

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA SEMESTER VI PRODI SI KEPERAWATAN INSTITUT TORAJA RAYA INDONESIA TAHUN 2024

Olgrid Algarini Allo¹, Tandi Palette², Viviana Arung Tasik³

Institut Toraja Raya Indonesia

olgridalgariniallo@gmail.com

Abstrak

Dukungan sosial memiliki peranan penting terhadap *psychological well-being*. Dengan adanya dukungan sosial sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan dihormati serta adanya sumber-sumber bantuan lain yang disediakan orang lain terhadap individu sehingga dapat mencapai kesejahteraan psikologis di dalam diri individu yang bersangkutan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2024.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, dengan jumlah sampel 64 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Pada penelitian ini menggunakan SPSS versi 23 dengan analisa uji *chi-square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 60 responden (93,8%), mayoritas responden dengan kategori remaja akhir (usia 19-21) sebanyak 43 responden (67,2%), mayoritas responden dengan dukungan sosial baik sebanyak 38 responden (59,4%), dan mayoritas responden dengan *psychological well-being* sejahtera sebanyak 35 responden (54,7%). Berdasarkan analisa uji *chi-square* diperoleh bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan sosial dan *psychological well-being*, dengan nilai $p=0,031$ ($p\text{-value} < 0,05$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin baik dukungan sosial, maka semakin tinggi *psychological well-being*, sebaliknya semakin kurang baik dukungan sosial maka semakin rendah *psychological well-being*. Berdasarkan penelitian ini diharapkan agar dapat lebih memahami bahwa pentingnya mendapatkan dukungan sosial yang baik karena dukungan sosial memberikan sumbangsih pengaruh positif terhadap *psychological well-being*.

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

Abstract

Social support plays an important role in psychological well-being. With the existence of social support so that individuals feel loved, cared for, valued and respected, as well as other sources of help provided by others to individuals so that they feel safe and secure and the existence of other sources of assistance provided by others to individuals so that they can achieve psychological well-being within the individual concerned can achieve psychological well-being within the individual concerned. The purpose of This study aims to determine the relationship between social support and psychological wellbeing in VI semester students of the S1 Nursing study program at the Toraja Raya Institute of Indonesia in 2024.

The research design used is descriptive analytic. The population in this study is all 6th semester students of S1 Nursing study program at Toraja Raya Indonesia Institute. The sampling technique used was total sampling, with a total sample of 64 respondents. The instrument in this study used a questionnaire sheet. In this study using SPSS version 23 with chi-square test analysis.

The results of this study indicate that the majority of respondents with gender female as many as 60 respondents (93.8%), the majority of respondents with the category of late adolescence (aged 19-21) as many as 43 respondents (67.2%), the majority of respondents with good social support as many as 38 respondents (59.4%), and the majority of respondents with psychological well-being prosperous as many as 35 respondents (54.7%). Based on the chi-square test analysis, it was found that there is a significant relationship between social support and psychological well-being, with a p value=0.031 (p -value <0.05).

The conclusion of this study is that the better the social support, the higher the psychological well-being. psychological well-being, on the contrary, the less good social support, the lower psychological well-being. psychological well-being. Based on this research, it is hoped that people can better understand that the importance of getting good social support because social support provides a positive influence on psychological well-being. positive influence on psychological well-being.

Keywords: Support, Social, Psychological, Well-Being

*Correspondent Author :
Email : olgridalgariniallo@gmail.com

PENDAHULUAN

Psychological well-being atau kesejahteraan Psikologis merupakan situasi dimana individu dapat mengidentifikasi kemampuannya dalam menghadapi tekanan, menjadi produktif dan memiliki kontribusi bagi komunitasnya (Salsabila wulandari aryatiningrum, 2023).

World Health Organization (WHO) atau biasa disebut dengan Organisasi Kesehatan Dunia, mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan aspek penting yang harus dimiliki oleh individu guna menyadari kemampuan diri dan memberdayakan diri dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Individu yang memiliki *psychological well-being* akan memiliki dampak positif yang lebih tinggi dari pada dampak negatif. Bahkan keberadaan *psychological well-being* dapat berdampak pada terbentuknya mental yang sehat. Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan keadaan dimana kesehatan mental seseorang mengacu pada banyaknya kualitas kesehatan mental dan membawa individu pada kondisi mencapai kebahagiaan yang sesungguhnya dalam hidup setiap individu.

World Health Organization (WHO) atau biasa disebut dengan Organisasi Kesehatann Dunia mencatat, hampir 1 miliar orang di seluruh dunia mengalami beberapa bentuk gangguan kesehatan mental. Di tahun 2020, diperkirakan gangguan kecemasan meningkat secara signifikan menjadi 26%, dan depresi sebanyak 28% akibat pandemi Covid-19 (WHO, 2022).

Data indeks kesehatan mental masyarakat Indonesia tahun 2023 yang dimuat dalam laman *World Population Review* menyebutkan di Indonesia ditemukan 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7%. Di sisi lain, jumlah penduduk Indonesia setiap tahun bisa bertambah sampai lebih dari 3 juta jiwa (ChoilurAnwar, 2023).

Provinsi Sulawesi Selatan berada di urutan kedua penduduk terbanyak yang mengalami gangguan mental dengan 2,6% penduduknya mengalami gangguan mental (Ika Guswani, 2019). Data profil kesehatan Sulawesi Selatan ditemukan penderita gangguan mental sebanyak 31.381 jiwa dan terbanyak ditemukan di Kota Makassar sekitar 8.856 jiwa (DS, 2020).

Kondisi kesehatan mental juga erat kaitannya dengan kasus bunuh diri dimana data pada Dinas Kesehatan Kabupaten Toraja Utara, Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa dari tahun 2021-2023 jumlah kasus bunuh diri di Kab. Toraja Utara sebanyak 22 kasus dan 6 diantaranya (27,3%) adalah pelaku bunuh diri dari kalangan remaja (Tuerah, 2024).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun yang termasuk dalam faktor internal yaitu diantaranya faktor usia, jenis kelamin, dan kepribadian. Dan yang termasuk dalam faktor eksternal antarlain yaitu status sosial ekonomi, budaya, religiusitas, dan dukungan sosial (Asti Aisyah, 2018).

Upaya dalam menciptakan lingkungan yang menunjang *psychological well being* mahasiswa harus memiliki dukungan sosial yang baik. Dukungan sosial di dapatkan dari keluarga, pasangan atau seseorang yang dicintai maupun teman-teman, serta komunitas-komunitas sosial.

Dukungan sosial merupakan dukungan yang diterima oleh individu. Pemberian dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional atau dukungan penghargaan yaitu berupa sikap empati dan pemberian penghargaan positif kepada individu, dukungan instrumental dan dukungan informasi berupa nasihat. Penerima dukungan sosial dapat berupa kehadiran, pemberian emosional atau yang berpengaruh pada tingkah laku individu penerima dukungan sosial. Dukungan sosial dapat berupa memberikan kenyamanan, perhatian serta penghargaan yang diterima individu dari individu lain ataupun dari kelompok. Pemberian dukungan sosial yang positif akan dapat membantu penyesuaian diri individu dalam menghadapi suatu kejadian yang menekan (Sianturi, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari bagian kemahasiswaan jumlah mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan sebanyak 64 orang, yang terdiri dari 4 laki-laki dan 60 perempuan. Berdasarkan hasil wawancara dari 5 mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan, semua mahasiswa mengatakan bahwa sumber dukungan sosial yang mereka dapatkan terdapat dari keluarga, masyarakat, hingga teman sebaya. Dan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* yang mereka rasakan saat ini masih kurang karena adanya masalah pribadi, masalah perkuliahan, hingga tugas-tugas kuliah yang menumpuk sehingga kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia belum tercapai dengan baik (Data sekunder Institut Toraja Raya Indonesia, 2024).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif analitik yaitu merupakan pendekatan dimana pengambilan data variabel independen dan dependen dilakukan secara bersamaan yang bertujuan melihat hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, dengan jumlah sampel 64 responden.

Data diperoleh dari kuesioner yang telah disiapkan oleh peneliti tentang hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2024. Kuesioner akan diberikan kepada seluruh mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia untuk mengetahui Hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being*.

Terdapat dua bentuk pernyataan dalam skala *likert*, yaitu bentuk pernyataan positif untuk mengukur skala positif, dan bentuk pernyataan negatif untuk mengukur skala negatif. Pernyataan positif diberi skor 4, 3, 2, dan 1; sedangkan bentuk pernyataan negatif diberi skor 1, 2, 3, dan 4. Untuk variabel dukungan sosial menggunakan lembar kuesioner dengan menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 24 item pernyataan. dengan pilihan jawaban: SS (Sangat Sering), S (Sering), J (Jarang), TP (Tidak Pernah). Dengan kriteria hasil dukungan baik jika nilai yang didapatkan $\geq 75\%$ dan dukungan kurang baik jika nilai yang didapatkan $< 75\%$. Sedangkan untuk kuesioner *psychological well-being* menggunakan lembar kuesioner menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 24 pernyataan dengan pilihan jawaban: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Dengan kriteria hasil sejahtera jika nilai yang didapatkan $\geq 75\%$ dan belum sejahtera jika nilai yang didapatkan $< 75\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a. Jenis kelamin

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan
Institusi Toraja Raya Indonesia
Tahun 2024

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	4	6,3
Perempuan	60	93,8
Total	64	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.1 tentang distribusi frekuensi menurut jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 60 responden (93,8 %).

b. Umur

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur
Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan
Institusi Toraja Raya Indonesia
Tahun 2024

Umur Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Remaja Akhir (19-21Tahun)	43	67,2
Dewasa Awal (22-25 Tahun)	21	32,8
Total	64	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.2 tentang distribusi frekuensi menurut umur menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan kategori remaja akhir (umur 19-21 Tahun) sebanyak 43 (67,2%).

c. Dukungan Sosial

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial
Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan
Institut Toraja Raya Indonesia
Tahun 2024

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Dukungan Baik	38	59,4
Dukungan Kurang Baik	26	40,6
Total	64	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.3 tentang distribusi frekuensi dukungan sosial menunjukan bahwa mayoritas responden yang mendapatkan dukungan sosial baik sebanyak 38 responden (59,4%).

d. *Psychological well-being*

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Psychological Well-Being*
Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan
Institut Toraja Raya Indonesia
Tahun 2024

<i>Psychological well-being</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Sejahtera	35	54,7
Belum Sejahtera	29	45,3
Total	64	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.4 tentang distribusi frekuensi *psychological well-being* menunjukan bahwa mayoritas responden yang memiliki *psychological well-being* sejahtera sebanyak 35 responden (54,7%).

2. Analisa bivariat

- a. Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Semester VI Prodi SI Keperawatan Institut Toaraja Raya Indonesia Tahun 2024.

Tabel 5.5
Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Semester VI Prodi SI Keperawatan Institut Toaraja Raya Indonesia Tahun 2024

Dukungan Sosial	Psychological Well-Being				Total		p
	Sejahtera		Belum Sejahtera		n	%	
	n	%	n	%			
Dukungan Baik	25	39,1	13	20,3	38	59,4	0.031
Dukungan Kurang Baik	10	15,6	16	25,0	26	40,6	
Total	35	54,7	29	45,3	64	100,0	

Sumber : Data Primer 2024

odds ratio=3.077

Berdasarkan tabel 5.5 di atas menunjukan bahwa dari 64 responden terdapat responden yang mendapatkan dukungan sosial baik sebanyak 38 responden (59,4%) dimana responden mendapatkan dukungan sosial baik yang memiliki *psychological well-being* yang sejahtera sebanyak 25 responden (39,1%) dan responden yang mendapatkan dukungan sosial baik yang memiliki *psychological well-being* belum sejahtera sebanyak 13 responden (20,3%). Sedangkan responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik sebanyak 26 responden (40,6%) dimana responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik yang memiliki *psychological well-being* yang sejahtera sebanyak 10 responden (15,6%) dan responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik yang memiliki *psychological well-being* belum sejahtera sebanyak 16 responden (25,0%).

Dari hasil tersebut telah diuji dengan uji *Chi-square* dimana hasil yang didapatkan yaitu $p = 0,031$ dimana $p < \alpha$ yang menunjukan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2024.

Berdasarkan hasil analisa diperoleh nilai *odds ratio* 3,077 dengan tingkat kepercayaan 95% yang berarti mahasiswa dengan dukungan sosial yang baik memiliki peluang 3 kali lebih besar untuk memiliki *psychological well-being* yang sejahtera dibandingkan dengan mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik.

B. Pembahasan

1. Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel 5.3 dapat dilihat bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial baik sebanyak 38 responden (59,4%). Hal ini dikarenakan dengan adanya dukungan sosial baik seperti adanya rasa peduli dan dukungan semangat yang didapatkan dari teman sekelas, cinta dan kasih yang didapatkan dari keluarga, perhatian yang didapatkan dari dosen-dosen yang ada di kampus, khususnya dari dosen PA. Sehingga hal tersebut akan menciptakan lingkungan yang baik pula, lingkungan yang baik akan memberikan rasa nyaman yang membuat seseorang merasa dikasihi, dihargai, dan dicintai.

Penelitian ini sejalan dengan teori Taylor dalam (Maimunah, 2020) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Sejalan dengan teori Cutrona & Gardner dalam (Listiyanto, 2021) terdapat lima bentuk dukungan sosial yaitu salah satunya adalah dukungan emosional. Dukungan emosional, adalah dukungan dalam bentuk kasih sayang, penghargaan, perasaan didengarkan, diperhatikan, dan kepercayaan.

Terdapat mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik sebanyak 26 responden (40,6%). Dikatakan mendapatkan dukungan sosial kurang baik karena individu merasa kurangnya rasa peduli, perhatian, dan perasaan tidak didengarkan dari keluarga, teman ataupun dosen yang ada di kampus.

Penelitian ini sejalan dengan teori Sarafino dalam (Naja, 2023) dukungan sosial memiliki empat faktor, yaitu: dukungan emosional seperti ungkapan empati dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan. Dukungan penghargaan, yaitu sikap menghargai dan mendengarkan serta memberikan gagasan penghargaan terhadap individu. Dukungan instrumental yaitu pemberian bantuan materi atau benda secara langsung. Dukungan informasi yaitu pemberian nasehat dan saran kepada individu.

Dalam teori tersebut disebutkan bahwa seseorang mendapatkan dukungan sosial jika terdapat empat faktor tersebut, maka jika seseorang tidak mendapatkan keempat faktor-faktor dukungan sosial tersebut maka dari itu individu tersebut mendapatkan dukungan sosial yang kurang baik.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan (2023) penelitian terkait tentang dukungan sosial dan *psychological well-being*. Penelitian ini bertujuan melihat adanya hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Uin Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional.

Penelitian melibatkan 106 mahasiswa Uin Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, dengan menggunakan teknik purposive sampling. Data disusun dengan menggunakan skala *Likert*. Data penelitian ini dikumpulkan menggunakan skala dukungan sosial dan *psychological well-being* dengan instrumen berupa kuisioner dan disebarluaskan melalui *google form*. Analisa data penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment pearson* dan memperoleh nilai korelasi sebesar 0,929 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima yaitu terdapat hubungan positif. Variabel dukungan sosial memberikan sumbangsih pengaruh terhadap *psychological well-being* sebesar 86,3% dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dipenelitian ini sebesar 13,7%.

2. *Psychological Well-Being*

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukan bahwa responden yang memiliki *psychological well-being* yang sejahtera sebanyak 35 responden (54,7%). Hal ini terjadi karena individu memiliki tujuan hidup, memiliki kepercayaan diri, serta mampu menghadirkan emosi positif seperti kebahagiaan, mampu menguasai lingkungan dan berinteraksi dengan orang lain yang ada di lingkungan kampus ataupun di luar lingkungan kampus

Penelitian ini sejalan dengan teori (Hasibuan, 2023) *psychological well-being* adalah suatu kondisi psikologis yang positif yang ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan dengan orang lain, memiliki otonomi, tujuan hidup, mampu menguasai lingkungan eksternal serta mampu merealisasikan dirinya.

Terdapat responden yang belum memiliki *psychological well-being* belum sejahtera sebanyak 29 responden (45,3%), hal ini terjadi karena masih kurangnya dukungan sosial yang didapatkan oleh setiap mahasiswa. Seperti kurangnya perhatian dari keluarga dan orang-orang disekitarnya, perasaan tidak didengarkan, dan kebutuhan finansial yang sulit untuk terpenuhi.

Penelitian ini sejalan dengan teori Ryff dalam (Iryanto, 2023) bahwa *psychological well-being* dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu usia, jenis kelamin dan kepribadian, sedangkan faktor eksternal yaitu status sosial ekonomi, religiusitas dan dukungan sosial. Dari faktor-faktor tersebut dapat dilihat bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting dalam menciptakan kesejahteraan psikologis dalam diri individu.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dialma Restuning Dityo, 2023) penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantauan yang sedang menyusun skripsi. Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Dengan teknik sampling menggunakan sampling jenuh. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Product Moment Pearson dengan bantuan SPSS 26.0 for windows. Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh peneliti dengan menggunakan skala likert. Terdapat 100 mahasiswa perantauan yang sedang menyusun skripsi menjadi subjek penelitian ini. Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikasi 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi ($r=0,608$). Ini dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis.

3. Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being*

Berdasarkan tabel 5.5 dari 64 responden terdapat responden yang mendapatkan dukungan sosial baik sebanyak 38 responden (59,4%). Dimana responden mendapatkan dukungan sosial baik yang memiliki *psychological well-being* yang sejahtera sebanyak 25 responden (39,1%), responden yang mendapatkan dukungan sosial yang baik dan memiliki *psychological well-being* yang sejahtera hal ini terjadi karena salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis telah didapatkan dengan baik, yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang harus di dapatkan oleh setiap orang, karena adanya dukungan dari orang lain sehingga individu merasa dicintai, bahagia dan dihargai sehingga dapat meningkatkan *psychological well-being* yang

sejahtera. Oleh karena itu setiap mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial baik akan memiliki kesejahteraan psikologis dalam dirinya.

Penelitian ini sejalan dengan teori Ryff dalam (Apriyana, 2024) salah satu hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menjadi salah satu hal penting karena dukungan sosial diharapkan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu apabila individu tersebut sedang menghadapi situasi yang tidak menyenangkan.

Dan responden yang mendapatkan dukungan sosial baik yang memiliki *psychological well-being* belum sejahtera sebanyak 13 responden (20,3%), responden yang mendapatkan dukungan sosial yang baik tetapi tidak memiliki *psychological well-being* yang sejahtera hal ini dapat terjadi karena adanya faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis selain dukungan sosial yaitu kepribadian, karena seseorang yang memiliki pribadi tidak puas terhadap diri sendiri, tidak dapat menentukan tujuan hidupnya, terus bergantung kepada orang lain atau tidak dapat mandiri, tidak mampu bersosialisasi dengan baik dan merasa terisolir sehingga hal ini yang dapat menghambat perkembangan kesejahteraan psikologis dalam dirinya.

Penelitian ini sejalan dengan teori Ryff dalam (Dyah Setyorini, 2024), seseorang yang dapat mencapai kesejahteraan psikologis ketika mereka mampu menerima kekuatan dan kelemahan diri mereka, membangun hubungan positif dengan orang lain, mampu membuat keputusan sendiri, memiliki tujuan hidup, dan merasa mampu melalui tahap-tahap perkembangan dalam kehidupan mereka.

Sedangkan responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik sebanyak 26 responden (40,6%) dimana responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik yang memiliki *psychological well-being* yang sejahtera sebanyak 10 responden (15,6%), responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik tetapi memiliki *psychological well-being* yang sejahtera, hal dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti kepribadian, seseorang yang mampu menerima dirinya, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, dan mampu menguasai lingkungan atau menyesuaikan diri dimanapun ia berada sehingga dari hal-hal tersebut dapat mencapai *psychological well-being* dalam dirinya.

Penelitian ini sejalan dengan teori Ryff dalam (Pamadi, 2018) manusia dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik adalah bukan hanya sekedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Tetapi hal yang lebih penting untuk diperhatikan adalah kepemilikan akan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kemampuan untuk memiliki rasa pertumbuhan dan pengembangan pribadi secara berkelanjutan.

Dan responden yang mendapatkan dukungan sosial kurang baik yang memiliki *psychological well-being* belum sejahtera sebanyak 16 responden (25,0%), responden dengan dukungan sosial kurang baik yang memiliki *psychological well-being* yang belum sejahtera hal ini terjadi karena masih kurangnya dukungan sosial yang didapatkan oleh responden sehingga kesejahteraan psikologis dalam dirinya belum tercapai dengan baik, karena dukungan sosial merupakan salah satu hal penting yang harus didapatkan oleh setiap individu untuk mencapai kesejahteraan psikologis dalam dirinya.

Penelitian ini sejalan dengan teori Nugroho (2020) mengemukakan adanya sumbangan efektif antara peranan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri, lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri, serta dapat merealisasikan potensi yang ada dalam dirinya sehingga dapat mencapai *psychological well-being*.

Penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aminullah (2017), tentang Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi Universitas Medan Area Angkatan 2017 yang berjumlah 487. Teknik sampel yang digunakan adalah teknik accidental sampling. Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis korelasi r Product Moment, diketahui bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan Kesejahteraan Psikologis. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi Kesejahteraan Psikologis dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah

Kesejahteraan Psikologis, dimana $r^{xy}=0,727$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,050$. Artinya hipotesis diterima. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2= 0,529$. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi terhadap Kesejahteraan Psikologis sebesar 52,9%.

Berdasarkan uji chi square diperoleh nilai $p = 0.031$ dimana nilai $p < (0.05)$ yang berarti ada hubungan yang bermakna, yaitu diketahui bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia atau H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan asumsi semakin baik dukungan sosial yang diterima seseorang maka akan semakin tinggi *psychological well-being* yang dimiliki dan sebaliknya semakin kurang baik dukungan sosial yang diterima seseorang maka akan semakin rendah *psychological well-being* yang dimiliki individu tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan di Institut Toraja Raya Indonesia (ITRI) Kabupaten Toraja Utara tahun 2024, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi responden berdasarkan dukungan sosial menunjukkan bahwa mayoritas dukungan sosial baik yaitu 38 responden (59,4%).
2. Distribusi responden berdasarkan *psychological well-being* menunjukkan bahwa mayoritas *psychological well-being* sejahtera sebanyak 35 responden (54,7%).
3. Ada hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa semester VI prodi S1 Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0.031 < \alpha (0.05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- WHO. (2022, Juni 8). Retrieved April 27, 2024, from Cacat mental: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Aliefia Fitriani R, D. A. (2019). Identifikasi dukungan sosial pada mahasiswa. *ResearchGate*.
- Amiliya, F. (2020). *Hubungan social support dengan risiko jatuh lansia*. Surabaya.
- Aminullah, M. (2021). *Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologis universitas medan area*. Medan.
- Asti Aisyah, R. C. (2018). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. *Jurnal UNISSULA*, 109-122.
- ChoilurAnwar, I. (2023, Oktober 10). *Info data kesehatan mental masyarakat indonesia tahun 2023*. Retrieved Mei 3, 2024, from tirto.id: <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gqrt>
- Dialma Restuning Dityo, Y. W. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantauan yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal penelitian psikologi*, 788-799.
- DS, N. I. (2020). *Hubungan pengetahuan dan sikap keluarga dengan kecemasan dalam merawat anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa di poli jiwa rumah sakit khusus daerah dadi provinsi sulawesi selatan*. Makassar.
- Hasibuan, L. a. (2023). *Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa yang menyusun skripsi di uin syekh ali hasan ahmad addary padangsimpulan*. Medan.
- Khalidan Rahama, U. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan. *e-journal UNESA*, 94-106.
- prihatini, Z. (2022, juni 20). WHO: Hampir 1 miliar orang di dunia alami gangguan kesehatan mental. Retrieved april 27, 2024, from Kompas.com: <https://www.kompas.com/sains/read/2022/06/20/193000823/who--hampir-1-miliar-orang-di-dunia-alami-gangguan-kesehatan-mental?page=all#:~:text=KOMPAS.com%20%2D%20Organisasi%20Kesehatan%20Dunia,persen%20akibat%20pandemi%20Covid%2D19>

- ramadhani, S. (2023). *pengaruh butterfly hug terhadap penurunan tingkat stres pada remaja di smk al-mafatih jakarta*. jakarta .
- Ramdhiani, S. (2023). *Pengaruh butterfly hug terhadap penurunan tingkat stres pada remaja di smk al-mafatih jakarta*. jakarta.
- Rukom. (2021, Oktober 7). *Kemenkes beberkan masalah kesehatan jiwa di indonesia*. Retrieved April 27, 2024, from Sehat negeriku: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Salsabila wulandari aryatiningrum, S. (2023). Gambaran kesejahteraan psikologis family caregiver pasien diabetes melitus: sebuah studi kasus. *jurnal psikologi malahayati*, 75-90.
- Sianturi, I. h. (2018). *hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di kota medan*. Medan.
- Tuerah. (2024, April 30). *Dinas P3AP2KB Toraja utara gelar seminar kesehaan mental berbasis gender*. Retrieved may 12, 2024, from WWW.TORAJAUTARAKAB.GO.ID: https://torajautarakab.go.id/index.php?option=com_content&view=article&id=1398:dinas-p3ap2kb-toraja-utara-gelar-seminar-kesehatan-mental-berbasis-gender&catid=9&Itemid=105#:~:text=Toraja%20Utara%20menunjukkan%20bahwa%20dari,bunuh%20diri%20dari%20kalangan%20
- Ulfia, N. s. (2021). *Skala kesejahteraan psikologis segmen remaja (adaptasi skala kesejahteraan psikologis carol d.ryff)-(skpbk.bk oo59)*.
- Aminulah, M. (2021). *Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologis universitas medan area*. Medan.
- Fadilla, A. R. (2023). *Gambaran psychological well-being pada mahasiswa baru di fakultas dakwah dan komunikasi universitas islam negri AR-Raniry*. Banda Aceh.
- Hasibuan, L. A. (2023). *Hubungan dukungan sosial dengan psychological well being pada mahasiswa yang menyusun skripsi di uin syekh ali hasan ahmad addary padangsidiumpun*. Medan.
- Ibda, F. (2023). Dukungan sosial: sebagai bantuan menghadapi stress dalam kalangan remaja yatim di panti asuhan. *Jurnal UIN Ar-Raniry*, 153-169.
- IriShinta, P. (2023). Hubungan dukungan sosial dan psychological well being pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga kelas II A yogyakarta. *Pendidikan dan koseling*.
- Jagad Banabsyah Iryanto, F. p. (2023). Kesejahteraan pasikologis guru honorer di mi sindon 2 ngemplak boyolali. *Jurnal Talenta Psikologi*, 38-54.
- Listiyanto, A. (2021). *Hasil belajar ditinjau dari dukungan sosial pada siswa kelas VIII asmp muhamaddiyah 3 semarang*. Semarang.
- Mifta Oktavianda, M. H. (2019). *Hubungan determinasi diri dengan sosial support di dayah modern darul 'ulum kota banda aceh*.
- Rida Ayu Sestiani, A. M. (2021). Pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas bullying: literature review. *Jurnal Tematik*, 245-251.
- Rosta Rosalina, S. (2018). Hubungan antara psychological capital dengan psychological well-being pada dokter muda fakultas kedokteran universitas diponegoro. *Jurnal empati*, 291-296.
- Sasongko, B. (2019). *Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada perempuan yang mengalami infertilitas*.
- Sesillia, L. (2020). *Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada masyarakat miskin*. Pekanbaru.
- Sianutri, I. H. (2018). *Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di kota medan*. Medan.
- Siti Khomsiatun, M. W. (2021). Hubungan anatara dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja tuna rungu di jakarta. *JCA Psikologi*.
- Dyah Setyorini, H. A. (2024). Gambaran kesejahteraan psikologi mahasiswa program profesi ners selama menjalani praktik klinik di masa adaptasi kebiasaan baru. *Malahayati Nursing Journal*, 1611-1622.