



Hubungan antara Kepribadian Ekstrovert dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologi pada Siswa di Pesantren X

Erzy Insyafiatul Luthfiyah¹, Katrim Alifa Putrikiti²

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta
erzyluthfiyah21@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada siswa di pesantren x. Dengan hipotesis ada hubungan positif antara kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis, ada hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis, ada hubungan antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada siswa di pesantren x. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 200 siswa di pesantren x yang berusia 15-18 tahun. Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala kesejahteraan psikologis, skala kepribadian ekstrovert dan skala dukungan sosial teman sebaya. Sedangkan teknis analisis data menggunakan analisis *product moment* dan analisis regresi berganda. Berdasarkan hasil analisis uji regresi berganda, hubungan antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama dengan kesejahteraan psikologis adalah sebesar $R = 0,504$ ($F = 33,465$, $P \leq 0,05$). Serta koefisien determinasi $R^2 = 0,254$, artinya bahwa kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 25,4% terhadap kesejahteraan psikologis, sedangkan sisanya 74,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci : *Kesejahteraan Psikologis, Kepribadian Ekstrovert, Dukungan Sosial Teman Sebaya*

Abstract

This study is a quantitative study that aims to determine the relationship between extravert and peer social support with psychological well-being in x islamic boarding school students. The hypothesis are positive relation between extravert and psychological well-being, positive relation between peer social support and psychological well-being, and relation between extravert and peer social support with psychological well-being in x islamic boarding school. The subjects in this study were 200 students in aged 15-18 years. This study uses three scales, namely the psychological well-being scale, the extravert scale and the peer social support scale. Based on the results of multiple regression analysis, the relationship between extravert and peer social support together with psychological well-being is $R = 0.504$ ($F = 33.465$, $P \leq 0.05$). And the coefficient of determination $R^2 = 0.254$, meaning that extravert and peer social support together provide an effective contribution of 25.4% to psychological well-being, while the remaining 74.6% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords : *Psychological Well-Being, Extroversion, Peer Social Support*

PENDAHULUAN

Berbagai permasalahan yang dialami oleh remaja merupakan salah satu topik yang menarik untuk diteliti, termasuk siswa yang bersekolah di pesantren atau biasa disebut sebagai santri. Secara umum



santri diartikan sebagai siswa yang menempuh dan mendalami pendidikan agama islam di sebuah tempat yang dinamakan pesantren (Hidayat, 2017). Pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis keagamaan yang mempunyai ciri khasnya tersendiri, salah satunya adalah mewajibkan siswa nya untuk tinggal di sebuah asrama. Berbeda dengan sekolah umum, sistem pembelajaran di pesantren memiliki tantangan tersendiri yaitu mengenai jam belajar beserta peraturan tambahan (Arsita dkk., 2015). Menurut Fuad & Budiyono (2012) rangkaian aktivitas yang bervariasi pada kehidupan pesantren akan menghasilkan konsekuensi yang kompleks untuk kehidupan siswanya. Secara psikologis siswa yang bersekolah di pesantren sama seperti siswa sekolah umum, yaitu remaja yang sedang dalam proses berkembang. Namun siswa yang bersekolah di pesantren memiliki interaksi yang kompleks dengan lingkungannya, karena harus berkomunikasi dengan teman nya yang berasal dari daerah yang berbeda-beda dan tentunya latar belakang yang berbeda juga.

Pada kenyataannya tidak sedikit dari siswa pesantren yang kurang mampu menjalani kegiatan dan peraturan dengan baik, sehingga mempengaruhi terhadap kondisi siswa pesantren. Hal tersebut merupakan bentuk dari ketidakmampuan siswa dalam menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan penguasaan lingkungan serta penerimaan diri (Ali, 2007). Efek dari padatnya aktivitas maupun kurikulum santri dapat dilihat dari tingkat kenyamanan santri ketika menempuh pelajaran maupun kesehariannya. Oleh karena itu, indikator penting yang dapat mencerminkan perkembangan santri adalah memperhatikan kualitas kehidupannya (Elmore dan Huebner, 2010). Siswa membutuhkan kemampuan untuk menciptakan, memilih, dan mengelola lingkungan sekolah agar sesuai dengan kondisi psikologis. Siswa yang sehat secara mental akan mengambil setiap kesempatan positif dari lingkungannya (Fitri, Luawo, dan Noor, 2017).

Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi dimana seseorang dapat memenuhi kriteria fungsi psikologisnya secara positif. Seperti mampu memahami dirinya dengan baik sehingga dapat menerima keadaannya, memiliki kemampuan membangun hubungan hangat dengan orang lain, memiliki kontrol terhadap dirinya maupun lingkungannya, dapat mengelola tekanan sosial, memahami arti hidup serta memiliki keinginan untuk selalu meningkatkan potensi yang dimilikinya. Terdapat enam aspek yang penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis, yaitu terdiri dari (a) aspek penerimaan diri yaitu menilai diri sendiri secara positif, (b) aspek hubungan positif dengan orang lain yaitu membangun hubungan secara baik dan hangat dengan orang lain, (c) aspek otonomi yaitu memiliki kuasa dalam membuat keputusan untuk diri sendiri, (d) aspek penguasaan lingkungan yaitu mengendalikan lingkungan sesuai dengan kebutuhan, (e) aspek tujuan hidup yaitu mempunyai



perasaan terarah dalam hidup, dan (f) aspek pengembangan diri yaitu memiliki keinginan untuk mengembangkan diri (Ryff, 1989)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyaningrum dkk (2022) pada santri di Indonesia menunjukkan bahwa 16 santri memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah, sebesar 69 santri memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang, dan sisanya 15 santri memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Tasnim dan Satwika (2021) pada santri di pondok pesantren x, dalam penelitiannya berdasarkan hasil didapatkan partisipan yang tergolong memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sebanyak 11 santri (19,64%), 36 santri (64,29%) kategori sedang, dan 9 santri (16,07%) kategori rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada siswa masih tergolong sedang menuju rendah. Peneliti melakukan wawancara dengan siswa yang bersekolah di salah satu pesantren x terkait aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 6 aspek, dapat diketahui bahwa 8 dari 10 siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Seharusnya remaja memerlukan kesejahteraan psikologis yang optimal untuk memberikan bekal dalam menghadapi kehidupan, sehingga siswa dapat merefleksikannya di masa yang akan datang. Kehidupan yang dijalankan tentunya akan memberi dampak terhadap kesejahteraan psikologis. Remaja akan dapat mengoptimalkan diri dengan baik karena mampu memandang dirinya dan masa depannya secara positif, sehingga menunjukkan perilaku yang mendorong kepada kondisi sejahtera (Linawati & Desiningrum, 2018).

Dalam mencapai kesejahteraan psikologis tentunya terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Keyes (1995) yaitu usia, jenis kelamin, kepribadian, dukungan sosial, religiusitas, sosial ekonomi dan budaya. Berdasarkan faktor yang sudah dipaparkan, peneliti memilih tipe kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya. Alasan pemilihan faktor kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya karena sejumlah penelitian (Costa & McCrae, 1980; Mufidha, 2019) menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa. Menurut Eysenck dan Wilson (1980) kepribadian ekstrovert adalah individu menyukai interaksi sosial sehingga mudah bergaul, memiliki banyak teman, dan beraktivitas dengan orang lain. Individu dengan kepribadian ekstrovert cenderung menggunakan energi ke arah lingkungannya. Kepribadian ekstrovert memiliki beberapa aspek-aspek : (a) *activity* yaitu memiliki semangat dalam menjalankan aktivitas, (b) *sociability* yaitu mudah adaptasi dan sosialisasi, (c) *impulsiveness* yaitu bertindak tergesa-gesa dan sulit ditebak, (d) *expressiveness* yaitu kebebasan berekspresi, (e) *risk taking* yaitu berani dalam mengambil



resiko, (f) *responsibility* yaitu bertanggungjawab dan dapat diandalkan, (g) *reflectiveness* yaitu melakukan sesuatu secara praktis (Eysenck & Wilson, 1980).

Selain tipe kepribadian ekstrovert, terdapat faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial teman sebaya merupakan dukungan yang diberikan oleh teman sebayanya dengan tujuan membuat individu menjadi seseorang yang diinginkan dan lebih baik di masa yang akan datang (Solomon, 2004). Solomon (2004) menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari tiga aspek : (a) dukungan emosional yaitu bantuan dalam bentuk empati, (b) dukungan instrumental yaitu bantuan dalam bentuk jasa maupun barang, (c) dukungan informasional yaitu bantuan dalam bentuk informasi atau nasihat. Menurut Santrock (2002) dukungan sosial dapat berasal dari mana saja, salah satunya adalah kelompok teman sebaya. Teman sebaya merupakan sekumpulan anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kedewasaan yang relatif sama. Terutama selama masa remaja, terdapat tekanan yang kuat untuk mengikuti teman sebayanya, sehingga teman sebaya mempunyai peran dalam menjadi sumber dukungan sosial. Menurut Friantika dan Wardani (2019) individu yang mendapat dukungan seperti semangat dan kehangatan dari teman sebayanya mampu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut dengan kesejahteraan psikologis. Namun, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan tersebut pada siswa pesantren. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk memperbarui pengetahuan tersebut dengan mengkaji hubungan antara kepribadian ekstrovert, dukungan sosial teman sebaya, dan kesejahteraan psikologis pada siswa pesantren. Melalui pemahaman lebih lanjut tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan dan intervensi yang tepat untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa pesantren.

METODE

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 200 siswa pesantren yang berusia antara 12-18 tahun dan bersekolah di pesantren X. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Skala Likert dan Skala Guttman. Data dalam penelitian ini didapatkan dari tiga skala yaitu Skala Kesejahteraan Psikologis, Skala Kepribadian Ekstrovert, dan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.

Kesejahteraan Psikologis diukur menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang di adaptasi dari Rifani (2019) dengan mengacu pada aspek-aspek menurut Ryff (1989). Skala Kesejahteraan



Psikologis memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,915 dan terdapat 32 aitem yang. Sementara kepribadian ekstrovert diukur menggunakan skala kepribadian ekstrovert yang diadaptasi dari alat EPI (*Eysenck's Personality Inventory*) dan telah diterjemahkan ke bahasa Indonesia. Mengacu pada aspek-aspek menurut Eysenck dan Wilson (1980). Skala kepribadian ekstrovert memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,821 dan terdapat 20 aitem yang valid. Selanjutnya dukungan sosial teman sebaya diukur menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang dimodifikasi dari Monica (2018) dengan mengacu pada aspek-aspek Solomon (2004). Skala dukungan sosial teman sebaya memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,938 dan terdapat 33 aitem yang valid.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ada dua, yaitu teknik korelasi *product moment* dan analisis regresi berganda. Untuk menguji ada tidaknya hubungan antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis. Pengumpulan data dilakukan secara *offline*. Teknik analisis penelitian menggunakan bantuan program SPSS versi 22.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui hasil normalitas dan linearitas. Hasil uji normalitas variabel kesejahteraan psikologis diperoleh K-SZ sebesar 0,071 dengan $p = 0,016$ ($p \leq 0,050$), variabel kepribadian ekstrovert diperoleh K-SZ sebesar 0,097 dengan $p = 0,000$ ($p \leq 0,050$), dan variabel dukungan sosial teman sebaya diperoleh K-SZ sebesar 0,124 dengan $p = 0,000$ ($p \leq 0,050$). Maka data penelitian ini bersifat *non parametric* yaitu merupakan metode statistik yang dapat digunakan dengan mengabaikan asumsi-asumsi yang melandasi penggunaan metode statistik parametrik terutama yang berkaitan dengan distribusi normal. Menurut (Hadi, 2004) hasil akhir tidak dipengaruhi oleh normal atau tidaknya suatu data, selama subjek penelitian berada dalam jumlah besar atau $N \geq 30$. Berdasarkan penjelasan tersebut maka uji linearitas dan uji hipotesis tetap bisa dilakukan, karena jumlah subjek pada penelitian ini adalah $N=200$ ($N \geq 30$). Hasil uji linieritas variabel kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis diperoleh $F = 0,293$ dengan $p = 0,589$ ($p > 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa hubungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang tidak linier. Sedangkan hasil uji linieritas variabel dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis diperoleh $F = 68,350$ dengan $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang linier.

Hasil data penelitian analisis uji regresi berganda menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis, dengan koefisien sebesar $R = 0,504$ serta nilai signifikansi $F = 33,465$ dan $p = 0,000$ ($P \leq 0,05$) yang berarti



kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berkaitan dengan kesejahteraan psikologis yang dialami oleh siswa pesantren x. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh banyak faktor seperti usia, jenis kelamin, dukungan sosial, kepribadian, budaya, dan sosial ekonomi (Ryff & Keyes, 1995) Kepribadian ekstrovert merupakan cara individu ketika merespon serta berinteraksi dengan orang lain cenderung ke arah eksternal seperti mudah berteman, menyukai kegiatan yang melibatkan sosial, dan energik. Dengan menyukai aktivitas sosial membuat individu dengan kepribadian ekstrovert menjadi lebih mudah dalam membentuk hubungan dengan orang lain, kemudian sikap ramah dan terbuka menjadikan individu dapat mempertahankan hubungannya. Sejalan dengan penelitian (Bestari, 2016) bahwa kecenderungan kepribadian ekstrovert memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti tidak menemukan hubungan antara kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis. Kumar dkk., (2023) menyatakan bahwa korelasi antara kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis hanya pada aspek hubungan dengan orang lain, namun tidak ditemukan pada aspek kesejahteraan psikologis lainnya. Kepribadian ekstrovert merupakan kepribadian yang dimiliki oleh individu yang energik dan menyukai aktivitas sosial sehingga mudah berteman. Faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat membantu individu mengoptimalkan fungsi kehidupannya (Wijaya, Sahrani, dan Dewi, 2020). Dalam mencapai kondisi tersebut individu tentu membutuhkan orang lain, terlebih lagi orang-orang yang mengelilingi individu tersebut. Salah satu sumber yang berkontribusi dalam memberikan dukungan adalah teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan bantuan yang berupa materi, informasi, serta penghargaan antar sesama. Sehingga dukungan berpengaruh baik bagi individu daripada individu yang tidak mendapat dukungan dari teman sesamanya.

Sekolah mempunyai peran strategis dalam memperkecil munculnya berbagai permasalahan pada siswa, untuk menumbuhkan dan mengembangkan harga diri, nilai serta moral. Sehingga dapat mengembangkan kehidupan yang bahagia dan sejahtera (Ilhamuddin et al., 2017). Pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis keagamaan yang mempunyai ciri khasnya tersendiri, salah satunya adalah mewajibkan siswa nya untuk tinggal di sebuah asrama. Penelitian dengan subjek siswa pesantren menunjukkan salah satu faktor positif kesejahteraan psikologis adalah teman yang menyenangkan (Hamdana & Alhamdu, 2015). Menurut teori belajar sosial Albert Bandura (dalam Lesilolo, 2018) interaksi dari perilaku, kepribadian, dan lingkungan dapat saling berbalasan atau



memiliki kontribusi yang setara. Potensi relatif ketiganya beragam, tergantung pribadi dan situasinya. Pada waktu tertentu perilaku mungkin lebih kuat pengaruhnya.

Maka dari itu kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya mempunyai peran penting untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Hal tersebut diperlukan untuk menunjang kemudahan siswa untuk menerima diri sendiri, memiliki tujuan hidup serta dapat meningkatkan kemampuan yang dimilikinya sehingga dapat mencapai kondisi psikologis yang sejahtera. Kendala yang dihadapi dalam penelitian ini ada pada proses pengambilan data karena lokasi penelitian ini di pesantren maka kelas serta asrama siswa laki-laki dan perempuan dipisah. Kondisi tersebut menjadi kendala saat peneliti mengambil data pada siswa laki-laki yang membuat peneliti lebih terbatas dalam mengakses daerah siswa laki-laki. Sehingga data yang didapat menjadi kurang seimbang dikarenakan jumlah partisipan didominasi oleh siswa perempuan. Kendala lain yang dihadapi peneliti adalah mendapatkan referensi terkait penggunaan skala guttman dan skala likert dalam suatu penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan, pada uji hipotesis hasil pertama dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang positif antara kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis pada siswa pesantren x. Pada uji hipotesis kedua, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya kesejahteraan psikologis pada siswa pesantren x. Sedangkan, pada uji hipotesis penelitian ketiga, disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya kesejahteraan psikologis pada siswa pesantren x. Artinya terdapat pengaruh antara kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kepribadian ekstrovert dan dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah kesejahteraan psikologis pada siswa.

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti kepada siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah dapat ditingkatkan dengan cara mengeksplorasi kelebihan yang dimiliki, menjadikan kekurangan sebagai tantangan untuk meningkatkan diri sehingga dapat menyusun tujuan yang akan dicapai ke depannya. Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis tidak sepenuhnya usaha dari diri sendiri, akan tetapi membutuhkan teman untuk melengkapi aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang utuh. Bagi peneliti yang memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama sebaiknya dapat menggunakan faktor-faktor lain dari kesejahteraan psikologis seperti diketahui bahwa kepribadian tidak menjadi faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Peneliti selanjutnya



dapat memilih subjek yang berbeda supaya melihat keadaan kondisi kesejahteraan psikologis yang dimilikinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsita, M., Nurhadi, & Budiati, A. C. (2015). Rasionalitas Pilihan Orang Tua Terhadap Pesantren Sebagai Lembaga Pendidikan Remaja Awal. *Sosialitas : Jurnal Ilmiah Pend. Sos Ant*, 5(2).
- Bestari, W. A. (2016). Pengaruh Kecenderungan Ekstraversi dengan Dimoderatori oleh Religiuisitas terhadap Psychological Well Being pada Remaja. *Psychology Forum UMM*, 499–505.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being: Happy and Unhappy People. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668>.
- Elmore, G. M., & Huebner, E. S. (2010). Adolescents' Satisfaction with School Experiences: Relationships with Demographics, Attachment Relationships, and School Engagement Behavior. *Psychology in the Schools*, 47(6), 525–537. <https://doi.org/10.1002/pits.20488>
- Eysenck, H., & Wilson, G. (1980). *Mengenal Diri Pribadi*. Jakarta : Sungguh Bersaudara
- Friantika, D., & Wardani, I. R. K. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri Akademik dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren. In *Naskah Publikasi Program Studi Psikologi*.
- Fuad, M., & Budiyo, A. (2012). Pola Kelekatan di Kalangan Santri Usia Remaja Awal (Studi Kasus di Pondok Pesantren Anwarussholihin Pamujan Teluk, Banyumas). *Personifikasi*, 3(2).
- Hadi, S. (2004). *Penelitian Research*. Yogyakarta : BPPE.
- Hamdana, F., & Alhamdu. (2015). Subjective Well-Being dan Prestasi Belajar Siswa Akselerasi MAN 3 Palembang. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 115–124.
- Hidayat, M. (2016). Model Komunikasi Kyai dengan Santri di Pesantren. *Jurnal Komunikasi ASPIKOM*, 2(6), 385–395. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v2i6.89>
- Ilhamuddin, M. F., Muslihati, & Handarini, D. M. (2017). Hubungan Religiusitas, Optimism, Social Support, dan Psychological Well-Being Peserta Didik MAN Se-Kota Malang. *Jurnal Pendidikan : Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(3), 350–355. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2018). Hubungan antara Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*, 6(3), 105–109.
- Monica. (2018). *Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dan Perilaku Sehat pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia*. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/7328>
- Mufidha, A. (2019). Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor Psychological Well-Being pada Remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>



- Oktaviani, Z. A., & Suprpti, V. (2021). Pengaruh Psychological Well-Being terhadap Stres Akademik Siswa SMA di Masa Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 965–975. <https://doi.org/10.20473/BRPKM.V1I1.27667>
- Rifani, A. (2019). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Penyandang Tunanetra Di Yogyakarta*.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4). <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Solomon, P. (2004). Peer Support/Peer Provided Services Underlying Processes, Benefits, and Critical Ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27(4). <https://doi.org/10.2975/27.2004.392.401>