

**PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA
MALIK IBRAHIM**

SKRIPSI



Oleh:

Silfia Ikromatin Nafsiyah

200401110012

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

2024

HALAMAN JUDUL

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

S K R I P S I

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri

Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

Silfia Ikromatin Nafsiyah

NIM. 200401110012

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

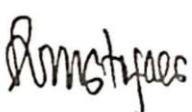
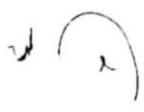
PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

SKRIPSI

oleh

Silfia Ikromatin Nafsiyah

NIM. 200401110012

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing I Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag NIP. 197307102000031002		28/05/2024
Dosen Pembimbing II Dr. Mohammad Mahpur, M. Si NIP. 197605052005011003		29/05/2024

Malang,

Mengetahui,

Ketua Program Studi



M. Nur Ratu Agung, M.A.

NIP. 198010202015031002

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM

SKRIPSI

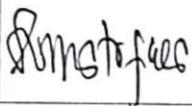
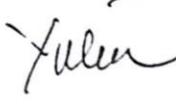
oleh

Silfia Ikromatin Nafsiyah

NIM. 200401110012

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi Pada tanggal 22 Juli 2024

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Ujian Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag NIP. 197307102000031002		23/07/2024
Ketua Penguji Dr. Mohammad Mahpur, M. Si NIP. 197605052005011003		23/07/2024
Penguji Utama Dr. Yulia Sholichatun, M. Si NIP. 197007242005012003		22/07/2024

Disyahkan oleh,



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

Yang ditulis oleh :

Nama : Silfia Ikromatin Nafsiyah
NIM : 200401110012
Program : Psikologi

saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Malang, 28 Mei 2024

Dosen Pembimbing 1,



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag.
NIP. 197307102000031002

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

Yang ditulis oleh :

Nama : Silfia Ikromatin Nafsiyah
NIM : 200401110012
Program : Psikologi

saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Malang, 29 Mei 2024

Dosen Pembimbing 2,



Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.
NIP. 197605052005011003

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Silfia Ikromatin Nafsiyah
NIM : 200401110012
Program : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 22 Juli 2024

Penulis



Silfia Ikromatin Nafsiyah
200401110012

MOTTO

“Beberapa jalan untuk sampai pada tujuan, tidak bisa ditempuh sendirian.
Hadirlah jika seseorang butuh bantuan, dan carilah bantuan jika memang
mengalami kesulitan”.

SilfiaIkromah

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan ketidaksempurnaan, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Ibadah kepada Allah SWT atas segala nikmat yang luar biasa telah diberikan kepada penulis. Dengan sembilan puluh sembilan sifat keindahan-Nya dan sebutan indah nan agung lainnya yang tidak tertulis dalam kosa kata bahasa manapun. Dialah Allah SWT Dzat Yang Maha Kuasa atas segala-galanya. Disini benarlah penulis hanyalah seorang hamba yang lemah dan tidak luput atas kesalahan dan dosa. Hanya dengan rahmat Nya lah skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Misyanto, ayah saya. Cinta pertama saya sekaligus motivator dalam hidup saya. Seseorang yang selalu memberi ruang aman dan nyaman bagi putra-putrinya dan membebaskan anaknya tanpa menuntut apapun. Seseorang yang selalu mengupayakan dengan keras segala kebutuhan keluarganya terjamin dan tercukupi. Tak lupa kepada Sholihah, Ibu saya. pintu surga saya. Guru pertama saya yang selalu mengajar, mendidik, dan mendoakan anak-anaknya dengan baik. Teruntuk kedua orang tua saya yang tidak berkesempatan menempuh sekolah di perguruan tinggi. Gelar ini saya persembahkan untuk ayah, dan ibu. Semoga senantiasa diberi kesehatan dan panjang umur agar selalu menemani perjalanan kehidupan saya.
3. Faris, adik saya yang paling ganteng. Terima kasih sudah menjadi bagian penting dari perjalanan penulis dalam menempuh pendidikan. Semoga kita sama-sama dipilih oleh Allah untuk menjadi anak yang selalu berbakti pada ibu dan ayah, dipilih oleh Allah untuk menjadi anak yang mampu mengangkat derajat orang tua dan menjadi anak yang membanggakan atas prestasi yang kita raih nantinya.
4. Silfia Ikromatin Nafsiyah, diri saya sendiri. Saya ucapkan selamat dan terima kasih. Terima kasih sudah bertahan sampai titik ini, setelah badai dan lika-liku terjal yang kamu lalui sendiri di kota rantau. Terima kasih telah bertanggungjawab diatas keputusan yang sudah kamu pilih sendiri. Selamat bereksplorasi lebih jauh lagi. Semoga dengan lahirnya dirimu, dapat memberikan dampak positif dan menjadi inspirasi banyak orang.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kepada kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang selalu memberikan Rahmat beserta hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat dan salam senantiasa penulis haturkan kepada junjungan Nabi Muhammad Shalallaahu Alaihi Wassalaam, yang senantiasa dinantikan syfa'atnya kelak dihari akhir. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak akan pernah terselesaikan tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti ingin menyampaikan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Yusuf Ratu Agung M, A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag. selaku dosen pertama yang senantiasa dengan sabar telah memberikan arahan dan bimbingan selama pengerjaan skripsi.
5. Dr. Mohammad Mahpur, M. Si. selaku pembimbing kedua yang senantiasa dengan sabar telah memberikan arahan dan bimbingan selama pengerjaan skripsi.
6. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku dosen pendamping riset kolaboratif sekaligus wali yang telah membimbing dengan sepenuh hati dan memberi motivasi demi terselesaikannya penelitian ini.
7. Teman seperjuangan penulis. Ima, Amel, Liza, Rifa, Zahroh, Kharisma, Cindy, Mala, dan Vivi terima kasih sudah menjadi 112 penulis selama menempuh pendidikan ini. Tak lupa kepada sahabat kecil saya Azki dan Milkha yang selalu memberikan saya dukungan penuh hingga saat ini meski dari jarak jauh.
8. Seluruh civitas akademika di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmunya selama peneliti menempuh pendidikan S1 Psikologi. Serta semua pihak yang terlibat dan membantu sehingga penelitian ini bisa terselesaikan yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS	v
NOTA DINAS	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRACT	xvi
ABSTRAK	xvii
خلاصة	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. <i>Subjective well-being</i>	7
1. Pengertian <i>Subjective well-being</i>	7
2. Aspek-aspek <i>Subjective well-being</i>	9
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Subjective well-being</i>	9
B. Dukungan Teman Sebaya	10
1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya	10
2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya	13
C. Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap <i>Subjective well-being</i> Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	13
D. Hipotesis	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Jenis Penelitian	17
B. Identifikasi Variabel	17

C. Definisi Operasional	18
1. <i>Subjective well-being</i>	18
2. Dukungan Teman Sebaya.....	18
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	18
1. Populasi	18
2. Sampel	19
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	19
E. Teknik Pengumpulan Data	20
1. Instrumen Penelitian.....	20
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	22
1. Uji validitas	22
2. Uji Reliabilitas.....	23
G. Uji Analisis Data	24
1. Analisis Deskriptif.....	24
2. Uji Asumsi Klasik	25
BAB IV PEMBAHASAN	27
A. Prosedur Penelitian	27
1. Setting Penelitian.....	27
2. Proses dan Waktu Pengambilan Data	27
B. Hasil Penelitian.....	27
1. Analisis Deskriptif.....	27
2. Uji Korelasi	31
3. Uji Hipotesis.....	33
C. Pembahasan.....	34
BAB V PENUTUP.....	369
A. Kesimpulan.....	369
B. Saran	369
1. Bagi Mahasiswa.....	36
2. Bagi Instansi	40
3. Bagi peneliti selanjutnya	40
DAFTAR PUSTAKA	41

DAFTAR TABEL

tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skala.....	20
Tabel 3.2 Blue Print Dukungan Teman Sebaya.....	21
Tabel 3.3 Blue Print <i>Subjective Well-Being</i>	22
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Dukungan Teman Sebaya	293
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas <i>Subjective Well-Being</i>	23
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Teman Sebaya	24
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Subjective Well-Being</i>	34
Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi	25
Tabel 3.9 Hasil Uji Normalitas.....	26
Tabel 3.10 Hasil Uji Linieritas.....	26
Tabel 4.1 Hasil Uji Hipotetik Dukungan Teman Sebaya.....	28
Tabel 4.2 Hasil Kategorisasi Dukungan Teman Sebaya.....	28
Tabel 4.3 Hasil Uji Hipotetik <i>Subjective Well-Being</i>	29
Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi <i>Subjective Well-Being</i>	30
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi.....	32
Tabel 4.6 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	33
Tabel 4.7 Hasil Uji Koefisien Determinasi	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Variabel	15
Gambar 4.1 Aspek-aspek Dukungan teman sebaya.....	28
Gambar 4.2 Aspek-aspek <i>Subjective well-being</i>	30
Gambar 4.3 Karakteristik Crosstabulation Dukungan Teman Sebaya.....	31
Gambar 4.4 Karakteristik Crosstabulation <i>Subjective well-being</i>	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	44
1. Skala Dukungan Teman Sebaya	45
2. Skala Subjective well-being.....	45
Lampiran 2 Data Penelitian	46
1. Data Skala Dukungan Teman Sebaya.....	46
2. Data Skala Subjective well-being	56

ABSTRACT

Nafsiyah, Silfia Ikromatin. 2024. **Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Subjective well-being pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag, Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.

Kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tingkat akhir penting untuk dimiliki oleh setiap mahasiswa akhir yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi. Kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* berkaitan dengan kepuasan hidup yang dialami dan lebih dominannya emosi positif yang dirasakan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* adalah dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk (1) Mengetahui tingkat dukungan teman sebaya terhadap mahasiswa tingkat akhir di UIN Malang, (2) Mengetahui tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Malang, (3) Mengetahui pengaruh dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Malang.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik random sampling dengan jumlah sampel 210 mahasiswa UIN Malang. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan teman sebaya menggunakan Dukungan teman sebaya yang dikembangkan oleh Kim dan untuk variabel *subjective well-being* menggunakan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). Analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS for windows versi 27.

Hasil penelitian pada mahasiswa tingkat akhir UIN Malang menunjukkan tingkat dukungan teman sebaya berada pada kategori sedang dengan persentase 70% (147 responden), sedangkan tingkat *subjective well-being* berada pada kategori yang sama yaitu sedang dengan persentase 61,9% (130 responden). Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$. Besaran pengaruh dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* diperoleh nilai R square sebesar 0,529 atau 28, %.

Kata kunci: Dukungan teman sebaya, kesejahteraan subjektif, mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

ABSTRAK

Nafsiyah, Silfia Ikromatin. 2024. The Effect of Peer Support on Subjective Well-Being in Final Year Students at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang. Thesis. Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang.

Supervisor: Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag, Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.

Subjective well-being in final year students is important for every final student who is writing their final project or thesis. Subjective well-being is related to life satisfaction experienced and the preponderance of positive emotions felt. One factor that can influence subjective well-being is social support. This research aims to (1) determine the level of peer support for final year students at UIN Malang, (2) determine the level of subjective well-being among final year students at UIN Malang, (3) determine the influence of peer support on subjective well-being for final year students at UIN Malang.

This research uses quantitative methods. Sampling was carried out using a random sampling technique with a sample size of 210 UIN Malang students. The measuring tool used to measure the peer support variable uses peer support developed by Kim and for the subjective well-being variable uses the Satisfaction with Life Scale (SWLS). Data analysis used a simple linear regression test with the help of the SPSS for Windows version 27 program.

The results of research on final year students at UIN Malang show that the level of peer support is in the medium category with a percentage of 70% (147 respondents), while the level of subjective well-being is in the same category, namely moderate with a percentage of 61.9% (130 respondents). Apart from that, the research results also show that there is a positive influence of peer support on subjective well-being with a value of $\text{sig. } 0.000 < 0.05$. The magnitude of the influence of peer support on subjective well-being obtained an R square value of 0.529 or 28%.

Keyword: Peer support, subjective well-being, final year students at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University.

مستخلص البحث

نفسية، سيلفيا إيكروماتين. 2024. تأثير دعم الأقران على الرفاهية الذاتية لدى طلاب السنة النهائية في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية، مالانج. أطروحة. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية، مالانج.

المشرف: دكتور محمد الحاج لطفي مصطفى الماجستير، دكتور محمد ماهبور الماجستير

تعد الرفاهية الذاتية لطلاب السنة النهائية أمرًا مهمًا لكل طالب نهائي يكتب مشروعه النهائي أو أطروحته. يرتبط الرفاه الشخصي بالرضا عن الحياة وغلبة المشاعر الإيجابية التي يشعر بها. أحد العوامل التي يمكن أن تؤثر على الرفاهية الذاتية هو الدعم الاجتماعي. يهدف هذا البحث إلى (1) تحديد مستوى دعم الأقران لطلاب تحديد مستوى الرفاهية الذاتية بين طلاب السنة النهائية بجامعة (2)، UIN Malang السنة النهائية بجامعة UIN Malang تحديد تأثير دعم الأقران على الرفاهية الذاتية لطلاب السنة النهائية في (3)، UIN Malang Malang.

يستخدم هذا البحث الأساليب الكمية. تم إجراء أخذ العينات باستخدام تقنية أخذ العينات العشوائية بحجم عينة تستخدم أداة القياس المستخدمة لقياس متغير دعم الأقران. UIN Malang مكون من 210 طلاب من جامعة (SWLS). دعم الأقران الذي طورته كيم والنسبة لمتغير الرفاهية الشخصية يستخدم مقياس الرضا عن الحياة Windows لنظام التشغيل SPSS استخدم تحليل البيانات اختبار الانحدار الخطي البسيط بمساعدة برنامج الإصدار 27.

أن مستوى دعم الأقران يقع في UIN Malang تظهر نتائج البحث على طلاب السنة النهائية في جامعة الفئة المتوسطة بنسبة 70% (147 مشاركًا)، في حين أن مستوى الرفاهية الذاتية يقع في نفس الفئة، أي المعتدل بنسبة 61.9% (130 مشاركًا). وبصرف النظر عن ذلك، تظهر نتائج البحث أيضًا أن هناك تأثيرًا تم الحصول على حجم تأثير دعم sig. 0.000 < 0.05. إيجابيًا لدعم الأقران على الرفاهية الذاتية بقيمة المربعة البالغة 0.529 أو R² 28% الأقران على الرفاهية الذاتية بقيمة

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Subjective well-being adalah kemampuan individu dalam melakukan evaluasi diri yang berkaitan dengan kualitas hidup dan mencakup reaksi emosional serta penilaian kognitif (Diener, 1984). Definisi *subjective well-being* atau SWB yang digunakan dalam suatu penelitian sangat bervariasi, namun SWB mencakup ukuran kepuasan hidup, suasana hati dengan pengaruh positif, serta tidak adanya suasana hati dengan pengaruh negatif (Diener, (1994); Snyder & Lopez, (2001); Diener et al., (2017). Kesejahteraan juga dianggap sebagai ukuran global yang menggabungkan evaluasi subjektif, positif terhadap kepuasan hidup (masa lalu), emosi positif yang dirasakan saat ini (kebahagiaan), dan optimism (masa depan) (Snyder & Lopez, 2001). Individu yang memiliki *subjective well-being* tinggi, dirinya lebih mampu untuk melakukan evaluasi terhadap kesejahteraan hidupnya, lebih mampu mengontrol emosi negatif yang muncul dengan baik dan mampu menghadapi berbagai macam peristiwa yang datang dihidupnya dengan lebih baik.

Subjective well-being berkaitan dengan bentuk evaluasi langsung dengan kehidupan seseorang. Bentuk evaluasi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu dengan melakukan penilaian kognitif dan respon emosi terhadap suatu peristiwa (Diener, 2000). Kesejahteraan subjektif dianggap sebagai fenomena yang berkaitan dengan evaluasi kognitif dan emosi yang berhubungan langsung dengan kehidupan individu. Orang awam menyebutnya sebagai kebahagiaan, ketentraman, dan puas terhadap hidupnya (Diener et al., 2003). Individu yang mampu melakukan evaluasi terhadap kesejahteraan hidupnya, mereka juga mampu mengontrol emosi mereka dengan baik. Begitupun sebaliknya individu yang tidak mampu mengevaluasi kehidupan yang dilaluinya, mereka cenderung akan meremehkan kehidupan mereka dan menganggap peristiwa negatif yang

terjadi dalam hidupnya sebagai peristiwa yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, stres, dan marah (Diener, 2000).

Salah satu bagian dari *subjective well-being* adalah kebahagiaan. Bahkan beberapa orang awam menyebut *subjective well-being* sebagai kebahagiaan padahal lebih dari itu. Menjaga kesejahteraan subjektif pada penduduk di suatu negara sangatlah penting. Hal ini bertujuan untuk mengurangi resiko kematian pada individu, dapat memicu kreativitas yang lebih, mengasah kemampuan sosial, altruism serta pola keuntungan psikologis (de Neve et al., 2013).

Sebagaimana kasus yang terjadi di Jawa Timur, indeks kebahagiaan masyarakat di Jawa Timur menurut Badan Pusat Statistik berada di titik tertinggi di Pulau Jawa. BPS mencatat indeks kebahagiaan tahun 2021 di Jawa timur memiliki tingkat kebahagiaan tertinggi sebesar 72%. Namun kasus bunuh diri yang terjadi di kota Malang Jawa Timur yang tercatat berdasarkan catatan Polres Malang. Kapolres Malang AKBP Kholis Putu Aryana menyebutkan bahwa kasus bunuh diri di Kota mengalami peningkatan sebanyak 52,38% atau sebanyak 32 kasus, 9 diantaranya karena depresi (Aminudin, 2023). Hal tersebut menandakan bahwa kebahagiaan yang mumpuni belum tentu cukup membuat seseorang untuk terus bertahan melanjutkan hidup dan menghadapi segala kondisi baik dan buruknya kehidupan. Dengan demikian, perlu diperkuat lagi komponen lain yang dapat menjadikan individu memiliki kesejahteraan hidup yang tinggi.

Kesejahteraan subjektif individu sangat penting untuk menciptakan dan memelihara individu yang sehat dan produktif (Das et al., 2020). Kesejahteraan subjektif pada remaja terbukti dapat mempengaruhi pola kesehatan dan perilaku yang bertahan sepanjang masa dewasa (Lim et al., 2017). Dengan demikian, penting bagi generasi muda untuk memiliki *subjective well-being* yang baik terutama bagi mahasiswa tingkat akhir. Hal ini akan mempengaruhi proses pengerjaan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi dan jenjang karir selanjutnya.

Menurut Abele (1995), Grren and Noice (1998) dan Isen (2008) dalam (Wijayanti et al., 2019), menyebutkan bahwa mood yang positif dapat

memicu kreatifitas dan imajinasi yang baik, hal ini ditemukan pada subjek dalam penelitian tersebut bahwa mereka yang mempunyai mood positif mempunyai gaya berpikir yang lebih fleksibel dan konteks kognitif yang lebih luas daripada subjek-subjek dengan mood yang negatif. Hal tersebut akan sangat menguntungkan mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi apabila mahasiswa memiliki SWB yang baik.

Fenomena *subjective well-being* yang tergolong pada psikologi positif ini menjadi pembahasan yang diminati untuk dijadikan penelitian. Hal tersebut karena pada kajian psikologi positif ini melihat masalah dari sisi yang berbeda. Sebagaimana penelitian *subjective well-being* yang telah dilakukan dalam lima tahun terakhir menunjukkan perkembangan yang kompleks dan beragam. Hal ini sejak terjadinya wabah virus COVID-19 yang terdeteksi di kota Wuhan pada akhir tahun 2019 dan mulai masuk ke Indonesia pada tahun 2020 yang menyebabkan banyak perubahan diberbagai aspek kehidupan manusia. Penelitian yang dilakukan oleh Noya & Taihuttu (2022) menunjukan hasil bahwa *subjective well-being* mahasiswa berada pada level yang rendah. Rendahnya *subjective well-being* terlihat dari rendahnya kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan kemampuan kognitif serta minimnya mahasiswa dalam mengelola emosi negatif yang muncul di masa pandemi COVID-19.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Blasco-Belled kepada 541 individu berusia 18-74 tahun, menunjukkan bahwa kepuasan hidup mengalami penurunan. Hal tersebut disebabkan karena muncul emosi negatif yang berlebih, perasaan tidak berdaya, ketakutan, dan penghindaran interaksi sosial (Blasco-Belled et al., 2020). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Brindal kepada individu berusia 18 tahun ke atas, hasil menunjukkan bahwa serupa dimana kesejahteraan subjektif terkena dampak negatif selama pandemi COVID-19 (Brindal et al., 2022). Kondisi tersebut adalah kondisi yang tidak pernah terprediksi sebelumnya yang mengakibatkan dampak buruk pada dunia sehingga terjadi perubahan pola kehidupan manusia.

Adapun kondisi kesejahteraan subjektif pada masa pandemi berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kasyfi dkk., didapatkan bahwa distribusi frekuensi terbanyak untuk tingkat *subjective well-being* setelah selesai masa pandemi cenderung meningkat sebanyak 119 responden atau sebesar 85,6% (Kasyfi et al., 2023). Hal ini, dapat dimaknai bahwa setelah masa pandemi kesejahteraan hidup cenderung meningkat dan mahasiswa sudah siap untuk beradaptasi dan menghadapi pembelajaran secara *hybrid* maupun tatap muka. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Nurafifah & Ilmi Hatta menunjukkan hasil bahwa mahasiswa Psikologi Universitas Islam Bandung sebanyak 287 mahasiswa memiliki tingkat *subjective well-being* tinggi atau sebanyak 73,59% yang mana dipengaruhi oleh kemampuan evaluasi pada setiap individu yang berkaitan dengan pengalaman yang telah dialami, baik secara kognitif maupun afektif dengan baik (Nurafifah & Ilmi Hatta, 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa perlahan sudah terbiasa kembali menjalani aktivitas-aktivitas seperti sedia kala dengan baik.

Subjek pada penelitian ini berfokus pada mahasiswa tingkat akhir atau masih dalam masa remaja hingga dewasa awal. Hal ini menurut Tov dan Diener dalam (Diener et al., 2018) menyebutkan bahwa pada usia 15-24 tahun adalah usia yang mewakili masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Julika & Setiyawati (2019) menjelaskan bahwa mahasiswa mempunyai tingkat *subjective well-being* yang lebih rendah dari orang dewasa pada umumnya. Hal tersebut selaras dengan penelitian Dony & Sulisworo (2020) menunjukkan bahwa sebanyak 253 mahasiswa tingkat akhir yang sedang melaksanakan tugas akhir di Kota Bandung mempunyai tingkat *subjective well-being* yang rendah.

Selanjutnya hasil penelitian oleh Jonitha, dkk (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sedang menempuh skripsi berada pada kategori *subjective well-being* dan stress akademik sedang dengan presentase sebesar 48,1% dan 41,9%. Tekanan yang dirasakan mahasiswa akhir sangatlah kompleks dan beragam. Hal ini menyebabkan mahasiswa akhir sering mengalami gejala stress dan

sering merasakan emosi negatif. Oleh karena itu, mahasiswa perlu menjaga kesejahteraan subjektif dalam hidupnya dengan mengevaluasi kehidupannya dan mengelola emosi yang dirasakan.

Sama seperti universitas lainnya, lembaga pendidikan perguruan tinggi pada umumnya ingin mencetak sarjana-sarjana yang berkualitas. Begitupun di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang atau disingkat UIN Maulana Malik Ibrahim yang merupakan lembaga perguruan tinggi islam negeri yang ada di provinsi Jawa Timur, tepatnya berada di Malang. Adopsi sistem pesantren modern dan kelas intensif bahasa adalah keunikan tersendiri di kampus yang biasa disebut Ulul Albab. Mahasiswa di waktu pagi berkuliah seperti biasa, kemudian dilanjut kelas intensif bahasa, dan malam hari dilanjut dengan belajar keagamaan seperti fiqih, dan lain lain. Kegiatan tersebut berlaku setelah resmi menjadi mahasiswa baru UIN Maulana Malik Ibrahim, selain itu mahasiswa diwajibkan untuk tinggal di Ma'had selama dua semester pertama.

Pemilihan subjek dalam penelitian ini hanya mengambil mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2020. Hal ini karena angkatan 2020 adalah angkatan spesial yang mana pada tahun pertama mereka menjadi mahasiswa baru, terjadi peningkatan jumlah manusia terserang wabah yang sangat membahayakan yaitu virus COVID-19. Akibatnya pemerintah mengeluarkan aturan *lockdown* demi keamanan bersama. Aktivitas pembelajaran yang biasa dilakukan di kampus, terpaksa harus dilaksanakan dari rumah melalui via *online*. Ternyata, fenomena ini mengakibatkan mahasiswa angkatan 2020 lemah dalam menangkap materi yang diajarkan. Sebagaimana hasil studi pendahuluan berupa wawancara pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengaku mereka kurang begitu memahami materi yang disampaikan oleh dosen melalui zoom. Hal ini karena banyak sekali distraksi yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring yaitu berupa koneksi internet yang buruk, *device* yang tidak mendukung, dan mahasiswa sering merasa bosan karena harus duduk di depan laptop selama berjam-jam.

Pemahaman kognitif pada mahasiswa dalam menganalisis dan mengaplikasikan materi tergolong rendah. Karena keterbatasan media seperti laptop, *handphone* dan jaringan internet serta distraksi lain yang membuat metode pembelajaran ini kurang begitu efektif (Rahmawati et al., 2020). Mahasiswa kurang maksimal dalam menjalani perkuliahan yang dilaksanakan secara daring sehingga menyebabkan mahasiswa kurang memahami betul materi dasar yang telah diajarkan oleh dosen dan sangat susah untuk mengulas kembali materi atau pelajaran yang telah dipelajari sebelumnya.

Sebagaimana studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya kepada mahasiswa tingkat akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 59,3% atau sebanyak 16 dari 27 mahasiswa memiliki kepuasan hidup dan kebahagiaan yang cenderung rendah saat menjalani semester akhir. 37% atau sebanyak 10 mahasiswa sering merasa tertekan saat menjalani hari-hari di semester akhir. Bahkan terdapat mahasiswa yang pernah melakukan tindak percobaan bunuh diri. Tindakan menyakiti diri sendiri dilakukan ketika seseorang tidak memiliki *subjective well-being* yang cukup.

Individu dengan *subjective well-being* rendah ditandai dengan cenderung merasa tidak bahagia dan dipenuhi oleh perasaan negatif yang dapat mengakibatkan kecemasan, kemarahan, bahkan resiko mengalami depresi (Diener et al., 2015). Sebagaimana proses dalam mengerjakan skripsi atau tugas akhir yang memerlukan *struggle* lebih dan fokus yang tinggi. Sehingga dalam keadaan ini banyak mahasiswa yang merasa tidak bahagia atau dianggap berada dalam keadaan yang kurang nyaman sehingga mahasiswa menghindari mengerjakan skripsi dan memilih untuk melakukan aktivitas lain yang membuat dirinya merasa nyaman. Hal tersebut mengakibatkan banyak mahasiswa yang tidak menuntaskan masa studinya sesuai dengan waktu ideal yang telah ditentukan yaitu selama 4 tahun. Terbukti terdapat sebanyak 587 mahasiswa pada angkatan sebelumnya, yang belum menyelesaikan tugas akhirnya. Beberapa diantaranya mengaku bahwa dirinya kehilangan semangat dalam

mengerjakan skripsi sehingga lebih memilih melakukan kegiatan lain diluar perkuliahan.

Selain itu, wawancara terbuka juga dilakukan dalam penelitian ini. Hasil yang diperoleh yaitu beberapa mahasiswa sering mengalami gejala stress dan pusing, lelah fisik dan mental. Hal tersebut karena berbagai tekanan yang muncul, berkaitan dengan proses pengerjaan skripsi. Ingin segera lulus tapi timbul rasa cemas tidak langsung mendapat pekerjaan, dan bingung setelah lulus mau kemana. ML mengaku bahwa dirinya sedang mengalami *quarter life crisis*, dan lebih banyak mencemaskan bagaimana kehidupan setelah lulus.

Beberapa mahasiswa diketahui merasa belum puas dengan kehidupannya, seperti FF yang kehilangan semangat dalam menjalani hari-harinya karena merasa kesepian atau tidak ada teman. Hal tersebut tentu berbeda dengan semester sebelumnya yang mana perkuliahan dilakukan di dalam kelas dan berkelompok. Beberapa mahasiswa juga mengalami hal serupa bahwa dirinya merasa ragu dengan potensi diri yang dimiliki, membutuhkan bantuan dalam mengerjakan skripsi, membutuhkan semangat dalam menjalani semester akhir, dan membutuhkan validasi kepada teman-temannya bahwa apa yang dilakukan ini benar atau tidak.

Salah satu faktor pemicu mahasiswa untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* adalah dengan memperoleh dukungan dari sekitarnya. Sebagaimana menurut Dewi & Nasywa (2019) menemukan faktor faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* yaitu meliputi dukungan sosial, kebersyukuran, *forgiveness*, *personality* atau kepribadian, *self-esteem*, dan spiritualitas. Hal serupa menurut Das et al., (2020) membagi pengaruh SWB menjadi 7 kategori besar yaitu demografi, status soisal, ekonomi, kesehatan, kepribadian, dukungan sosial, agama & budaya, dan geografis.

Dari faktor-faktor tersebut diatas, dukungan sosial yang berasal dari teman lebih dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir yang tengah menyelesaikan tugas akhirnya. Hal ini seperti studi pendahuluan yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa terdapat mahasiswa yang merasa sendiri atau

tidak ada teman. Berbeda dengan semester sebelumnya dimana perkuliahan dilaksanakan di dalam kelas dan berkelompok, pada semester akhir pengerjaan tugas akhir dilaksanakan sendiri-sendiri berdasarkan *timeline* yang telah disusun sendiri. Oleh karena itu dukungan dari teman sangat dibutuhkan oleh mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi.

Johnson & Johnson (1991) dalam (Reinita & Wulan, 2023) menjelaskan dukungan sosial dapat meningkatkan interaksi satu sama lain sehingga bisa memberikan kesejahteraan individu dan menunjang untuk mencapai *subjective well-being* yang lebih baik. Menurut Sarafino (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan pertolongan yang diperoleh dari orang lain. Dukungan sosial dapat diperoleh melalui teman, orang tua, dan jaringan sosial online (Kim & Kim, 2022). Sebagaimana penelitian oleh Rahmanda & Utami (2024) menemukan bahwa mahasiswa yang menjalin hubungan pertemanan dengan teman sebaya dapat merasakan dampak positif seperti merasa lebih tenang, merasa diperhatikan, bahagia, mempunyai seseorang yang dapat membantu ketika menghadapi tekanan, mampu menemukan pemecahan masalah untuk setiap masalah yang dialami, dan saling mendukung satu sama lain.

Dukungan teman sebaya dapat memberikan pengaruh terhadap tinggi rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir. Sebagaimana penelitian terdahulu oleh Karimah & Musslifah (2023) menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa. Jenira (2019) menunjukkan hasil penelitian terdapat hubungan yang kuat antara dukungan teman sebaya dengan komitmen menyelesaikan studi pada mahasiswa semester akhir. Sardi & Ayriza (2020) menyatakan variabel dukungan teman sebaya berkontribusi sebanyak 94% mempengaruhi SWB. Hidayat dan Suprihatin (2021) terdapat korelasi positif antara dukungan sosial terhadap SWB. Reinita dan Wulan (2023) menjelaskan semakin tinggi dukungan sebaya, maka SWB juga tinggi.

Penelitian lainnya oleh Faizah & Widyastuti (2023) membahas tentang hubungan dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada santri yang tinggal di pondok pesantren diperoleh hasil berkorelasi signifikan pada santri di lingkungan pondok pesantren. Hikmawati et al., (2022) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa dukungan teman sebaya dan religiusitas sebagai prediktor *subjective well-being* pada siswa juga menghasilkan korelasi signifikan. Dengan ini dukungan teman sebaya dapat membantu individu dalam menjaga stabilitas kesejahteraan subjektifnya.

Dari beberapa penelitian terdahulu yang membahas dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* yang telah dipaparkan sebelumnya, seperti penelitian oleh Reinita & Wulan (2023); Faizah & Widyastuti (2023) menggunakan teori dari Sarafino & Smith dan George Herbert untuk mendefinisikan dukungan teman sebaya. Kemudian untuk *subjective well-being* menganut teori Edward Diener dengan menggunakan alat ukur *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS). Adapun penelitian ini bermaksud untuk mengkaji dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* berdasarkan sudut pandang teori dukungan teman sebaya menggunakan indikator yang diambil dari teori House dan *subjective well-being* oleh Edward Diener dalam mendefinisikan *subjective well-being* yang diukur menggunakan alat ukur *Satisfaction with Life Scale* (SWLS).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas dimana mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir banyak yang merasakan emosi negatif seperti cemas dan takut akan penyelesaian skripsi dan karir yang masih belum jelas kedepannya. Hal ini akan menyebabkan *subjective well-being* mahasiswa buruk yang nantinya juga akan menghambat proses penyelesaian mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Maka penelitian ini bermaksud untuk menguji apakah dukungan teman sebaya dapat memberikan pengaruh terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim .

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu:

1. Bagaimana tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim?
2. Bagaimana tingkat dukungan teman sebaya yang diperoleh mahasiswa tingkat akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim?
3. Apakah terdapat pengaruh antara dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah diatas yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim
2. Untuk mengetahui tingkat dukungan teman sebaya yang ada di UIN Maulana Malik Ibrahim?
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi pengembangan ilmu masyarakat, yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam dunia pendidikan secara lebih mendalam khususnya dalam bidang psikologi positif yang berkaitan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan inspirasi juga referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti fenomena yang sama.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan berguna sebagai pengetahuan baru bagi pembaca terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi atau tugas akhirnya.

BAB II KAJIAN TEORI

A. *Subjective well-being*

1. Pengertian *Subjective well-being*

Subjective well-being merupakan gambaran yang mengacu pada setiap model terhadap afeksi diri sendiri yang didalamnya termasuk mampu mempengaruhi pikiran tentang kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup seseorang (Diener et al., 2015). Menurut Diener (2003) membagi *subjective well-being* menjadi tiga kategori. Pertama, *subjective well-being* diartikan sebagai pernyataan subjektif yang termasuk dalam beberapa keinginan berkualitas yang ingin dimiliki oleh setiap orang. Kedua, *subjective well-being* berdasar pada kepuasan hidup seseorang dengan mengambil standar memperoleh kehidupan yang baik. Ketiga, *subjective well-being* adalah jumlah emosi positif yang lebih dominan daripada emosi negatif.

Menurut Linley & Joseph (2009) menjelaskan *subjective well-being* adalah kebahagiaan individu yang mengacu pada kepuasan hidup dan keseimbangan afeksi. Afeksi yang dimaksud berupa emosi negatif dan emosi positif. Menurut Eddington & Shuman (2008) *subjective well-being* diartikan sebagai penilaian individu terhadap kehidupannya meliputi penilaian kognitif terkait kepuasan hidup, penilaian afektif terkait mood atau suasana hati, dan emosi positif maupun negatif. Penilaian yang dimaksudkan meliputi kesejahteraan, kebahagiaan, ketahanan diri, dan kepuasan hidup.

Secara konseptual, teori *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Diener (1984) menjelaskan tentang kebahagiaan dari kepuasan hidup seseorang. Selaras dengan Synder & Lopez (2001) menurut literatur psikologi, *subjective well-being* dikenal sebagai kebahagiaan. Diener (1985) menyebutkan bahwa individu yang merasa puas terhadap kondisi kehidupannya, sering mengalami

hal positif dan jarang mengalami hal negatif merupakan individu yang memperoleh kebahagiaan atau happiness dalam hidupnya. Teori *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Diener (1984) menjelaskan terdapat evaluasi terhadap kejadian yang telah terjadi atau yang pernah dialami dalam kehidupan yang melibatkan proses kognitif dan afektif. Berkaitan dengan evaluasi kognitif mencakup kepuasan hidup yang terdiri dari kepuasan hidup menyeluruh dan kepuasan hidup dalam ranah khusus seperti pendapatan, keluarga, dan relasi sosial, pekerjaan dan kesehatan. Sedangkan evaluasi secara afektif berkaitan dengan perasaan positif seperti perasaan senang, puas, nyaman, gembira, dan reaksi emosi negatif seperti marah, sedih, takut serta perasaan tidak nyaman.

Subjective well-being tinggi apabila individu mengalami pengaruh emosi positif yang lebih besar seperti merasa senang dan puas dalam menjalani kehidupan. Sebaliknya, *subjective well-being* rendah apabila individu lebih banyak didominasi oleh emosi negatif dalam dirinya (Diener et al., 1999). Istilah *subjective well-being* dipercaya sebagai penilaian individu terhadap kehidupan yang dialaminya. Hal ini mencakup kepuasan hidup, tingkat keputusasaan dan kecemasan yang rendah, dan adanya perasaan serta suasana hati yang lebih banyak dikuasai oleh afek positif (Diener, 1984).

Diener & Toh (2004); Ku, Fox dan MC Kenna (2007), *subjective well-being* sebagai indikator penting dalam kualitas hidup seseorang. Individu yang memiliki *subjective well-being* tinggi lebih banyak menilai peristiwa atau kejadian yang terjadi dalam hidupnya secara positif. Sebaliknya orang yang memiliki *subjective well-being* rendah adalah orang yang menilai secara keseluruhan faktor dalam hidupnya sebagai hal yang membahayakan dan menghalangi tujuannya.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* adalah penilaian individu terhadap diri sendiri yang berkaitan langsung dengan kehidupannya,

baik itu penilaian yang bersifat kognitif yaitu terkait dengan kepuasan hidup, maupun penilaian bersifat efektif yaitu mencakup suasana hati atau mood dan emosi yang dirasakan individu tersebut.

2. Aspek-aspek *Subjective well-being*

Diener (1984) membagi aspek kesejahteraan subjektif menjadi 2 aspek sebagai berikut:

a) Aspek afektif

Aspek afektif merupakan aspek kesejahteraan subjektif yang membahas tentang afek yang dirasakan oleh individu dalam menjalani kehidupan. Afek yang merupakan aspek afektif ini terbagi menjadi dua macam, yaitu afek negatif dan positif. Aspek negatif meliputi ketakutan, gelisah, gugup, malu, penuh kehati-hatian, mudah tersinggung, bermusuhan, cemas, rasa bersalah, bingung dan tertekan. Adapun afek positif meliputi ketertarikan akan suatu hal, gembira, kuat, bersemangat, bangga, terinspirasi, penuh perhatian dan aktif di beberapa hal.

b) Aspek kognitif

Dalam aspek kognitif membahas kepuasan hidup individu. Kepuasan hidup merujuk pada evaluasi kognitif yang dilaksanakan oleh individu secara menyeluruh terhadap kualitas hidup yang dijalani. Individu yang merasa memiliki kepuasan hidup akan merasa memiliki kehidupan yang sesuai dengan harapan, sehingga individu tersebut tidak perlu melakukan banyak perubahan dalam hidupnya. Aspek kognitif ini terdiri atas kepuasan hidup individu.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Subjective well-being*

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* Diener (2009) dalam (Rakhman et al., 2017) yaitu :

a. Perbedaan jenis kelamin

Secara umum tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada *subjective well-being* antara laki-laki dan perempuan, namun perempuan berpotensi paling banyak memiliki intensitas perasaan negatif yang lebih banyak daripada laki-laki.

b. Religiusitas

Pada umumnya individu dengan religiusitas tinggi cenderung lebih memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dan lebih spesifik. Partisipasi dalam melakukan hal-hal baik dan beribadah karena Tuhan, sering dikaitkan dengan *subjective well-being* tinggi.

c. Kepribadian

Diener (1994) menyebutkan bahwa kepribadian merupakan faktor yang berpeluang tinggi dalam mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini berkaitan dengan beberapa variabel kepribadian yang menunjukkan kekonsistenan dengan *subjective well-being*, salah satunya adalah self-esteem.

d. Hubungan sosial

Diener (2003) menjelaskan bahwa hubungan yang dianggapnya baik, harus mencakup salah satu tiga hubungan sosial berikut ini, yaitu keluarga, teman, dan hubungan romantis.

B. Dukungan Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya

Menurut Hurlock (2002) menjelaskan bahwa dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya merupakan perasaan senasib yang menjadikan adanya hubungan saling mengerti dan memahami masalah satu sama lain, saling menasihati, dan mempunyai rasa simpati. Santrock (2007) menyebutkan teman-teman sebaya (*peers*) adalah anak-anak atau remaja yang mempunyai usia yang kurang lebih sama.

Menurut Dariyo dalam (Fadhilah, 2019) kelompok teman sebaya berperan penting dalam masa perkembangan remaja, baik secara emosi atau sosial. Bentuk ikatan emosi individu dengan lainnya dalam suatu komunitas sosial adalah wujud aktualisasi bagi remaja dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan orang lain. Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial merupakan suatu kegembiraan, bentuk perhatian, bentuk penghargaan, atau bantuan yang dirasakan dan berasal dari orang lain atau kelompok. Cobb dalam (Sarafino, 2011) individu yang memperoleh dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai dan diperhatikan, berharga dan bernilai, dan menjadi bagian jaringan sosial seperti keluarga, organisasi atau komunitas, yang dapat membantu satu sama lain. Pada fase remaja dukungan teman berperan penting dalam perkembangan remaja baik secara emosi atau sosial. Buhrmester (1996) dalam (Papalia, 2008) kelompok teman sebaya merupakan tempat atau sumber afeksi, simpati, pemahaman, dan panduan moral, tempat bereksperimen yang tidak diperoleh dari orang tua.

Sebagai remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapat dipahami bahwa dukungan teman sebaya akan berpengaruh terhadap sikap, pembicaraan, minat, serta penampilan dan perilaku. House 1981 (dalam Puspitasari, 2010) dukungan sosial sangat penting didapatkan bagi individu. Dukungan sosial dapat diperoleh dari orang lain dengan berupa dukungan emosi, dukungan instrumental, dukungan informasi maupun dukungan penghargaan dari orang lain.

Menurut Berkman et al., (2000) bentuk dukungan sosial itu beragam. Umumnya dibagi menjadi beberapa kategori utama yaitu:

1. Dukungan Emosional. Seperti mendengarkan curhatan atau keluh kesah seseorang, dan memberikan bantuan moral. Dukungan emosi dapat membantu individu dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan dalam hidup.

2. Dukungan Instruktif. Seperti memberi informasi, nasihat, atau panduan untuk seseorang dalam menyelesaikan masalah atau ketika menghadapi situasi tertentu.
3. Dukungan Tangibles. Seperti memberi bantuan berupa finansial misalnya bahan makanan, transportasi dan lain-lain.
4. Dukungan Penghargaan. Seperti memberi pengakuan atau pujian terhadap prestasi atau usaha seseorang.

Dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kepuasan hidup atau yang berkaitan dengan *subjective well-being*. Sebagaimana penelitian oleh Mukhlis dan Khairudin, dukungan sosial mempunyai hubungan yang positif dengan SWB remaja, sehingga remaja sangat membutuhkan dukungan sosial untuk menjaga SWB agar senantiasa memiliki kepuasan terhadap kehidupannya (Khairudin & Mukhlis, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Kim (2022) menggarisbawahi pentingnya dukungan sosial dalam memperoleh informasi yang berkaitan dengan tren sosial, pencarian pekerjaan, dan mengembangkan skill untuk meraih kesuksesan. Berdasarkan fakta pada umumnya, remaja lebih menghargai dukungan sosial dari keluarga, teman serta komunitas online dalam menjalani berbagai pilihan hidup. Oleh karena itu, dukungan sosial penting diperoleh, karena memainkan peranan penting dalam kepuasan, kebahagiaan, dan kemampuan remaja dalam menghadapi tantangan yang ada.

Kim & Kim (2022) membagi sumber dukungan sosial diantaranya sebagai berikut:

1. Dukungan orang tua

Dukungan orang tua dianggap faktor yang berkontribusi terhadap prestasi akademik remaja. Ikatan emosi antara ibu dan ayah terhadap anak dapat memberikan rasa aman dan percaya diri pada anak.

2. Dukungan teman

Dukungan teman mengacu pada bantuan, perhatian, dan sumber daya yang diterima seseorang dari teman-temannya.

2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya

Aspek-aspek dukungan sosial menurut menurut House (1988) yaitu:

- a. Dukungan emosional. Dukungan ini mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian yang dapat memberikan rasa nyaman, ketentraman hati dan merasa dicintai/sukai pada orang yang bersangkutan.
- b. Dukungan penghargaan. Dukungan ini meliputi penghargaan positif, dorongan maju atau persetujuan atas gagasan atau perasaan dan perbandingan positif individu dengan orang lain.
- c. Dukungan instrumental. Dalam hal ini mencakup bantuan langsung berupa jasa, waktu maupun uang. Dukungan informasi. Meliputi pemberian nasehat, saran, petunjuk, informasi ataupun umpan balik.

C. Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap *Subjective well-being* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Subjective well-being atau kesejahteraan subjektif adalah kondisi dimana seseorang mampu untuk melakukan evaluasi terhadap kejadian yang telah terjadi atau yang pernah dialami dalam kehidupan yang melibatkan proses kognitif dan afektif (Diener, 1984). Evaluasi kognitif berhubungan dengan kepuasan hidup secara menyeluruh dan secara khusus. Sedangkan evaluasi afektif mencakup tentang perasaan positif seperti senang, puas, nyaman, gembira, dan perasaan negatif seperti marah, sedih, takut, dan perasaan tidak nyaman. Individu dengan *subjective well-being* tinggi lebih didominasi oleh emosi positif daripada emosi negatif.

Dukungan teman sebaya berperan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa dalam menjalani semester akhir. Dukungan teman sebaya dapat berupa dukungan secara emosional dan dukungan secara informasional (Kim & Kim, 2022). Dalam proses pengerjaan tugas akhir atau skripsi oleh mahasiswa tingkat akhir, mahasiswa mengalami banyak sekali tantangan yang harus dihadapi baik terkait proses dalam pengerjaan skripsi atau kondisi mahasiswa dalam menjalani semester akhir. Perkuliahan yang sudah tidak lagi berkelompok di dalam kelas, membuat mahasiswa sering merasa kesepian atau tidak mempunyai teman. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa mudah bosan, tidak bersemangat dalam menjalani perkuliahan di semester akhir, dan timbul emosi yang tidak nyaman.

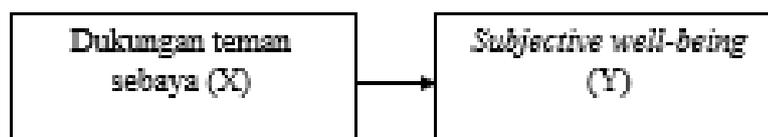
Emosi tidak nyaman biasanya muncul pada saat mahasiswa mengerjakan skripsi. Hal itu terjadi karena banyak sekali kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa dalam mengerjakannya seperti referensi yang susah, sulit mencari responden, banyak revisi dari dosen, dan lain sebagainya. Individu yang memiliki *subjective well-being* tinggi lebih banyak menilai peristiwa atau kejadian yang terjadi dalam hidupnya secara positif. Sebaliknya individu yang memiliki *subjective well-being* rendah adalah orang yang menilai secara keseluruhan faktor dalam hidupnya sebagai hal yang membahayakan dan menghalangi tujuannya.

Keterhubungan dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* berhubungan langsung dengan faktor yang dapat mempengaruhi kedua variabel tersebut. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa adalah dukungan sosial yang diterimanya. Kondisi dimana mahasiswa yang menerima dukungan teman sebaya dengan cukup, akan membuat mahasiswa merasa lebih mampu untuk melewati berbagai rintangan yang dialami selama menjadi mahasiswa akhir dengan segala tuntutan sebagai mahasiswa akhir. Dukungan sosial yang berasal

dari teman sangat penting bagi mahasiswa dalam memperoleh informasi yang berkaitan dengan tren sosial, pencarian pekerjaan, dan mengembangkan skill untuk meraih kesuksesan (Kim & Kim, 2022).

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Cobb dalam (Sardi & Ayriza, 2020) bahwa individu yang memiliki dukungan sosial yang tinggi, mereka merasa bahwa dirinya dirawat dan dicintai. Penelitian lain menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya berkorelasi secara signifikan terhadap *subjective well-being*. Hubungan yang positif seperti saling mendukung, saling memberi informasi, saling memberi semangat cenderung memberi kontribusi yang lebih besar pada *subjective well-being* (Reinita & Wulan, 2023).

Berdasarkan uraian diatas, dukungan teman sebaya memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* mahasiswa. Keterhubungan tersebut berada pada faktor eksternal individu. Dukungan teman sebaya memiliki pengaruh yang positif terhadap *subjective well-being* individu, sehingga ketika dukungan teman sebaya yang diperoleh tinggi, maka *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif mahasiswa juga tinggi.



Gambar 2.1 Skema Variabel

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti berdasarkan landasan teori yang dijelaskan adalah “adanya pengaruh positif antara dukungan teman sebaya dengan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diperoleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Dalam hal ini, pendekatan kuantitatif korelasional digunakan dalam suatu penelitian untuk mengukur pengaruh antara dua variabel atau lebih. Creswell (2014) dalam (Addae-Boateng et al., 2015) mengartikan bahwa penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang menggunakan metode statistik yang mengukur pengaruh variabel yang ada. Pada penelitian ini berupaya untuk menguji pengaruh dua variabel independen atau variabel bebas berupa dukungan teman sebaya (X) dan satu variabel dependen atau variabel bebas berupa *subjective well-being* (Y).

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian merupakan atribut, sifat, objek, nilai dari subjek, atau kegiatan yang bervariasi dan telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Variabel independen atau bebas merupakan variabel yang biasa disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, antecedent. Variabel ini yang akan mempengaruhi atau yang menjadi penyebab berubahnya variabel terikat. Kemudian variabel dependen atau variabel terikat. Variabel ini nantinya menjadi variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat dari variabel independen atau variabel bebas. Adapun dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yaitu:

1. Variabel independen (X) : Dukungan teman sebaya
2. Variabel dependen (Y) : *Subjective well-being*

C. Definisi Operasional

1. *Subjective well-being*

Subjective well-being adalah penilaian individu terhadap diri sendiri yang berkaitan langsung dengan kehidupannya, baik itu penilaian yang bersifat kognitif yaitu terkait dengan kepuasan hidup, maupun penilaian bersifat efektif yaitu mencakup suasana hati atau mood dan emosi yang dirasakan individu. Terdiri dari aspek afektif dan kognitif.

2. Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya adalah pemberian bantuan berupa perhatian baik secara emosi, pemberian sikap menghargai, pemberian bantuan instrumental maupun penyediaan informasi oleh teman yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Terdiri dari aspek emosi dan informasi.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah abstraksi subjek atau objek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang sebelumnya telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan dapat ditarik kesimpulannya secara akurat (Sugiyono, 2013). Setiap penelitian memerlukan sumber data dan karakteristik tertentu sesuai dengan fokus penelitian untuk kemudian dipelajari lebih lanjut untuk diambil kesimpulannya.

Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa aktif tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah mengambil mata kuliah skripsi. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini diambil dari angkatan 2020 saja, yaitu terdapat sebanyak 2432 mahasiswa. Jumlah tersebut diperoleh langsung dari Bagian Akademik Kemahasiswaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

2. Sampel

Sampel diartikan sebagai bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang sama dengan populasi sehingga dianggap mampu untuk mewakili keseluruhan dari banyaknya populasi. Apabila jumlah populasi sangat besar, maka peneliti perlu mengambil sampel sebagai wakil dari populasi. Adapun dalam penelitian ini terdapat beberapa kriteri diantaranya sebagai berikut:

1. Laki-laki atau perempuan
2. Mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim tingkat akhir angkatan 2020
3. Sedang mengambil mata kuliah skripsi

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling adalah bagian dari ilmu statistik yang berisi tentang pengambilan sebagian anggota dari populasi. Apabila pengambilan sampel dilakukan dengan benar, maka analisis statistik dari sampel dapat digunakan untuk mengambil kesimpulan tentang seluruh populasi. Teknik sampling terbagi menjadi *probability sampling*, dan *non-probability sampling*.

Probability sampling merupakan teknik yang dilaksanakan pengambilan sampel dengan memberi peluang atau kesempatan bagi siapa saja dari anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel. Sedangkan *non-probability sampling* tidak memberikan kesempatan atau peluang bagi seluruh anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel. Artinya, dalam teknik ini tidak dilakukan secara acak.

Dalam penelitian ini menggunakan *probability sampling* berupa *simple random sampling*. Pengambilan sampel dilakukan dengan sengaja secara random atau acak. Karena tidak adanya spesifikasi khusus dalam penelitian ini. Adapun pengambilan sampel pada penelitian ini menganut teori Roscoe. Aturan pengambilan sampel menurut Roscoe (1975) dalam (Imandiri et al., 2017) menyebutkan ketentuan sampel yang dapat digunakan minimal 30 responden hingga 500 responden. Berdasarkan teknik

pengambilan sampel yang dirumuskan oleh Roscoe (1997) maka dalam penelitian ini mengambil sebanyak 210 responden yang akan dijadikan sampel penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu cara yang dapat digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini teknik pengambilan data menggunakan instrument penelitian berupa skala psikologi dengan model skala likert dalam bentuk kuisisioner. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan membagikan kuisisioner penelitian secara *online* melalui media sosial berupa *Whatsapp, Instagram, dan Telegram*. Pembagian kuisisioner secara online mulai dilaksanakan pada 15 Mei 2024 – 20 Mei 2024 dengan total responden sebanyak 210 mahasiswa.

Kriteria penilaian skala dalam penelitian ini secara keseluruhan terdiri dari beberapa pernyataan dengan tujuh alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Agak Tidak Setuju (ATS), Netral (N), Agak Setuju (AS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skala

Alternative Jawaban	Skor
Sangat Tidak Setuju	1
Tidak Setuju	2
Agak Tidak Setuju	3
Netral	4
Agak Setuju	5
Setuju	6
Sangat Setuju	7

1. Instrumen Penelitian

Adapun instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Skala Dukungan Teman Sebaya

Pada variabel dukungan teman sebaya (X) menggunakan skala *Social Support from Parents and Friend*, diadaptasi oleh Kim & Kim (2022) yang memuat dua aspek yaitu dukungan emosi (*emotional support*), dan dukungan informasi (*informational support*). Adapun total aitem dalam skala ini berjumlah 10 aitem yang bersifat favourable.

Tabel 3.2 Blue Print Dukungan teman sebaya

Aspek	Indikator	F	Jumlah
<i>Emotional</i>	Memberikan ruang aman	1,2,3	3
	Peduli terhadap apa yang dialami	4,5	2
<i>Informational</i>	Memberikan bantuan dan informasi yang bermanfaat sesuai dengan kondisi	6,7	2
	Berbagi informasi terkait peluang dalam dunia kerja	8	1
	Membantu dalam mengembangkan karir dan potensi dalam bersosial	9,10	2
Total			10

b. Skala *Subjective well-being*

Pada variabel *subjective well-being* (Y) menggunakan skala Satisfaction with life scale (SWLS) yang digunakan untuk mengukur aspek penilaian individu terhadap hidupnya secara menyeluruh. Skala ini dikembangkan oleh Diener (1985) dengan jumlah lima aitem yang bersifat favourable.

Tabel 3.3 Blue Print Satisfaction With Life Scale (SWLS)

Aspek	Indikator	F	Jumlah
Afektif	Merasa bangga dengan kehidupan yang dijalani	1,2	2
Kognitif	Merasa puas dalam menjalani hidup	3,4,5	3
Total			5

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Uji validitas

Uji validitas merupakan bentuk dari pengukuran tentang sejauh mana instrument penelitian sesuai dengan fungsi pengukurannya secara tepat. Skala dengan validitas tinggi akan memberi hasil yang sejalan dengan maksud dari penelitian. Standar pengukuran yang digunakan untuk mengukur validitas aitem dalam penelitian ini menggunakan rumus corrected item-total correlation menggunakan bantuan aplikasi berupa *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 27 for windows*.

Adapun dasar pengambilan keputusan uji validitas adalah apabila nilai corrected item-total correlation (r hitung) $>$ r table, maka aitem skala berkorelasi signifikan terhadap skor total, jika demikian menunjukkan bahwa aitem valid. Sebaliknya apabila nilai corrected item-total correlation (r hitung) $<$ r table, maka aitem pada skala tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total, hal tersebut menunjukkan bahwa aitem tidak valid (Darma, 2021).

Berikut ini adalah tabel validitas skala dukungan teman sebaya yang telah dihitung menggunakan SPSS

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Dukungan teman sebaya

No. item	<i>Correlated item Total correlation</i>	R tabel	Hasil
FSSE1	.805	0,138	Valid
FSSE2	.785	0,138	Valid
FSSE3	.765	0,138	Valid
FSSE4	.843	0,138	Valid
FSSE5	.677	0,138	Valid
FSSI1	.729	0,138	Valid
FSSI2	.744	0,138	Valid
FSSI3	.609	0,138	Valid
FSSI4	.825	0,138	Valid
FSSI5	.743	0,138	Valid

Berikut ini adalah tabel validitas skala *subjective well-being* (SWLS) yang telah dihitung menggunakan SPSS

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas SWLS

No. item	<i>Correlated item Total correlation</i>	R tabel	Hasil
SWB1	.746	0,138	Valid
SWB2	.723	0,138	Valid
SWB3	.800	0,138	Valid
SWB4	.817	0,138	Valid
SWB5	.818	0,138	Valid

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas perlu dilakukan untuk menguji sejauh mana alat ukur tersebut mengukur sesuatu secara konsisten. Apabila pengukuran secara konsisten menghasilkan hasil yang sama, maka dianggap andal atau reliabel. Menurut Wiratna Sujarweni (2014) data dikatakan reliabel apabila nilai $\alpha > 0,6$. Dalam penelitian ini menggunakan uji reliabilitas dengan memanfaatkan alpha cronbach's dan bantuan aplikasi SPSS 27 for windows.

Berikut ini hasil reliabilitas dukungan teman sebaya yang telah dihitung menggunakan SPSS

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan teman sebaya

Cronbach's Alpha	N of Item
.912	10

Berikut ini hasil reliabilitas skala *subjective well-being* (SWLS) yang telah dihitung menggunakan SPSS

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas SWB

Cronbach's Alpha	N of Item
.839	5

G. Uji Analisis Data

Analisis data merupakan tahapan penting dalam penelitian kuantitatif. Hal ini karena data yang diperoleh digunakan untuk menarik kesimpulan dan menjadi jawaban dari tujuan penelitian. Teknik analisis data digunakan untuk menganalisis data penelitian untuk memudahkan interpretasi dan penjabaran hasil yang mudah dipahami.

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan data yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian.

a. Rumus rata-rata

Rata-rata (mean) dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$M = \frac{\sum X^2}{N}$$

Keterangan:

X = Mean

$\sum x$ = jumlah seluruh data (skor) variabel x

N = Jumlah sampel penelitian

b. Rumus standar deviasi

Setelah menghitung mean, standart deviasi dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \frac{\sqrt{n \Sigma X^2 - (\Sigma X_4)^2}}{n (n - 1)}$$

c. Mencari kategorisasi

Setelah mencari standart deviasi kemudian langkah selanjutnya adalah mencari kategorisasi pada masing-masing variabel untuk mengetahui pengelompokan data terkait masing-masing subjek yang kemudian disesuaikan dengan norma yang berlaku. Berikut rumus kategorisasi data:

Tabel 3.8 Rumus kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD < X < M + 1SD$
Tinggi	X

Keterangan:

X = raw score

M = mean

SD = Standar deviasi

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji normalitas

Uji normalitas merupakan uji asumsi yang populer dan diperlukan dalam statistik parametrik. Penggunaan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data suatu variabel berdistribusi normal atau tidak. Suatu data disebut berdistribusi normal apabila

mengikuti kurva normal, yaitu data terdistribusi terutama ditengah kurva.

Uji normalitas Kolmogorov smirnov dan aplikasi SPSS 27 for windows dipilih dalam penelitian ini. Apabila tingkat siginifikansi melebihi 0,05 (Sig. > 0,05) maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorof-Smirnov
Dukungan Teman Sebaya	0.62
<i>Subjective well-being</i>	0.62

b. Uji linieritas

Uji linieritas dipakai untuk menentukan apakah dua variabel berhubungan langsung atau tidak langsung. Uji linieritas merupakan salah satu syarat untuk melakukan uji regresi dalam statistic parametik. Uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi 0,05 menggunakan SPSS 27 for windows. Apabila nilai sig. lebih besar dari 0,05 maka terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat.

Tabel 3.9 Hasil Uji Linieritas

Variabel	Sig.
Dukungan teman sebaya SWB	.000

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Prosedur Penelitian

1. Setting Penelitian

Penelitian ini merupakan riset kolaborasi dengan judul Leadership, Stress and Happiness yang bekerjasama dengan AAICP dan Prof. Uichol Kim – Inha University, South Korea. Penelitian ini dibagikan secara online melalui google formulir dan disebar melalui media sosial berupa *whatsapp*, *instagram*, dan *telegram*. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tingkat akhir yang telah mengambil mata kuliah skripsi.

2. Proses dan Waktu Pengambilan Data

Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2024 melalui google formulir yang disebarluaskan melalui media sosial berupa *WhatsApp*, *Instagram*, dan *Telegram*. Adapun kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuisisioner gabungan dari topic besar dalam riset kolaborasi. Peneliti menggunakan instrument dari kluster happiness yang kemudian digunakan sesuai dengan syarat yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Perolehan subjek sudah ditentukan oleh peneliti yang menganut teori pengambilan sampel Roscoe.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

a. Dukungan teman sebaya

Berikut sajian tabel dan hasil uji hipotesis dari variabel Dukungan teman sebaya dan penjelasannya.

Tabel 4.1 Hasil Uji Hipotetik Dukungan teman sebaya

Min	Max	Mean	Std. Deviation
14	70	51.0524	10.22251

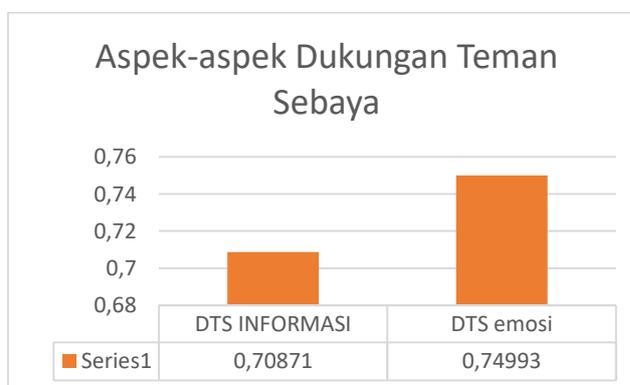
Skala Dukungan teman sebaya ini terdiri dari 10 aitem valid dengan rentang pilihan jawaban 1-7. Tabel diatas merupakan hasil analisis hipotetik yang menunjukkan bahwa skor terendah (minimum) sebesar 14 dan nilai tertinggi (maksimum) sebesar 70 dengan perolehan rata-rata skor 51 dan standar deviasi sebesar 10,222.

Kemudian berikut merupakan tabel kategorisasi data variabel Dukungan teman sebaya dan gambaran presentase dari tiap kategorisasi

Tabel 4.2 Hasil kategorisasi Dukungan teman sebaya

Rentang skor	Kategori	Jumlah	Presentase
$X < 40,83$	Rendah	29	13.81
$40,83 < X \leq 61,27$	Sedang	147	70.00
$X > 51.05 + 10.22$	Tinggi	34	16.19
Jumlah		210	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki dukungan teman sebaya yang tergolong sedang yaitu sebanyak 147 responden (70%).



Gambar 4 1 Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya

Gambar diatas menunjukkan bahwa aspek emosi lebih berkontribusi sebesar 0,749 sedangkan aspek informasi sebesar 0,708.

b. *Subjective well being*

Berikut sajian tabel dan hasil uji hipotesis dari variabel *subjective well-being* dan penjelasannya.

Tabel 4.3 Hasil Uji Hipotetik *Subjective well-being*

Min	Max	Mean	Std. Deviation
12	35	25.9286	5.45794

Skala *subjective well-being* ini terdiri dari 5 aitem valid dengan rentang pilihan jawaban 1-7. Tabel diatas merupakan hasil analisis hipotetik yang menunjukkan bahwa skor terendah (minimum) sebesar 12 dan nilai tertinggi (maksimum) sebesar 35 dengan perolehan rata-rata skor 25,92 dan standar deviasi sebesar 5,457.

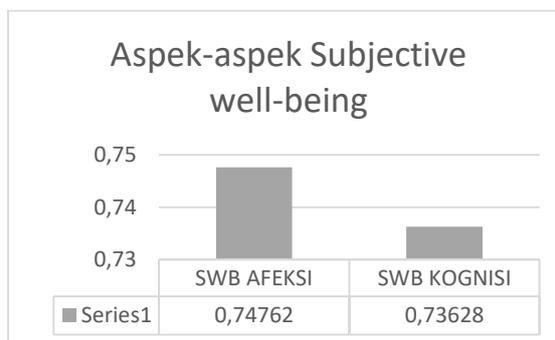
Kemudian berikut merupakan tabel kategorisasi data *subjective well-being* dan gambaran presentase dari tiap kategorisasi

Tabel 4.4 Hasil kategorisasi *Subjective well-being*

Rentang skor	Kategori	Jumlah	Presentase
$X < 20,47$	Rendah	44	20.95
$20,47 < X \leq 31,39$	Sedang	130	61.90
$X > 31,39$	Tinggi	36	17.14
Total		210	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden penelitian memiliki *Subjective*

well-being yang tergolong sedang yaitu sebanyak 130 responden (61.90%).



Gambar 4 2 Aspek-aspek *Subjective well-being*

Gambar diatas menunjukkan bahwa aspek afektif lebih dominan yaitu sebesar 0,747 dan aspek kognitif sebesar 0,736.

c. Karakteristik responden

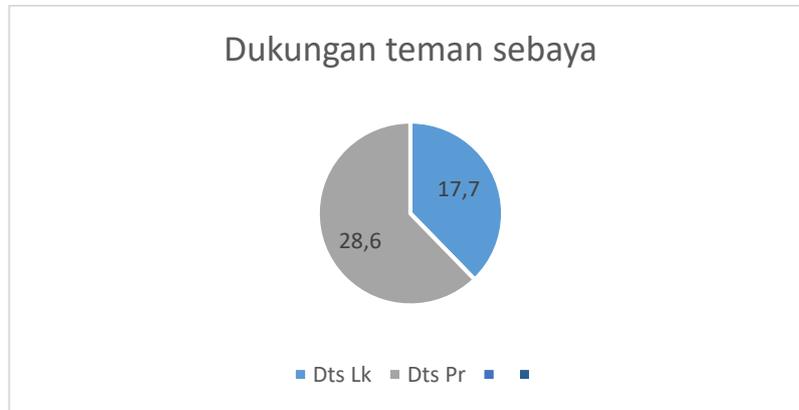
Berikut sajian tabel sebaran data berdasarkan karakteristik jenis kelamin penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4.5 Karakteristik Responden Jenis Kelamin

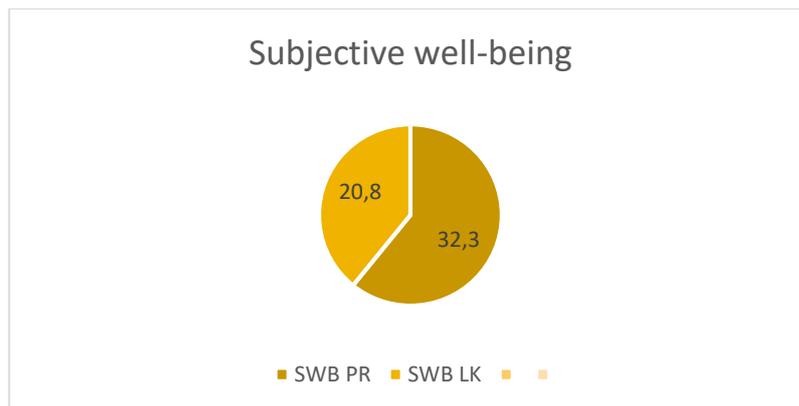
Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	71	33.8
Perempuan	139	66.2
Total	210	100%

Berdasarkan tabel sebaran data diatas, dapat diketahui responden dalam penelitian ini terdiri dari 71 laki-laki dan 139 perempuan.

Kemudian untuk mengetahui karakteristik responden dengan variabel dukungan teman sebaya dan *subjective well-being*, dapat dilihat dari tabel dibawah ini:



Gambar 4 3 Karakteristik Crosstabulation Dukungan Teman Sebaya



Gambar 4 4 Karakteristik Crosstabulation Subjective Well-being

Gambar diatas dapat diketahui bahwa perempuan lebih banyak mendapatkan dukungan teman sebaya yang baik sebanyak 28,6%. Adapun *subjective well-being* pada perempuan juga diperoleh hasil lebih tinggi daripada laki-laki sebanyak 32,3%.

2. Uji Korelasi

Uji korelasi ini dilakukan untuk menganalisis besarnya tingkat korelasi atau hubungan antara variabel independent terhadap variabel dependent (Ridwan, 2009). Oleh karena itu uji korelasi dalam

penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara dukungan teman sebaya terhadap tingkat stress pada mahasiswa. Ketentuan untuk melihat dan mengambil keputusan hasil uji ini adalah ketika signifikansi atau nilai $p < 0,05$, maka terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan, dan begitu pula sebaliknya ketika nilai $p > 0,05$ maka tidak terdapat korelasi maupun hubungan yang signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent. Dan selanjutnya untuk melihat kuat tidaknya hubungan tersebut ditentukan oleh koefisien *pearson correlation*, yaitu ketika nilai koefisien mendekati +/- 1,00 maka semakin kuat hubungan antara variabel. Uji korelasi ini dilakukan dengan metode *analysis statistic product moment* menggunakan program SPSS ver.26 for windows, berikut ini adalah hasil uji korelasi tersebut:

Tabel 4.6 Hasil kategorisasi *Subjective well-being*

Correlations			
		DTS	SWB
DTS	Pearson Correlation	1	.529**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	210	210
SWB	Pearson Correlation	.529**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	210	210

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji korelasi antara dukungan teman sebaya dengan tingkat SWB sebesar 0,531. Hasil ini terdapat pada rentang nilai $0,50 < r \leq 0,75$ yang berarti bahwa korelasi dukungan teman sebaya terhadap tingkat SWB mahasiswa adalah kuat.

3. Uji Hipotesis

a. Uji analisis Regresi Linier Sederhana

Uji analisis regresi linear sederhana bertujuan untuk mengetahui tingkat pengaruh antara dukungan teman sebaya terhadap tingkat SWB mahasiswa. Dasar pengambilan keputusan dari hasil uji regresi linear sederhana adalah ketika nilai signifikansi $< 0,05$ maka terdapat pengaruh antara dukungan teman sebaya terhadap tingkat SWB mahasiswa. Hasil sig dari penelitian ini adalah .000 yang dapat dilihat berdasarkan tabel dibawah ini.

Tabel 4.7 Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1	(Constant)	11.504		7.035	.000
	TotalDTS	.283	.529	8.995	.000

a. Dependent Variable: TotalSWB

b. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui serta mengukur besarnya peran variabel bebas terhadap variabel terikat. R² (Rsquare) atau koefisien determinasi digunakan untuk mengukur seberapa besar tingkat sumbangan variabel bebas terhadap variabel terikat. Jika koefisien determinasi semakin bernilai mendekati satu maka dapat menunjukkan semakin besar variabel x dalam mempengaruhi variabel y, yaitu $0 < R^2 < 1$. Begitupun sebaliknya ketika nilai R² semakin kecil dan mendekati angka nol ini artinya variabel x semakin kecil dalam mempengaruhi variabel y.

Tabel 4.8 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.529 ^a	.280	.277	4.64222

a. Predictors: (Constant), TotalDTS

Tabel Model Summary diatas menjelaskan besaran nilai korelasi atau hubungan R yaitu sebesar 0,529. Berdasarkan output tersebut diperoleh koefisien determinasi atau R² sebesar 0,280 ini artinya variable dukungan teman sebaya berpengaruh terhadap tingkat SWB mahasiswa tingkat akhir sebesar 28%. Sedangkan sisa presentase yang mempengaruhi variabel tingkat SWB mahasiswa adalah sebesar 72%, nilai sisa dari presentase ini adalah faktor lain yang tidak dibahas pada penelitian ini.

C. Pembahasan

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran dukungan teman sebaya pada mahasiswa akhir di UIN Malang berada pada kategori sedang yaitu 70% atau sebanyak 147 mahasiswa. Artinya dukungan teman sebaya yang diperoleh mahasiswa akhir di UIN Malang tergolong cukup baik. Aspek yang paling mendominasi pada skala dukungan teman sebaya adalah aspek emosi sebesar 0,749 sedangkan aspek informasi sebesar 0,708. Nyatanya, mahasiswa tingkat akhir lebih memerlukan dukungan emosi seperti mendengarkan keluh kesah seseorang, memberikan dukungan lebih dalam menjalani semester akhir terlebih dalam proses pengerjaan skripsi daripada hanya diberikan informasi yang bermanfaat namun tidak diberi bantuan berupa afirmasi positif.

Mahasiswa akhir yang sedang dalam masa pengerjaan skripsi, sangat memerlukan bantuan secara emosi. Dukungan emosi dari teman berupa afirmasi positif, validasi perasaan teman, serta selalu memberikan

semangat penuh, ini yang lebih dibutuhkan pada mahasiswa. Dukungan emosional dari teman sebaya dapat mengurangi afektifitas negatif dan meningkatkan afektifitas positif. Menyoroti pentingnya persahabatan dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif (Rohayati et al., 2023).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan lebih mendapatkan dukungan teman sebaya yang lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Reinita & Wulan (2023) bahwa perempuan lebih terbuka untuk berbagi masalah dengan lainnya atau dengan istilah lain, perempuan lebih suka bercerita daripada laki-laki. Memperoleh dukungan dari teman sendiri sangat diperlukan karena sebagai mahasiswa akhir sangat dibutuhkan relasi yang banyak untuk menunjang kesuksesan karir di masa depan.

Gambaran kesejahteraan subjektif pada mahasiswa akhir di UIN Malang berada pada kategori sedang yaitu sebesar 61,90% atau sebanyak 130 mahasiswa. Artinya tingkat kesejahteraan subjektif mahasiswa akhir di UIN Malang cukup baik. Aspek yang mendominasi skala SWB adalah aspek afektif sebanyak 0,747 dan aspek kognitif sebesar 0,736. Aspek afektif lebih mendominasi karena mahasiswa lebih mampu mengungkapkan emosi yang dirasakan daripada mengevaluasi kehidupannya.

Mahasiswa akhir dalam perjalanannya menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya tentu akan menjumpai berbagai macam rintangan yang harus dihadapi dengan baik. Rintangan yang ditemui antara lain revisi yang terus menerus, responden yang belum memenuhi jumlah yang ditentukan, referensi yang sulit akan menyebabkan perubahan emosi negatif bagi mahasiswa. Emosi negatif seperti takut, gelisah, gugup, malu, bingung, dan tertekan yang dirasakan mahasiswa akan menyebabkan lebih banyak emosi negatif yang mendominasi maka akan menyebabkan kesejahteraan subjektif rendah (Diener, 1984).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa perempuan lebih memiliki *subjective well-being* tinggi daripada laki-laki. Sebetulnya perbedaan jenis kelamin tidak menjadi penyebab signifikan pada tingkat *subjective*

well-being individu akan tetapi hasil penelitian oleh Panggagas et al., (2019) bahwa perempuan lebih mampu dalam merasakan emosi yang dirasakan. Biasanya perempuan memiliki kemampuan untuk mudah dalam melakukan evaluasi terhadap kehidupannya secara utuh daripada laki-laki. Hal ini tidak dapat dipukul rata bahwa setiap perempuan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi, laki-laki juga dapat lebih unggul dalam mengontrol emosi serta mengevaluasi hidupnya dalam kondisi dan situasi yang berbeda-beda.

Selanjutnya, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap SWB mahasiswa akhir di UIN Maulana Malik Ibrahim. Hal tersebut ditunjukkan pada hasil uji korelasi terdapat pada rentang nilai koefisien $0,50 < r \leq 0,75$ yang berarti bahwa korelasi dukungan teman sebaya terhadap tingkat SWB mahasiswa adalah kuat. Adapun uji hipotesis pada penelitian ini diterima karena nilai sig. $.000 < 0,05$. Kemudian uji koefisien determinasi diketahui bahwa variabel dukungan teman sebaya memberikan pengaruh terhadap tingkat SWB mahasiswa sebanyak 28% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini terbukti menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa. Individu yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari teman-temannya akan menjadikan mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi (Brajša-Žganec et al., 2018). Semakin tinggi dukungan teman sebaya maka kesejahteraan subjektif juga tinggi. Penyaluran bantuan yang diperoleh dari teman, baik dari segi emosi dan informasi dapat memberikan pengaruh terhadap *mood* atau suasana hati dan juga kepuasan mahasiswa dalam menjalani semester akhir. Pemberian bantuan berupa afirmasi positif, kalimat membangun untuk memberikan semangat, validasi perasaan sesama, akan membuat mahasiswa mengalami perubahan suasana hati yang lebih baik. Dukungan emosi berperan untuk mengontrol mood atau suasana hati

individu dalam menghadapi tantangan-tantangan yang ada dalam hidup (Setiani, M. Malay, M. N., Fitriani, 2022).

Sebagaimana penelitian yang telah dilakukan oleh Ayriza (2020) menunjukkan variabel dukungan sosial teman sebaya berkontribusi sebanyak 94% berpengaruh terhadap *subjective well-being*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hikmawati et al., (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap SWB kepada mahasiswa Sunan Gunung Djati. Semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh, maka kesejahteraan subjektif yang dirasakan juga tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Karimah & Musslifah (2023) menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa. Sama halnya dengan penelitian oleh Reinita & Wulan (2023) menghasilkan bahwa dukungan teman sebaya berkorelasi secara signifikan terhadap *subjective well-being*. Hubungan yang positif seperti saling mendukung, saling memberi informasi, saling memberi semangat cenderung memberi kontribusi yang lebih besar pada *subjective well-being*.

Menurut Kim & Kim (2022) menjelaskan dukungan sosial dapat diperoleh seseorang melalui keluarga, teman, dan komunitas online. Mahasiswa tingkat akhir yang mendapatkan dukungan dari teman yang cukup, akan mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif atau SWB dalam menjalani perkuliahan. Individu dengan SWB tinggi, mereka akan sering merasa puas dengan kehidupannya dan lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif (Diener et al., 1985). Kesejahteraan subjektif individu sangat penting untuk menciptakan dan memelihara individu yang sehat dan produktif (Das et al., 2020). Kesejahteraan subjektif pada remaja terbukti dapat mempengaruhi pola kesehatan dan perilaku yang bertahan sepanjang masa dewasa (Lim et al., 2017). Dengan demikian, penting bagi generasi muda untuk memiliki *subjective well-being* yang baik terutama bagi mahasiswa tingkat akhir. Hal ini akan mempengaruhi proses pengerjaan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir atau skripsi dan jenjang karir selanjutnya.

Salah satu faktor pemicu mahasiswa untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* adalah dengan memperoleh dukungan dari sekitarnya. Sebagaimana menurut Dewi & Nasywa (2019) menemukan faktor faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* yaitu meliputi dukungan sosial, kebersyukuran, *forgiveness*, *personality* atau kepribadian, *self-esteem*, dan spiritualitas. Dukungan teman sebaya dapat memberikan pengaruh terhadap tinggi rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu, untuk menjaga kestabilan kesejahteraan subjektif, maka mahasiswa perlu lebih meningkatkan hubungan sosial yang baik dan memperluas relasi. Hal ini bertujuan untuk menjaga kesejahteraan subjektif mahasiswa dalam mengontrol emosi negatif yang muncul dan memudahkan mahasiswa dalam mengevaluasi kehidupannya agar mahasiswa lebih mampu mengimprovisasi apa yang perlu diperbaiki dan ditingkatkan dalam hidupnya. Selain itu mahasiswa juga perlu memperhatikan faktor internal lainnya supaya diperoleh faktor eksternal dan internal yang memadai untuk menjaga kesejahteraan subjektif pada masing-masing mahasiswa.

Penelitian ini sangat terbatas dalam mengeksplorasi dan menggali lebih dalam fenomena *subjective well-being* yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir di UIN Malang. Selain itu, pada alat ukur *subjective well-being* yang hanya menggunakan SWLS belum cukup dalam menggambarkan kesejahteraan hidup dari segi kepuasan hidup, akan lebih baik apabila ditambahkan alat ukur berupa skala PANAS agar lebih menggambarkan aspek kognitif pada mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini masih menunjukkan beberapa kekurangan yang perlu disempurnakan lagi pada penelitian selanjutnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari lapangan dengan menyebarkan kuisioner melalui *google formulir* kepada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak 210 mahasiswa. Penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat dukungan teman sebaya pada mahasiswa berada pada kategori sedang. Aspek yang mendominasi dukungan teman sebaya adalah aspek emosi sebesar 0,749 sedangkan aspek informasi sebesar 0,708.
2. Tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa berada pada kategori sedang. Aspek yang mendominasi *subjective well-being* adalah aspek afektif sebesar 0,747 sedangkan aspek kognitif sebesar 0,736
3. Dukungan teman sebaya memberikan pengaruh terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa sebesar 28%.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan teman sebaya dan *subjective well-being* sama-sama berada pada kategori sedang. Aspek dukungan teman sebaya berupa aspek informasi lebih rendah daripada aspek emosi. Oleh karena itu, mahasiswa perlu untuk memperluas relasi sosial dan menjaga hubungan sosial dengan lebih baik. Dengan demikian mahasiswa akan lebih mudah dalam mendapatkan informasi yang berkaitan dengan penulisan skripsi atau penelitian ilmiah lainnya dan informasi yang

berkaitan dengan dunia kerja atau persiapan karir setelah lulus. Selain itu, untuk memperkuat aspek *subjective well-being* berupa aspek kognitif mahasiswa perlu memperhatikan faktor internal atau yang ada di dalam diri sendiri, karena faktor eksternal pun belum cukup apabila tidak diimbangi dengan tekad atau kemampuan diri sendiri dalam mengelola setiap masalah yang dihadapi.

2. Bagi Instansi

Penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat SWB mahasiswa adalah dukungan teman sebaya. Saran untuk pihak kampus, agar memberikan fasilitas berupa layanan *peer support group* yang berada dibawah naungan kampus langsung sebagai tempat atau ruang untuk mahasiswa agar dapat memperoleh dukungan baik secara emosi, maupun informasi. Layanan tersebut akan terlihat lebih *supportif* apabila tidak hanya memperoleh dukungan antar sesama mahasiswa saja, akan tetapi juga dari tenaga pendidik kepada mahasiswa. Kemudian untuk menjaga kesejahteraan subjektif mahasiswa agar tetap baik, maka perlu diadakan pelatihan pengelolaan emosi agar mahasiswa mampu mengendalikan emosi baik negatif maupun positif dalam hidupnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan yaitu berupa data dalam penelitian ini bersifat homogen yang mana tidak ada kualifikasi khusus bagi responden. Hal tersebut akan berdampak pada hasil yang kurang begitu menggambarkan fenomena *subjective well-being* dalam penelitian ini. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menambahkan kriteria khusus sehingga hanya bisa diisi oleh responden dengan kriteria tertentu saja, dengan tujuan supaya lebih *relate* dan sesuai dengan permasalahan yang diangkat. Kemudian untuk penilihan populasi baiknya lebih dikerucutkan lagi supaya sampel yang digunakan bisa lebih spesifik. Karena sampel yang baik adalah sampel yang mengerucut dan representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Addae-Boateng, S., Wen, X., & Brew, Y. (2015). Contractual Governance, Relational Governance, and Firm Performance: The Case of Chinese and Ghanaian and Family Firms. *American Journal of Industrial and Business Management*, 05(05), 288–310. <https://doi.org/10.4236/ajibm.2015.55031>
- Aminudin, M. (2023). *Meningkat 52,38%, Tahun Ini Ada 32 Kasus Bunuh Diri di Kabupaten Malang!* DetikJatim. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7110562/meningkat-52-38-tahun-ini-ada-32-kasus-bunuh-diri-di-kabupaten-malang>
- Anggara Satalaksana, D., Kusdiyati Prodi Psikologi, S., & Psikologi, F. (2020). Hubungan Stres Akademik Dengan Subjective Well- Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Prosiding Psikologi*, 594–598. <http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.23629>
- Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*, 51(6), 843–857. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(00\)00065-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0277-9536(00)00065-4)
- Blasco-Belled, A., Tejada-Gallardo, C., Torrelles-Nadal, C., & Alsinet, C. (2020). The costs of the COVID-19 on subjective well-being: An analysis of the outbreak in Spain. *Sustainability (Switzerland)*, 12(15). <https://doi.org/10.3390/SU12156243>
- Brajša-Žganec, A., Kaliterna Lipovčan, L., & Hanzec, I. (2018). The relationship between social support and subjective well-being across the lifespan. *Drustvena Istrazivanja*, 27(1), 47–65. <https://doi.org/10.5559/di.27.1.03>
- Brindal, E., Ryan, J. C., Kakoschke, N., Golley, S., Zajac, I. T., & Wiggins, B. (2022). Individual differences and changes in lifestyle behaviours predict decreased subjective well-being during COVID-19 restrictions in an Australian sample. *Journal of Public Health (United Kingdom)*, 44(2), 450–456. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab040>

- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*. Guepedia.
- Das, K. V., Jones-Harrell, C., Fan, Y., Ramaswami, A., Orlove, B., & Botchwey, N. (2020). Understanding subjective well-being: perspectives from psychology and public health. *Public Health Reviews*, *41*(1), 1–32. <https://doi.org/10.1186/s40985-020-00142-5>
- de Neve, J., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013). The objective benefits of subjective well-being. *CEP Discussion Paper No 1236*, *1236*, 1–35.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, *1*(1), 54. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15129>
- Diener. (2000). Subjective well being: The science of happiness and proposal for the national index. *Journal of Happiness*, *1*(55).
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, *95*, 1–7.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, *31*, 103–157.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Sustainability & Economics EJournal*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:27546553>
- Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., & Oishi, S. (2017). Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, *58*(2), 87.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, *4*(1), 15.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of*

Psychology, 54(1), 403–425.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. In *American Psychologist* (Vol. 70, Issue 3, pp. 234–242). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/a0038899>

Eddington, N., Ph, D., & Shuman, R. (2008). Subjective Well-Being (Happiness). *Continuing Psychology Education*, 858, 1–16.

Fadhilah, N. R. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Student Well-Being pada Siswa MAN 2 Kampar. *Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, 169. <https://repository.uin-suska.ac.id/22835/>

Faizah, A., & Widyastuti. (2023). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA SANTRI YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN*. 9, 303–311.

Hidayat, Z., & Suprihatin, T. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap Subjective Well-being Pada Remaja Di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. *Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 5, 1*, 136–144.

Hikmawati, F., Santika, H., & Hermawati, N. (2022). Religiosity and Social Support as Predictors for Subjective Well-Being of Overseas Students during the Covid-19 Pandemic. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 117–124. <https://doi.org/10.15575/psy.v9i1.18145>

Imandiri, A., Widyastuti, E., & Jonosewojo, A. (2017). Skor State Anxiety Inventory Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengambil Mata Kuliah Tugas Akhir. *Journal of Vocational Health Studies*, 01(01), 11–14. www.e-journal.unair.ac.id/index.php/JVHS

James S. House, Karl R. Landis, D. U. (1988). *Social Relationship and Health* (pp. 540–544).

Jenira, S. (2019). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Komitmen Menyelesaikan Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Psikoborneo: Jurnal*

Ilmiah Psikologi, 7(2), 274–283.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4783>

John W., S. (2007). *Perkembangan Anak*. PT. Erlangga.

Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>

Karimah, L. N., & Musslifah, A. R. (2023). Gambaran subjective well-being pada mahasiswa program studi psikologi universitas x. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 3(3), 2594–2617.
<https://doi.org/10.53363/bureau.v3i3.347>

Kasyfi, F. Q., Putri, A. M., Widodo, S., & Pramesti, W. (2023). Korelasi Aktivitas Fisik dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Sarjana Pendidikan Dokter dalam Menghadapi Pembelajaran Tatap Muka di Bandar Lampung. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(4), 944–962.
<https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i4.10082>

Khairudin, K., & Mukhlis, M. (2019). Peran Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Subjective Well-Being pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 85.
<https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.7128>

Kim, U., & Kim, J. (2022). Economic Development, Sociocultural Change and Quality of Life in Korea: Analysis of Three Generations Growing up in Colonial, Industrial and Digital Age. *Psychology and Developing Societies*, 34(2), 200–239. <https://doi.org/10.1177/09713336221115550>

Lim, M. S. C., Cappa, C., & Patton, G. C. (2017). Subjective well-being among young people in five Eastern European countries. *Global Mental Health*, 4.
<https://doi.org/10.1017/gmh.2017.8>

Majesty, J., Psikologi, F., Pratikto, H., Psikologi, F., & Psikologi, F. (2023). Subjective Well-Being Mahasiswa Skripsi: Bagaimana Peranan Stres Akademik? *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 238–247.

- Noya, A., & Taihuttu, J. (2022). Dinamika Subjective Well-Being Mahasiswa Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Tangkoleh Putai*, 18(2), 101–117. <https://doi.org/10.37196/tp.v18i2.80>
- Nurafifah, N., & Ilmi Hatta, M. (2023). Pengaruh Problematic Internet Use Terhadap Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(2), 1050–1057. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i2.9493>
- Panggagas, F. A. W., Imawati, D., & Sari, M. T. (2019). The Influence of Gratitude on Subjective Well Being in College Students Working on Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motivasi*, 7(1), 1–9. <http://ejournal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/4504>
- Papalia. (2008). *Human Development (terjemahan A. K. Anwar)*. Pustaka Media Group.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583–630.
- Puspitasari, Y. (2010). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN MENJELANG UJIAN NASIONAL (UN) PADA SISWA KELAS XII REGULER SMA NEGERI 1 SURAKARTA*.
- Rahmanda, S., & Utami, R. H. (2024). Hubungan antara peer support dan subjective well-being pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Padang. *In Trend: International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/10.62260/intrend.v2i1.119>
- Rahmawati, S., Hariyadi, S., & Febrianto, F. (2020). ANALISIS KEMAMPUAN KOGNITIF MAHASISWA PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PADA MATA KULIAH STRATEGI BELAJAR MENGAJAR. *Jurnal Pustakawan Indonesia*, 13(2), 15–27.
- Rakhman, M., Tentama, F., & Situmorang, N. Z. (2017). Gambaran Subjective Well-Being Anak Perempuan pada Komunitas Rumah Belajar Indonesia Bangkit (RBIB) di Yogyakarta. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 01, 1–7.

- Reinita, A. S., & Wulan, P. S. (2023). Kontribusi Teman Sebaya Terhadap Subjective well-being Anak Di Pulau Jawa. *Jurnal Paud Teratai*, 12(1), 1–5. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/index>
- Rohayati, N., Dimala, C. P., Riza, W. L., & Muharsih, L. (2023). Subjective Wellbeing among High School Students: A Research on the Role of Emotional and Social Support. *Edutran of Psychology and Behavior*, 1(1), 14–20. <https://doi.org/10.59805/epb.v1i1.35>
- Sarafino, E. & W. S. (2011). HEALTH PSYCHOLOGY Biopsychosocial Interactions 7th edition. In *Analytical Biochemistry* (Vol. 11, Issue 1). <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41–48. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.34116>
- Setiani, M. Malay, M. N., Fitriani, A. (2022). Hubungan Antara Self Compassion Dan Peer Group Influence Dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Pembelajaran Daring Mefta Setiani Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung M . Nursalim Malay Universitas Islam Negeri Raden Intan Lamp. *ANFUSINA : Journal of Psychology*, 5(1), 35–50.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2001). *Handbook of positive psychology*. Oxford university press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (19th ed., p. 330). Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2014). Metodologi penelitian. *Yogyakarta: Pustaka Baru Perss*.
- Wijayanti, P. A. K., Pebriani, L. V., & Yudiana, W. (2019). Peningkatan Subjective

Well-Being in School Pada Siswa Melalui “Peer Support and Teaching Method Program.” *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(1), 31.
<https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i1.19363>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian

1. Skala Dukungan Teman Sebaya

No.	Pernyataan	Jawaban						
		STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1.	Teman-teman saya membuat saya merasa aman dan nyaman							
2.	Teman-teman saya tahu dan mengerti saya							
3.	Teman-teman saya baik dan hangat							
4.	Teman-teman saya mendengarkan kekhawatiran saya							
5.	Teman-teman saya menghibur ketika saya dalam masalah							
6.	Teman memberi tahu saya mengenai hobi dan tempat yang menarik untuk dituju							
7.	Teman-teman saya memberikan saya saran yang bermanfaat untuk tugas sekolah saya							
8.	Teman-teman saya menyediakan informasi yang bermanfaat tentang peluang pekerjaan							
9.	Teman-teman saya membantu saya dalam pengembangan karier saya							
10.	Teman-teman saya menunjukkan bagaimana untuk mengembangkan kemampuan sosial							

2. Skala *Subjective well-being*

No.	Pernyataan	Jawaban						
		STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1.	Dalam banyak hal, hidup saya dekat dengan harapan ideal saya							
2.	Kondisi hidup saya sungguh luar biasa baik							
3.	Saya merasa puas dengan diri saya							
4.	Sejauh ini, saya telah mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan dalam hidup							
5.	Jika saya bisa menjalani hidup lagi, saya tidak ingin merubah apapun							

Lampiran 2 Data Penelitian

1. Data Skala Dukungan Teman Sebaya

JK	FK	SS1	SS2	SS3	SS4	SS5	SS6	SS7	SS8	SS9	SS10
1	1	7	5	5	6	6	6	7	6	4	6
1	1	4	4	5	4	6	7	4	6	4	4
1	1	5	4	5	6	5	4	4	6	4	4
1	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
1	1	6	5	5	5	4	5	6	6	6	7
1	1	4	3	5	2	3	3	3	6	3	4
1	1	7	6	7	6	7	7	7	7	7	7
1	1	7	5	5	7	6	6	4	6	3	5
2	1	5	5	3	5	1	5	5	6	2	3
2	1	5	6	5	5	7	5	6	5	5	6
2	1	2	4	5	6	6	4	6	5	6	6
2	1	3	3	5	4	5	4	3	5	4	3
2	1	5	6	6	5	5	5	5	5	5	6
2	1	5	4	5	5	5	6	6	5	5	6
2	1	6	5	5	5	5	6	6	4	6	5
2	1	3	4	6	4	2	4	4	4	1	4
2	1	5	5	5	5	1	7	7	5	5	5
2	1	6	6	6	4	4	5	3	3	3	3
2	1	5	6	6	5	4	6	5	5	5	4
2	1	6	4	6	6	5	6	6	6	6	6
2	1	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5
2	1	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2	1	4	5	4	3	2	6	6	5	4	4
2	1	5	5	5	5	4	6	5	6	5	6
2	1	6	6	6	6	4	7	7	7	7	7
2	1	3	3	3	3	3	4	5	2	3	6
2	1	5	5	5	5	3	6	5	6	5	5
2	1	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5
2	1	4	2	3	3	4	4	4	6	4	6
2	1	6	7	6	6	7	5	7	6	6	6
1	2	6	5	7	7	7	7	7	5	6	6
1	2	4	3	4	3	5	4	4	5	3	3
1	2	6	5	6	4	4	4	4	5	4	4
1	2	5	5	6	4	4	4	5	6	5	5
1	2	6	6	6	6	6	6	4	6	4	4
1	2	4	4	5	4	6	6	5	6	6	5
1	2	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6
1	2	6	6	7	7	7	7	6	5	7	6

1	2	7	6	7	7	7	7	7	5	7	7
2	2	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5
2	2	5	5	5	5	4	3	5	5	5	5
2	2	5	6	4	6	5	4	3	5	5	6
2	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
2	2	5	6	5	5	5	5	5	6	5	5
2	2	5	6	2	6	5	5	4	6	7	5
2	2	4	7	4	4	4	4	5	4	3	6
2	2	5	6	6	6	5	6	5	6	6	5
2	2	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6
2	2	5	5	5	5	3	4	2	3	3	7
2	2	4	3	6	5	5	4	5	5	4	5
2	2	6	6	6	6	5	7	6	6	7	6
2	2	5	6	3	6	2	5	5	6	5	5
2	2	7	7	7	6	7	7	4	7	5	7
2	2	5	5	4	4	4	6	5	6	5	6
2	2	5	6	4	5	5	5	3	4	4	4
2	2	2	4	3	2	2	1	4	1	1	1
2	2	5	4	4	5	1	5	4	5	5	6
2	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
2	2	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1
2	2	3	2	2	3	5	7	6	6	4	5
1	3	4	2	2	2	2	5	4	7	1	2
1	3	4	3	6	4	3	6	5	5	4	4
1	3	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7
1	3	3	1	5	1	1	5	2	5	1	6
1	3	6	5	5	7	5	6	6	6	4	5
1	3	6	6	5	6	5	7	4	5	5	6
1	3	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5
1	3	4	3	5	4	3	6	4	6	3	3
1	3	4	4	4	4	4	4	4	7	4	4
1	3	4	4	4	4	4	4	4	7	4	4
2	3	5	5	4	4	4	4	4	5	7	6
2	3	6	4	4	4	1	7	7	7	7	7
2	3	6	6	6	6	2	5	5	6	6	7
2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2	3	5	3	5	3	4	7	5	5	3	4
2	3	6	7	5	6	4	5	5	5	5	5
2	3	4	4	3	5	4	4	5	5	4	4
2	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
2	3	1	1	1	4	1	4	4	5	5	6
2	3	5	5	5	6	5	5	5	6	6	6
2	3	6	6	6	6	4	6	6	6	5	6

2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	6	7
2	3	6	7	7	7	4	7	5	7	7	7
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	3	4	4	3	4	4	3	5	2	3	2
2	3	5	3	3	4	1	7	7	7	7	7
2	3	5	6	7	6	3	7	7	7	7	7
2	3	6	6	6	5	5	7	7	7	7	7
2	3	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
2	3	5	5	5	5	1	7	7	7	7	7
1	4	7	5	7	6	6	6	6	6	5	5
1	4	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7
1	4	6	5	6	6	5	5	6	7	6	5
1	4	6	4	5	4	3	6	4	7	3	5
2	4	6	5	3	6	3	5	7	7	7	7
2	4	5	5	6	6	6	6	6	7	6	6
2	4	4	4	4	4	4	1	5	4	6	5
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
2	4	3	3	4	4	2	5	5	5	4	4
2	4	6	6	5	6	5	6	5	6	6	6
2	4	5	5	6	6	6	6	4	6	5	5
2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5
2	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5
2	4	4	3	5	5	1	5	5	5	6	6
2	4	1	1	1	2	1	4	2	3	2	3
2	4	6	6	6	6	7	5	3	3	5	7
2	4	5	6	6	6	6	6	5	6	5	5
2	4	5	5	5	4	3	5	4	4	4	4
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6
2	4	5	4	4	4	2	6	5	6	5	6
2	4	6	7	6	6	6	7	6	6	6	6
2	4	5	4	4	3	2	4	2	5	2	4
2	4	6	5	5	5	2	7	7	7	7	6
2	4	5	5	5	5	4	6	5	6	4	5
2	4	6	6	6	6	6	7	4	7	7	7
2	4	7	6	6	7	7	6	6	7	6	6
2	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4
2	4	5	5	5	4	4	5	6	6	5	6
2	4	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6
1	5	5	3	4	4	4	4	3	7	2	4
1	5	6	5	6	5	5	6	6	7	6	6
1	5	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7
1	5	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4

1	5	7	5	7	6	5	6	4	7	5	5
1	5	5	2	6	3	2	5	2	4	2	1
1	5	3	5	2	5	6	7	4	4	4	3
1	5	7	5	7	6	7	7	5	5	5	7
1	5	7	6	7	7	7	6	7	7	7	6
1	5	5	4	4	5	4	5	4	6	5	3
1	5	6	2	4	4	4	4	4	5	2	4
1	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
1	5	5	5	5	6	5	6	6	4	6	6
1	5	4	5	5	4	5	6	4	5	5	5
1	5	4	4	5	5	4	7	7	5	5	5
1	5	6	4	5	6	4	7	4	3	5	4
1	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
1	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4
1	5	7	5	7	7	5	6	7	5	6	6
1	5	6	5	6	7	5	6	6	5	6	7
1	5	6	5	5	5	5	6	5	5	4	4
1	5	5	5	6	7	6	7	7	6	6	7
1	5	7	6	6	6	6	7	4	4	6	4
1	5	7	4	6	5	6	7	6	7	4	7
1	5	6	6	5	3	6	3	2	4	3	6
1	5	6	5	6	6	6	6	6	6	5	5
1	5	6	6	6	6	7	5	6	7	4	4
1	5	7	6	7	5	6	7	7	5	6	5
2	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6
2	5	5	5	5	5	3	5	4	5	4	5
1	6	6	5	7	6	6	7	6	4	5	5
1	6	3	3	3	3	3	4	6	5	3	3
1	6	6	6	6	5	5	5	6	5	6	5
1	6	4	4	4	5	4	5	4	7	4	4
1	6	7	5	5	5	7	7	4	7	5	5
1	6	3	3	4	3	5	5	5	5	3	4
1	6	6	6	1	2	3	7	6	5	4	3
1	6	6	6	6	6	5	6	6	7	6	6
1	6	5	6	7	6	5	3	5	4	4	5
1	6	7	7	7	7	7	6	6	4	7	7
1	6	5	5	6	6	7	7	6	5	6	5
1	6	6	6	6	6	6	6	5	7	6	6
2	6	7	6	7	5	7	7	7	7	7	7
2	6	7	6	6	7	7	7	6	6	7	7
2	6	6	5	6	6	6	6	5	7	5	4
2	6	7	7	7	7	7	6	7	7	6	7
2	6	7	7	7	6	7	7	7	6	7	7

2	6	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7
2	6	5	5	5	6	1	5	4	5	5	5
2	6	6	5	6	5	7	7	7	7	7	7
2	6	5	5	6	5	4	5	4	5	5	5
2	6	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4
2	6	5	6	6	6	4	6	5	7	5	6
2	6	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7
2	6	3	4	3	4	2	6	4	5	4	5
2	6	3	4	3	4	2	5	4	6	5	6
2	6	6	5	4	6	5	6	6	5	6	6
2	6	5	5	6	6	5	7	3	5	3	5
2	6	6	6	7	6	4	7	7	7	7	7
2	6	5	5	6	5	5	5	6	5	6	6
2	7	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7
2	7	7	7	6	6	7	7	7	6	7	5
2	7	5	6	6	4	6	3	5	6	2	2
2	7	7	6	5	6	6	6	6	5	6	6
2	7	5	5	5	5	3	5	5	6	5	5
2	7	4	3	5	6	3	6	5	6	6	6
2	7	4	5	5	5	1	2	4	5	5	5
2	7	3	4	4	4	6	7	6	6	7	5
2	7	5	6	4	5	3	6	5	6	6	6
2	7	5	6	6	5	4	5	3	5	3	5
2	7	6	5	5	5	5	5	4	5	4	4
2	7	1	4	1	5	1	5	3	4	2	5
2	7	4	3	3	5	4	7	7	7	7	7
2	7	5	4	6	4	5	5	4	3	2	3
2	7	4	4	4	4	4	5	5	6	4	5
2	7	6	5	5	5	5	7	6	7	7	7
2	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
2	7	4	3	4	3	4	4	4	3	1	3
2	7	5	5	6	5	1	5	5	6	4	5
2	7	4	5	4	4	2	6	6	6	6	6
2	7	4	4	4	4	4	6	2	6	4	4
2	7	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
2	7	7	6	5	6	6	5	5	5	4	5
2	7	6	6	7	7	1	7	7	7	7	7
2	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
2	7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	7	7	6	6	6	6	6	3	6	4	3
2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
2	7	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5

2. Data Skala *Subjective well-being*

SWB1	SWB2	SWB3	SWB4	SWB5
4	5	3	3	1
3	2	4	7	6
4	4	3	5	1
4	5	5	6	3
6	6	6	6	4
3	4	4	4	3
7	6	7	6	7
3	3	2	4	2
2	6	5	3	1
6	6	6	5	6
5	5	5	5	5
6	3	3	2	2
3	6	6	6	6
7	7	7	7	7
5	4	6	5	4
5	5	6	6	6
3	7	7	3	7
6	7	6	5	4
5	6	5	5	4
5	6	5	6	6
6	6	6	6	6
5	5	5	5	5
4	5	4	5	7
6	5	6	6	6
7	6	7	7	7
3	4	2	6	5
4	6	4	5	6
5	4	5	5	5
4	4	6	6	6
7	5	6	6	7
6	6	6	6	5
5	5	5	6	5
5	4	4	4	4
7	7	7	7	5
6	6	5	5	5
4	4	5	5	5
6	4	4	4	4
6	6	5	6	5
7	7	5	5	7

6	5	6	6	6
5	5	5	6	5
6	5	5	6	6
5	6	5	5	6
5	6	5	5	5
5	5	5	5	6
4	4	4	5	3
6	6	6	6	6
6	7	5	7	7
6	6	5	6	6
6	5	6	5	7
7	7	7	7	7
4	6	6	5	5
5	7	5	7	7
6	5	6	6	7
5	6	6	5	5
2	5	3	4	4
5	6	4	5	3
5	5	5	5	5
5	6	7	3	3
4	5	5	2	6
3	3	3	3	1
4	4	4	4	4
7	7	4	7	7
3	3	5	6	1
7	7	6	6	4
5	6	6	4	4
4	5	5	4	4
6	7	5	5	5
5	5	5	4	4
4	4	4	4	4
6	5	7	7	7
6	4	7	7	7
7	7	6	6	6
5	5	5	5	5
3	6	3	2	6
5	5	4	6	6
6	4	5	5	5
6	6	6	6	6
1	6	4	2	2
5	4	5	6	6
4	7	6	7	7
6	5	5	5	3

2	7	5	7	5
4	4	4	4	4
4	5	3	6	6
7	6	7	7	7
7	5	7	7	7
7	7	7	7	7
7	7	7	7	7
6	5	6	6	6
4	4	4	4	4
7	7	7	7	5
5	5	4	5	4
4	7	7	6	1
7	7	6	6	7
6	6	6	6	7
4	4	5	2	5
4	4	4	4	4
4	4	4	4	4
6	6	6	7	7
6	7	7	6	6
5	5	5	5	5
4	4	4	4	4
6	5	6	6	6
5	5	5	5	5
3	2	7	5	5
7	5	5	7	7
6	6	6	6	6
5	6	5	6	6
4	4	4	5	5
4	5	4	4	5
6	7	6	6	6
7	7	5	7	5
7	7	5	5	6
5	5	5	5	4
7	5	7	7	7
7	6	7	7	7
5	5	4	6	6
5	5	6	6	6
6	6	6	6	6
4	4	3	1	1
3	6	2	4	3
2	2	7	2	4
4	4	3	4	2
3	5	3	5	3

5	6	3	5	5
7	1	4	6	2
5	5	6	5	7
7	7	7	7	7
7	6	6	5	6
6	5	1	6	1
6	6	6	6	4
5	3	5	5	3
7	5	7	7	7
4	4	4	4	4
4	3	4	4	3
4	4	4	4	4
5	5	5	6	5
5	6	5	6	3
4	7	4	6	4
6	6	5	5	3
7	6	2	5	6
6	6	2	4	2
5	2	3	4	1
4	4	5	5	6
5	5	5	5	4
5	4	6	5	5
6	7	7	6	6
6	6	6	6	6
4	5	5	5	5
5	6	6	7	3
2	3	3	2	2
6	5	4	4	3
3	3	3	3	3
7	7	7	7	5
6	4	5	3	3
6	5	1	1	1
5	5	6	6	6
4	4	3	5	2
6	7	6	7	7
4	3	3	3	4
5	4	4	4	4
5	6	6	5	6
7	5	5	7	5
4	4	3	4	2
7	7	7	7	7
7	7	7	7	7
7	7	6	7	2

4	4	5	4	4
7	6	7	7	7
6	5	5	6	5
5	5	4	5	4
5	6	5	6	6
4	7	5	7	5
5	5	6	6	6
5	5	4	7	7
6	6	5	5	5
7	7	7	7	7
7	7	7	7	7
6	5	6	5	5
7	7	7	7	7
6	6	7	7	7
4	5	5	7	6
6	6	5	5	6
6	5	6	5	5
6	5	5	7	5
5	5	5	4	5
7	6	4	7	5
5	6	4	4	5
6	6	5	5	5
5	5	6	5	5
1	4	3	5	5
5	7	5	5	6
4	5	5	6	7
4	4	4	4	4
5	7	7	7	6
6	5	6	6	6
3	3	4	4	4
7	7	6	6	6
7	6	6	7	7
5	5	5	6	6
4	4	4	4	4
7	5	5	6	5
2	7	7	7	7
6	6	6	6	6
7	7	7	7	7
4	4	4	4	4
6	5	6	6	6
7	7	7	7	7
5	3	4	6	6