	2	1	2	2	2	4	3	3	4	3	2	2	2	2	4	5	2	2	4	4	2	2	2	4	73	Sedang	
3	5	3	2	3	5	4	3	3	4	4	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4	4	5	5	5	5	3	111	Tinggi	
4	5	5	1	4	3	4	4	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	3	117	Tinggi	
5	5	5	4	5	4	4	5	2	5	4	3	4	3	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	3	115	Tinggi	
6	2	2	3	2	4	2	3	2	2	1	2	4	2	2	2	2	3	4	1	4	3	3	3	2	2	4	68	Sedang	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	35	Rendah	
8	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	98	Sedang	
9	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	4	4	3	5	3	2	5	5	2	4	4	4	4	3	2	3	94	Sedang	
10	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	4	4	2	3	2	3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	70	Sedang	
11	3	4	4	2	3	3	5	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	3	2	4	3	3	2	2	4	89	Sedang	
12	3	3	4	4	3	3	2	5	4	1	4	3	4	3	4	2	4	4	1	3	4	4	4	3	5	5	92	Sedang	
13	5	5	5	1	1	1	5	5	1	5	5	5	1	1	5	1	5	5	5	5	5	1	1	1	1	5	91	Sedang	
14	4	3	5	4	4	4	4	5	2	1	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	1	5	3	95	Sedang	

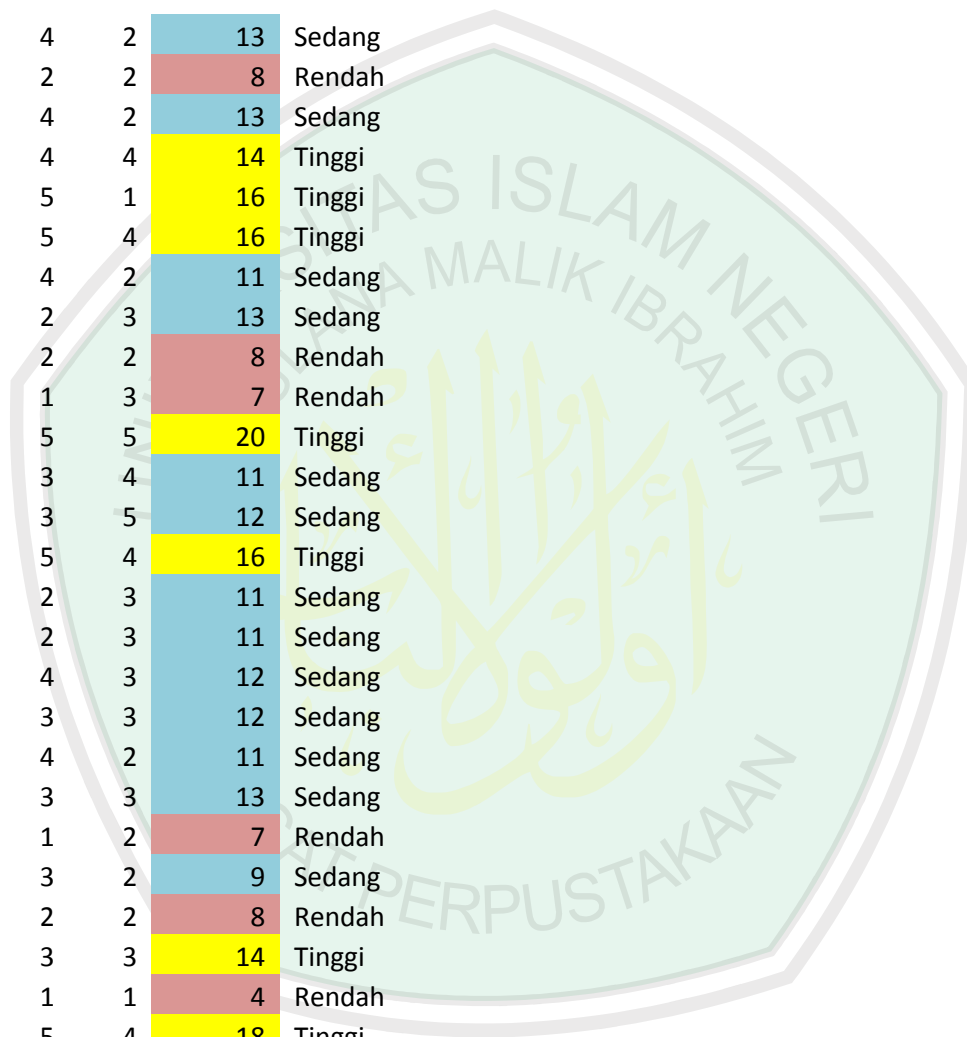
15	2	3	4	2	5	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	91	Sedang	
16	4	4	2	3	5	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	5	4	1	3	3	2	2	3	3	2	89	Sedang
17	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	73	Sedang
18	2	1	1	3	3	1	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	1	3	1	57	Rendah	
19	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	135	Tinggi
20	2	2	3	4	3	5	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	5	3	4	3	4	3	3	3	4	3	92	Sedang
21	1	3	3	5	4	5	3	3	5	2	4	4	2	5	2	5	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	92	Sedang
22	4	3	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	3	4	5	4	3	4	5	5	112	Tinggi
23	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	4	4	2	3	2	2	4	2	4	2	79	Sedang
24	2	4	2	3	4	4	2	3	3	2	4	4	3	4	3	3	5	5	3	4	4	3	3	2	4	3	90	Sedang
25	2	3	4	3	3	3	4	2	2	1	4	2	3	4	1	4	5	4	2	2	3	2	2	1	1	3	73	Sedang
26	3	3	3	3	4	3	5	2	4	2	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	3	5	2	4	106	Tinggi
27	2	3	4	2	2	3	4	2	4	1	5	4	2	3	5	2	4	3	2	2	2	1	4	1	3	3	76	Sedang
28	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	5	5	4	2	2	4	5	4	2	4	5	3	4	3	2	3	92	Sedang
29	1	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	2	45	Rendah
30	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	3	5	5	3	83	Sedang
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	4	3	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	65	Sedang
32	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	5	5	3	4	5	4	4	5	5	4	110	Tinggi
33	1	1	1	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	31	Rendah
34	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	127	Tinggi
35	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	4	2	4	3	1	3	4	3	2	2	2	2	66	Sedang
36	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	5	5	3	4	1	5	5	5	3	4	5	3	5	3	1	3	96	Sedang
37	4	5	5	4	4	4	4	3	2	4	5	3	5	3	3	4	5	4	2	5	4	4	3	5	3	4	106	Tinggi
38	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang
39	5	3	5	3	3	4	3	2	2	5	1	2	2	3	4	4	1	2	5	3	4	5	2	5	4	3	88	Sedang
40	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	Tinggi

41	4	4	3	5	5	5	4	5	4	3	5	4	3	5	4	4	5	5	4	4	2	4	4	3	2	4	108	Tinggi	
42	3	3	4	3	3	4	4	5	5	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	100	Tinggi	
43	4	4	4	4	4	4	3	3	5	2	4	4	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	5	107	Tinggi	
44	4	4	4	4	5	5	4	3	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	120	Tinggi	
45	4	5	5	5	5	3	3	5	5	4	5	5	3	3	3	4	5	4	4	3	3	4	3	3	5	2	108	Tinggi	
46	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	2	4	3	81	Sedang	
47	4	3	3	4	2	4	4	3	4	4	5	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	2	4	3	104	Tinggi	
48	4	2	2	3	4	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	2	2	4	3	82	Sedang	
49	3	2	4	4	3	4	3	4	2	2	5	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	92	Sedang	
50	4	3	5	2	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	107	Tinggi	
51	2	4	1	2	2	2	3	5	3	2	4	5	3	5	4	5	5	5	2	5	4	4	5	2	2	5	95	Sedang	
52	4	4	4	5	3	4	4	4	4	2	4	4	3	5	3	4	5	5	3	4	4	4	4	4	5	4	3	106	Tinggi
53	1	2	1	1	1	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	68	Sedang	
54	4	3	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	100	Tinggi	
55	3	4	3	4	4	4	2	4	3	2	5	4	4	4	2	5	5	5	4	3	4	3	3	5	2	4	100	Tinggi	

Dimensi Otonomi

OTONOMI	1	2	3	4		
1	5	4	4	4	17	Tinggi
2	4	2	2	1	9	Sedang
3	5	3	2	3	13	Sedang
4	5	5	1	4	15	Tinggi
5	5	5	4	5	19	Tinggi
6	2	2	3	2	9	Sedang
7	1	1	1	1	4	Rendah
8	4	4	4	4	16	Tinggi

9	4	3	4	2	13	Sedang
10	2	2	2	2	8	Rendah
11	3	4	4	2	13	Sedang
12	3	3	4	4	14	Tinggi
13	5	5	5	1	16	Tinggi
14	4	3	5	4	16	Tinggi
15	2	3	4	2	11	Sedang
16	4	4	2	3	13	Sedang
17	2	2	2	2	8	Rendah
18	2	1	1	3	7	Rendah
19	5	5	5	5	20	Tinggi
20	2	2	3	4	11	Sedang
21	1	3	3	5	12	Sedang
22	4	3	5	4	16	Tinggi
23	3	3	2	3	11	Sedang
24	2	4	2	3	11	Sedang
25	2	3	4	3	12	Sedang
26	3	3	3	3	12	Sedang
27	2	3	4	2	11	Sedang
28	3	4	3	3	13	Sedang
29	1	3	1	2	7	Rendah
30	2	2	3	2	9	Sedang
31	2	2	2	2	8	Rendah
32	4	4	3	3	14	Tinggi
33	1	1	1	1	4	Rendah
34	4	5	5	4	18	Tinggi

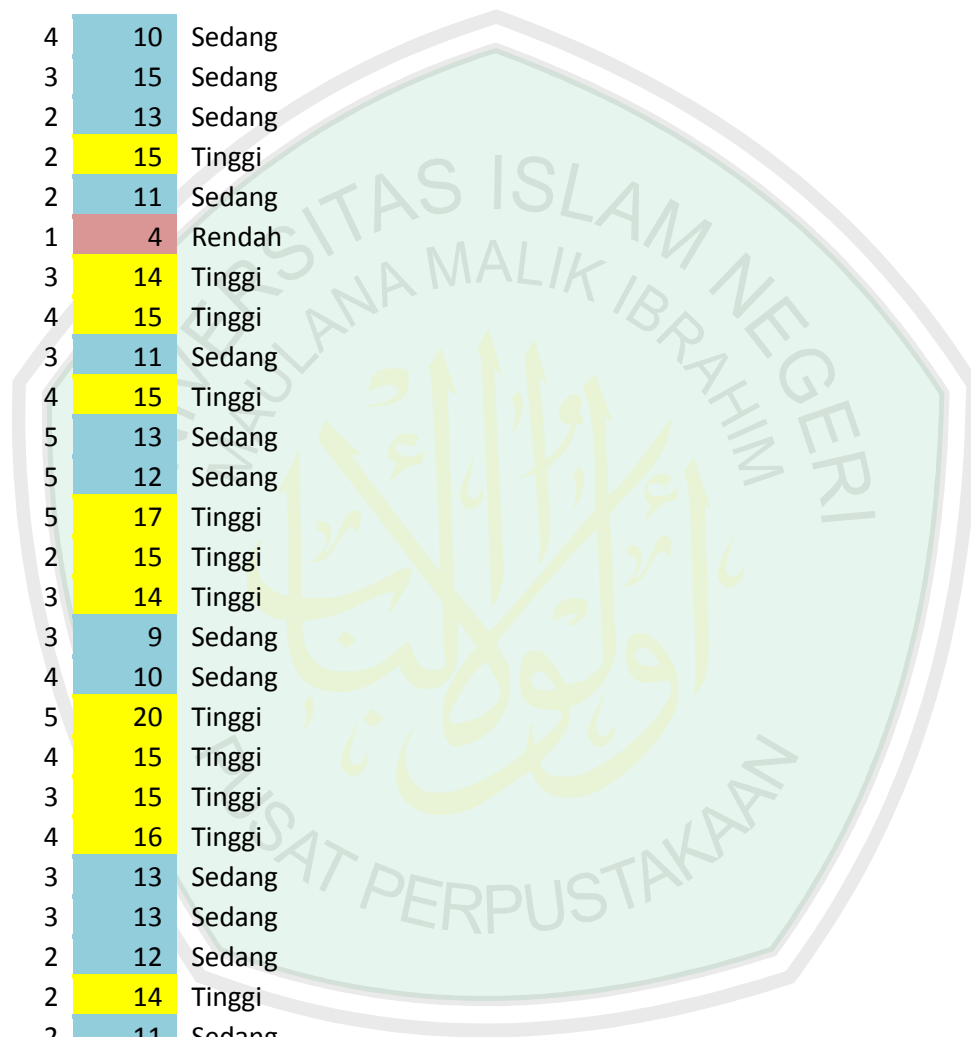


35	3	2	2	2	9	Sedang
36	3	3	3	3	12	Sedang
37	4	5	5	4	18	Tinggi
38	3	3	4	3	13	Sedang
39	5	3	5	3	16	Tinggi
40	4	4	4	4	16	Tinggi
41	4	4	3	5	16	Tinggi
42	3	3	4	3	13	Sedang
43	4	4	4	4	16	Tinggi
44	4	4	4	4	16	Tinggi
45	4	5	5	5	19	Tinggi
46	3	3	3	2	11	Sedang
47	4	3	3	4	14	Tinggi
48	4	2	2	3	11	Sedang
49	3	2	4	4	13	Sedang
50	4	3	5	2	14	Tinggi
51	2	4	1	2	9	Sedang
52	4	4	4	5	17	Tinggi
53	1	2	1	1	5	Rendah
54	4	3	4	4	15	Tinggi
55	3	4	3	4	14	Tinggi

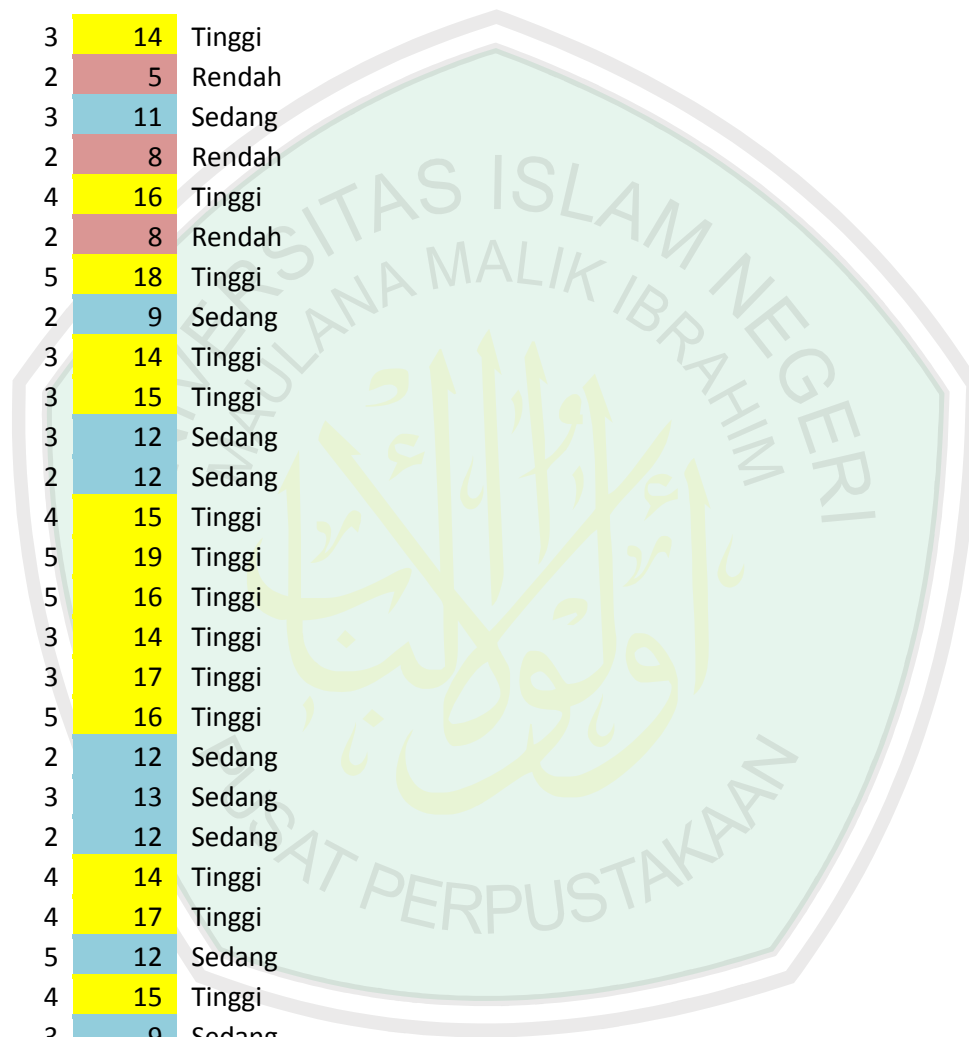
Dimensi *Enviromental Mastery*

EM	5	6	7	8	
1	4	4	4	3	15 Tinggi

2	2	2	2	4	10	Sedang
3	5	4	3	3	15	Sedang
4	3	4	4	2	13	Sedang
5	4	4	5	2	15	Tinggi
6	4	2	3	2	11	Sedang
7	1	1	1	1	4	Rendah
8	3	4	4	3	14	Tinggi
9	3	4	4	4	15	Tinggi
10	4	2	2	3	11	Sedang
11	3	3	5	4	15	Tinggi
12	3	3	2	5	13	Sedang
13	1	1	5	5	12	Sedang
14	4	4	4	5	17	Tinggi
15	5	4	4	2	15	Tinggi
16	5	3	3	3	14	Tinggi
17	2	2	2	3	9	Sedang
18	3	1	2	4	10	Sedang
19	5	5	5	5	20	Tinggi
20	3	5	3	4	15	Tinggi
21	4	5	3	3	15	Tinggi
22	4	4	4	4	16	Tinggi
23	4	3	3	3	13	Sedang
24	4	4	2	3	13	Sedang
25	3	3	4	2	12	Sedang
26	4	3	5	2	14	Tinggi
27	2	3	4	2	11	Sedang



28	4	4	3	3	14	Tinggi
29	1	1	1	2	5	Rendah
30	3	3	2	3	11	Sedang
31	2	2	2	2	8	Rendah
32	4	4	4	4	16	Tinggi
33	1	4	1	2	8	Rendah
34	4	4	5	5	18	Tinggi
35	2	3	2	2	9	Sedang
36	4	3	4	3	14	Tinggi
37	4	4	4	3	15	Tinggi
38	3	3	3	3	12	Sedang
39	3	4	3	2	12	Sedang
40	3	4	4	4	15	Tinggi
41	5	5	4	5	19	Tinggi
42	3	4	4	5	16	Tinggi
43	4	4	3	3	14	Tinggi
44	5	5	4	3	17	Tinggi
45	5	3	3	5	16	Tinggi
46	4	3	3	2	12	Sedang
47	2	4	4	3	13	Sedang
48	4	3	3	2	12	Sedang
49	3	4	3	4	14	Tinggi
50	4	4	5	4	17	Tinggi
51	2	2	3	5	12	Sedang
52	3	4	4	4	15	Tinggi
53	1	3	2	3	9	Sedang

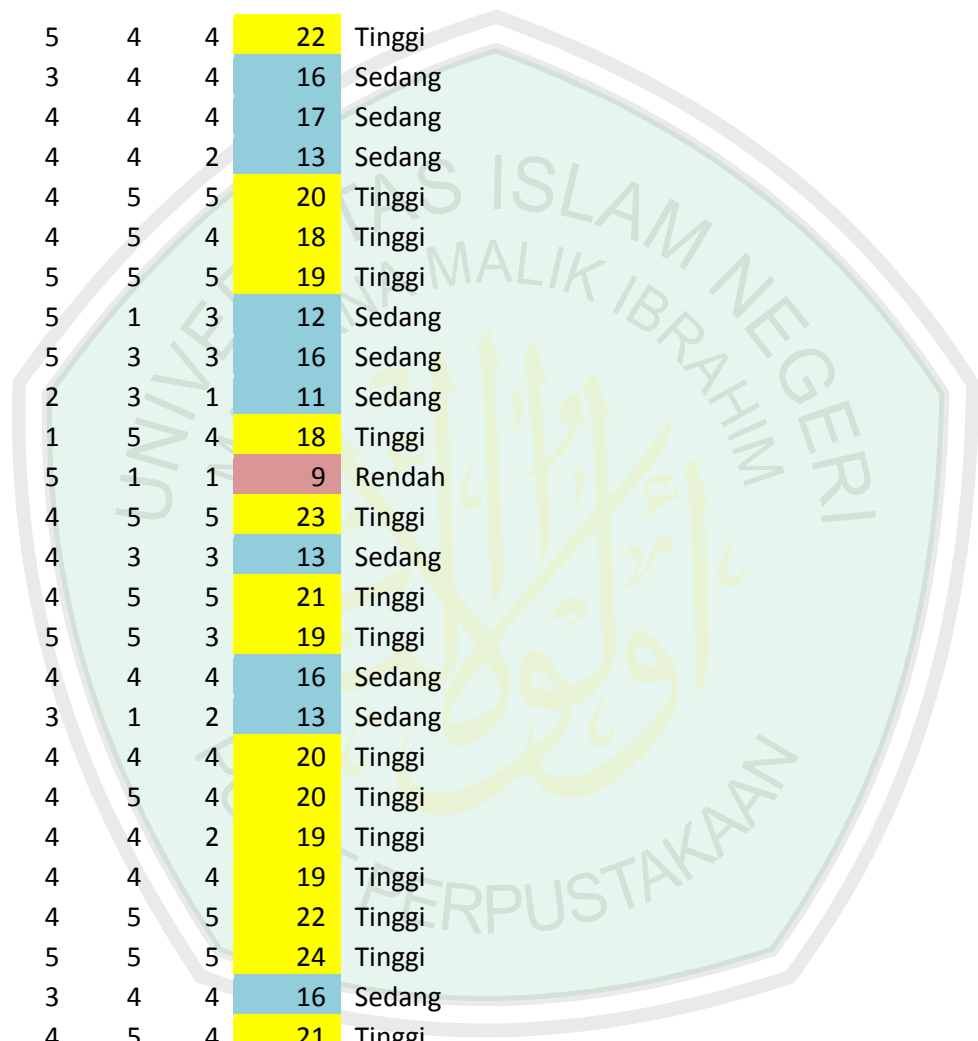


54	4	4	4	5	17	Tinggi
55	4	4	2	4	14	Tinggi

Dimensi *Personal Growth*

PERSONAL	9	10	11	12	13		
1	4	4	4	5	5	22	Tinggi
2	3	3	4	4	3	17	Sedang
3	4	4	3	5	5	21	Tinggi
4	5	5	5	5	5	25	Tinggi
5	5	4	3	3	4	19	Tinggi
6	2	1	2	2	4	11	Sedang
7	1	1	1	1	1	5	Rendah
8	3	3	5	2	4	17	Sedang
9	4	2	3	4	4	17	Sedang
10	2	2	2	4	4	14	Sedang
11	4	2	5	4	4	19	Tinggi
12	4	1	4	4	3	16	Sedang
13	1	5	5	5	5	21	Tinggi
14	2	1	4	4	4	15	Sedang
15	3	3	3	4	3	16	Sedang
16	4	4	3	3	4	18	Tinggi
17	3	2	4	4	3	16	Sedang
18	3	2	2	2	3	12	Sedang
19	5	5	5	5	5	25	Tinggi
20	3	3	3	4	4	17	Sedang
21	5	2	4	4	4	19	Tinggi

22	5	4	5	4	4	22	Tinggi
23	2	3	3	4	4	16	Sedang
24	3	2	4	4	4	17	Sedang
25	2	1	4	4	2	13	Sedang
26	4	2	4	5	5	20	Tinggi
27	4	1	4	5	4	18	Tinggi
28	2	2	5	5	5	19	Tinggi
29	1	2	5	1	3	12	Sedang
30	3	2	5	3	3	16	Sedang
31	2	3	2	3	1	11	Sedang
32	4	4	1	5	4	18	Tinggi
33	1	1	5	1	1	9	Rendah
34	5	4	4	5	5	23	Tinggi
35	1	2	4	3	3	13	Sedang
36	4	3	4	5	5	21	Tinggi
37	2	4	5	5	3	19	Tinggi
38	2	2	4	4	4	16	Sedang
39	2	5	3	1	2	13	Sedang
40	4	4	4	4	4	20	Tinggi
41	4	3	4	5	4	20	Tinggi
42	5	4	4	4	2	19	Tinggi
43	5	2	4	4	4	19	Tinggi
44	5	3	4	5	5	22	Tinggi
45	5	4	5	5	5	24	Tinggi
46	3	2	3	4	4	16	Sedang
47	4	4	4	5	4	21	Tinggi

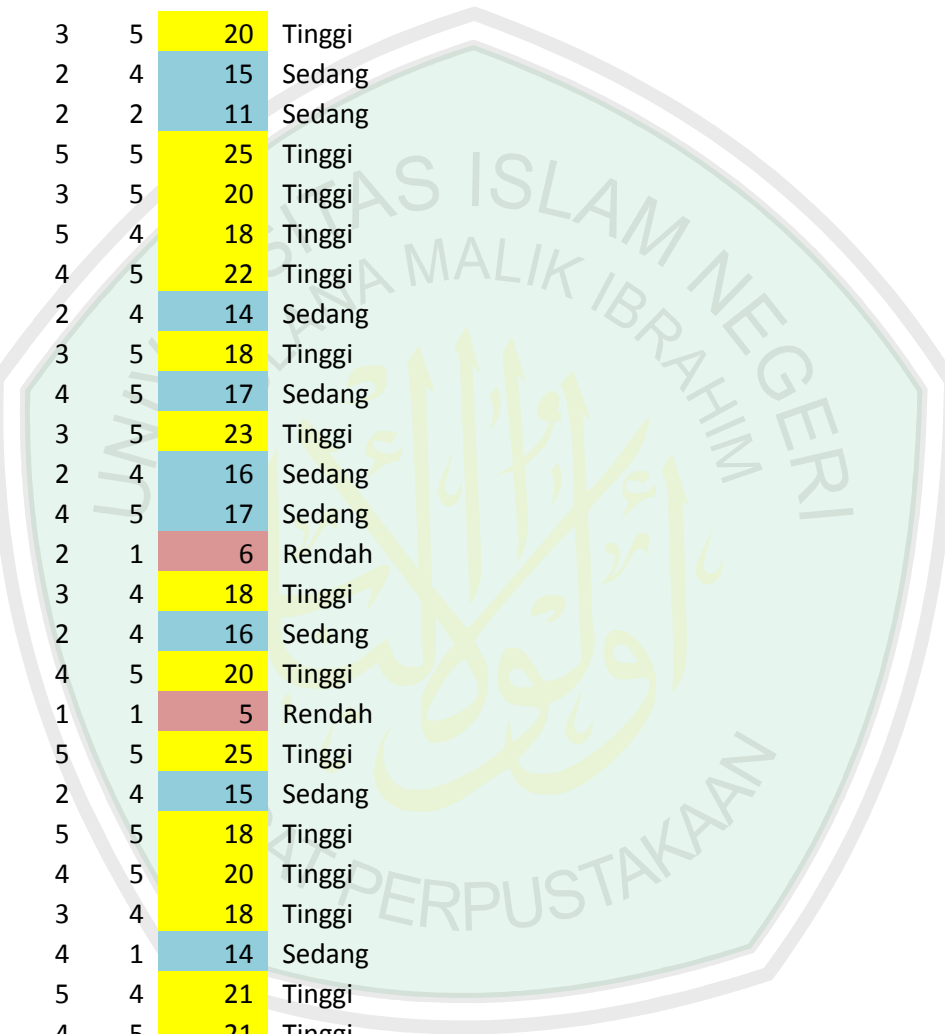


48	3	2	4	4	4	17	Sedang
49	2	2	3	5	3	15	Sedang
50	4	4	5	5	4	22	Tinggi
51	3	2	5	4	5	19	Tinggi
52	4	2	4	4	4	18	Tinggi
53	3	3	4	4	3	17	Sedang
54	3	4	4	4	4	19	Tinggi
55	3	2	3	5	4	17	Sedang

Dimensi *Positive Relation with Other*

POSITIVE	14	15	16	17	18		
1	4	4	3	4	4	19	Tinggi
2	2	2	2	2	4	12	Sedang
3	5	5	4	3	5	22	Tinggi
4	5	4	5	5	5	24	Tinggi
5	3	4	5	5	4	21	Tinggi
6	2	2	2	2	3	11	Sedang
7	1	1	1	1	1	5	Rendah
8	4	3	4	3	4	18	Tinggi
9	3	5	3	2	5	18	Tinggi
10	2	3	2	3	2	12	Sedang
11	4	2	4	2	4	16	Sedang
12	4	3	4	2	4	17	Sedang
13	1	1	5	1	5	13	Sedang
14	4	3	3	4	4	18	Tinggi
15	3	4	4	4	4	19	Tinggi

16	4	4	4	3	5	20	Tinggi
17	2	4	3	2	4	15	Sedang
18	2	3	2	2	2	11	Sedang
19	5	5	5	5	5	25	Tinggi
20	4	4	4	3	5	20	Tinggi
21	2	5	2	5	4	18	Tinggi
22	4	5	4	4	5	22	Tinggi
23	2	3	3	2	4	14	Sedang
24	3	4	3	3	5	18	Tinggi
25	3	4	1	4	5	17	Sedang
26	5	5	5	3	5	23	Tinggi
27	2	3	5	2	4	16	Sedang
28	4	2	2	4	5	17	Sedang
29	1	1	1	2	1	6	Rendah
30	4	4	3	3	4	18	Tinggi
31	3	4	3	2	4	16	Sedang
32	3	4	4	4	5	20	Tinggi
33	1	1	1	1	1	5	Rendah
34	5	5	5	5	5	25	Tinggi
35	2	3	4	2	4	15	Sedang
36	3	4	1	5	5	18	Tinggi
37	5	3	3	4	5	20	Tinggi
38	4	3	4	3	4	18	Tinggi
39	2	3	4	4	1	14	Sedang
40	4	4	4	5	4	21	Tinggi
41	3	5	4	4	5	21	Tinggi

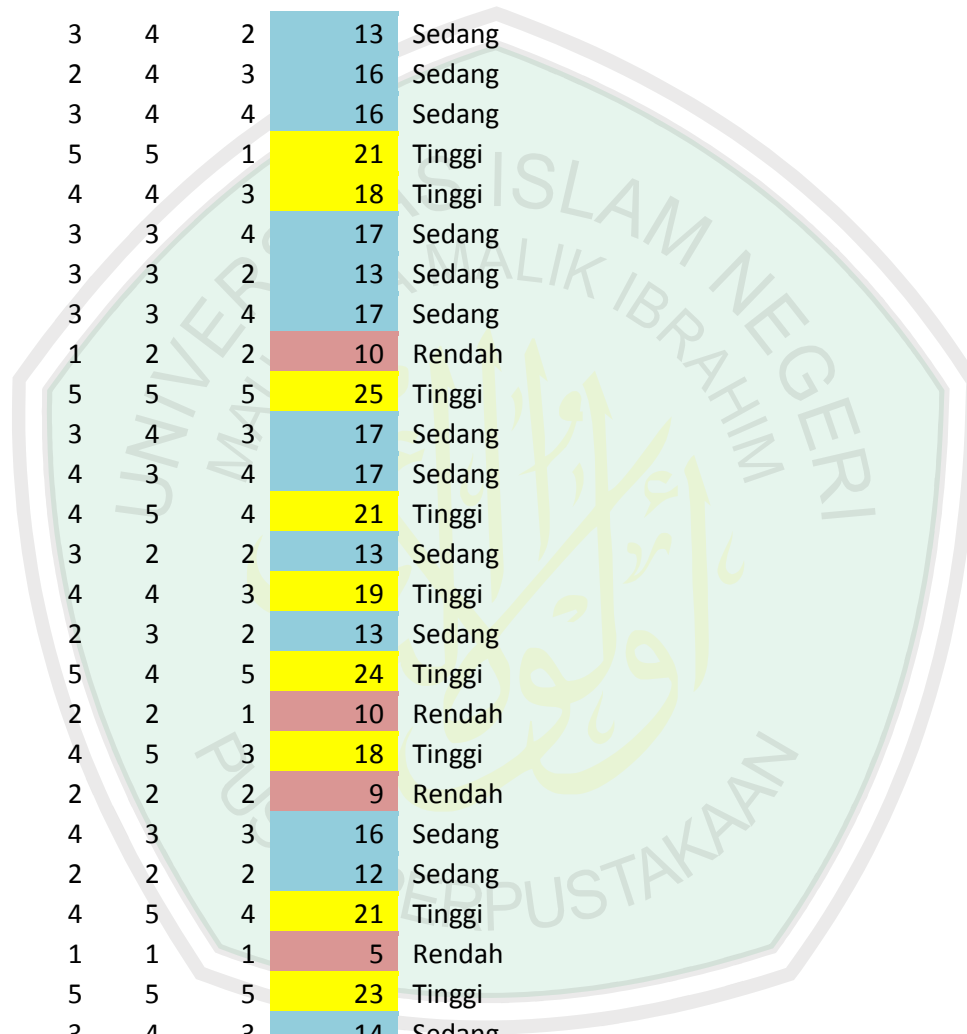


42	4	4	4	4	3	19	Tinggi
43	5	5	5	4	4	23	Tinggi
44	3	5	5	5	5	23	Tinggi
45	3	3	3	4	5	18	Tinggi
46	3	4	3	2	4	16	Sedang
47	3	4	4	4	5	20	Tinggi
48	3	3	3	2	4	15	Sedang
49	3	3	4	4	4	18	Tinggi
50	4	4	5	3	4	20	Tinggi
51	3	5	4	5	5	22	Tinggi
52	3	5	3	4	5	20	Tinggi
53	2	2	2	2	4	12	Sedang
54	4	3	3	4	4	18	Tinggi
55	4	4	2	5	5	20	Tinggi

Dimensi Purpose in Life

PURPOSE	19	20	21	22	23		
1	5	5	5	4	4	23	Tinggi
2	5	2	2	4	4	17	Sedang
3	5	4	4	4	5	22	Tinggi
4	4	4	5	4	5	22	Tinggi
5	4	4	5	5	5	23	Tinggi
6	4	1	4	3	3	15	Sedang
7	4	1	1	1	1	8	Rendah
8	4	3	4	5	3	19	Tinggi
9	5	2	4	4	4	19	Tinggi

10	2	2	3	4	2	13	Sedang
11	4	3	2	4	3	16	Sedang
12	4	1	3	4	4	16	Sedang
13	5	5	5	5	1	21	Tinggi
14	4	3	4	4	3	18	Tinggi
15	4	3	3	3	4	17	Sedang
16	4	1	3	3	2	13	Sedang
17	4	3	3	3	4	17	Sedang
18	3	2	1	2	2	10	Rendah
19	5	5	5	5	5	25	Tinggi
20	3	4	3	4	3	17	Sedang
21	3	3	4	3	4	17	Sedang
22	5	3	4	5	4	21	Tinggi
23	4	2	3	2	2	13	Sedang
24	5	3	4	4	3	19	Tinggi
25	4	2	2	3	2	13	Sedang
26	5	5	5	4	5	24	Tinggi
27	3	2	2	2	1	10	Rendah
28	4	2	4	5	3	18	Tinggi
29	1	2	2	2	2	9	Rendah
30	4	2	4	3	3	16	Sedang
31	4	2	2	2	2	12	Sedang
32	5	3	4	5	4	21	Tinggi
33	1	1	1	1	1	5	Rendah
34	5	3	5	5	5	23	Tinggi
35	3	1	3	4	3	14	Sedang



36	5	3	4	5	3	20	Tinggi
37	4	2	5	4	4	19	Tinggi
38	4	2	3	3	3	15	Sedang
39	2	5	3	4	5	19	Tinggi
40	4	4	4	4	4	20	Tinggi
41	5	4	4	2	4	19	Tinggi
42	4	2	4	4	4	18	Tinggi
43	4	3	4	4	4	19	Tinggi
44	5	5	4	5	4	23	Tinggi
45	4	4	3	3	4	18	Tinggi
46	4	2	3	3	2	14	Sedang
47	5	4	4	4	4	21	Tinggi
48	4	4	3	3	4	18	Tinggi
49	3	4	4	4	4	19	Tinggi
50	4	4	4	4	4	20	Tinggi
51	5	2	5	4	4	20	Tinggi
52	5	3	4	4	4	20	Tinggi
53	4	2	3	3	3	15	Sedang
54	4	3	4	4	4	19	Tinggi
55	5	4	3	4	3	19	Tinggi

Dimensi Self Acceptance

ACCEPTANCE	24	25	26	27	28	29		
1	4	4	4	4	3	5	24	Tinggi
2	2	2	2	2	5	4	17	Sedang
3	5	3	5	5	4	3	25	Tinggi

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

30	3	2	5	5	4	3	22	Tinggi
31	2	2	4	2	4	2	16	Sedang
32	4	4	5	5	3	4	25	Tinggi
33	1	1	1	1	3	1	8	Rendah
34	5	5	4	5	5	5	29	Tinggi
35	2	2	2	2	3	2	13	Rendah
36	5	3	3	1	5	3	20	Sedang
37	3	5	5	3	3	4	23	Tinggi
38	3	3	3	3	5	3	20	Sedang
39	2	3	5	4	5	3	22	Tinggi
40	4	4	4	4	4	4	24	Tinggi
41	4	4	3	2	5	4	22	Tinggi
42	4	3	4	4	4	4	23	Tinggi
43	4	4	3	4	4	5	24	Tinggi
44	5	4	5	5	3	4	26	Tinggi
45	3	5	3	5	5	2	23	Tinggi
46	3	3	2	4	5	3	20	Sedang
47	3	3	4	5	2	4	21	Sedang
48	2	2	2	4	1	3	14	Sedang
49	3	2	4	4	3	3	19	Sedang
50	4	3	4	5	4	3	23	Tinggi
51	5	4	2	2	3	5	21	Sedang
52	4	4	5	4	2	3	22	Tinggi
53	3	4	2	2	5	3	19	Sedang
54	4	3	3	3	3	3	19	Sedang
55	3	5	5	2	4	4	23	Tinggi

