

**PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
SELF-ESTEEM MAHASISWA**

SKRIPSI



Oleh:

Raziqa Rizkillah

NIM. 220401110182

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
TAHUN 2026**

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
SELF-ESTEEM MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan kepada:

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

Oleh:

Raziqa Rizkillah
NIM. 220401110182

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP *SELF-ESTEEM* MAHASISWA

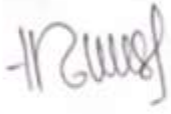
SKRIPSI

Oleh:

Raziqa Rizkillah

220401110182

Telah disetujui pada tanggal, 20 Mei 2026

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Nurul Shofiah, M. Pd</u> NIP.19900627201802012201		20 Mei 2026
Dosen Pembimbing 2 <u>M. Jamaluddin Ma'mun, M. Psi</u> NIP. 198011082008011007		20 Mei 2026

Malang, 19 Mei 2026

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Fina Hidayati, MA

NIP. 198610092015032002

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP *SELF-ESTEEM* MAHASISWA

SKRIPSI

Oleh:

Raziqa Rizkillah
NIM. 220401110182

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh
Dewan Penguji SKRIPSI dalam Majelis Sidang Skripsi
pada tanggal, 12 Juni 2026

Susunan Dewan Penguji	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Penguji Utama <u>Dr. Muallifah, M.A.</u> NIP. 198505142019032008		23 Juni 2026
Ketua Penguji <u>M. Jamaluddin Ma'mun, M.Si</u> NIP. 198011082008011007		23 Juni 2026
Sekretaris Penguji <u>Nurul Shofiah, M.Pd</u> NIP. 19900627201802012201		24 Juni 2026

Disahkan Oleh

Dekan,



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 1967102919940320001

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 *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
SELF-ESTEEM MAHASISWA**

Yang ditulis oleh:

Nama : Raziqa Rizkillah
NIM : 220401110182
Program : S1 Psikologi

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 19 Mei 2026

Dosen Pembimbing I



Nurul Shofiah, M. Pd

NIP.19900627201802012201

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 *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
SELF-ESTEEM MAHASISWA**

Yang ditulis oleh:

Nama : Raziqa Rizkillah
NIM : 220401110182
Program : S1 Psikologi

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 20 Mei 2026

Dosen Pembimbing 2



M. Jamaluddin Ma'mun, M. Psi

NIP.198011082008011007

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Raziqa Rizkillah

NIM : 220401110182

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "***Pengaruh Perceived Social Support terhadap Self-Esteem Mahasiswa***", adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

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

Malang, 19 Mei 2026

Penulis



Raziqa Rizkillah

NIM. 220401110182

MOTTO

قَالَ كَلَّا إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ

*"Sekali-kali tidak akan tersusul; sesungguhnya Tuhanku bersamaku,
kelak Dia akan memberi petunjuk kepadaku"*

(Q.S. Asy-Syura ayat 62)

PERSEMBAHAN

وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ

Alhamdulillah, lembar ini merupakan wujud syukur penulis ke hadirat Allah SWT. Atas rahmat, kekuatan, dan kemudahan yang Allah pinjamkan, skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan dengan baik. Atas izin dan kasih sayang Allah karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Mak Munira dan bapak Rustam, kedua orang tua tercinta yang doanya terus menyala, cinta dan kasih nya selalu penuh serta keyakinannya yang menghidupkan harapan, menjadi alasan penulis untuk terus bermekaran. Sungguh, terimakasih atas wejangan untuk menjadi manusia yang dermawan dengan seindah-indahnya impian.
2. Keempat saudara tercinta, Nila Karunia, Qais Abdul Khoir, Alifa Fajriyah Salsabila dan Syafiyah Widadi yang tak henti-hentinya memberikan dukungan. Terima kasih karena sudah saling menguatkan dengan bentuk cinta yang berbeda-beda.
3. Teman-teman Everlasting, yang telah kebersamai masa perkuliahan dengan begitu banyak warna dan cerita. Karena kalian perjalanan ini terasa lebih berarti daripada sekadar perjalanan akademik. Selamat melanjutkan hidup dan merayakan mimpi kalian.
4. Teman teman teristimewa Naya, Keysha, Zhuriya yang menjadi teman mewarnai hari, yang menerima penulis seindah bianglala, menjadi rumah di tanah rantau, serta selalu hadir bahkan ketika sering kali direpotkan. Begitu menyenangkan dipertemukan kalian. Selamat meniti segala hal-hal cantik yang kalian nantikan itu.
5. Teman karib, Hilman Azizi yang sudah kebersamai perjalanan ini dengan begitu tulus. Ternyata benar rumah tak selalu berupa bangunan, semoga hidup yang kamu impikan itu bisa kamu rayakan nantinya.
6. Terakhir untuk penulis sendiri, Raziqa Rizkilah. Meskipun ditemani takut, terima kasih karena berkali-kali tidak memilih menyerah. Tumbuhlah indah seperti bunga karang.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, penulis panjatkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat, hidayah, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa pula, sholawat serta salam semoga selalu tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan seluruh pengikutnya, yang syafa'atnya senantiasa kita harapkan di hari akhir.

Tersusunnya karya ini tidak terlepas dari bantuan serta dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Pd.I, sebagai rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, sebagai dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Nurul Shofiah, M. Pd, selaku dosen pembimbing yang telah banyak membimbing penulis dengan memberikan masukan serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Muhammad Jamaluddin Ma'mun M.Si, selaku dosen pembimbing kedua yang telah banyak membimbing penulis dengan memberikan masukan serta nasihat dalam penyusunan skripsi ini, terutama pentingnya akhlakul karimah yang menyadarkan penulis akan banyak hal yang luput dari perhatian.
5. Segenap dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang atas ilmu, arahan, serta bantuan yang diberikan selama penulis menempuh pendidikan.
6. Kedua orang tua, saudara, serta keluarga tercinta yang tidak henti-hentinya mendampingi penulis dengan doa, semangat, dan dukungan selama menempuh perkuliahan ini.

7. Sahabat-sahabat penulis yang senantiasa memberikan saran, masukan, serta dukungan, serta turut menemani proses perjalanan studi ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki berbagai keterbatasan dan belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktif sangat diharapkan sebagai bahan perbaikan dan penyempurnaan di masa mendatang. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi para pembaca.

Malang, 19 Mei 2026

Penulis

Raziqa Rizkillah

NIM. 220401110182

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	2
LEMBAR PERSETUJUAN	3
LEMBAR PENGESAHAN	4
NOTA DINAS.....	5
SURAT PERNYATAAN	7
MOTTO	8
PERSEMBAHAN	9
KATA PENGANTAR.....	10
DAFTAR ISI.....	12
ABSTRAK	17
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
1. Manfaat teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	11
BAB II KAJIAN TEORI	12
A. <i>Self-Esteem</i>	12
1. Pengertian <i>Self-Esteem</i>	12
2. Aspek-Aspek <i>Self-Esteem</i>	13
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Esteem</i>	14
4. <i>Self-Esteem</i> dalam Pandangan Islam	15
B. <i>Perceived Social Support</i>	17
1. Pengertian <i>Perceived Social Support</i>	17
2. Aspek-Aspek <i>Perceived Social Support</i>	18
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Perceived Social Support</i>	19
4. <i>Perceived Social Support</i> dalam Pandangan Islam.....	20
C. Pengaruh <i>Perceived Social Support</i> terhadap <i>Self-Esteem</i> Mahasiswa	22
D. Kerangka Berpikir.....	24
E. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27

A. Pendekatan Penelitian	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian	27
1. Variabel Bebas atau Variabel Independen (X)	28
2. Variabel Terikat atau Variabel Dependen (Y)	28
C. Definisi Operasional.....	28
1. <i>Self Esteem</i> (Harga Diri)	28
2. <i>Perceived Social Support</i> (Dukungan Sosial yang Dipersepsikan)	28
D. Populasi dan Sampel.....	28
1. Populasi	28
2. Sampel	29
3. Teknik Pengambilan Sampel	29
E. Teknik Pengumpulan Data	29
1. <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS).....	30
2. <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSES).....	31
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	32
1. Uji Validitas.....	32
2. Uji Reliabilitas	34
G. Analisis Data.....	35
1. Analisis Deskriptif	35
2. Uji Asumsi Klasik.....	36
3. Analisis Regresi	37
4. Uji Hipotesis	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
B. Pelaksanaan Penelitian.....	39
C. Data Demografis Penelitian	40
D. Hasil Analisis Data.....	42
1. Analisis Deskriptif	42
2. Uji Asumsi Klasik.....	50
3. Uji Analisis Regresi	52
4. Uji Hipotesis	52
E. Pembahasan.....	54
1. Tingkat <i>Perceived Social Support</i> Mahasiswa	54
2. Tingkat <i>Self-Esteem</i> Mahasiswa	58

3. Pengaruh <i>Perceived Social Support</i> Terhadap <i>Self-Esteem</i> Mahasiswa.....	62
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Keterbatasan Penelitian	67
C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya	67
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blue-print final skala Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	31
Tabel 3.2	<i>Blue-print skala Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)</i>	32
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas Skala <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	33
Tabel 3.4	Hasil Uji Validitas Skala <i>Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)</i> ...	33
Tabel 3.5	Hasil Uji Reliabilitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	34
Tabel 3.6	Hasil Uji Reliabilitas <i>Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)</i>	35
Tabel 4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	40
Tabel 4.2	Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	41
Tabel 4.3	Distribusi Responden Berdasarkan Semester.....	41
Tabel 4.4	Hasil Analisis Deskriptif <i>Perceived Social Support</i>	42
Tabel 4.5	Kategorisasi <i>Perceived Social Support</i>	42
Tabel 4.6	<i>Perceived Social Support</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4.7	<i>Perceived Social Support</i> Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 4.8	<i>Perceived Social Support</i> Berdasarkan Semester.....	45
Tabel 4.9	<i>Perceived Social Support</i> Berdasarkan Aspek.....	46
Tabel 4.10	Hasil Analisis Deskriptif <i>Self-Esteem</i>	46
Tabel 4.1	Kategorisasi <i>Self-Esteem</i>	47
Tabel 4.12	<i>Self-Esteem</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
Tabel 4.13	<i>Self-Esteem</i> Berdasarkan Usia.....	48
Tabel 4.14	<i>Self-Esteem</i> Berdasarkan Semester.....	49
Tabel 4.15	Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 4.16	Hasil Uji Linearitas.....	50
Tabel 4.17	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	52
Tabel 4.18	Hasil Uji Parsial (Uji T)	53
Tabel 4.19	Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Diagram Hasil Pra-Penelitian <i>Self-Esteem</i>	4
Gambar 2.1	Kerangka Berpikir Penelitian.....	24
Gambar 4.1	Grafik Saccatterplot Heterokedastisitas.....	51

ABSTRAK

Rizkillah, Raziqa, 2026. *Pengaruh Perceived Social Support terhadap Self-Esteem Mahasiswa*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mahasiswa pada fase transisi menuju dewasa menghadapi berbagai tuntutan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memengaruhi kondisi psikologis, salah satunya *self-esteem*. Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan *self-esteem* adalah *perceived social support*, yaitu persepsi individu terhadap dukungan yang tersedia dari lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *perceived social support* dan *self-esteem* serta menguji pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 285 mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berusia 17-25 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), kemudian dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25 for Windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang dalam *perceived social support* (70,5%) dan *self-esteem* (64,6%). *Perceived social support* terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *self-esteem* ($t = 5,911$; $p = 0,000 < 0,05$), dengan kontribusi sebesar 11% berdasarkan nilai R Square (0,110). Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkuat kajian psikologi sosial mengenai peran dukungan sosial yang dipersepsikan dalam pembentukan *self-esteem* mahasiswa serta dapat menjadi dasar pengembangan layanan dukungan psikologis di lingkungan perguruan tinggi.

Keywords: *Perceived Social Support, Self-Esteem, Mahasiswa*

ABSTRACT

Rizkillah, Raziqa, 2026. *The Effect of Perceived Social Support on Self-Esteem among University Students*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Students in the transitional stage toward adulthood face various academic, social, and emotional demands that may affect their psychological condition, one of which is self-esteem. One factor that plays a role in the development of self-esteem is perceived social support, which refers to an individual's perception of the availability of support from their social environment. This study aims to examine the levels of perceived social support and self-esteem, as well as to test the effect of perceived social support on self-esteem among students of the Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

This study employed a quantitative approach with a correlational design. The research participants were 285 undergraduate students of the Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, aged 17–25 years, selected using a purposive sampling technique. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), and were analyzed using simple linear regression with IBM SPSS Statistics 25 for Windows.

The results showed that most students were in the moderate category of perceived social support (70.5%) and self-esteem (64.6%). Perceived social support was found to have a positive and significant effect on self-esteem ($t = 5.911$; $p = 0.000 < 0.05$), with a contribution of 11% based on the R Square value (0.110). This study contributes to the strengthening of social psychology literature regarding the role of perceived social support in shaping students' self-esteem and may serve as a basis for developing psychological support services in higher education settings.

Keywords: Perceived Social Support, Self-Esteem, University Students

الملخص

رزق الله، رزيقة، 2026. تأثير الدعم الاجتماعي المُدرّك على تقدير الذات لدى طلبة الجامعة.
رسالة جامعية. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

يواجه الطلاب في مرحلة الانتقال نحو مرحلة الرشد مجموعة من المتطلبات الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية التي قد تؤثر في حالتهم النفسية، ومن بينها تقدير الذات. ويُعد أحد العوامل التي تسهم في تكوين تقدير الذات هو الدعم الاجتماعي المُدرّك، والذي يُقصد به إدراك الفرد لمدى توفر الدعم من بيئته الاجتماعية. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الدعم الاجتماعي المُدرّك وتقدير الذات، بالإضافة إلى اختبار تأثير الدعم الاجتماعي المُدرّك على تقدير الذات لدى طلاب كلية علم النفس في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الكمي بتصميم وصفي ارتباطي. وبلغ عدد أفراد العينة 285 طالبًا من المرحلة الجامعية الأولى في كلية علم النفس بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، ممن تتراوح أعمارهم بين 17 و25 عامًا، وتم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة الهادفة (Purposive Sampling). تم جمع البيانات باستخدام مقياس الدعم الاجتماعي المُدرّك متعدد الأبعاد (MSPSS) ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات ((RSES)، ثم تم تحليلها باستخدام الانحدار الخطي البسيط عبر برنامج IBM SPSS Statistics 25 لنظام ويندوز.

أظهرت النتائج أن معظم الطلاب يقعون في الفئة المتوسطة من حيث الدعم الاجتماعي المُدرّك (70.5٪) وتقدير الذات (64.6٪). كما تبين أن الدعم الاجتماعي المُدرّك له تأثير إيجابي ودال إحصائيًا على تقدير الذات ($t = 5.911$ ؛ $p = 0.000 < 0.05$)، مع نسبة إسهام بلغت 11٪ وفقًا لقيمة معامل التحديد ($R^2 = 0.110$) وتُسهم هذه الدراسة في تعزيز الأدبيات في علم النفس الاجتماعي المتعلقة بدور الدعم الاجتماعي المُدرّك في تشكيل تقدير الذات لدى الطلاب، كما يمكن أن تكون أساسًا لتطوير خدمات الدعم النفسي في

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي المُدرّك، تقدير الذات، طلاب الجامعة

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa pada jenjang perguruan tinggi berada dalam fase perkembangan yang kompleks, di mana mereka tidak hanya dituntut mencapai prestasi akademik, tetapi juga mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial baru, mengelola emosi, serta mengambil keputusan secara mandiri. Tuntutan tersebut menuntut kemampuan penyesuaian diri yang baik atau *college adjustment* (Cobo-Rendón et al., 2023). Keberhasilan dalam proses penyesuaian ini berperan penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis, kesehatan mental, serta efektivitas pengambilan keputusan mahasiswa (Purnamasari et al., 2022).

Secara perkembangan, mahasiswa umumnya berada pada rentang usia 18-25 tahun yang termasuk dalam fase *emerging adulthood*, yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa awal (Arnett, 2000). Pada fase ini individu berada dalam proses eksplorasi identitas, peningkatan kemandirian, serta perencanaan masa depan. Namun demikian, fase ini juga diiringi oleh meningkatnya tuntutan akademik dan sosial yang dapat menjadi sumber tekanan psikologis (Credé & Niehorster, 2012).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa transisi ke perguruan tinggi sering diikuti peningkatan stres dan penurunan kesejahteraan psikologis (Olson et al., 2025). Di Indonesia, stres akademik terbukti berhubungan dengan kondisi kesehatan mental mahasiswa (Azizatunnisah & Subardjo, 2024). Selain itu, perkembangan era digital turut memperkuat tekanan melalui fenomena *technostress* yang berdampak pada kualitas tidur dan beban psikologis mahasiswa (Hapsari et al., 2024).

Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, keberhasilan individu sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis internal, salah satunya adalah harga diri atau *self-esteem*. *Self-esteem* merujuk pada cara individu menilai dan mengevaluasi dirinya sendiri, termasuk sejauh mana ia merasa berharga dan mampu (Orth & Robins, 2014). Mahasiswa dengan *self-esteem*

yang tinggi cenderung lebih percaya diri, mampu menggunakan strategi koping yang adaptif, serta memiliki stabilitas psikologis yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah berkaitan dengan meningkatnya kerentanan terhadap stres, kecemasan, *self-doubt*, serta menurunnya motivasi akademik (Muris & Otgaar, 2023).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *self-esteem* berperan penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa. Individu dengan *self-esteem* yang lebih positif cenderung lebih mampu beradaptasi secara sosial dan emosional, sedangkan individu dengan *self-esteem* rendah lebih rentan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri serta meragukan kemampuan dirinya (Ikiz & Savi, 2010). Selain itu, *self-esteem* turut berhubungan dengan motivasi belajar, pengambilan keputusan akademik, hingga perencanaan karier (Ngunyen & McGregor, 2026). Sebaliknya, rendahnya *self-esteem* dapat berdampak pada menurunnya kepercayaan diri akademik serta kurangnya keberanian dalam menghadapi tantangan akademik (Febrianti & Yudiarso, 2023).

Namun demikian, dalam praktiknya, kondisi *self-esteem* pada mahasiswa tidak selalu berada pada tingkat yang optimal. Penelitian oleh Kusumasari et al. (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa justru berada pada kategori *self-esteem* sedang (66%), dibandingkan kategori tinggi (32%). Dominasi kategori sedang ini mengindikasikan bahwa banyak mahasiswa belum memiliki evaluasi diri yang benar-benar stabil dan konsisten positif dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan perkuliahan. Artinya, permasalahan *self-esteem* tidak hanya muncul dalam bentuk rendah, tetapi juga dalam bentuk belum optimalnya penghargaan terhadap diri sendiri.

Fenomena *self-esteem* juga dapat dilihat dari keterkaitannya dengan pencapaian akademik mahasiswa. Di perguruan tinggi, IPK sering dijadikan acuan dalam mengevaluasi kemampuan diri, bahkan kerap dimaknai sebagai bentuk keberhargaan diri. Hal ini didukung oleh penelitian pada

mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi yang menunjukkan adanya hubungan positif antara IPK dan *self-esteem* ($r = 0,306$), di mana mahasiswa dengan IPK lebih tinggi cenderung memiliki *self-esteem* lebih tinggi (Humaira et al., 2024). Namun, ketergantungan pada pencapaian akademik dapat menjadi sumber kerentanan psikologis. Kegagalan atau ketidaksesuaian dengan target akademik dapat menurunkan evaluasi diri mahasiswa. Dengan demikian, *self-esteem* tidak hanya dipengaruhi oleh hasil akademik, tetapi juga oleh cara individu memaknai keberhasilan dan kegagalannya.

Selain faktor akademik, *self-esteem* mahasiswa juga dipengaruhi oleh tekanan sosial. Perkembangan media sosial membuat mahasiswa semakin sering terpapar kehidupan dan pencapaian orang lain, yang memicu kecenderungan *social comparison*. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram berkaitan dengan *self-esteem* melalui *upward social comparison*, yaitu kecenderungan membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih unggul (Ardiany & Ardi, 2022). Proses ini dapat menurunkan kepuasan diri serta meningkatkan keraguan terhadap kemampuan yang dimiliki.

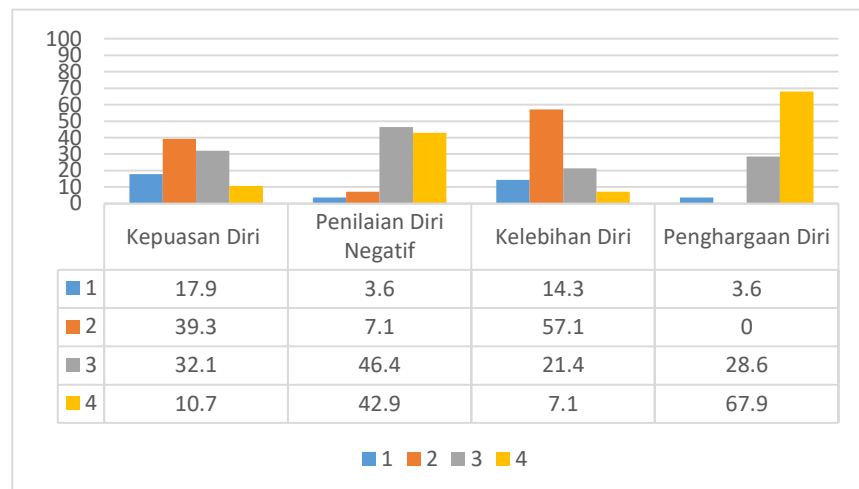
Selain itu, dinamika *self-esteem* juga dapat terlihat dalam *impostor phenomenon*, yaitu kondisi ketika individu meragukan kemampuan dan pencapaiannya meskipun secara objektif kompeten. Individu dengan kondisi ini cenderung mengatribusikan keberhasilan pada faktor eksternal seperti keberuntungan atau bantuan orang lain (Charisse & Ginta, 2024). Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pencapaian objektif dan evaluasi diri individu, yang pada akhirnya dapat melemahkan *self-esteem*.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian Nurhikma (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang dalam *impostor phenomenon* (74,9%) dan *self-esteem* (50,9%). Temuan ini mengindikasikan bahwa

sebagian mahasiswa masih belum memiliki evaluasi diri yang stabil dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial.

Selain didukung oleh penelitian terdahulu, fenomena mengenai *self-esteem* mahasiswa juga diperkuat oleh hasil pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 28 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pemilihan responden dari Fakultas Psikologi ini didasarkan pada fokus penelitian yang menempatkan mahasiswa fakultas tersebut sebagai subjek kajian. Studi pendahuluan ini bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi *self-esteem* mahasiswa di lingkungan Fakultas Psikologi sebagai konteks utama penelitian. Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* mahasiswa belum berada pada kondisi yang optimal. Hasil tersebut disajikan pada diagram berikut.

Gambar 1.1 Diagram Hasil Pra-Penelitian *Self-Esteem*



Berdasarkan diagram tersebut, dapat diketahui bahwa sebagian mahasiswa menunjukkan kecenderungan *self-esteem* yang kurang optimal. Pada pernyataan “secara keseluruhan saya puas dengan diri saya”, sebanyak 11 responden (39,3%) menyatakan tidak setuju dan 9 responden (32,1%) berada pada kategori netral, sedangkan hanya 3 responden (10,7%) yang menyatakan sangat setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa belum sepenuhnya memiliki kepuasan terhadap dirinya sendiri. Selain itu, pada pernyataan negatif “kadang-kadang saya merasa diri saya

tidak baik”, sebanyak 13 responden (46,4%) menyatakan setuju dan 12 responden (42,9%) menyatakan sangat setuju. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa masih memiliki kecenderungan penilaian diri yang negatif. Pada pernyataan “*saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri*”, sebanyak 19 responden (67,9%) menyatakan sangat setuju, yang menunjukkan adanya kebutuhan yang tinggi untuk meningkatkan penghargaan terhadap diri.

Sementara itu, pada pernyataan “*saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya*”, sebanyak 16 responden (57,1%) memberikan jawaban tidak setuju, sedangkan hanya 2 responden (7,1%) yang menyatakan sangat setuju. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami keraguan terhadap kemampuan dan potensi dirinya. Secara umum, hasil pra-penelitian ini mengindikasikan bahwa evaluasi diri mahasiswa belum sepenuhnya positif, baik dalam aspek penerimaan diri maupun keyakinan terhadap kemampuan diri. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi *self-esteem* yang ideal dengan realitas yang ditemukan di lapangan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self-esteem* berperan penting dalam penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis mahasiswa negara (Farruggia et al., 2004). *Self-esteem* juga berkaitan dengan kompetensi sosial dan (De Prada et al., 2024), prestasi akademik (Mirzaei, 2024), serta *subjective well-being* (Talitha Harsoyo Tania & Suyasa P. Tommy Y. S., 2024). Dalam konteks Indonesia, *self-esteem* juga berkontribusi sebesar 40,4% terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, di mana rendahnya *self-esteem* meningkatkan kerentanan terhadap stres dan ketidakpuasan selama menjalani kehidupan akademik (Ahmad et al., 2025).

Berbagai temuan menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam kehidupan mahasiswa. *Self-esteem* yang rendah tidak hanya memengaruhi evaluasi diri, tetapi juga berdampak pada kesejahteraan psikologis, kondisi emosional, hingga performa akademik. Kondisi ini turut

memengaruhi cara mahasiswa merespons berbagai tuntutan perkuliahan sehari-hari. Konsistensi temuan tersebut menegaskan bahwa *self-esteem* yang rendah memiliki dampak yang luas dan berkelanjutan, sehingga perlu ditelaah lebih lanjut faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan dan penguatannya pada mahasiswa.

Self-esteem tidak terbentuk secara kebetulan, melainkan merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor psikososial yang berkembang sepanjang kehidupan. Pembentukan *self-esteem* dipengaruhi oleh pengalaman interpersonal, dukungan sosial, serta kualitas relasi yang dialami individu dalam lingkungan terdekatnya (Lestari et al., 2021). Individu yang memperoleh dukungan yang positif dan konsisten cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang minim dukungan (Prasetio & Triwahyuni, 2022).

Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengaitkan *self-esteem* dengan faktor eksternal. Dari jawaban pertanyaan terbuka, responden menyebutkan bahwa harga diri dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama cara mereka mempersepsikan dukungan dari lingkungan sosial. Beberapa responden menyatakan bahwa *self-esteem* dipengaruhi oleh “*dukungan dari orang sekitar, pencapaian pribadi, serta cara menilai diri sendiri*”, sementara responden lain menekankan bahwa “*lingkungan, teman, dan kepercayaan diri*” turut berperan dalam pembentukan penilaian diri. Selain itu, penerimaan dari lingkungan juga dianggap penting dalam membangun rasa berharga pada diri individu. Temuan ini menunjukkan bahwa *self-esteem* tidak hanya bersifat internal, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks sosial. Dengan demikian, hasil pra-penelitian ini mengindikasikan bahwa *perceived social support* merupakan variabel yang relevan dalam memahami *self-esteem* mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dalam konteks mahasiswa, hubungan sosial merupakan aspek penting karena masa perkuliahan berada pada fase transisi menuju kemandirian dalam tahap *emerging adulthood*. Meskipun mahasiswa mulai

tidak bergantung sepenuhnya pada keluarga, mereka tetap membutuhkan lingkungan yang memberikan rasa diterima, dihargai, dan didukung. Namun, yang menjadi penentu bukan semata keberadaan dukungan sosial secara objektif, melainkan bagaimana individu mempersepsikannya. Dukungan yang tersedia dapat saja tidak memberikan dampak optimal apabila tidak dirasakan atau dimaknai sebagai sesuatu yang bermakna bagi individu. Oleh karena itu, konsep yang lebih tepat untuk memahami pengaruh dukungan sosial terhadap kondisi psikologis adalah *perceived social support*.

Perceived social support tidak hanya merujuk pada bantuan nyata yang diterima, tetapi pada keyakinan individu bahwa dukungan tersebut tersedia ketika dibutuhkan (Zimet et al., 1988). Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa *perceived social support* berperan dalam *buffering effect*, yaitu kemampuannya mengurangi dampak negatif stres terhadap kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, individu yang memiliki persepsi dukungan sosial yang tinggi cenderung menunjukkan evaluasi diri yang lebih positif, termasuk dalam hal *self-esteem*.

Menurut Zimet et al. (1988), *perceived social support* terdiri dari tiga dimensi, yaitu keluarga, teman, dan *significant others*. Ketiga sumber ini memiliki peran yang berbeda namun saling melengkapi dalam kehidupan mahasiswa. Keluarga memberikan rasa aman, teman sebaya menjadi sumber dukungan emosional dan sosial sehari-hari, sedangkan *significant others* seperti dosen atau mentor berperan dalam memberikan validasi dan arahan akademik (Kogar & Kogar, 2024). Ketiganya tidak dapat saling menggantikan karena masing-masing memberikan kontribusi yang unik terhadap cara individu memandang dirinya.

Secara teoritis, hubungan antara *perceived social support* dan *self-esteem* dapat dijelaskan melalui *sociometer theory* (Leary, 1999). Teori ini menjelaskan bahwa *self-esteem* berfungsi sebagai indikator sejauh mana individu merasa diterima secara sosial. Penerimaan sosial yang dirasakan akan meningkatkan *self-esteem*, sedangkan penolakan sosial akan

menurunkannya. Dalam konteks ini, *perceived social support* menjadi indikator penting dari rasa diterima tersebut.

Secara empiris, hubungan positif antara *perceived social support* dan *self-esteem* pada mahasiswa telah banyak didukung oleh penelitian sebelumnya. Studi Wang et al. (2025) dan Sulistiani & Kristiana (2022), menunjukkan bahwa semakin tinggi *perceived social support* mahasiswa, semakin tinggi pula *self-esteem* yang dimiliki. Temuan lain juga mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya berperan dalam meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan kampus sekaligus mendorong perkembangan *self-esteem* yang lebih positif (J. Li et al., 2018). Selain itu, *perceived social support* berkontribusi terhadap penyesuaian diri dan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik secara adaptif (Theresya & Setiyani, 2023), serta menjadi prediktor kesehatan mental pada remaja akhir, termasuk mahasiswa (Salsabila et al., 2022). Keseluruhan temuan tersebut menegaskan bahwa *perceived social support* bukan hanya berfungsi sebagai pelindung dari tekanan psikologis (*buffer*), tetapi juga merupakan prediktor dalam pembentukan *self-esteem* yang positif pada mahasiswa.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih menempatkan *perceived social support* sebagai variabel pendukung, sehingga pengaruh langsungnya terhadap *self-esteem* masih belum banyak dieksplorasi. Selain itu, *perceived social support* sering diperlakukan sebagai konstruk tunggal tanpa melihat kontribusi masing-masing dimensinya, padahal persepsi dukungan dari keluarga, teman, dan *significant others* dapat memiliki pengaruh yang berbeda terhadap *self-esteem* individu.

Keterbatasan ini juga terlihat dalam penelitian di Indonesia yang umumnya hanya menunjukkan hubungan antar variabel tanpa menjelaskan mekanisme yang mendasarinya (Rama et al., 2024). Di sisi lain, penggunaan *sociometer theory* dalam konteks mahasiswa Indonesia masih relatif terbatas, padahal teori ini dapat menjelaskan secara lebih mendalam

bagaimana persepsi penerimaan sosial berkontribusi terhadap *self-esteem*, khususnya dalam konteks budaya kolektivistik.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang karena konteks perguruan tinggi berbasis nilai Islam memiliki karakteristik sosial dan psikologis yang khas dalam memaknai dukungan sosial dan evaluasi diri (Abdel-khalek, 2010). Selain itu, mahasiswa Fakultas Psikologi memiliki tuntutan akademik dan profesional yang unik, karena mereka tidak hanya mempelajari teori psikologi, tetapi juga dituntut memahami dinamika psikologis diri sendiri dan orang lain.

Penelitian ini berfokus pada pengaruh langsung (*direct effect*) *perceived social support* terhadap *self-esteem* tanpa melibatkan variabel mediasi maupun moderasi, sehingga hubungan kedua variabel dapat dikaji secara lebih spesifik. Selain itu, penelitian ini menganalisis tiga sumber *perceived social support*, yaitu keluarga, teman, dan *significant others*, dengan menekankan pada persepsi mahasiswa terhadap dukungan yang diterima dari masing-masing sumber dalam membentuk *self-esteem*.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memandang perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Self-Esteem* pada Mahasiswa.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian mengenai hubungan antara dukungan sosial yang dipersepsikan dan *self-esteem*, serta memberikan manfaat praktis sebagai dasar pengembangan strategi dukungan psikologis bagi mahasiswa dalam meningkatkan evaluasi diri yang positif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *perceived social support* pada mahasiswa?
2. Bagaimana tingkat *self-esteem* pada mahasiswa?
3. Apakah terdapat pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa?

C. Tujuan

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Memaparkan tingkat *perceived social support* pada mahasiswa
2. Memaparkan tingkat *self-esteem* mahasiswa
3. Memaparkan pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Penelitian ini dapat memperkaya kajian empiris mengenai pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat dan memberikan dukungan empiris terhadap teori dukungan sosial (*social support theory*). Selain itu, temuan dalam penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan kajian yang lebih luas, baik dengan menambahkan variabel lain, menggunakan pendekatan yang berbeda, maupun menguji pada populasi yang lebih beragam.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi berbagai pihak. Bagi peneliti, penelitian ini dapat memperluas wawasan teoritis sekaligus melatih kemampuan dalam menyusun dan mengembangkan penelitian ilmiah. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari, sehingga mahasiswa mampu menjalani kehidupan akademik dengan lebih baik. Selain itu, bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan program yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa, seperti layanan konseling, mentoring, maupun kegiatan yang memperkuat hubungan sosial antar mahasiswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Self-Esteem*

1. *Pengertian Self-Esteem*

Dalam kehidupan sehari-hari, individu senantiasa dihadapkan pada berbagai tuntutan, penilaian sosial, serta pengalaman keberhasilan maupun kegagalan yang memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri. Perbedaan respons terhadap pengalaman tersebut menunjukkan bahwa penilaian diri tidak bersifat seragam, melainkan terbentuk melalui proses psikologis yang kompleks. Dalam kajian psikologi, cara individu mengevaluasi dan memaknai dirinya dikenal sebagai *self-esteem* (Arroisi, 2022).

Merriam-Webster Dictionary mendefinisikan *self-esteem* sebagai *confidence and satisfaction in oneself* atau *self-respect*, dan istilah ini telah digunakan sejak awal abad ke-17. Selaras dengan itu, *American Psychological Association* (APA) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi individu yang bersifat positif maupun negatif terhadap dirinya, yang mencerminkan sejauh mana individu menerima dan memandang dirinya sebagai pribadi yang bernilai.

Konsep *self-esteem* dalam literatur psikologi memiliki penekanan yang beragam sesuai dengan perkembangan kajiannya. Secara umum, *self-esteem* dipahami sebagai evaluasi individu terhadap nilai dirinya sendiri, yang mencakup rasa berharga, keyakinan terhadap kemampuan, serta penghargaan terhadap diri secara menyeluruh. Gagasan ini bersumber dari Morris Rosenberg melalui *Rosenberg Self-Esteem Scale*, yang memaknai *self-esteem* sebagai penilaian global seseorang terhadap diri sendiri (Rosenberg, 1965). Ia juga memandang *self-esteem* sebagai rangkaian sikap mengenai keberhargaan dan kepuasan diri.

Sementara itu, Coopersmith mendefinisikan *self-esteem* sebagai evaluasi pribadi mengenai kepantasan dan keberhargaan diri yang diekspresikan melalui sikap dan perilaku, serta berkembang melalui pengalaman interaksi sosial, khususnya penerimaan dan penolakan dari lingkungan (Coopersmith, 1967) dalam (Aryati et al., 2013). Di sisi lain Heatherton & Polivy (1991) menekankan bahwa *self-esteem* tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga tercermin dalam kondisi situasional individu melalui sikap dan perilaku sehari-hari.

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, *self-esteem* dapat dipahami sebagai evaluasi subjektif individu terhadap dirinya yang mencakup aspek kognitif dan afektif, serta terbentuk melalui pengalaman dan interaksi sosial. *Self-esteem* tidak hanya berkaitan dengan penilaian terhadap nilai diri, tetapi juga keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dalam penelitian ini, *self-esteem* dioperasionalkan sebagai penilaian mahasiswa terhadap nilai dan kemampuan dirinya yang tercermin melalui rasa percaya diri, penghargaan terhadap diri sendiri, serta pandangan positif terhadap kompetensi pribadi.

2. Aspek-Aspek Self-Esteem

Rosenberg (1965) memandang *self-esteem* sebagai evaluasi menyeluruh terhadap diri, yang memiliki dua aspek utama:

a) Penerimaan Diri

Berhubungan dengan bagaimana individu menilai kondisi dirinya secara keseluruhan, meliputi fisik, sifat, dan kemampuan. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik dapat mengakui kelebihan dan kekurangannya tanpa merasa rendah diri. Mereka mampu melihat dirinya secara realistis dan tetap memandang dirinya sebagai pribadi yang berharga.

b) Penghormatan Diri

Penghormatan diri mencakup bagaimana individu memberikan apresiasi terhadap kemampuan dan prestasi yang dicapainya. Ketika

individu merasa bangga dan mengakui pencapaiannya, ia menunjukkan *self-esteem* yang lebih tinggi. Sebaliknya, kurangnya penghargaan terhadap kemampuan diri dapat membuat individu merasa tidak berharga.

3. Faktor yang Mempengaruhi Self-Esteem

Berikut beberapa faktor yang dapat memengaruhi *self-esteem* seseorang yang dijelaskan oleh Coopersmith (1967) dalam (Koesdyantho, 2009):

a) Nilai-Nilai Pengasuhan Orang Tua

Nilai-nilai pengasuhan terlihat dari bagaimana orang tua menerapkan pola asuh dalam kehidupan sehari-hari. Anak yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung merasa lebih tertekan oleh perlakuan orang tua dibandingkan dengan anak yang memiliki *self-esteem* tinggi. Nilai-nilai tersebut dipahami dan dirasakan oleh anak melalui respons orang tua, baik yang bersifat mendukung maupun yang bersifat negatif.

b) Dukungan Lingkungan

Individu yang tumbuh dalam lingkungan yang suportif cenderung merasa dihargai dan diterima, sehingga mengembangkan penilaian diri yang lebih positif (Sancahya & Susilawati, 2021)

c) Atribut Fisik

Individu dengan *self-esteem* rendah sering dikaitkan dengan pertumbuhan fisik yang lebih lambat atau kondisi fisik yang dianggap kurang ideal. Persepsi negatif terhadap kondisi fisik, baik dari lingkungan maupun dari diri sendiri, dapat menimbulkan rasa malu, menurunkan kepercayaan diri, dan membuat anak enggan berinteraksi sosial.

d) Nilai-Nilai Diri

Pada dasarnya, setiap individu menginginkan penilaian positif terhadap dirinya. Individu yang mampu memandang dirinya setara dengan orang lain cenderung memiliki *self-esteem* yang positif.

Sebaliknya, individu yang sering membandingkan diri secara negatif dan merasa lebih rendah dari orang lain beresiko memiliki *self-esteem* yang rendah.

e) Resiliensi

Individu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung memandang dirinya sebagai pribadi yang mampu mengatasi permasalahan, sehingga membentuk penilaian diri yang lebih positif (Usán P et al., 2022).

f) Kepuasan Hidup (*satisfaction with life*)

Individu yang merasa puas dengan kehidupannya cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri. *Self-esteem* berperan sebagai mekanisme psikologis yang menghubungkan resiliensi dengan kepuasan hidup, di mana individu yang resilien akan memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi, yang pada akhirnya berkontribusi pada meningkatnya kepuasan hidup (Usán P et al., 2022).

4. *Self-Esteem* dalam Pandangan Islam

Dalam perspektif Islam, *self-esteem* tidak hanya dipahami sebagai evaluasi psikologis terhadap diri, tetapi juga sebagai kesadaran spiritual mengenai posisi manusia sebagai makhluk Allah yang dimuliakan dan diberi amanah kehidupan. Islam memandang bahwa nilai diri seseorang tidak semata-mata ditentukan oleh pencapaian pribadi atau pengakuan sosial, melainkan bersumber dari hubungannya dengan Allah SWT.

Sesuai dengan kajian (Husna & Sa'adah, 2023) yang menegaskan bahwa penghargaan terhadap diri dalam Islam bukan sekadar apresiasi terhadap kemampuan pribadi, tetapi juga merupakan bentuk pengakuan bahwa setiap individu adalah ciptaan Allah yang memiliki potensi dan tujuan dalam kehidupan. Dengan demikian, *self-esteem* dalam Islam berakar pada kesadaran tauhid, yaitu keyakinan

bahwa nilai diri ditentukan oleh kedekatan kepada Allah, bukan semata-mata oleh standar duniawi.

Konsep ini juga berkaitan erat dengan istilah nafs, yang dalam Islam merujuk pada aspek diri atau jiwa manusia. Al-Qur'an menegaskan pentingnya pengelolaan jiwa sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Asy-Syams Ayat 9:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (٩)

Artinya: “*sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu)*”

Ayat tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan manusia tidak hanya diukur dari aspek material, tetapi juga dari proses *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). Dalam konteks *self-esteem*, penyucian jiwa mencakup kemampuan individu untuk mengenali potensi diri, menerima keterbatasan, serta terus berupaya memperbaiki diri. Islam mengajarkan untuk membina diri agar berkembang secara positif dan selaras dengan nilai-nilai ilahiah. Oleh karena itu, penghargaan terhadap diri dalam Islam tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga mencakup dimensi moral dan spiritual.

Berbeda dengan konsep *self-esteem* dalam psikologi Barat yang menekankan evaluasi terhadap kompetensi diri dan pengakuan sosial, Islam menempatkan sumber nilai diri pada aspek yang lebih transenden. *Self-esteem* tidak semata bergantung pada penilaian manusia, tetapi pada kedekatan dengan Allah dan ketaatan kepada-Nya. Rusuli (2017) menjelaskan bahwa konsep *self-esteem* dalam Islam berkaitan dengan enam karakteristik mukmin sejati sebagaimana dirumuskan oleh Yakan (2007), yaitu *aqidah shahihah* (memiliki aqidah yang benar), *ibadah shahihah* (ibadah yang benar), *akhlak al-karimah* (akhlak mulia), *usrah al-islamiyyah* (membangun keluarga Islami), melakukan *mujahadah al-nafs* (bersungguh-sungguh melawan hawa nafsu), serta memiliki keyakinan dan optimisme terhadap masa depan Islam. Nilai-nilai tersebut menjadi landasan pembentukan *self-esteem* yang sehat dan tidak mengarah pada kesombongan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* dalam perspektif Islam merupakan sikap penghargaan terhadap diri yang berlandaskan tauhid, kesadaran akan kemuliaan manusia sebagai ciptaan Allah, serta ketakwaan sebagai standar utama nilai diri. Konsep ini tidak hanya berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, tetapi juga membentuk pribadi Muslim yang tangguh, optimis, stabil secara emosional, dan berakhlak mulia.

B. *Perceived Social Support*

1. *Pengertian Perceived Social Support*

Perceived social support merupakan penilaian subjektif individu mengenai sejauh mana dirinya merasa memperoleh dukungan dari lingkungan sosial, seperti perasaan dicintai, dihargai, serta mendapatkan bantuan ketika dibutuhkan (Cobb, 1976). Konsep ini tidak hanya menekankan pada keberadaan dukungan secara objektif, tetapi lebih pada bagaimana individu merasakan ketersediaan dukungan tersebut sebagai sesuatu yang bermakna dan dapat diandalkan dalam kehidupannya (Cohen & Wills, 1985).

Young dalam Dewayani et al. (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial terbagi menjadi dua jenis, yaitu *received social support* dan *perceived social support*. *Received social support* merujuk pada dukungan yang secara nyata diterima individu, sedangkan *perceived social support* mengacu pada keyakinan individu bahwa dukungan tersebut tersedia dan dapat diakses ketika dibutuhkan.

Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya bersifat objektif, tetapi juga memiliki dimensi subjektif yang berperan penting dalam pengalaman psikologis individu. Sejalan dengan hal tersebut, Cohen & Wills (1985) memeparkan bahwa *perceived social support* memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kesejahteraan individu dibandingkan dengan *received social support*, terutama melalui mekanisme *buffering effect*, yaitu kemampuan dukungan sosial dalam melindungi individu dari dampak negatif stres.

Individu yang merasa memiliki dukungan cenderung menilai dirinya lebih mampu menghadapi tekanan, sehingga dapat mempertahankan kondisi psikologisnya.

Salah satu tokoh yang mengembangkan teori ini adalah Gregory D. Zimet melalui instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Zimet et al. (1988) mendefinisikan *perceived social support* sebagai persepsi individu terhadap ketersediaan dukungan yang berasal dari tiga sumber utama, yaitu keluarga, teman, dan orang-orang terdekat (*significant others*). Pendekatan ini menekankan bahwa kualitas hubungan interpersonal yang dirasakan individu menjadi indikator utama dalam memahami dukungan sosial, bukan sekadar keberadaan jaringan sosial itu sendiri.

Berdasarkan beberapa pandangan tersebut, *perceived social support* dapat disimpulkan sebagai evaluasi subjektif individu terhadap ketersediaan dan kualitas dukungan dari lingkungan sosialnya, yang bersumber dari keluarga, teman, dan orang terdekat lainnya. Persepsi ini tidak hanya terbentuk dari interaksi sosial, tetapi juga dari pengalaman emosional dan kognitif yang membentuk keyakinan bahwa individu tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan.

2. Aspek-Aspek *Perceived Social Support*

Perceived social support memiliki beberapa aspek. Menurut Zimet et al. (1988), aspek-aspek tersebut meliputi:

a) *Family Support*

Persepsi individu terhadap perhatian, kasih sayang, serta bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga. Ini mencakup kehadiran emosional, rasa aman, embuat keputusan serta keyakinan bahwa keluarga akan memberikan bantuan ketika individu menghadapi kesulitan.

b) *Friend Support*

Persepsi individu terhadap hubungan pertemanan yang memberikan kenyamanan, empati, serta bantuan dalam kehidupan sehari-hari.

Hal ini dapat berupa kesediaan teman untuk mendengarkan, memberikan saran, maupun membantu dalam situasi tertentu.

c) *Significant Other Support*

Merujuk pada persepsi individu terhadap dukungan dari orang-orang yang memiliki makna khusus dalam kehidupannya, seperti pasangan, sahabat dekat, atau figur penting lainnya. Hal ini biasanya bersifat lebih personal dan mendalam, serta melibatkan kedekatan emosional yang tinggi

3. Faktor yang Mempengaruhi *Perceived Social Support*

Perceived social support dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sosialnya. Beberapa faktor yang memengaruhi *perceived social support* adalah sebagai berikut

a) Kondisi Psikologis Individu

Kondisi psikologis seperti stres, kecemasan, dan kesejahteraan psikologis memengaruhi bagaimana individu memersepsikan dukungan sosial. Individu dengan kondisi psikologis yang lebih baik cenderung memiliki persepsi dukungan yang lebih tinggi (Utami & Rusli, 2025).

b) Kualitas Hubungan Interpersonal

Kualitas hubungan dengan orang-orang terdekat merupakan faktor utama dalam membentuk *perceived social support*. Individu yang memiliki hubungan yang baik dengan sekitarnya cenderung memiliki persepsi dukungan sosial yang lebih tinggi. Sebaliknya, hubungan yang kurang harmonis dapat menurunkan persepsi terhadap dukungan yang tersedia (Zimet et al., 1988).

c) Pengalaman Interaksi Sosial

Pengalaman interaksi sosial yang positif dan konsisten akan membentuk keyakinan bahwa dukungan tersedia ketika dibutuhkan. Sebaliknya, pengalaman negatif dalam hubungan sosial dapat menyebabkan individu merasa kurang didukung dan sulit diperoleh,

meskipun secara objektif dukungan tersebut ada (Dwi & Harsono, 2022).

d) Lingkungan Sosial dan Keterlibatan Sosial

Individu yang aktif berinteraksi dalam berbagai konteks sosial, seperti pertemanan, komunitas, maupun organisasi, cenderung memiliki persepsi dukungan sosial yang lebih tinggi karena memiliki lebih banyak kesempatan untuk membangun hubungan yang berarti dan saling mendukung (Salsabila et al., 2022).

e) Budaya dan Nilai Sosial

Dalam konteks budaya, nilai sosial memengaruhi *perceived social support*. Indonesia sebagai budaya kolektivistik menekankan kebersamaan dan kedekatan, sehingga individu cenderung memersepsikan keluarga dan orang terdekat sebagai sumber utama dukungan. Nilai tersebut juga membentuk cara individu menafsirkan interaksi sosial, di mana perhatian, bantuan, dan kehadiran orang lain dipersepsikan sebagai bentuk dukungan (Saudi et al., 2024).

4. *Perceived Social Support* dalam Pandangan Islam

Dalam pandangan Islam, dukungan sosial merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Islam tidak hanya mengatur hubungan manusia dengan Allah (*hablum minallāh*), tetapi juga hubungan antarsesama manusia (*hablum minannās*). Kedua aspek ini membentuk sistem dukungan yang utuh dalam kehidupan seorang muslim. Konsep tersebut tercermin dalam ajaran *ta'awun* (tolong-menolong), sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Maidah ayat 2:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ (٢)

Artinya: "Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya."

Ayat tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan bagian dari ajaran Islam yang memiliki nilai ibadah. Konsep *ta'awun* tidak hanya menekankan pada tindakan saling membantu, tetapi juga mencerminkan adanya kepedulian, empati antarindividu (Iryani et al., 2021). Selain itu, Rasulullah SAW juga menegaskan pentingnya dukungan sosial dalam hadist riwayat Muslim nomor 2586:

عَنِ الثُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَنِعَاطِفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ، إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى» (صحيح) - (متفق عليه) - (صحيح مسلم: ٢٥٨٦)

Artinya: (HR Bukhari, Muslim, Abu Dawud, At-Tirmidzi) An-Nu'mān bin Basyīr -radīyallāhu 'anhu- meriwayatkan, Rasulullah SAW bersabda, "Perumpamaan orang-orang mukmin dalam perilaku saling mencintai, kasih sayang, dan tolong-menolong di antara mereka seperti satu tubuh. Jika ada satu bagian tubuh mengalami sakit, maka sekujur tubuh ikut merasakannya dengan tidak dapat tidur dan merasakan demam."

Hadis ini menggambarkan bahwa sesama muslim saling terhubung dan menguatkan, yang mencerminkan pentingnya dukungan emosional melalui konsep *rahmah* (kasih sayang) atau kasih sayang sesama umat muslim (Nabila et al., 2025). Tak berhenti disitu, Islam juga mengajarkan konsep *ukhuwah islamiyah* (persaudaraan) yang memperkuat terbentuknya *perceived social support*, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Hujurat ayat 10:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلَحُوا بَيْنَ أَخَوِيكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ (١٠)

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah kedua saudaramu (yang bertikai) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu dirahmati."

Ayat ini menjelaskan bahwa orang-orang mukmin adalah bersaudara, sehingga setiap individu memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan. Nilai ini menciptakan rasa aman dan diterima dalam lingkungan sosial. Secara empiris, penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam konteks Islam berperan

penting terhadap kondisi psikologis individu. Dukungan dari lingkungan sosial terbukti berpengaruh terhadap kesejahteraan dan kesehatan mental, serta membantu individu menghadapi tekanan secara lebih adaptif (Azhari, 2021).

Jika dikaitkan dengan konsep *perceived social support*, maka dalam Islam yang ditekankan bukan hanya keberadaan dukungan secara objektif, tetapi juga bagaimana individu mempersepsikan bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan tidak sendirian. Persepsi ini sejalan dengan nilai-nilai Islam seperti *ta'awun* (tolong-menolong), *ukhuwah* (persaudaraan), dan *rahmah* (kasih sayang) yang mendorong terbentuknya hubungan sosial yang baik.

Dengan demikian, *perceived social support* dalam pandangan Islam dapat dipahami sebagai keyakinan individu terhadap ketersediaan dukungan sosial yang diperkuat oleh nilai-nilai religius. Persepsi ini berperan penting dalam menjaga kondisi psikologis individu, karena individu yang merasa didukung cenderung lebih mampu menghadapi tekanan dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

C. Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Self-Esteem* Mahasiswa

Perceived social support atau dukungan sosial yang dipersepsikan merupakan penilaian subjektif individu mengenai sejauh mana mereka merasa dicintai, dihargai, dan didukung oleh orang-orang penting di sekitarnya. Konsep ini menekankan bahwa yang lebih berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu bukan hanya dukungan yang secara objektif diterima, tetapi bagaimana individu mempersepsikan ketersediaan dukungan tersebut dalam kehidupannya sehari-hari (Hassan et al., 2023).

Self-esteem atau harga diri merupakan evaluasi individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya. Pada mahasiswa, *self-esteem* berperan penting dalam proses adaptasi akademik, regulasi emosi, serta kesejahteraan psikologis. Mahasiswa dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung lebih percaya diri, mampu menghadapi tekanan akademik secara adaptif, serta memiliki motivasi belajar yang lebih baik. Sebaliknya, *self-esteem* yang

rendah sering dikaitkan dengan stres, penurunan motivasi, dan kesulitan dalam penyesuaian diri di lingkungan kampus (Zhang et al., 2024).

Hubungan antara *perceived social support* dan *self-esteem* dapat dijelaskan melalui mekanisme bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan berfungsi sebagai sumber validasi diri dan rasa aman emosional. Ketika individu merasa diterima dan didukung oleh lingkungan sosialnya, hal tersebut memperkuat keyakinan bahwa dirinya bernilai dan layak dihargai, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan *self-esteem* (Haddad et al., 2024).

Dalam konteks perkembangan mahasiswa, dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting. Pada masa transisi menuju dewasa awal, mahasiswa lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan sosial di luar keluarga, sehingga dukungan teman sebaya menjadi sumber utama penerimaan sosial. Dukungan ini dapat mengurangi perasaan kesepian, meningkatkan rasa memiliki, serta memperkuat evaluasi diri yang positif. Selain itu, dukungan keluarga merupakan fondasi penting dalam pembentukan *self-esteem*, terutama melalui pemberian rasa aman emosional dan penerimaan tanpa syarat.

Penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang tinggi secara konsisten berhubungan dengan *self-esteem* yang lebih baik pada mahasiswa (Olabode et al., 2024). Di samping itu, *self-esteem* merupakan konstruk psikologis yang dipengaruhi oleh kualitas dukungan sosial yang dipersepsikan individu. Dukungan sosial yang baik tidak hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis, tetapi juga berkontribusi terhadap evaluasi diri yang lebih positif dalam berbagai aspek kehidupan individu (Aslan, 2024).

Secara keseluruhan, berbagai temuan penelitian menunjukkan bahwa *perceived social support* memiliki pengaruh positif terhadap *self-esteem* mahasiswa. Dukungan sosial yang dipersepsikan tidak hanya memberikan rasa aman secara emosional, tetapi juga memperkuat evaluasi

positif terhadap diri sendiri dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial di perguruan tinggi (Y. Wang et al., 2024).

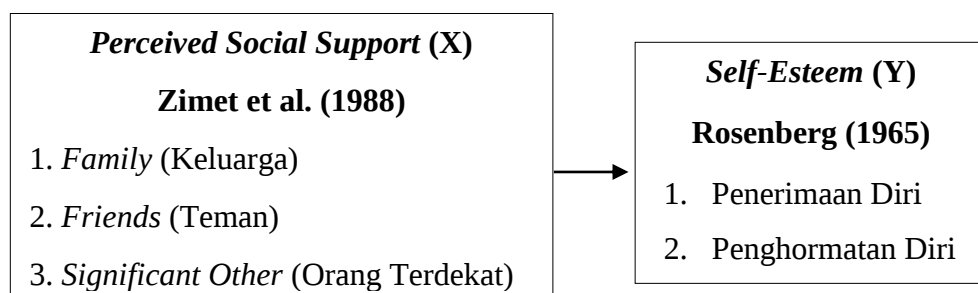
Temuan tersebut juga didukung oleh penelitian di Indonesia. (Tamara et al., 2025) menunjukkan bahwa *perceived social support* berpengaruh positif terhadap *self-esteem*, di mana mahasiswa dengan dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam pembentukan konsep diri individu.

Sejalan dengan itu, (Fedolina & Saptandari, 2024) juga menemukan adanya hubungan positif antara *perceived social support* dan *self-esteem* pada mahasiswa. Dukungan dari keluarga, teman, dan orang-orang signifikan lainnya memberikan rasa dihargai dan diterima, yang kemudian memperkuat evaluasi positif terhadap diri sendiri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *perceived social support* merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap pembentukan *self-esteem* mahasiswa. Semakin tinggi dukungan sosial yang dipersepsikan, semakin positif pula evaluasi individu terhadap dirinya.

D. Kerangka Berpikir

Berdasarkan hasil tinjauan literatur diatas, peneliti merumuskan kerangka konseptual penelitian sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian



Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, *perceived social support* diposisikan sebagai faktor sosial-psikologis yang berperan dalam memengaruhi *self-esteem* mahasiswa. Pada fase perkembangan dewasa awal, khususnya mahasiswa, individu menghadapi berbagai tuntutan

akademik, sosial, dan emosional yang menuntut kemampuan adaptasi yang baik. Dalam kondisi tersebut, dukungan sosial yang dipersepsikan menjadi salah satu sumber penting yang membantu individu dalam membentuk evaluasi diri yang positif.

Ketersediaan dukungan dari lingkungan sosial yang meliputi keluarga, teman sebaya, dan *significant others*. Ketiga sumber dukungan tersebut memberikan bentuk dukungan yang berbeda, seperti rasa aman emosional, penerimaan sosial, serta penguatan psikologis. Namun demikian, yang lebih menentukan dampaknya terhadap individu bukan hanya keberadaan dukungan tersebut, tetapi bagaimana individu mempersepsikan dan menginternalisasi dukungan yang diterima dalam kehidupan sehari-hari.

Self-esteem dipahami sebagai evaluasi global individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu merasa berharga, mampu, dan diterima. *Self-esteem* yang tinggi ditandai dengan penerimaan diri yang positif, rasa percaya diri, serta keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri serta kecenderungan merasa tidak berharga dan kurang mampu.

Hubungan antara *perceived social support* dan *self-esteem* dapat dijelaskan melalui mekanisme bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan berfungsi sebagai sumber validasi diri dan penguatan emosional. Ketika individu merasa didukung, diterima, dan dihargai oleh lingkungan sosialnya, hal tersebut akan memperkuat keyakinan bahwa dirinya memiliki nilai dan layak dihargai. Pengalaman ini kemudian diinternalisasi menjadi evaluasi diri yang positif, sehingga meningkatkan *self-esteem* individu, sedangkan persepsi dukungan yang rendah dapat berdampak sebaliknya.

Dengan demikian, kerangka konseptual ini menegaskan bahwa *perceived social support* memiliki peran penting dalam memengaruhi *self-esteem* mahasiswa. Semakin tinggi dukungan sosial yang dipersepsikan,

semakin positif pula evaluasi individu terhadap dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan di lingkungan perguruan tinggi.

E. Hipotesis Penelitian

H1: *Perceived Social Support* memberikan pengaruh terhadap *Self-Esteem* pada mahasiswa

H0: *Perceived Social Support* tidak memberikan pengaruh terhadap *Self-Esteem* pada mahasiswa

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena variabel yang diteliti dapat diukur secara numerik dan dianalisis menggunakan teknik statistik. (Creswell & Creswell, 2017). Selain itu, penelitian kuantitatif bertujuan menghasilkan temuan yang dapat digeneralisasikan melalui pengolahan data numerik menggunakan instrumen penelitian (Fitriani, 2019). Secara desain, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan jenis penelitian korelasional (*correlational research*), karena penelitian dilakukan tanpa manipulasi variabel dan bertujuan mengetahui hubungan antarvariabel yang terjadi secara alami pada subjek penelitian (Bhandari, 2021)

Penelitian korelasional juga digunakan untuk menjelaskan keterkaitan antara variabel independen dan variabel dependen tanpa adanya intervensi langsung dari peneliti (Rahadi & Farid, 2021). Lebih spesifik, penelitian ini menggunakan desain *explanatory research* karena bertujuan menjelaskan pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa. Desain ini tidak hanya mengidentifikasi hubungan antarvariabel, tetapi juga menjelaskan sejauh mana variabel independen memberikan kontribusi terhadap variabel dependen (Rangkuti & Albina, 2025).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, variabel dipahami sebagai atribut atau karakteristik dari suatu objek yang nilainya dapat berbeda antara satu objek dengan objek lainnya, sehingga dapat diukur dan dianalisis secara sistematis (Ridha, 2017). Variabel dalam penelitian ini ditetapkan secara sengaja untuk dianalisis guna memperoleh informasi dan kesimpulan empiris berbasis data (Hafizah et al., 2025). Secara rinci, penjelasan masing-masing variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas atau Variabel Independen (X)

Variabel ini hadir lebih dahulu (*presumed cause variable*) dan menjadi dasar terjadinya perubahan pada variabel yang dipengaruhi *antecedent variable* (Liana, 2009). Dalam penelitian ini yang merupakan variabel bebas (X) adalah '*Perceived Social Support*'

2. Variabel Terikat atau Variabel Dependen (Y)

Variabel ini merepresentasikan hasil atau konsekuensi dari adanya pengaruh variabel bebas, sehingga sering disebut sebagai variabel *outcome* atau *consequent variable* (Liana, 2009). Dalam penelitian ini yang merupakan variabel terikat adalah (Y) '*Self-Esteem*'.

C. Definisi Operasional

1. Self Esteem (Harga Diri)

Self-esteem dalam penelitian ini mengacu pada konsep Rosenberg (1965) yang diartikan sebagai penilaian mahasiswa terhadap dirinya yang tercermin dalam rasa percaya diri, penerimaan diri, dan penghargaan terhadap kemampuan yang dimiliki dengan dua aspek utama, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri.

2. Perceived Social Support (Dukungan Sosial yang Dipersepsikan)

Perceived social support dalam penelitian ini mengacu pada konsep Zimet et al. (1988) yang diartikan sebagai persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial yang diterima dari lingkungan sekitarnya. Penelitian ini menggunakan tiga aspek *perceived social support*, yaitu keluarga, teman, dan orang terdekat.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2016), populasi merupakan seluruh objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sebagai sasaran penelitian. Sejalan dengan itu, Jailani & Jeka (2023) menyatakan bahwa populasi dapat berupa individu, objek, maupun peristiwa yang relevan dengan tujuan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif program Sarjana

(S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjumlah 1.721 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dijadikan subjek penelitian (Arikunto, 2011). Apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka seluruh populasi sebaiknya dijadikan sampel. Namun, jika jumlah populasi lebih dari 100 orang, maka sampel dapat diambil sekitar 10-15% atau 20-25% dari total populasi. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini mengacu berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat signifikansi 5%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 279 yang kemudian dibulatkan menjadi 285 mahasiswa (Amin et al., 2023).

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Taherdoost et al., 2016). Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini meliputi: (1) mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, (2) berusia 17-25 tahun, dan (3) bersedia mengisi kuesioner penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan proses sistematis untuk memperoleh informasi yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menghasilkan data yang dapat diukur secara numerik (Permatasari et al., 2025). Oleh karena itu, data penelitian ini menggunakan kuesioner (angket) sebagai teknik utama pengumpulan data. Kuesioner dipilih karena mampu menjangkau data dalam jumlah besar secara efisien dan memungkinkan responden memberikan jawaban secara mandiri sesuai persepsi mereka (Azwar, 2017). Penilaian dilakukan menggunakan skala likert, yang umum

digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan variabel psikologis (Mendonca et al., 2025).

Instrumen penelitian ini terdiri dari dua skala utama. Variabel *Perceived Social Support* diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh (Zimet et al., 1988). Sementara itu, variabel *Self-Esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Morris Rosenberg (1965).

1. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *perceived social support* adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang telah diadaptasi dan diuji dalam konteks Indonesia oleh (Saragih et al., 2026). MSPSS terdiri dari tiga dimensi utama, yaitu keluarga (*family*), teman (*friends*), dan orang terdekat (*significant other*), dengan total 12 item, masing-masing 4 item per dimensi, menggunakan skala Likert 7 tingkat. Skala ini mengukur persepsi individu terhadap ketersediaan dukungan sosial dari lingkungan.

Berdasarkan uji validitas konstruk menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA), model MSPSS menunjukkan kecocokan yang baik (*good fit*), dengan nilai CFI= 0,976 dan TLI= 0,969 (>0,90), serta RMSEA= 0,0658 dan SRMR= 0,0331 yang berada dalam kategori *acceptable fit*. Seluruh item memiliki *factor loading* $\geq 0,50$, *z-value* > 1,96, dan *p-value* < 0,05, sehingga dinyatakan valid dalam merepresentasikan konstruk *perceived social support*.

Dari segi reliabilitas, skala MSPSS menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik dengan koefisien McDonald's omega sebesar 0,914. Nilai reliabilitas pada masing-masing dimensi juga berada di atas 0,70, yaitu 0,800 (*family*), 0,895 (*friends*), dan 0,961 (*significant other*). Dengan demikian, instrumen MSPSS versi bahasa Indonesia yang digunakan dalam penelitian ini memiliki validitas dan reliabilitas yang

baik, sehingga layak digunakan untuk mengukur *perceived social support* pada mahasiswa.

Tabel 3.1 Blue-print skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)*

No.	Aspek	Aitem Favorable	Jumlah
1.	<i>Family</i> (Keluarga)	1, 2, 3, 4	4
2.	<i>Friends</i> (Teman)	5, 6, 7, 8	4
3.	<i>Significant Other</i> (Komunikasi)	9, 10, 11, 12	4
Total			12

2. *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*

Dalam penelitian ini, *self-esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*, instrumen *self-report* yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Skala ini terdiri dari 10 item yang mencerminkan evaluasi diri secara umum dengan skala Likert 4 poin. RSES telah banyak digunakan secara internasional dan terbukti valid serta reliabel untuk berbagai populasi, termasuk remaja dan mahasiswa (Maroqi, 2018).

Validitas RSES juga telah diuji dalam beberapa penelitian. Penelitian oleh Alwi & Razak (2022) menunjukkan bahwa RSES memiliki validitas konstruk yang baik berdasarkan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)*, dengan nilai *factor loading* tiap item berkisar antara 0,63-0,82 dan *goodness-of-fit model* memenuhi kriteria. Hal ini menunjukkan bahwa skala ini mampu mengukur *self-esteem* secara konsisten. Penelitian Maroqi (2018) juga menemukan bahwa RSES memadai untuk mengukur konstruk *self-esteem*, dengan model satu faktor yang sesuai secara statistik, sehingga sesuai untuk konteks budaya dan bahasa Indonesia.

Reliabilitas RSES versi adaptasi Alwi & Razak (2022) menunjukkan *construct reliability* sebesar 0,899, menandakan konsistensi internal yang tinggi. Berdasarkan hasil validitas dan reliabilitas tersebut, dapat disimpulkan bahwa *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) valid dan reliabel untuk digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini.

Tabel 3.2 Blue-print skala Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)

<i>Global Self-Esteem</i>	Jenis	Aitem	Jumlah
	Favorable	1, 3, 4, 7, 10	5
	Unfavorable	2, 5, 6, 8, 9	5
	Total		10

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan proses untuk menentukan sejauh mana instrument penelitian mampu mengukur konstruk yang seharusnya diukur. Validitas menunjukkan kesesuaian antara konstruk teoritis dengan indikator dalam instrumen, sehingga hasil pengukuran dapat mencerminkan variabel secara akurat. Dalam penelitian ini, validitas empiris diuji menggunakan teknik *Corrected Item-Total Correlation* (CITC) dengan bantuan program *IBM SPSS Statistic 25*.

Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen terlebih dahulu diujicobakan kepada 50 responden untuk mengetahui kelayakan item pada masing-masing skala penelitian. Pengujian dilakukan dengan melihat korelasi antara skor setiap item dengan skor total variabel. Item dinyatakan valid apabila memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* $\geq 0,30$ atau nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel pada taraf signifikansi 0,05 (Azwar, 2003). Sebaliknya, item dengan nilai di bawah kriteria tersebut dapat dipertimbangkan untuk direvisi atau dieliminasi (Bolarinwa, 2015). Berdasarkan kriteria tersebut, berikut hasil uji validitas yang pada masing-masing instrumen:

a. Uji Validitas Skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas

Aspek	Aitem	CITC	Keterangan
Family	FA1	0.381	Valid
	FA2	0.363	Valid
	FA3	0.505	Valid
	FA4	0.308	Valid
Friends	FR1	0.616	Valid
	FR2	0.435	Valid
	FR3	0.580	Valid
	FR4	0.563	Valid
Significant Other	SO1	0.586	Valid
	SO2	0.711	Valid
	SO3	0.666	Valid
	SO4	0.697	Valid

Berdasarkan di atas, hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh aitem pada skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dinyatakan valid. Nilai terendah terdapat pada aitem FA4 sebesar 0,308, sedangkan nilai tertinggi terdapat pada aitem SO2 sebesar 0,711. Seluruh aitem memiliki nilai CITC di atas batas minimum $\geq 0,30$, sehingga tidak terdapat aitem yang gugur dan seluruh item layak digunakan dalam penelitian.

b. Uji Validitas Skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES)

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas

	Aitem	CITC	Keterangan
Global Self-Esteem	SE1	0.688	Valid
	SE2	0.532	Valid
	SE3	0.642	Valid
	SE4	0.364	Valid
	SE5	0.669	Valid
	SE6	0.727	Valid
	SE7	0.317	Valid
	SE8	0.385	Valid
	SE9	0.738	Valid
	SE10	0.634	Valid

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh aitem pada skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dinyatakan valid. Nilai *Corrected Item-Total Correlation* (CITC) berada pada rentang 0,317 hingga 0,738. Nilai terendah terdapat pada aitem SE7 sebesar 0,317, sedangkan nilai tertinggi terdapat pada aitem SE9 sebesar 0,738. Seluruh aitem memiliki nilai di atas batas minimum $\geq 0,30$, sehingga tidak terdapat aitem yang gugur dan seluruh item layak digunakan dalam penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian dalam mengukur konstruk yang sama. Instrumen dikatakan reliabel apabila item-item di dalamnya mampu menghasilkan data yang konsisten dan stabil. (Creswell & Creswell, 2017). Dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Teknik *Cronbach's Alpha* digunakan karena sesuai untuk instrumen penelitian berbentuk skala Likert. Nilai *Cronbach's Alpha* berada pada rentang 0 hingga 1, di mana instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai $\geq 0,70$. Semakin tinggi nilai *Cronbach's Alpha*, maka semakin baik tingkat konsistensi internal instrumen penelitian. Berikut adalah hasil uji reliabilitas variabel:

a. Uji Reliabilitas Skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)

Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.853	12

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,853. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala MSPSS memiliki tingkat reliabilitas

yang baik karena berada di atas batas minimum 0,70. Dengan demikian, skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

b. Uji Reliabilitas Skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES)

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.861	10

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,861. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala RSES memiliki tingkat reliabilitas yang baik karena berada di atas batas minimum 0,70. Dengan demikian, skala *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

G. Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan teknik analisis data yang digunakan untuk menggambarkan kondisi data penelitian tanpa menguji hubungan antar variabel. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik responden serta distribusi data (Nasution, 2017). Statistik yang digunakan meliputi nilai rata-rata (mean), nilai minimum, nilai maksimum, dan standar deviasi (SD). Nilai mean digunakan untuk melihat kecenderungan skor responden, sedangkan standar deviasi menunjukkan tingkat penyebaran data (Sugiyono, 2016).

2. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan analisis regresi, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik untuk memastikan bahwa data telah memenuhi syarat analisis. Seluruh proses pengujian dilakukan menggunakan program *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Uji ini meliputi:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah dalam model regresi, nilai residual memiliki distribusi normal. Residual merupakan selisih antara nilai observasi (skor asli yang diperoleh dari responden) dengan nilai prediksi yang dihitung oleh model regresi berdasarkan variabel bebas (Quraissy, 2020). Pola sebaran data yang normal akan membentuk kurva yang simetris di sekitar nilai rata-rata (*mean*) atau disebut kurva lonceng (Isnaini et al., 2025). Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan dengan menggunakan metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* terhadap nilai residual model regresi. Kriteria pengujian didasarkan pada nilai Asymp. Sig. (2-tailed), di mana data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$. Sebaliknya, jika nilai $< 0,05$, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat membentuk pola linear sebagai salah satu syarat dalam analisis regresi. Pengujian dilakukan melalui *Tes for Linearity* dengan memperhatikan nilai signifikansi pada *Linearity* dan *Deviation from Linearity*. Asumsi linearitas dinyatakan terpenuhi apabila nilai signifikansi pada *Linearity* lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) (Ghazali, 2018).

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat ketidaksamaan varians residual atau error pada model regresi. Model regresi yang baik adalah model yang tidak mengalami heteroskedastisitas, yaitu ketika varians residual pada setiap nilai prediksi bersifat konstan. Pengujian heteroskedastisitas dapat dilakukan dengan melihat nilai signifikansi, di mana apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data dinyatakan tidak mengalami heteroskedastisitas sehingga memenuhi asumsi regresi.

3. Analisis Regresi

a. Uji Regresi Linier Sederhana

Regresi linear sederhana merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen dalam bentuk hubungan linear. Analisis ini dinyatakan dalam persamaan regresi dalam bentuk: $Y = a + bX + e$. Y adalah variabel dependen, X variabel independen, a konstanta, b koefisien regresi, dan e adalah error atau residual (Ghasemi & Zahediasl, 2012). Analisis ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi arah, signifikansi, serta besarnya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen (Quraisy, 2020).

Dalam penelitian ini, analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai signifikansi (Sig.) pada taraf kesalahan 0,05. Jika nilai Sig. $< 0,05$, maka variabel independen dinyatakan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan dugaan sementara yang diajukan peneliti untuk diuji kebenarannya melalui proses penelitian. Hipotesis digunakan sebagai dasar dalam mengetahui ada atau tidaknya pengaruh

antar variabel yang diteliti (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan program *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Adapun pengujian yang dilakukan meliputi:

a. Uji Parsial (Uji t)

Uji parsial (uji t) digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen secara individual terhadap variabel dependen. Pada penelitian ini, uji t dilakukan untuk mengetahui *pengaruh perceived social support* terhadap *self-esteem*. Adapun tahapan pengujian sebagai berikut:

1) Menentukan hipotesis

H0: *perceived social support* tidak berpengaruh signifikan terhadap *self-esteem*.

H1: *perceived social support* berpengaruh signifikan terhadap *self-esteem*.

2) Menentukan taraf signifikansi

Taraf signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,05$.

b. Uji Koefisien Determinasi (R²)

Uji koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel *perceived social support* dalam menjelaskan variabel *self-esteem*. Nilai R² berada pada rentang 0-1, dengan ketentuan sebagai berikut:

1) Semakin besar nilai R², maka semakin besar kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen.

2) Semakin kecil nilai R² atau mendekati 0, maka kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen semakin rendah.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang merupakan salah satu fakultas di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Fakultas Psikologi awalnya berdiri sebagai Jurusan Psikologi dan pada tahun 2002 resmi berubah menjadi Fakultas Psikologi. Fakultas ini berfokus pada pengembangan ilmu psikologi yang terintegrasi dengan nilai-nilai keislaman, keilmuan, dan kemanusiaan. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki beberapa program pendidikan, yaitu Program Studi Sarjana (S1) Psikologi, Program Magister Psikologi, dan Program Profesi Psikolog. Mahasiswa yang menempuh pendidikan di fakultas ini berasal dari berbagai daerah di Indonesia dengan latar belakang sosial dan budaya yang beragam. Penelitian ini melibatkan mahasiswa aktif Program Studi S1 Psikologi dari berbagai semester. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada kesesuaian karakteristik subjek dengan tujuan penelitian, yaitu mahasiswa yang berada pada rentang usia dewasa awal dan sedang menjalani proses perkembangan akademik maupun sosial selama masa perkuliahan.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada rentang waktu 21 April hingga 10 Mei 2026. Tahap awal penelitian diawali dengan penyusunan instrumen penelitian serta pengujian validitas dan reliabilitas instrumen sebelum digunakan pada penelitian utama. Setelah instrumen dinyatakan layak, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kepada responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Pengambilan data dilakukan secara daring (*online*) menggunakan *Google Form* yang disebarakan kepada mahasiswa aktif Program Sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui media komunikasi mahasiswa, seperti grup WhatsApp dan media sosial, sehingga memudahkan responden dalam mengakses serta mengisi

kuesioner penelitian. Selama proses pengumpulan data, peneliti secara berkala melakukan pemantauan terhadap jumlah responden yang masuk untuk memastikan jumlah sampel sesuai dengan kebutuhan penelitian. Hingga akhir periode pengambilan data pada 10 Mei 2026, jumlah responden yang berhasil terkumpul sebanyak 287 mahasiswa.

C. Data Demografis Penelitian

Pada penelitian ini, data demografis responden meliputi usia, jenis kelamin, dan semester. Jumlah keseluruhan responden dalam penelitian ini sebanyak 285 mahasiswa dengan karakteristik mahasiswa aktif Program Sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berada pada rentang usia 17-25 tahun. Berikut merupakan rincian data demografis responden dalam penelitian ini:

1. Data Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut adalah data hasil penelitian lapangan dengan responden berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	119	41,8%
Perempuan	166	58,2%
Total	285	100%

Berdasarkan jenis kelamin, responden dalam penelitian ini terdiri atas 119 mahasiswa laki-laki dengan persentase sebesar 41,8% dan 166 mahasiswa perempuan dengan persentase sebesar 58,2%. Dengan demikian, jumlah keseluruhan responden dalam penelitian ini adalah 285 mahasiswa, di mana mayoritas subjek penelitian berjenis kelamin perempuan.

2. Data Demografis Berdasarkan Usia

Berikut adalah data demografis responden berdasarkan usia:

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
17-19	38	13,4%
20-21	149	52,3%
22-24	98	34,4%
Total	285	100%

Berdasarkan rentang usia, responden penelitian didominasi oleh mahasiswa berusia 20-21 tahun dengan jumlah 149 responden atau sebesar 52,3%. Selanjutnya, kelompok usia 22-24 tahun berjumlah 98 responden dengan persentase sebesar 34,4%, sedangkan kelompok usia 17-19 tahun merupakan kelompok dengan jumlah paling sedikit, yaitu 38 responden atau sebesar 13,4%. Dengan demikian, mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia dewasa awal.

3. Data Demografis Berdasarkan Semester

Berikut adalah data demografis responden berdasarkan usia:

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Semester

Semester	Jumlah	Persentase
2	57	20,0%
4	67	23,5%
6	66	23,2%
8	95	33,3%
Total	285	100%

Berdasarkan tingkatan semester, responden penelitian didominasi oleh mahasiswa semester 8 dengan jumlah 95 responden atau sebesar 33,3%. Selanjutnya, mahasiswa semester 4 berjumlah 67 responden dengan persentase sebesar 23,5%, diikuti mahasiswa semester 6 sebanyak 66 responden atau sebesar 23,2%. Sementara itu, mahasiswa semester 2 menjadi kelompok dengan jumlah paling sedikit, yaitu 57 responden atau sebesar 20,0%. Dengan demikian, mayoritas responden dalam penelitian ini berasal dari mahasiswa tingkat akhir.

D. Hasil Analisis Data

A. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan data penelitian serta karakteristik responden melalui statistik deskriptif, seperti nilai rata-rata, standar deviasi, skor minimum, dan skor maksimum. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan program *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Adapun hasil analisis deskriptif pada setiap variabel penelitian sebagai berikut:

a. Variabel *Perceived Social Support*

Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif

Perceived Social Support

Variabel <i>Perceived Social Support</i>				
N	Min	Max	Mean	SD
285	12	84	54.34	17.517

Dari tabel diatas dapat diketahui variabel *Perceived Social Support* memiliki skor minimal 12 dan skor maksimal 84, mean (M) 54,34 dan nilai standar deviasi 17,517. Selanjutnya variabel *Perceived Social Support* dibagi dalam beberapa kategori, hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kategorisasi *Perceived Social Support*

Kategori	Dasar	Norma	f	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 37$	45	15.8%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$37 \leq X < 72$	201	70.5%
Tinggi	$M + 1SD < X$	$X \geq 72$	39	13.7%
Total			285	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui sebaran kategori tingkat *perceived social support* pada 285 responden penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 201 responden dengan persentase sebesar 70,5%. Selanjutnya, responden yang berada pada

kategori rendah adalah sebanyak 45 responden (15,8%), dan sisanya berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 39 responden (13,7%).

Dominasi kelompok sedang yang mencapai 70,5% ini mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini secara umum merasa telah menerima tingkat dukungan sosial yang cukup atau berada pada batas moderat dari lingkungan sekitar mereka. Hal ini juga mencerminkan bahwa sebaran data mentah *perceived social support* responden mengelompok secara konsisten di sekitar nilai rata-rata kelompok (mean = 54,34). Meskipun demikian, adanya 15,8% responden di kategori rendah dan 13,7% di kategori tinggi tetap memperlihatkan adanya variasi dinamika psikologis antar-individu di dalam sampel penelitian ini.

1) *Perceived Social Support* Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.6 *Perceived Social Support*
Berdasarkan Jenis Kelamin**

Kategori	Laki-laki	Perempuan	Total
Rendah	22	23	45
Sedang	76	125	201
Tinggi	21	18	39
Total	119	166	285

Berdasarkan jenis kelamin, tingkat *perceived social support* responden didominasi oleh kategori sedang, baik pada kelompok laki-laki maupun perempuan. Dari total 119 responden berjenis kelamin laki-laki, terdapat 22 responden berada pada kategori rendah, 76 responden pada kategori sedang, dan 21 responden pada kategori tinggi. Sementara itu, dari total 166 responden berjenis kelamin perempuan, sebanyak 23 responden berada pada kategori rendah, 125 responden pada kategori sedang, dan sisanya sebanyak 18 responden berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *perceived social support* berdasarkan jenis kelamin cenderung

memiliki pola yang serupa, sehingga tidak terlihat perbedaan yang mencolok antara responden laki-laki dan perempuan.

2) *Perceived Social Support Berdasarkan Usia*

Tabel 4.7 *Perceived Social Support Berdasarkan Usia*

Kategori	17-19 Tahun	20-21 Tahun	22-24 Tahun	Total
Rendah	8	25	12	45
Sedang	30	100	71	201
Tinggi	0	24	15	39
Total	38	149	98	285

Berdasarkan rentang usia, tingkat *perceived social support* pada seluruh kelompok usia didominasi oleh kategori sedang. Pada kelompok usia 17-19 tahun, sebanyak 30 responden berada pada kategori sedang, 8 responden kategori rendah, dan tidak terdapat responden pada kategori tinggi. Pada kelompok usia 20-21 tahun, kategori sedang berjumlah 100 responden, kategori rendah 25 responden, dan kategori tinggi 24 responden. Sementara itu, pada kelompok usia 22-24 tahun, sebanyak 71 responden berada pada kategori sedang, 15 responden kategori tinggi, dan 12 responden kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa baik dalam fase perkembangan remaja akhir maupun fase dewasa awal, responden memiliki persepsi yang relatif serupa mengenai kecukupan dukungan sosial yang mereka terima.

3) *Perceived Social Support* Berdasarkan Semester

Tabel 4.8 *Perceived Social Support*

Semester	Kategori			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
2	17	35	5	57
4	9	49	9	67
6	9	47	10	66
8	10	70	15	95
Total	45	201	39	285

Berdasarkan tabel di atas, tingkat *perceived social support* pada setiap tingkatan semester didominasi oleh kategori sedang. Pada mahasiswa semester 2, sebanyak 35 responden berada pada kategori sedang, 17 responden kategori rendah, dan 5 responden kategori tinggi. Pada mahasiswa semester 4, kategori sedang berjumlah 49 responden, sedangkan kategori rendah dan tinggi masing-masing berjumlah 9 responden. Pada mahasiswa semester 6 terdapat 47 responden pada kategori sedang, 10 responden kategori tinggi, dan 9 responden kategori rendah. Sementara itu, pada mahasiswa semester 8, sebanyak 70 responden berada pada kategori sedang, 15 responden kategori tinggi, dan 10 responden kategori rendah.

Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden pada setiap tingkatan semester memiliki tingkat *perceived social support* pada kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan semester tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok dalam persepsi mahasiswa terhadap dukungan sosial yang diterima dari lingkungan sekitarnya.

4) *Perceived Social Support* Berdasarkan Aspek

Tabel 4.9 Presentase Aspek *Perceived Social Support*

Aspek	Presentase
<i>Family</i>	35%
<i>Friend</i>	34%
<i>Significant Other</i>	31%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui proporsi kontribusi persentase dari ketiga aspek yang membentuk variabel *perceived social support* pada responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa aspek *Family* (Keluarga) memiliki proporsi persentase tertinggi, yaitu sebesar 35%. Selanjutnya, aspek *Friends* (Teman) menempati posisi kedua dengan persentase sebesar 34%. Sementara itu, aspek *Significant Others* (Orang Terdekat) memiliki proporsi persentase terendah di antara ketiganya, yaitu sebesar 31%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sumber dukungan sosial yang paling dominan dirasakan responden berasal dari keluarga. Meskipun demikian, sebaran persentase yang relatif seimbang (berkisar antara 31% hingga 35%), ini memperlihatkan bahwa ketiga sumber dukungan sosial tersebut tetap memiliki peran yang fungsional dalam membentuk persepsi dukungan sosial pada diri responden.

b. Variabel *Self-Esteem*

**Tabel 4.10 Hasil Analisis Deskriptif
*Self-Esteem***

Variabel <i>Self-Esteem</i>				
N	Min	Max	Mean	SD
285	13	47	33.93	7.670

Dari tabel diatas dapat diketahui variabel *self-esteem* memiliki skor minimal 13 dan skor maksimal 47, mean (M) 33,93

dan nilai standar deviasi 7,670. Selanjutnya variabel *self-esteem* dibagi dalam beberapa kategori, hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.11 Kategorisasi *Self-Esteem*

Kategori	Dasar	Norma	<i>f</i>	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 26$	50	17.5%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$26 \leq X < 42$	184	64.6%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X \geq 42$	51	17.9%
Total			285	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui sebaran kategori tingkat *self-esteem* pada 285 responden penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 184 responden dengan persentase sebesar 64,6%. Selanjutnya, responden yang berada pada kategori rendah adalah sebanyak 50 responden (17,5%), dan sisanya berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 51 responden (17,9%). Dominasi kelompok sedang yang mencapai 64,6% ini mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini secara umum merasa telah memiliki penilaian diri yang cukup positif dalam menghargai diri mereka sendiri. Hal ini juga mencerminkan bahwa sebaran data mentah *self-esteem* responden mengelompok secara konsisten di sekitar nilai rata-rata kelompok ($\text{mean} = 33,93$). Meskipun demikian, adanya 17,5% responden di kategori rendah dan 17,9% di kategori tinggi tetap memperlihatkan adanya variasi dinamika psikologis antar-individu di dalam sampel penelitian ini.

1) *Self-Esteem* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.12 *Self-Esteem* Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Laki-laki	Perempuan	Total
Rendah	22	28	50
Sedang	73	111	184
Tinggi	24	27	51
Total	119	166	285

Berdasarkan jenis kelamin, tingkat *self-esteem* responden didominasi oleh kategori sedang, baik pada kelompok laki-laki maupun perempuan. Dari total 119 responden berjenis kelamin laki-laki, terdapat 22 responden yang berada pada kategori rendah, 73 responden pada kategori sedang, dan 24 responden pada kategori tinggi. Sementara itu, dari total 166 responden berjenis kelamin perempuan, sebanyak 28 responden berada pada kategori rendah, 111 responden pada kategori sedang, dan sisanya sebanyak 27 responden berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* berdasarkan jenis kelamin cenderung memiliki pola yang serupa, sehingga tidak terlihat perbedaan yang mencolok antara responden laki-laki dan perempuan dalam menilai dan menghargai keberadaan diri mereka sendiri.

2) *Self-Esteem* Berdasarkan Usia

Tabel 4.13 *Self-Esteem* Berdasarkan Usia

Kategori	17-19 Tahun	20-21 Tahun	22-24 Tahun	Total
Rendah	12	26	12	50
Sedang	25	102	57	184
Tinggi	1	21	29	51
Total	38	149	98	285

Berdasarkan rentang usia, tingkat *self-esteem* responden pada seluruh kelompok usia didominasi oleh kategori sedang. Pada kelompok usia 17-19 tahun, sebanyak 25 responden berada pada kategori sedang, 12 responden kategori rendah, dan 1 responden kategori tinggi. Pada kelompok usia 20-21 tahun, terdapat 102 responden pada kategori sedang, 26 responden kategori rendah, dan 21 responden kategori tinggi. Sementara itu, pada kelompok usia 22-24 tahun, sebanyak 57 responden berada pada kategori sedang, 29 responden kategori tinggi, dan 12 responden kategori rendah. Secara keseluruhan, hasil tersebut

menunjukkan bahwa mayoritas responden pada setiap rentang usia memiliki tingkat *self-esteem* pada kategori sedang. Kendati demikian jika dicermati lebih mendalam, terlihat adanya penurunan persentase pada kategori rendah dan peningkatan persentase pada kategori tinggi seiring bertambahnya usia responden. Hal ini mengindikasikan bahwa responden pada usia yang lebih matang cenderung memiliki penilaian diri yang lebih positif dibandingkan responden pada usia yang lebih muda.

3) *Self-Esteem* Berdasarkan Semester

Tabel 4.14 *Self-Esteem* Berdasarkan Semester

Semester	Kategori			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
2	17	32	8	57
4	7	50	10	67
6	11	38	17	66
8	15	64	16	95
Total	50	184	51	285

Berdasarkan tingkatan semester, tingkat *self-esteem* responden pada seluruh kelompok semester didominasi oleh kategori sedang. Pada mahasiswa semester 2, sebanyak 32 responden berada pada kategori sedang, 17 responden kategori rendah, dan 8 responden kategori tinggi. Pada mahasiswa semester 4, terdapat 50 responden pada kategori sedang, 10 responden kategori tinggi, dan 7 responden kategori rendah. Selanjutnya, pada mahasiswa semester 6, sebanyak 38 responden berada pada kategori sedang, 17 responden kategori tinggi, dan 11 responden kategori rendah. Sementara itu, pada mahasiswa semester 8, terdapat 64 responden pada kategori sedang, 16 responden kategori tinggi, dan 15 responden kategori rendah. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden pada setiap tingkatan semester memiliki tingkat *self-esteem* pada kategori sedang. Hal ini

mengindikasikan bahwa perbedaan semester tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok terhadap tingkat *self-esteem* responden.

B. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan menggunakan metode One Sample Kolmogorof-Smirnov karena jumlah sampel lebih dari 50. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p) $> 0,05$. Hasil pengujian normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas

<i>One Sample Kolmogorof-Smirnov Test</i>	
Asymp. Sig. (2-Tailed)	.200

Berdasarkan hasil uji Kolmogorof-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar daripada taraf signifikansi 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, data penelitian dapat digunakan untuk analisis lanjutan.

b. Uji Linearitas

Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas

ANOVA	
<i>Linearity</i>	.000
<i>Deviation from Linearity</i>	.05,27

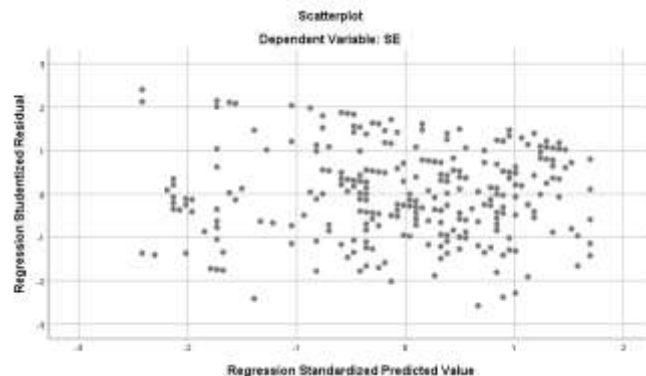
Hasil Uji linearitas antara *perceived social support* dan *self-esteem* menunjukkan nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) serta nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* 0,527 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *perceived social support* dan *self-*

esteem serta tidak ditemukan penyimpangan yang signifikan dari pola hubungan linear. Dengan demikian, kedua variabel tersebut memenuhi asumsi linearitas dan dapat dilanjutkan pada analisis berikutnya.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terjadi kesamaan varians residual dari satu pengamatan ke pengamatan lain. Uji ini dilakukan dengan menggunakan metode analisis visual melalui grafik scatterplot antara nilai prediksi (ZPRED) dan nilai residual (SRESID). Pengujian dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Hasil uji heterokedastisitas disajikan dalam gambar berikut:

Gambar 4.1 Grafik Saccatterplot Heterokedastisitas



Berdasarkan gambar grafik scatterplot diatas, terlihat bahwa titik-titik data menyebar secara acak dan tidak membentuk suatu pola tertentu yang jelas. Titik-titik tersebut menyebar secara merata baik diatas maupun dibawah angka 0 pada sumbu Y (Regression Studentized Residual). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas pada model regresi yang digunakan. Dengan demikian, mode regresi ini memenuhi asumsi heteroskedastisitas dan layak untuk digunakan dalam analisis lebih lanjut.

C. Uji Analisis Regresi

a. Uji Persamaan Regresi Linear Sederhana

Uji analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Berdasarkan hasil pengujian statistik *Coefficients*, diperoleh nilai konstanta (a) sebesar 26,043 dan koefisien regresi variabel *perceived social support* (b) sebesar 0,145. Adapun hasil uji regresi disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.17 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

<i>Model</i>	<i>Coefficients</i>	
	<i>Unstandardized Coefficients (B)</i>	<i>Std. Error</i>
1 (Constant)	26.043	1.402
MSPSS	.145	.025

Berdasarkan hasil tersebut, diperoleh persamaan regresi linear sederhana sebagai berikut:

$$Y (SE) = 26,043 + 0,145 (X) \text{ MSPSS}$$

Nilai Konstanta (a) sebesar 26,043 menunjukkan apabila variabel *perceived social support* bernilai (0), maka skor atau nilai dari variabel *self-esteem* individu diprediksi adalah sebesar 26,043. Sementara itu, nilai koefisien regresi (b) sebesar 0,145 menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel. Interpretasinya, setiap peningkatan 1 satuan nilai pada *perceived social support*, nilai variabel *self-esteem* juga akan mengalami kenaikan sebesar 0,145 satuan. Sebaliknya, apabila *perceived social support* menurun, maka *self-esteem* juga diprediksi akan menurun.

D. Uji Hipotesis

a. Uji Parsial (Uji t)

Setelah seluruh uji asumsi terpenuhi, tahap selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis melalui uji parsial (uji t). Uji ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel *perceived social*

support terhadap *self-esteem* Kriteria pengujian dilakukan dengan melihat signifikansi, dimana nilai signifikansi (p-value) < 0,05 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan. Adapun hasil uji parsial disajikan sebagai berikut:

Tabel 4.18 Hasil Uji Parsial (Uji t)

<i>Coefficients</i>		
<i>t</i>	<i>Sig.</i>	<i>R Square</i>
5,911	.000	.110

Berdasarkan hasil uji parsial (uji t) diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa *perceived social support* berpengaruh secara signifikan terhadap *self-esteem*. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa *perceived social support* berpengaruh terhadap *self-esteem* dinyatakan diterima, sedangkan hipotesis nol ditolak.

b. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel *perceived social support* terhadap *self-esteem*. Nilai koefisien determinasi berada pada rentang 0-1. Semakin besar nilai R Square, maka semakin besar kemampuan variabel *perceived social support* dalam menjelaskan variasi *self-esteem*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

<i>Model Summary</i>		
Model	R	R Square
1	.331	.110

Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai R Square sebesar 0,110. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *perceived social support* memberikan kontribusi sebesar 11% terhadap *self-esteem*, sedangkan sisanya sebesar 89% dipengaruhi oleh faktor lain diluar model penelitian.

E. Pembahasan

1. Tingkat *Perceived Social Saqupport* Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis data, tingkat *perceived social support* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang didominasi oleh kategori sedang sebanyak 201 mahasiswa (70,5%), diikuti kategori rendah sebanyak 45 mahasiswa (15,8%), dan kategori tinggi sebanyak 39 mahasiswa (13,7%). Nilai mean sebesar 54,34 dengan standar deviasi 17,517 menunjukkan bahwa distribusi skor responden cenderung terpusat pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki persepsi bahwa dukungan sosial yang tersedia dari lingkungan sekitarnya berada pada tingkat yang cukup memadai.

Persepsi terhadap dukungan sosial yang memadai berperan penting dalam membantu mahasiswa mengurangi tekanan psikologis, meningkatkan kemampuan adaptasi, serta menjaga kesejahteraan psikologis. Ketika mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dirinya diterima, dan memperoleh bantuan dari lingkungan sosialnya, mahasiswa cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tekanan akademik maupun sosial. Namun demikian, rendahnya proporsi mahasiswa pada kategori tinggi menunjukkan bahwa belum seluruh mahasiswa memiliki persepsi yang kuat bahwa lingkungan sosialnya selalu tersedia sebagai sumber dukungan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Pamukçu & Meydan (2010) bahwa individu dengan persepsi dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dan lebih mampu menghadapi tekanan dibandingkan individu dengan persepsi dukungan sosial yang rendah.

Berdasarkan jenis kelamin, baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan sama-sama didominasi oleh kategori sedang. Mahasiswa laki-laki menunjukkan sebanyak 76 responden berada pada kategori sedang, sedangkan mahasiswa perempuan sebanyak 125 responden. Hal ini menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan memiliki

persepsi yang relatif serupa terhadap ketersediaan dukungan sosial di lingkungan mereka. Dengan demikian, jenis kelamin bukan menjadi faktor utama yang menentukan *perceived social support*, karena konstruk ini lebih berkaitan dengan bagaimana individu menilai kualitas hubungan interpersonal serta memaknai dukungan yang tersedia dari lingkungan sosialnya.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menemukan adanya perbedaan *perceived social support* berdasarkan jenis kelamin. Suci et al. (2024) menemukan bahwa perempuan cenderung memiliki persepsi dukungan sosial keluarga yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Selain itu, penelitian Ekanesia et al. (2024) juga menjelaskan bahwa gender dapat memengaruhi hubungan antara *perceived social support* dan kesejahteraan psikologis individu. Perbedaan ini menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial dapat dipengaruhi oleh faktor kontekstual dan karakteristik individu.

Berdasarkan usia, kelompok usia 20-21 tahun memiliki jumlah responden kategori sedang tertinggi, yaitu sebanyak 100 mahasiswa. Sementara itu, kelompok usia 17-19 tahun tidak memiliki responden pada kategori tinggi, sedangkan kelompok usia 22-24 tahun menunjukkan jumlah kategori tinggi sebanyak 15 mahasiswa. Temuan tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa mahasiswa pada kelompok usia yang lebih dewasa memiliki persepsi yang lebih positif terhadap dukungan sosial yang tersedia.

Kecenderungan tersebut dapat dipahami melalui konsep *emerging adulthood* yang dikemukakan oleh Arnett (2000), yaitu fase perkembangan pada rentang usia 18-25 tahun ketika individu berada dalam proses transisi menuju kemandirian. Pada tahap ini, individu mulai mengembangkan kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang lebih matang, mengevaluasi kualitas relasi sosial, serta menentukan sumber dukungan yang dianggap bermakna bagi

dirinya. Kematangan perkembangan psikososial tersebut memungkinkan individu lebih mampu memahami kualitas hubungan sosial yang dimiliki serta mempersepsikan dukungan sosial secara lebih positif. Sejalan dengan penelitian B. Li et al. (2020) yang menjelaskan bahwa kematangan relasi interpersonal berpengaruh terhadap persepsi dukungan sosial pada mahasiswa.

Namun demikian, beberapa penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda. Leite & Helena, (2022) menjelaskan bahwa peningkatan usia dapat disertai penurunan persepsi terhadap keterlibatan dalam jaringan sosial tertentu. Selain itu, penelitian Koty & Frankowiak (2025) menemukan bahwa individu yang lebih dewasa dapat mengalami peningkatan stres psikologis dan penurunan kepuasan hidup, yang pada akhirnya dapat memengaruhi persepsi terhadap dukungan sosial.

Pola yang relatif serupa juga terlihat berdasarkan semester. Mahasiswa semester 8 memiliki jumlah kategori tinggi lebih banyak, yaitu sebanyak 15 mahasiswa, dibandingkan mahasiswa semester 2 yang hanya sebanyak 5 mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa semester 2 memiliki jumlah kategori rendah lebih besar, yaitu sebanyak 17 mahasiswa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin lama mahasiswa menjalani proses perkuliahan, semakin berkembang pula persepsi mereka terhadap dukungan sosial yang tersedia.

Mahasiswa semester awal cenderung masih dalam tahap penyesuaian sehingga persepsi terhadap dukungan sosial yang tersedia dapat belum sepenuhnya stabil. Sebaliknya, mahasiswa semester akhir memiliki pengalaman sosial yang lebih luas sehingga lebih mampu membentuk persepsi positif terhadap dukungan sosial yang tersedia. Selaras dengan penelitian Angela & Marissa (2023) serta Theresya & Setiyani (2023) yang menunjukkan bahwa *perceived social support* berperan dalam proses penyesuaian diri mahasiswa terhadap tuntutan perkuliahan.

Apabila ditinjau berdasarkan aspek pembentuknya, aspek *family* memperoleh persentase tertinggi sebesar 35%, diikuti *friends* sebesar 34%, dan *significant others* sebesar 31%. Meskipun selisih persentasenya relatif kecil, hasil tersebut menunjukkan bahwa keluarga masih menjadi sumber dukungan sosial utama bagi mahasiswa. Temuan ini dapat dipahami melalui konsep *emerging adulthood* (Arnett, 2000), bahwa individu usia 18-25 tahun masih berada dalam proses transisi menuju kemandirian sehingga keterlibatan keluarga masih dapat menjadi sumber dukungan yang penting. Selain itu, konteks budaya kolektivistik Indonesia turut memperkuat posisi keluarga sebagai sistem dukungan utama. Didukung oleh penelitian Soimah & Hartiani (2020) serta Shahyad et al. (2011) bahwa persepsi terhadap dukungan keluarga memiliki pengaruh besar terhadap kestabilan emosional dan kesejahteraan psikologis individu.

Di sisi lain, aspek *friends* menunjukkan bahwa mahasiswa mempersepsikan teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial yang penting dalam aktivitas akademik dan sosial di lingkungan kampus. Hal ini karena intensitas interaksi yang tinggi membuat teman menjadi sumber dukungan yang mudah diakses (Ong & Maria, 2018)

Sementara itu, aspek *significant others* memperoleh persentase paling rendah sebesar 31%. Kondisi tersebut kemungkinan terjadi karena tidak semua mahasiswa mempersepsikan adanya figur signifikan yang konsisten memberikan dukungan emosional utama. Dalam MSPSS, *significant others* dapat mencakup pasangan, sahabat dekat, mentor, maupun figur penting lainnya sehingga keberadaannya sangat bergantung pada pengalaman relasi masing-masing individu. Kogar & Kogar (2024) juga menjelaskan bahwa keberadaan figur *significant others* bersifat lebih personal dan tidak selalu dimiliki setiap individu.

Namun menariknya, terdapat penelitian lain dengan hasil yang berbeda, terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa pada sebagian individu di masa dewasa awal, pasangan atau teman dekat dapat

dipersepsikan sebagai sumber dukungan emosional yang dominan dalam menghadapi tekanan akademik (Blake, 2023). Namun dalam konteks penelitian ini, keluarga tetap menjadi sumber yang paling dominan dalam persepsi mahasiswa, yang kemungkinan dipengaruhi oleh nilai budaya kolektivistik di Indonesia.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa *perceived social support* mahasiswa berada pada kategori sedang, yang berarti mahasiswa memiliki persepsi bahwa dukungan sosial yang tersedia berada pada tingkat yang cukup memadai, dengan keluarga sebagai sumber dukungan yang paling dominan. Dengan demikian, *perceived social support* tidak hanya dipengaruhi oleh keberadaan dukungan sosial secara objektif, tetapi lebih pada bagaimana individu memaknai, menilai, dan mempersepsikan dukungan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

2. Tingkat *Self-Esteem* Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang didominasi oleh kategori sedang sebanyak 184 mahasiswa (64,6%), diikuti kategori tinggi sebanyak 51 mahasiswa (17,9%) dan kategori rendah sebanyak 50 mahasiswa (17,5%). Nilai mean sebesar 33,93 dengan standar deviasi 7,670 menunjukkan bahwa distribusi skor responden cenderung berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki penilaian diri yang cukup positif dan mampu memandang dirinya secara cukup baik. Namun demikian, kondisi tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa masih berpotensi mengalami keraguan diri, rasa kurang mampu, maupun fluktuasi kepercayaan diri ketika menghadapi tekanan akademik dan sosial yang tinggi sehingga penerimaan diri yang dimiliki belum sepenuhnya stabil dan konsisten.

Adanya responden pada kategori rendah dan kategori tinggi menunjukkan bahwa terdapat variasi psikologis dalam cara mahasiswa mengevaluasi dirinya. Mahasiswa dengan *self-esteem* rendah cenderung lebih rentan mengalami keraguan diri, kesulitan menerima kekurangan, dan lebih mudah terpengaruh oleh penilaian sosial negatif. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih baik serta lebih mampu menghadapi tuntutan perkembangan dan tekanan akademik. Ini dikuatkan dengan penelitian Faizah et al. (2020) yang menunjukkan bahwa *self-esteem* berperan positif terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Selain itu, Rosyana et al. (2022) juga menjelaskan bahwa *self-esteem* berkaitan erat dengan kemampuan mahasiswa dalam melakukan *academic adjustment* selama menjalani perkuliahan.

Berdasarkan jenis kelamin, mahasiswa laki-laki dan perempuan sama-sama didominasi oleh kategori sedang, yaitu sebanyak 73 dari 119 responden laki-laki dan 111 dari 166 responden perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa jenis kelamin bukan faktor utama yang memengaruhi pembentukan *self-esteem* pada mahasiswa dalam penelitian ini. *Self-esteem* lebih banyak dipengaruhi oleh pengalaman sosial, penerimaan lingkungan, pola asuh, serta pencapaian personal dibandingkan karakteristik demografis semata.

Dalam konteks mahasiswa Fakultas Psikologi, baik laki-laki maupun perempuan kemungkinan memiliki pemahaman yang relatif setara mengenai pentingnya penerimaan diri dan kesehatan mental. Paparan akademik mengenai konsep psikologis tersebut dapat membantu mahasiswa membangun evaluasi diri yang lebih seimbang. Hasil temuan ini lurus dengan penelitian Amalia & Agustina (2025) yang tidak menemukan perbedaan signifikan *self-esteem* berdasarkan jenis kelamin. Namun uniknya, penelitian oleh Bleidorn et al. (2016) menunjukkan hasil berbeda, yaitu bahwa laki-laki cenderung memiliki *self-esteem* lebih tinggi dibandingkan perempuan. Penelitian tersebut

menjelaskan bahwa perempuan lebih rentan terhadap *social comparison*, *body dissatisfaction*, dan tekanan sosial yang dapat memengaruhi evaluasi diri secara negatif. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh karakteristik responden dan konteks lingkungan yang berbeda pada setiap penelitian.

Kemudian berdasarkan usia, kelompok usia 17-19 tahun hanya memiliki 1 responden pada kategori tinggi. Jumlah tersebut meningkat pada kelompok usia 22-24 tahun yang memiliki 29 responden pada kategori tinggi. Ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa semakin bertambah usia, semakin positif pula evaluasi terhadap diri sendiri. Secara psikologis, mahasiswa yang lebih dewasa umumnya telah melewati lebih banyak pengalaman akademik, sosial, maupun personal sehingga lebih mampu memahami kelebihan dan keterbatasan dirinya. Pengalaman yang dialami selama proses perkuliahan dapat berkontribusi terhadap pembentukan *self-esteem* yang lebih stabil. Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian Robins & Trzesniewski (2005) juga menjelaskan bahwa perkembangan *self-esteem* bersifat dinamis dan cenderung meningkat pada fase dewasa awal.

Meskipun demikian, perkembangan *self-esteem* tidak selalu meningkat secara linear seiring pertambahan usia. Orth & Robins (2014) menjelaskan bahwa fase dewasa awal juga dapat ditandai oleh ketidakstabilan identitas, kecemasan terhadap masa depan, dan tekanan transisi kehidupan yang berpotensi menurunkan *self-esteem* pada sebagian individu. Selain itu, Chung et al. (2017) memaparkan bahwa *self-esteem* pada masa remaja akhir hingga dewasa awal dapat mengalami fluktuasi akibat meningkatnya kemampuan refleksi diri dan *social comparison*. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa perkembangan *self-esteem* dipengaruhi oleh pengalaman hidup, kemampuan adaptasi psikologis, dan konteks sosial yang dialami individu.

Pola yang relatif serupa juga terlihat berdasarkan semester. Seluruh kelompok semester didominasi oleh kategori sedang, yaitu semester 2 sebanyak 32 mahasiswa, semester 4 sebanyak 50 mahasiswa, semester 6 sebanyak 38 mahasiswa, dan semester 8 sebanyak 64 mahasiswa. Meskipun perbedaan antarkelompok tidak terlalu besar, mahasiswa semester 6 memiliki proporsi kategori tinggi yang relatif lebih banyak, yaitu sebanyak 17 dari 66 responden. Jumlah tersebut lebih besar dibandingkan mahasiswa semester 2 maupun semester 4.

Temuan ini dapat dipahami melalui dinamika tekanan akademik pada setiap tahap perkuliahan. Mahasiswa semester 6 kemungkinan telah melewati fase adaptasi awal terhadap kehidupan perkuliahan, tetapi belum menghadapi tekanan akademik yang paling berat seperti penyusunan skripsi pada semester akhir. Kondisi tersebut memungkinkan mahasiswa berada pada fase akademik yang relatif lebih stabil sehingga memiliki ruang psikologis yang lebih baik untuk membangun evaluasi diri yang positif. Pendapat tersebut diperkuat oleh Aramitha & Safitri (2021) yang menjelaskan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan kemampuan individu dalam menilai kompetensi diri dan menghadapi transisi akademik. Selain itu, Arsandaux et al. (2025) juga menegaskan bahwa *self-esteem* mahasiswa dipengaruhi oleh akumulasi pengalaman perkembangan selama masa perkuliahan.

Berbeda dengan penelitian ini, penelitian Orth & Schmitt (2015) menemukan bahwa mahasiswa pada semester lanjut rentan mengalami penurunan *self-esteem* akibat meningkatnya tekanan akademik dan kecemasan terhadap masa depan. Beban tugas akhir, tuntutan penyelesaian studi, serta kekhawatiran mengenai karier dapat memicu stres psikologis yang berdampak pada evaluasi diri negatif. Oleh karena itu, tingginya *self-esteem* pada mahasiswa semester 6 dalam penelitian ini kemungkinan menunjukkan bahwa responden berada pada fase akademik yang relatif lebih stabil karena telah melewati tahap adaptasi

awal, tetapi belum menghadapi tekanan maksimal penyusunan tugas akhir.

Secara keseluruhan, tingkat *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang dengan kecenderungan penilaian diri yang cukup positif. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki fondasi penghargaan diri yang memadai, meskipun belum sepenuhnya mencapai penerimaan diri yang kuat dan konsisten. Selain itu, usia dan pengalaman akademik juga menunjukkan pengaruh terhadap perkembangan *self-esteem* mahasiswa. Dengan demikian, *self-esteem* dapat dipahami sebagai konstruk psikologis yang dinamis dan berkembang melalui interaksi antara kematangan individu, pengalaman sosial, serta tuntutan akademik selama masa perkuliahan.

3. Pengaruh *Perceived Social Support* Terhadap *Self-Esteem* Mahasiswa

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *perceived social support* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-esteem* mahasiswa. Hal ini tercermin dari persamaan regresi $Y = 26,043 + 0,145X$, yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan *perceived social support* akan diikuti dengan peningkatan *self-esteem* sebesar 0,145. Hasil uji t menunjukkan nilai $t = 5,911$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa diterima.

Secara psikologis, temuan ini dapat dipahami melalui teori *sociometer* yang dikemukakan oleh Mark Leary. Teori ini menjelaskan bahwa *self-esteem* berfungsi sebagai indikator psikologis internal yang mencerminkan sejauh mana individu merasa diterima atau ditolak dalam lingkungan sosialnya (Anthony et al., 2007). Ketika mahasiswa mempersepsikan bahwa mereka memperoleh dukungan, perhatian, dan penghargaan dari orang-orang di sekitarnya, kebutuhan akan

penerimaan sosial terpenuhi, dan hal ini secara langsung mendorong peningkatan penghargaan terhadap diri sendiri (Anthony et al., 2007). Dengan kata lain, persepsi bahwa dirinya diterima oleh lingkungan menjadi salah satu mekanisme psikologis yang dapat memperkuat keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai dirinya.

Nilai korelasi $R = 0,331$ menunjukkan adanya hubungan positif antara *perceived social support* dan *self-esteem*. Artinya, semakin positif persepsi mahasiswa terhadap ketersediaan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa dalam menghargai dan menerima dirinya. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa persepsi terhadap dukungan sosial, berperan dalam memperkuat evaluasi diri individu (Dyba et al., 2025). Prasetio & Triwahyuni (2022) juga menemukan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan *perceived social support* dari keluarga maupun teman, sehingga persepsi terhadap dukungan sosial dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi psikologis mahasiswa. Naseri et al. (2015) turut menunjukkan adanya hubungan antara *perceived social support*, *self-esteem*, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Tak berhenti disitu, penelitian Anda & Surbakti (2025) juga menemukan bahwa *self-esteem* berperan sebagai mediator dalam hubungan antara *perceived social support* dan *psychological well-being* mahasiswa baru. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa hubungan *perceived social support* dan *self-esteem* dapat terjadi melalui mekanisme psikologis yang lebih kompleks. Oleh karena itu, kemampuan individu dalam memaknai pengalaman sosial dan mengembangkan evaluasi diri positif tetap menjadi faktor yang sangat menentukan dalam pembentukan *self-esteem*.

Meskipun *perceived social support* terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-esteem*, nilai $R^2 = 0,110$ menunjukkan bahwa variabel ini memberikan kontribusi sebesar 11%

terhadap variasi *self-esteem*, sedangkan 89% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun persepsi terhadap dukungan sosial memiliki peran penting, *self-esteem* merupakan konstruk psikologis yang terbentuk melalui berbagai faktor yang saling berkaitan.

Faktor lain yang dapat berkontribusi terhadap pembentukan *self-esteem* antara lain pengalaman keberhasilan dan kegagalan akademik, pola asuh, konsep diri, efikasi diri, *body image*, religiusitas, kemampuan coping, serta pengalaman sosial yang terakumulasi sepanjang perkembangan individu. Supriyadi (2023) menemukan bahwa meskipun persepsi dukungan sosial dan harga diri sama-sama berhubungan dengan resiliensi mahasiswa perantau, harga diri justru memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan persepsi dukungan sosial itu sendiri. Alvina (2016) juga menunjukkan bahwa pada mahasiswa dengan pengalaman *bullying*, harga diri dan persepsi dukungan sosial bekerja secara sinergis terhadap resiliensi bukan sebagai faktor yang berdiri sendiri. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *perceived social support* lebih tepat dipahami sebagai salah satu faktor yang berkontribusi dalam pembentukan *self-esteem*, bukan sebagai penentu tunggal *self-esteem*.

Besarnya kontribusi sebesar 11% juga dapat menjelaskan hasil deskriptif penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang baik dalam *perceived social support* maupun *self-esteem*. Artinya, persepsi terhadap dukungan sosial yang cukup memadai kemungkinan berperan dalam membantu mempertahankan evaluasi diri yang positif, namun tidak cukup kuat untuk mendorong sebagian besar mahasiswa mencapai *self-esteem* pada kategori tinggi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan *perceived social support* terhadap *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Temuan ini menunjukkan bahwa bagaimana mahasiswa memaknai dan mengevaluasi ketersediaan dukungan sosial dari lingkungannya memiliki keterkaitan dengan bagaimana mahasiswa menilai keberhargaan dirinya. Mahasiswa yang mempersepsikan dirinya diterima, dihargai, dan memiliki hubungan sosial yang positif cenderung memiliki evaluasi diri yang lebih positif (Dickson & Conley, 2014; Saputra et al., 2024).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, diperoleh kesimpulan bahwa tingkat *perceived social support* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah mempersepsikan adanya dukungan sosial yang cukup memadai dari lingkungan sekitar. Aspek keluarga menjadi sumber dukungan sosial yang paling dominan dibandingkan aspek teman dan *significant others*. Selain itu, usia dan pengalaman perkuliahan menunjukkan kecenderungan memengaruhi bagaimana mahasiswa mempersepsikan dukungan sosial yang diterimanya.

Kemudian untuk tingkat *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang juga berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki penilaian diri yang cukup positif dan mampu memandang dirinya secara cukup baik, meskipun penerimaan diri yang dimiliki belum sepenuhnya stabil dan konsisten. Perkembangan *self-esteem* mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman sosial, kematangan usia, serta pengalaman akademik selama masa perkuliahan.

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *perceived social support* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-esteem* mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil uji parsial menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga semakin tinggi *perceived social support* yang dipersepsikan mahasiswa, maka semakin tinggi pula *self-esteem* yang dimiliki. Namun demikian, *perceived social support* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi *self-esteem* karena masih terdapat faktor lain di luar penelitian yang turut berperan dalam pembentukan penghargaan dan penerimaan diri mahasiswa.

B. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan proses penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas pada mahasiswa dari fakultas atau perguruan tinggi lain dengan karakteristik yang berbeda.
2. Jumlah sampel mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini kurang seimbang sehingga kemungkinan dapat memengaruhi representasi hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin.

C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya

1. Saran Praktis

a) Saran Terkait *Perceived Social Support* Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori *perceived social support* sedang, namun masih terdapat 45 mahasiswa (15,8%) yang berada pada kategori rendah sehingga kondisi ini perlu diperhatikan. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk meningkatkan dukungan sosial mahasiswa. Mahasiswa disarankan untuk lebih aktif membangun dan memanfaatkan hubungan sosial yang tersedia di lingkungan perkuliahan, seperti melakukan diskusi akademik bersama teman, membentuk kelompok belajar, serta berbagi pengalaman terkait kesulitan perkuliahan. Selain itu, mahasiswa juga disarankan untuk lebih aktif memanfaatkan peran dosen wali atau pembimbing akademik melalui kegiatan perwalian, baik secara langsung maupun komunikasi berkala di luar jadwal akademik. Hal ini dapat memperkuat persepsi mahasiswa bahwa terdapat figur di lingkungan

fakultas yang dapat memberikan arahan ketika menghadapi kesulitan akademik maupun personal.

b) Saran Terkait *Self Esteem* Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori self-esteem sedang, namun masih terdapat 50 mahasiswa (17,5%) yang berada pada kategori rendah sehingga perlu menjadi perhatian. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membantu mahasiswa meningkatkan *self-esteem*. Mahasiswa disarankan untuk terlibat dalam aktivitas yang dapat memberikan pengalaman keberhasilan dan meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri, seperti mengikuti kegiatan organisasi mahasiswa, kepanitiaan, diskusi kelompok, maupun aktivitas akademik yang memungkinkan mahasiswa mengembangkan kompetensi diri. Pengalaman tersebut dapat membantu mahasiswa membangun penilaian diri yang lebih positif. Selain itu, mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menerima dan menghargai dirinya dapat memanfaatkan layanan konseling yang tersedia di fakultas untuk membantu mengidentifikasi kekuatan diri, mengelola evaluasi negatif terhadap diri sendiri, serta mengembangkan strategi peningkatan *self-esteem*.

2. Saran Akademis

a) Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah dan variasi sampel agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Selain itu, penelitian berikutnya juga disarankan untuk mengembangkan model penelitian yang lebih komprehensif dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan *self-esteem* mahasiswa. Penelitian selanjutnya juga dapat menguji peran variabel moderator atau mediator sehingga hubungan antara *perceived social support* dan *self-esteem* dapat dipahami secara lebih mendalam dan kontekstual.

b) Pengembangan Kajian Ilmiah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan kajian ilmiah mengenai *perceived social support* dan *self-esteem* pada mahasiswa. Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur di bidang psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan, khususnya terkait dinamika psikologis mahasiswa selama masa perkuliahan, serta menjadi dasar bagi pengembangan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *self-esteem* mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-khalek, A. M. (2010). Quality of life , subjective well-being , and religiosity in Muslim college students. *Springer Science, Business Media*, 19, 1133–1143. <https://doi.org/10.1007/s11136-010-9676-7>
- Alvina, S. (2016). Resiliensi mahasiswa dengan pengalaman bullying di perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 9(2), 156–162. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v9i2.472>
- Alwi, M. A., & Razak, A. (2022). Adaptasi rosenberg's self-esteem di Indonesia. *Seminar Nasional Hasil Penelitian*, 1074–1080.
- Amalia, R., & Agustina. (2025). Perbedaan self-esteem pada mahasiswa yang merantau di jakarta. *PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikolog*, 4(4), 524–532.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Anda, R., & Surbakti, A. (2025). The role of social support in enhancing psychological well-being : the mediating effect of self-esteem in first-year university students. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 693–706. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.5824>
- Angela, R. R., & Marissa, A. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa tingkat satu di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 518–523.
- Anthony, D. B., Wood, J. V, & Holmes, J. G. (2007). Testing sociometer theory : Self-esteem and the importance of acceptance for social decision-making &. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 425–432. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2006.03.002>
- Aramitha, D., & Safitri, W. (2021). Peran moderasi self-esteem pada hubungan siswa SMK. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, 5(2), 115–128. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.32103>
- Ardiany, M. F., & Ardi, R. (2022). Hubungan intensitas penggunaan Instagram terhadap self-esteem emerging edult yang dimediasi dengan perbandingan sosial. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 153–162.
- Arikunto, S. (2011). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik* ((4th ed.)). Rineka Cipta.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arroisi, J. (2022). Konsep harga diri : studi komparasi perspektif psikologi modern dan Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 27, 89–106. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art7>
- Arsandaux, J., Boujut, E., Salamon, R., Tzourio, C., Galera, C., Arsandaux, J., Boujut, E., Salamon, R., Tzourio, C., & Galera, C. (2025). Self-esteem in male and female college students : Does childhood / adolescence background matter more than young-adulthood conditions ? To cite this version : Self-esteem in male and female college students : does childhood / adolesc.

- Aryati, P. D., Hardjajani, T., & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan antara self-esteem dan impression management dengan online deception pada mahasiswa program studi psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrawijaya*, 1(4).
- Aslan, Y. (2024). The mediating role of self-esteem in the relationship between perceived family social support and life satisfaction: a study on youth. *Journal of Social Service Research*, 50(5), 847–856. <https://doi.org/10.1080/01488376.2024.2380891>
- Azhari, M. A. (2021). Dukungan sosial bagi penderita disfungsi untuk penguatan kesehatan mental: studi syarah hadis dengan pendekatan psikologi Islam. *Jurnal Riset Agama*, 1(2), 308–322. <https://doi.org/10.15575/jra.v1i2.14569>
- Azizatunnisah, & Subardjo, Y. S. (2024). Hubungan antara stres akademik dan kesehatan mental pada mahasiswa. *EduInovasi : Journal of Basic Educational Studies*, 4(3), 2041–2054.
- Azwar, S. (2003). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Liberty.
- Bhandari, P. (2021). Descriptive-correlational design in research: Measuring variable associations and making informed predictions. *International Journal of Research Methods*, 12(3), 157–169.
- Blake, M. (2023). Perceived social support and college adjustment : which source matters most ? *California State University San Marcos*.
- Bleidorn, W., Arslan, R. C., Rentfrow, P. J., Potter, J., & Gosling, S. D. (2016). Age and gender differences in self-esteem — a cross-cultural window. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(3), 396–410.
- Bolarinwa, O. A. (2015). Principles and methods of validity and reliability testing of questionnaires used in social and health science researches. *Nigerian Postgraduate Medical Journal*, 22(4), 195–201. <https://doi.org/10.4103/1117-1936.173959>
- Chung, J. M., Hutteman, R., Aken, M. A. G. Van, & Denissen, J. J. A. (2017). High, low, and in between: self-esteem development from middle childhood to young adulthood. *Journal of Research in Personality*, 70, 122–133. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.07.001>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314.
- Cobo-Rendón, R., Hojman, V., García-Álvarez, D., & Cobo Rendon, R. (2023). Academic emotions, college adjustment, and dropout intention in university students. *Frontiers in Education*, 8(December), 1–12. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1303765>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress , social support , and the buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: a quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage Publications, Inc.
- De Prada, E., Mareque, M., & Pino-Juste, M. (2024). Self-esteem among university students: how it can be improved through teamwork skills. *Education Sciences*, 14(1). <https://doi.org/10.3390/educsci14010108>
- Dewayani, A., Psikologi, F., Indonesia, U., Sukarlan, A. D., Psikologi, F., & Indonesia, U. (2011). Perceived peer social support dan psychological distress mahasiswa universitas Indonesia. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 15(2), 86–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.7454/mssh.v15i2.1303>
- Dickson, D. A., & Conley, C. S. (2014). A closer look at self-esteem , perceived social support , and coping strategy : a prospective study of depressive symptomatology across the transition to college. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(6), 560–585.
- Dwi, E., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan antara dukungan sosial dan burnout pada mahasiswa program kewirausahaan mahasiswa indonesia (PKMI). *Jurnal Flourishing*, 2(4), 215–228. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v2i42022p215-228>
- Dyba, F., Akuan, F., & Brebahama, A. (2025). Hubungan antara perceived social support dengan self esteem pada remaja penyandang adhd the relationship between perceived social support and self esteem in adolescents with ADHD. *Jurnal Psikogenesis*, 13(2), 138–146.
- Ekanesia, Pratidina, Farisan, Rifqi, D. P. (2024). Profil perceived social support dan hubungannya dengan kesehatan mental remaja di kota Makassar. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 22(1), 21–33.
- Faizah, Marmer, F. V., Aulia, N. N., Rahma, U., & Dara, Y. P. (2020). Self-esteem dan resiliensi sebagai prediktor penyesuaian diri mahasiswa baru di Indonesia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5985(2), 335–352. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3448>
- Farruggia, S. P., Chen, C., Greenberger, E., Dmitrieva, J., & Macek, P. (2004). Adolescent self-esteem in cross-cultural perspective: Testing measurement equivalence and a mediation model. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(6), 719–733. <https://doi.org/10.1177/0022022104270114>
- Febrianti, H., & Yudiarso, A. (2023). Meta hubungan self-esteem dengan prestasi akademik pada mahasiswa. *Media Bina Ilmiah*, 18(1978), 357–362.
- Fedolina, B. F., & Saptandari, E. W. (2024). Perceived social support as predictor of acculturative stress among Indonesian exchange students in Europe faculty of Psychology , Universitas Gadjah Mada. *Jurnal Psikologi Integratif*, 12(1), 83–101.
- Fitriani, D. (2019). Tehnik pelaksanaan penelitian kuantitatif (technique of quantitative research). *Istiqra' : Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1), 86–100.
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: a guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology & Metabolism*, 10(2), 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Haddad, B. A., Alomar, A. O., Allelt, L. A., & Alkarney, N. A. (2024). The effect of perceived social support on self- esteem and well-being among the general

- population of Riyadh , Saudi Arabia. *Cureus Part of Springer Nature*, 16(10).
<https://doi.org/10.7759/cureus.71454>
- Hafizah, N., P, T. C. P., Sari, M., Winanda, R., Hidayatullah, R., & Harmonedi. (2025). Identifikasi variabel penelitian, jenis sumber data dalam penelitian pendidikan. *Qosim: Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, 3(2), 586–596.
<https://doi.org/https://doi.org/10.61104/jq.v3i2.1025>
- Hapsari, E. A., Nunu, E., Rohmatullayaly, Arum, K., & Widayati. (2024). Technostress and sleep quality among university students in Indonesia : A Cross-sectional Study. *Asian Journal of Social Health and Behavior* |, 7(4), 197–202. <https://doi.org/10.4103/shb.shb>
- Hassan, M., Fang, S., Malik, A. A., Lak, T. A., & Rizwan, M. (2023). Impact of perceived social support and psychological capital on university students ' academic success : testing the role of academic adjustment as a moderator. *BMC Psychology*, 11(340), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01385-y>
- Heatherton, T. E., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal or Personality and Social Psychology*, 60(6), 895–910.
- Humaira, Sutja, A., & Harahap, N. H. (2024). Hubungan indeks prestasi kumulatif (IPK) dengan self esteem mahasiswa. *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 156–162. <https://doi.org/10.26539/teraputik.823107>
- Husna, R. R., & Sa'adah, N. (2023). Self-love dalam perspektif Islami: menjaga kesehatan mental dan mengoptimalkan potensi. *Nuansa*, 16(1), 43–49.
- Ikiz, F. E., & Savi, F. (2010). Perceived social support and self-esteem in adolescence. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 2338–2342.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.460>
- Iryani, E., Ali, H., & Rosyadi, K. I. (2021). Berfikir kesisteman dalam social support: ta'awun upaya peningkatan mutu pendidikan agama Islam di MAS Al- Ihsaniyah Sarang Burung Muaro Jambi. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1), 413–425.
- Isnaini, M., Afgani, M. W., Haqqi, A., & Azhari, I. (2025). Teknik analisis data uji normalitas. *J-Ceki: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(2), 1377–1384.
- Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Koesdyantho, A. (2009). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap self-esteem mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Widya Wacana*, 5(1), 1–12.
- Kogar, H., & Kogar, E. Y. (2024). The structure of the multidimensional scale of perceived social support : a meta-analytic confirmatory factor analysis. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 11(126), 1–11.
- Koty, M., & Frankowiak, J. (2025). The importance of perceived social support for symptoms of depression and academic stress among university students – A latent profile analysis. *PLoS One* 20(5):, 1–16.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0324785>
- Kusumasari, K., Sapitri, Y., Diniati, M., & Yansyah, A. (2022). Studi deskriptif self-esteem pada mahasiswa kusumasari. *Prosiding The 5th National*

- Conference of genuine Psychology (NCGP) 2022*, 2, 250–257.
- Leary, M. R. (1999). Making sense of self-esteem. *Blackwell Publishers, Inc*, 8(1), 1997–2000. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1467-8721.00008>
- Leite, S. V., & Helena, L. (2022). Social support perceived by the older college students compared to the younger ones. *Avaliação Psicológica*, 21(1), 1–12. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15689/ap.2022.2101.20034.01>
- Lestari, N. D., Wulandari, N. W., & Rahmawati, A. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan self esteem pada remaja pengguna game online. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 26–31. <https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7685>
- Li, B., Pan, Y., Liu, G., Chen, W., Lu, J., & Li, X. (2020). Children and Youth Services Review Perceived social support and self-esteem mediate the relationship between childhood maltreatment and psychosocial flourishing in Chinese undergraduate students. *Children and Youth Services Review*, 117(July). <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105303>
- Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., & Cheng, Z. (2018). How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: The mediating role of self-esteem. *Learning and Individual Differences*, 61(5), 120–126.
- Liana, L. (2009). Penggunaan MRA dengan Spss untuk Menguji Pengaruh Variabel Moderating terhadap Hubungan antara Variabel Independen dan Variabel Dependen. *Jurnal Teknologi Informasi Dinamik*, 14(2), 90–97.
- Maroqi, N. (2018). Uji validitas konstruk pada instrumen rosenberg self esteem scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Mendonca, T. D., Erlinda, M., & Doni, Y. D. (2025). Efektivitas teknik diskusi dalam layanan informasi untuk meningkatkan perencanaan karir siswa kelas. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian Dan Inovasi*, 5(5), 208–222. <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i5.1958>
- Mirzaei, L. (2024). Meta-analysis of the relationship between self-esteem and academic achievement. *Allameh Tabataba'i University Press*, 19(70), 200–226. <https://doi.org/https://doi.org/10.22054/jep.2024.72276.3790>
- Nabila, M. A., Agustin, W. D., Ferlin, A. V., Kholil, M., Islam, U., Kiai, N., Achmad, H., & Jember, S. (2025). Integrasi himpunan dan hadist serta implementasinya dalam pembelajaran matematika dengan prinsip tauhid Islam. *Symmetry | Pasundan Journal of Research in Mathematics Learning and Education*, 10(1), 51–62. <https://doi.org/10.23969/symmetry.v10i1.25537>
- Naseri, L., Mohamadi, J., & Sayehmiri, K. (2015). Perceived social support , self-esteem , and internet addiction among students of al-zahra university , Tehran , Iran. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 9(3), 3–6. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-421>
- Nasution, L. M. (2017). Statistik deskriptif. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 49–55.
- Nguyen, T. D., & McGregor, M. (2026). International higher education students ' self- esteem : a systematic review. *Journal of International Students*, 16(3), 63–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.32674/84anxm91>

- Nurhikma, A. (2019). *Pengaruh self-esteem dan academic hardiness terhadap impostor phenomenon mahasiswa fakultas Psikologi universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Olabode, I. D., Ogbalikpa, P. I., Balogun, A. G., & Uye, E. E. (2024). Volunteerism among undergraduates : examining the predictive roles of perceived social support and self-esteem. *Indonesian Journal of Multidisciplinary Research*, 4(1), 227–236.
- Olson, N., Oberhoffer-fritz, R., Reiner, B., & Schulz, T. (2025). Stress , student burnout and study engagement – a cross-sectional comparison of university students of different academic subjects. *BMC Psychology*, 13(293). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-025-02602-6>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381–387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Orth, U., & Schmitt, M. (2015). Self-esteem development across the lifespan: a longitudinal study with a large sample from Germany Ulrich. *Developmental Psychology*, 51, 248–259.
- Pamukçu, B., & Meydan, B. (2010). The role of empathic tendency and perceived social support in predicting loneliness levels of college students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 905–909. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.208>
- Permatasari, I. D., Sa, H., & Fahmi, A. S. (2025). Teknik penyusunan variabel, instrumen penelitian dan pengumpulan data dalam penelitian kuantitatif. *Interdisiplin Journal of Qualitative and Quantitative Research*, 2(1), 63–70.
- Prasetio, C. E., & Triwahyuni, A. (2022). Peran self-esteem sebagai mediator dukungan sosial teman dan keluarga terhadap gangguan psikologis pada mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), 224–245. <https://doi.org/10.30996/persona.v10i2.5178>
- Purnamasari, H., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2022). Systematic review: a study of college adjustment among first-year undergraduates. *Buletin Psikologi*, 30(2), 259. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.71892>
- Quraisy, A. (2020). Normalitas data menggunakan uji kolmogorov-smirnov dan saphiro-wilk. *J-Hest: Journal of Health, Education, Economics, Science, and Technology*, 3(1), 7–11.
- Rahadi, D. R., & Farid, M. (2021). *Monograf analisis variabel oderating*. CV. Lentera Ilmu Mandiri.
- Rama, D., Chaeruman, D., Nabila, F. I., & Choli, J. (2024). Hubungan dukungan sosial dan self esteem dengan subjective well being pada mahasiswa universitas Islam 45 Bekasi. *Jurnal Nakula: Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 281–291. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/nakula.v2i2.619>
- Rangkuti, M. H., & Albina, M. (2025). Penelitian korelasional dalam pendidikan (metode penelitian). *Qosim : Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, 3(3), 1054–1063. <https://doi.org/https://doi.org/10.61104/jq.v3i3.1504>
- Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel dan paradigma penelitian.

- Jurnal Hikmah*, 14(1), 62–70.
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *American Psychological Society*, 14(3), 158–162.
- Rosenberg, M. (1965). The measurement of self-esteem. In *society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1515/9781400876136-003>
- Rosyana, A., Fithri, R., & Wahyuni, E. (2022). Academic adjustment mahasiswa baru ditinjau dari self self esteem, self efficacy, dan self concept. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2).
<https://doi.org/http://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.738>
- Rusuli, I. (2017). Self-esteem antara barat dan islam: perbandingan antara coopersmith dan fathi yakan. *Proceeding Book of: The 1st International Confrence on Islamic Studies (ICIS)*, 255–264.
- Salsabila, D. F., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2022). Peran stres akademik dan perceived social support dalam memprediksi kesehatan mental remaja akhir di kota Bandung. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, 8(2), 173–190. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.76711>
- Sancahya, A. A. G. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan harga diri pada remaja di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 52–62.
http://www.childdevelopmentinfo.com/parenting/self_esteem.
- Saputra, R., Mahaputra, M. R., & Wala, G. N. (2024). Pengaruh social support dan self-esteem terhadap optimisme mahasiswa akhir. *Jurnal Greenation Sosial Dan Politik*, 2(3), 120–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.38035/jgsp.v2i3>
- Saragih, Z. C., G, A. R. I., & Isnaini, N. L. (2026). Uji validitas konstruk multidimensional scale of perceived social support (MSPSS) melalui Confirmatory Factor Analysis (CFA).
- Saudi, A. N. A., Bintang, R. S., Loloallo, V. L., & Zainuddin, N. I. (2024). *Multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): uji validitas konstruk dengan confirmatory factor analysis (CFA)*. 6(4), 4236–4243.
- Shahyad, S., Ali, M., Asadi, M., & Shiralipour, A. (2011). The relation of attachment and perceived social support with life satisfaction : structural equation model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952–956.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.219>
- Soimah, S., & Hartiani, F. (2020). *The relationship between perceived social support from family , friends , and significant others (nursing home staff) and life satisfaction among elderly nursing home residents*, 460–470.
- Suci, A. K., Widodo, Y. H., & Sanata, (2024). Differences in family social support in students who migrate viewed by gender. *Esensi Pendidikan Inspiratif*, 6(4), 167–183. <https://doi.org/https://journalversa.com/s/index.php/epi>
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Sulistiani, W., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of the indonesian version of the (MSPSS): a rasch model approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103.
<https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Supriyadi. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi

- mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 15–21.
- Taherdoost, H., Business, H., Sdn, S., Group, C., & Lumpur, K. (2016). Sampling methods in research methodology ; how to choose a sampling technique for research. *International Journal of Academic Research in Management*, 5(2), 18–27.
- Talitha Harsoyo Tania, & Suyasa P. Tommy Y. S. (2024). Hubungan antara self-esteem dengan dimensi subjective well being (studi pada mahasiswa di Jakarta). *Journal Of Social Science Research*, 4(6), 4508–4517.
- Tamara, J., Witadi, K., & Rusdiana, F. K. (2025). *Can self-esteem mediate social support and self- adjustment in adolescents ? Dapatkah harga diri memediasi dukungan sosial dan penyesuaian diri pada remaja ?* 20(October), 191–203.
- Theresya, D., & Setiyani, R. (2023). Pengaruh self esteem dan social support terhadap resiliensi akademik mahasiswa dengan self efficacy. *Jurnal Ekonomi & Pendidikan*, 19(2), 164–182.
- Usán P, Salavera C, & Quílez A. (2022). The mediating role of self-esteem in the relationship between resilience and satisfaction with life in adolescent students. *Psychology Research and Behavior Management*, 15(May), 1121–1129. <https://doi.org/https://doi.org/10.2147/PRBM.S361206>
- Utami, H. D., & Rusli, D. (2025). Pengaruh kecerdasan emosional dan perceived social support terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa baru universitas negeri Padang. *Causalita: Journal of Psychology*, 3(1), 185–191. <https://doi.org/https://doi.org/10.62260/causalita.v3i1.498> 187
- Wang, G., Li, X., & Hu, Y. (2025). How does social support promote professional identity among university students? A moderated mediation model of self-esteem and self-efficacy. *Humanities & Social Science Communications*, 12(872), 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.1057/s41599-025-04857-1>
- Wang, Y., Wang, L., Yang, L., & Wang, W. (2024). Influence of perceived social support and academic self-efficacy on teacher-student relationships and learning engagement for enhanced didactical outcomes. *Scientific Reports*, 14(28396), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.1038/s41598-024-78402-6> 2
- Zhang, B., Yin, X., & Ren, Z. (2024). Can perceived social support influence academic achievement of master ’ s students ? —— Evidence from a University in China. *Education and Information Technologies*, 29(16), 21449–21475. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-12693-0>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & K Farley, G. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 37–41. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala *Perceived Social Support*

No.	Pernyataan
1.	Keluarga saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya
2.	Saya mendapatkan bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga saya
3.	Saya dapat membicarakan masalah saya dengan keluarga saya
4.	Keluarga saya bersedia membantu saya dalam membuat keputusan
5.	Teman-teman saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya
6.	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika keadaan tidak berjalan dengan baik
7.	Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka
8.	Saya dapat membicarakan masalah saya dengan teman-teman saya
9.	Ada orang istimewa di dekat saya saat saya membutuhkan
10.	Ada orang istimewa yang dapat saya ajak berbagi suka dan duka
11.	Saya memiliki seseorang yang istimewa yang menjadi sumber kenyamanan bagi saya
12.	Ada orang istimewa dalam hidup saya yang peduli terhadap perasaan saya

Lampiran 2 Skala *Self-Esteem*

No.	Pernyataan
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya
2.	Terkadang saya merasa diri saya tidak baik
3.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain
5.	Tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya
6.	Saya sering merasa tidak berguna sama sekali
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain
8.	Saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri
9.	Saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal
10.	Saya bersikap positif terhadap diri sendiri

Lampiran 4 Instrumen Penelitian

KUISIONER PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Perkenalkan, saya Raziqa Rizkillah, mahasiswa Program Studi S1 Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang saat ini sedang melaksanakan penelitian tugas akhir di bawah bimbingan Ibu Nural Shofiah, M.Pd. dan Bapak Muhammad Jamahuddin Ma'mun, M.Sc.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui **Pengaruh Perceived Social Support Terhadap Self-Esteem pada mahasiswa**, dengan kriteria partisipan sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif Program Sarjana (S1) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Program Studi Fakultas Psikologi
3. Laki-laki Perempuan
4. Berusia 17-25 Tahun

Oleh karena itu, saya sangat mengharapkan kesediaan Anda untuk berpartisipasi dengan mengisi kuisioner ini. Partisipasi Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela. Seluruh data yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian sesuai dengan Kode Etik.

Estimasi waktu pengisian kuisioner ini sekitar 5-10 menit. Tidak terdapat jawaban benar atau salah, sehingga diharapkan Anda dapat memberikan jawaban secara jujur sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih banyak 🙏

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.
Email: 220401110182@student.uin-malang.ac.id

raziqa.rizkillah@gmail.com [Ganti akun](#)

🔒 Tidak dibagikan

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

INFORMED CONSENT

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami penjelasan mengenai penelitian ini.

Saya bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini dengan sukarela, atas inisiatif dan kehendak diri sendiri tanpa adanya paksaan. Saya menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi yang saya rasakan sebenarnya.

☐ Ya, Saya Bersedia

SKALA PERCEIVED SOCIAL SUPPORT

Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pernyataan dengan saksama, lalu pilih salah satu angka yang paling sesuai dengan kondisi Anda.
- Perhatikan setiap pilihan jawaban dengan teliti sebelum menjawab.

Skala Jawaban

1 = Sangat Tidak Setuju
2 = Tidak Setuju
3 = Agak Tidak Setuju
4 = Netral
5 = Agak Setuju
6 = Setuju
7 = Sangat Setuju

Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawablah sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

1. Keluarga saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya *

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Tidak Setuju ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Setuju

2. Saya mendapatkan bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

3. Saya dapat membicarakan masalah saya dengan keluarga saya *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

4. Keluarga saya bersedia membantu saya dalam membuat keputusan *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

5. Teman-teman saya sungguh-sungguh berusaha membantu saya *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

6. Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika keadaan tidak berjalan dengan baik *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

7. Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

8. Saya dapat membicarakan masalah saya dengan teman-teman saya *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

9. Ada orang istimewa di dekat saya saat saya membutuhkan *

Sangat Tidak Setuju 1 2 3 4 5 6 7 Sangat Setuju

10. Ada orang istimewa yang dapat saya ajak berbagi suka dan duka *

	1	2	3	4	5	6	7	
Sangat Tidak Setuju	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Setuju

11. Saya memiliki seseorang yang istimewa yang menjadi sumber kenyamanan bagi saya *

	1	2	3	4	5	6	7	
Sangat Tidak Setuju	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Setuju

12. Ada orang istimewa dalam hidup saya yang peduli terhadap perasaan saya *

	1	2	3	4	5	6	7	
Sangat Tidak Setuju	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Setuju

SKALA SELF-ESTEEM

Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pernyataan dengan saksama, lalu pilih salah satu angka yang paling sesuai dengan kondisi Anda
- Perhatikan setiap pilihan jawaban dengan teliti sebelum menjawab

Skala Jawaban

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Netral

4 = Sesuai

5 = Sangat Sesuai

Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawablah sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

1. Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

2. Terkadang saya merasa diri saya tidak baik *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

3. Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

4. Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

5. Tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

6. Saya sering merasa tidak berguna sama sekali *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

7. Saya merasa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain. *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

8. Saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

9. Saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

10. Saya bersikap positif terhadap diri sendiri *

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Sesuai	☐	☐	☐	☐	☐	Sangat Sesuai

Lampiran 4 Analisis Data

Uji Validitas Aitem Rosenberg *Self-Esteem Scale*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SE1	28.9800	41.734	.688	.837
SE2	29.9800	43.938	.532	.851
SE3	29.1000	43.806	.642	.843
SE4	29.1600	47.239	.364	.863
SE5	29.3200	41.324	.669	.839
SE6	29.0600	38.629	.727	.833
SE7	28.6600	47.290	.317	.867
SE8	30.0000	46.776	.385	.861
SE9	28.9000	39.316	.738	.832
SE10	28.4400	44.374	.634	.844

Uji Validitas Aitem *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
FA1	54.5200	126.091	.381	.851
FA2	55.0400	126.570	.363	.852
FA3	55.6000	121.633	.505	.843
FA4	54.9600	129.182	.308	.855
FR1	54.7400	121.992	.616	.837
FR2	54.9000	127.357	.435	.847
FR3	54.7000	123.357	.580	.840
FR4	54.8600	122.245	.563	.840
SO1	55.0000	114.041	.586	.837
SO2	55.3200	110.263	.711	.827
SO3	55.4000	109.837	.666	.830
SO4	55.4000	111.714	.607	.836

Uji Reliabilitas Alat Ukur Rosenberg *Self-Esteem Scale*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.861	10

Uji Reliabilitas Alat Ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.853	12

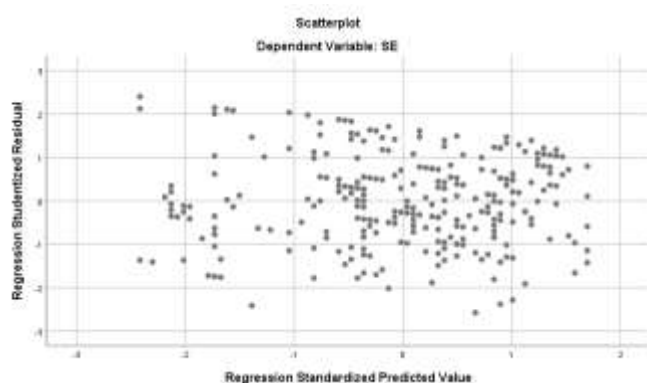
Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Unstandardized Residual	.038	285	.200 [*]	.994	285	.375
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Uji Linearitas

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1835.734	1	1835.734	34.935	.000 ^b
	Residual	14870.862	283	52.547		
	Total	16706.596	284			
a. Dependent Variable: SE						
b. Predictors: (Constant), MSPSS						

Uji Heterokedastisitas



Uji Persamaan Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	26.043	1.402		.000
	MSPSS	.145	.025	.331	.000

a. Dependent Variable: SE

Uji Parsial (Uji t)

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	26.043	1.402		.000
	MSPSS	.145	.025	.331	.000

a. Dependent Variable: SE

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.331 ^a	.110	.107	7.249

a. Predictors: (Constant), MSPSS
b. Dependent Variable: SE

Lampiran 5 Cek Plagiarisme

Turnitin

