HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA KELAS KARYAWAN DI FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS ICHSAN GORONTALO

Fendi Ntobuo[1] Lenny Syamsuddin[2] Salma Tou[3]

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

ABSTRACT

SALMA TOU. The Relationship Between Friends Social Support and Psychological Well-Being in Employee Class Students at the Faculty of Economics, Gorontalo Ichsan University. Supervised by FENDI NTOBUO as chairman and LENNY SYAMSUDDIN as member

This research aims to determine the relationship between friends support and psychological well-being in employee class students at the Faculty of Economics, Ichsan University, Gorontalo. This research uses quantitative research methods. This research took a population of employee class students at the Faculty of Economics, Ichsan University. The sample used the entire population of 88 employee class students. The data collection method uses a peer support scale and a psychological well-being scale using a Likert scale model. The data analysis technique uses Spearman rank correlation analysis. The results of the analysis obtained a p value = 0.001 (p < 0.05) with a significance level of 0.510, indicating there is a significant relationship between peer support and psychological well-being in employee class students at the Faculty of Economics, Gorontalo Ichsan University.

Keywords: Friends Social Support, Psychological Well-Being, Employee Class Student

A. PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, berbagai jenis kebutuhan semakin meningkat dan kompleks. Kebutuhan penting bagi manusia salah satunya, yaitu kebutuhan akan pendidikan. Individu yang telah lulus dari sekolah menengah atas atau pendidikan yang sederajat akan dihadapkan pada dua pilihan, yaitu bekerja atau melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Perkembangan ini terjadi pada masa pertumbuhan yang mana individu tersebut masih mendalami jalur karir yang dipilih (Ningrum, 2020). Peristiwa belajar sambil bekerja adalah bukan suatu hal baru di Indonesia dapat dilihat dari banyaknya perguruan tinggi negeri dan swasta yang membuka kelas khusus untuk karyawan (Triwijayanti & Astiti, 2019). Kebanyakan

individu setelah lulus sekolah menengah atas akan melanjutkan ke perguruan tinggi di negara maju sebagai bagian perubahan menuju kedewasaan untuk menjadi mahasiswa.

Mahasiswa dipandang sebagai individu yang telah mencapai kedewasaan secara fisik, kognitif dan psikologis. Namun, sebagai seorang mahasiswa tentu saja terdapat berbagai macam kebutuhan (Handayani, 2018). Sehingga, beberapa mahasiswa memutuskan untuk mencari jalan keluar dengan cara bekerja. Namun, melaksanakan kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah karena mahasiswa dituntut untuk dapat menjalankan tanggung jawab dan tugasnya dengan baik, mulai dari mengatur waktu antara kuliah dan bekerja, kedisiplinan, hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dan memperhatikan kondisi fisik karena harus membagi perannya sebagai mahasiswa dan karyawan. Banyaknya masalah dan tugas perkembangan yang dihadapi oleh individu membuat individu sulit mencapai *psychological well being* yang optimal (Ismail & Indrawati, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian (R.Ismail & E.Indrawati, 2013) tentang hubungan dukungan sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi ekonomi manajemen semarang, diketahui bahwa 6,7% mahasiswa berada pada kategori sangat rendah, 26,7% rendah, 38,1% sedang, 21,9% tinggi dan sangat tinggi 6,7%. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa *Psychological well being* mahasiswa pada kategori sedang. Penelitian dari studi tersebut diperkuat dengan hasil wawancara berdasarkan sesuai aspek-aspek *psychological well being* menurut Ryff (1989) dalam (Indrawati, 2019) yang dilakukan pada mahasiswa aktif kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo dan juga terdaftar sebagai karyawan di berbagai perusahaan atau bidang pekerjaan lainnya.

Berdasarkan observasi data awal pada tanggal 7 Juni 2023, yang dilakukan pada mahasiswa kelas karyawan di Univesitas Ichsan Gorontalo. Peneliti menemukan bahwa 4 dari 6 mahasiswa masih membandingkan keadaan dengan mahasiswa lain yang tidak bekerja, mahasiswa merasa memiliki keadaan ekonomi yang kurang baik sehingga terpaksa untuk bekerja. Dan 2 mahasiswa juga merasa bahwa mereka sering tidak memiliki waktu untuk membahagiakan diri sendiri karena kesibukan mereka. Hal tersebut membuat mahasiswa mengurangi waktu bersosialisasi dengan teman-teman di lingkungan kuliah dan pekerjaannya, sehingga mahasiswa hanya memiliki sedikit teman dan sahabat, hal ini disadari oleh mahasiswa karena terbatasnya waktu untuk bersosialisasi dengan teman kuliah dan rekan kerja lainnya. Sehingga teman kuliah

dan rekan kerja yang merasa kurang akrab dengan mahasiswa dalam kegiatan kuliah dan pekerjaan, mahasiswa tidak mendapatkan bantuan dari teman sebaya dan rekan kerja terkait penyelesaian tugas yang diberikan oleh dosen dalam hal menggunakan pekerjaannya.

Hasil *interview*, bahwa mahasiswa merasa kesulitan dalam mengambil keputusan baik di lingkungan kerja maupun kampus, karena hubungan dengan teman-teman kerja dan teman kampus. Hal ini juga mengakibatkan mahasiswa sulit menilai dirinya sendiri karena kurangnya *feedback* atau saran. Dalam lingkungan kerja, mahasiswa merasa tidak terlalu dianggap karena kurang minimnya waktu untuk bersosialisasi sehingga tidak mendapatkan bantuan dalam menyelesaikan pekerjaan dari rekan kerjanya sehingga mahasiswa merasa tidak diperhatikan dalam menyelesaikan pekerjaan dari rekan kerja sehingga mahasiswa merasa kebingungan dengan tugas yang diberikan dan hanya ada beberapa teman yang membantu, hal ini terkadang membuat mahasiswa merasa tidak nyaman dengan lingkungan kerjanya. Selain itu, mahasiswa mengganggap bahwa mereka belum memiliki tujuan hidup yang jelas, mahasiswa juga belum memilki arah dan pencapaian yang jelas, tetapi hanya mengalir dalam akivitasnya. Dengan adanya permasalahan yang dihadapi, mahasiswa merasa belum dapat mengembangkan diri secara optimal baik di lingkungan kerja ataupun lingkungan kampus, mahasiswa juga tertekan dengan pekerjaan yang harus mereka hadapi ditambah dengan tugas-tugas kuliah tersebut.

Dari hasil *interview* tersebut, peneliti menemukan bahwa dari 6 aspek *psychological well-being* adalah aspek penerimaan diri dimana masih mahasiswa masih membanding- bandingkan keadaanya dengan mahasiswa lain. Aspek otonomi, mahasiswa kesulitan untuk mengambil keputusan dan menilai diri sendiri. Aspek penguasaan lingkungan, mahasiswa merasa kurang nyaman dengan lingkungan kerjanya. Aspek tujuan hidup, mahasiswa merasa belum dapat mengembangkan diri secara optimal baik di lingkungan kerja atapun lingkungan kampus. Hasil wawancara dan penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* yang dimiliki mahasiswa yang bekerja masih belum baik ditinjau dari keenam aspek *psychological well-being*.

Dalam penelitian (Putri & Rustika, 2017) mengungkapkan bahwa dengan adanya kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) akan membuat mahasiswa memilki kebahagiaan dan mencapai potensi psikologis secara menyeluruh, sehingga mahasiswa mampu berfungsi secara optimal, berkaitan dengan keinginan untuk mengembangkan diri menjadi lebih produktif melalui bimbingan

dan makna hidup. *Psychological well-being* dapat tercapai apabila individu berusaha mewujudkan tujuan dalam hidup sehingga mampu mengembangkan diri dengan baik, individu yang memperoleh *psychological well-being* ditandai dengan diperolehnya kepuasan hidup, kebahagiaan, dan tidak munculnya tanda – tanda depresi (Ryff, 1989) dalam (Hafilia & Priyambodo, 2022). Yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* ada beberapa faktor, yaitu faktor demografi (status sosial ekonomi, usia, dan jenis kelamin), budaya dan dukungan sosial. Selain itu faktor-faktor diatas peneliti memilih salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* yaitu dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Setyawati et al., 2022) mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada remaja di UPT PRSMP Surabaya diketahui adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada remaja dengan asumsi bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh remaja binaan di UPT PRSMP Surabaya maka akan semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis remaja binaan tersebut. Pemilihan faktor-faktor di atas didukung oleh hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo berdasarkan aspek *psychological well-being,* diketahui bahwa mahasiswa merasa belum mendapat dukungan sosial dari teman sekelas atau rekan kerja karena kesibukannya, hal ini yang dirasakan oleh mahasiswa kesulitan dalam memperoleh informasi tentang kegiatan perkuliahan dan memenuhi kewajiban mereka.

Al Amelia et al., (2022) mendefinisikan secara umum dukungan sosial adalah menolong seseorang untuk menyelesaikan masalah seperti nasihat, bimbingan, perhatian, dan juga dapat berupa barang atau jasa yang diberikan oleh teman atau keluarga. Dukungan dari teman sebaya ini merujuk pada kenyamanan, kepedulian, dan segala bentuk bantuan lainnya yang diterima dari orang lain ata kelompok. Tidak adanya dukungan sosial teman sebaya dapat menimbulkan seseorang kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Situngkir, 2021) dukungan terbesar yang didapat mahasiswa dalam menyelesaikan masalah mereka adalah teman sebaya. Mahasiswa yang enggan untuk meminta bantuan dengan temannya atau merasa malu atas ketidakmampuannya.

Hubungan yang baik dengan teman sebaya merupakan salah satu hubungan yang dapat membantu dalam penyesuaian pada diri mahasiswa terkait kebutuhan yang diperlukan. Semakin banyak yang

memberikan dukungan sosial maka semakin sehat pula kehidupan seseorang. Pemberian dukungan sosial kepada individu akan memberikan dampak yang baik bagi individu, yaitu individu akan memberikan dampak yang baik bagi individu, yaitu individu akan mampu menangani berbagai situasi dan menemukan solusi dari tantangan dan masalah yang dihadapinya, sehingga individu dapat beradaptasi dengan keadaan dan memungkinkan untuk meningkatkan *psychological well being* mereka. Suasana hati yang bahagia dan diterima diri adalah salah satu tanda *psychological well being*. *Psychological well being* itu sendiri dapat dicapai jika individu berusaha untuk mewujudkan tujuan hidup dan menjaga hubungan positif dengan orang lain sehingga mampu mengembangkan dirinya dengan baik.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Populasi dan Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo yang berjumlah 88 orang mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Teknik penentuan sampel ini bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yakni: (1) skala dukungan sosial teman sebaya, disusun berdasarkan aspek dukungan sosial teman sebaya menurut House (Yanti & Hermaleni, 2019). (2) skala *psychological well-being,* disusun berdasarkan aspek *psychological well-being* menurut Ryff (Wikanestri, dan Prabowo, 2015).

Untuk menguji data yang diperoleh maka teknik analisis yang digunakan secara statistik adalah dengan menggunakan teknik analisis korelasi *spearman rank*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala dukungan sosial teman sebaya dan *psychological well-being*. Adapun rincian skala sebagai berikut:

- Skala dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 30 item, disusun berdasarkan *favorable* 11 item, *unfavorable* 19 item dengan rincian aspek sebagai berikut: (1) dukungan emosional 11 item, (2) dukungan penilaian 8 item, (3) dukungan informaif 4 item, (4) dukungan instrumental 7 item.
- Skala *psychological well-being* terdiri dari 25 item, disusun berdasarkan *favorable* 12 item, *unfavorable* 13 item dengan rincian aspek sebgai berikut: (1) kemandirian (*autonomy*) 4 item, (2) penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) 5 item, (3) pertumbuhan diri (*personal growth*) 4 item, (4) hubungan

positif dengan orang lain (*positive relation with others*) 4 item, (5) tujuan hidup (*purposive in life*) 3 item, (6) penerimaan diri (*self acceptance*) 5 item.

Hasil Univariat

Dari hasil analisis univariat dihasilkan distribusi, frekuensi dan karakteristik responden dari variabel yang diteliti, seperti pada tabel berikut ini:

Deskriptif Statistik

Tabel 1. Deskripsi statistik variabel

Variabel	Min	Max	Mean	SD
Dukungan teman sebaya	78	94	88	26.6052
Psychological well-being	62	78	71	28.7476

Sumber : Olahan data primer (2023)

Dukungan sosial teman sebaya minimal 78, nilai maksimal 94, nilai rata-rata 88 dan standar deviasi diperoleh nilai 26.6052. sedangkan pada variabel *psychological well-being* diperoleh nilai minimal 62, nilai maksimal 78, nilai rata-rata 71 dan standar deviasi diperoleh nilai 28.7476.

Kategori Dukungan Sosial Teman Sebaya

Tabel 2 Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Presentase %
Rendah X < 85	9	10.2
Sedang 85 <= X < 91	67	76.1
Tinggi X > 91	12	13.6
Total	**88**	**100**

Sumber: Olahan data primer (2023)

Data di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya mahasiswa kelas karyawan sebagian besar pada kategori sedang yakni berjumlah 67 orang (76.1%), selanjutnya dukungan teman sebaya kategori tinggi berjumlah 12 orang (13.6%), sedangkan dengan kategori rendah berjumlah 9 orang (10.2%).

Kategori *Psychological Well-Being*

Tabel 3 Psychological Well-Being

Psychological well-being	Frekuensi	Presentase%
Rendah X < 67	9	10.2
Sedang 67 <= X < 73	62	70.5
Tinggi X > 73	17	19.3
Total	**88**	**100**

Sumber: Olahan data primer (2023)

Data di atas menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan sebagian besar pada kategori sedang berjumlah 62 orang (10.2%), sedangkan kategori tinggi tinggi yakni berjumlah 17 orang (19.3%), selanjutnya *psychological well-being* dengan kategori rendah berjumlah 9 orang (10.2%).

Hasil Bivariat

Hasil Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogrov-smirnov* dengan bantuan SPSS versi 23 *for windows.* Diperoleh bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya berdistribusi normal K-S Z= 0,120, dengan p=0,045 (p>0,05).

Sedangkan sebaran pada variabel *psychological well-being* diperoleh sebaran data yang sebaran data yang juga berdistribusi normal K-S Z=0,115 dengan p=0,200 (p>0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel ini yaitu Dukungan Teman Sebaya dan *Psychological well-being* memiliki distribusi normal.

Hasil Uji Homogenitas

Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan aplikasi spss versi 23 *for windows*. Dasar pengambilan keputusan untuk mengetahui homogenitas suatu data dalam uji homogenitas yaitu apabila nilai signifikan > 0,05 maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama atau sebaliknya. Diperoleh bahwa variabel penelitian dinyatakan homogen dengan nilai signifikan diperoleh sebesar 0,015. Dinyatakan homogen karena nilai 0,015 > 0,05.

Hasil Uji Linearitas

Diperoleh *F Deviation From Linearity* kedua variabel diatas yaitu *F*= 1,737 dengan p= 0,221 (p>0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa tingkat korelasi atau hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,001, karena nilai Sig.(2-tailed) <0,05 maka menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo. Diperoleh angka koefisien sebesar korelasi sebesar 0,510 artinya tingkat korelasi/hubungannya adalah hubungan yang cukup kuat.

PEMBAHASAN

1. Dukungan Sosial Teman Sebaya pada mahasiswa kelas karyawan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo yang sudah di uraikan sebelumnya didapatkan hasil uji kategorisasi dukungan teman sebaya pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo dari 88 responden yang memiliki kategori tinggi sebanyak 12 responden dengan persentase 13,6%. pada kategori sedang sebanyak 67 responden dengan persentase 76,1% dan pada kategori rendah sebanyak 9 responden dengan persentase 10,2%. Dukungan teman

sebaya bagi mahasiswa kelas karyawan dapat tercermin dalam kolaborasi saling membantu dalam jadwal kuliah yang padat, berbagi catatan, dan memberikan dukungan emosional untuk mengatasi tantangan bersama. Mereka juga membentuk kelompok studi atau forum diskusi untuk meningkatkan pemahaman materi.

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dilihat bahwa mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo memiliki dukungan teman sebaya pada taraf sedang karena dapat diketahui dari gambaran aspek dukungan teman sebaya mahasiswa yang tergolong dalam kategori sedang, dimana dari 4 aspek yang diteliti terdapat satu aspek yang mendominasi yaitu aspek tentang dukungan emosional oleh mahasiswa kelas karyawan yaitu sebesar 74,1%. Aspek ini berhubungan dengan perilaku dukungan sosial teman sebaya sehingga dapat memberikan dukungan emosional yang baik. Artinya melalui gambaran aspek tersebut dapat diketahui bahwa mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo memiliki kelompok studi dengan teman sebaya untuk saling membantu memahami materi pelajaran dan memecahkan masalah bersama, dapat menjadi sumber inspirasi dan dukungan dalam pengembangan karier, sering mendengarkan keluhan dan atau memberikan semangat, dan saling mengingatkan akan tenggat waktu tugas atau ujian membantu mencegah kelupaan dan mengurangi tekanan waktu.

Pendapat ini sejalan dengan teori oleh Sarafino (2011) dalam (Sa'idah & Laksmiwati, 2017) mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya berupa bantuan yang diberikan oleh seseorang, mahasiswa yang bekerja terkadang mendapatkan bantuan dari rekan-rekannya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Hal ini juga diperkuat dengan teori Baron Byrne (2004) (Samarinda, 2014) bahwa dukungan sosial dapat berupa kenyamanan fisik dan dukungan emosional yang diberikan oleh anggota keluarga dan teman sebaya.

Terdapat dua aspek dalam dukungan teman sebaya yang memiliki kategori sedang yaitu dukungan emosional dan juga dukungan instrumental. Dukungan emosional berupa ungkapan empati, kasih sayang, dan kepedulian individu terhadap seseorang. Artinya individu mendapatkan dukungan emosional yang cukup maka individu tersebut merasa dianggap dan diperhatikan dilingkungannnya. Misalnya ketika mahasiswa merasa bahwa teman-temannya tidak peduli dengannya dan merasa dirinya tidak disukai oleh teman-temannya di kampus, dosen, keluarga atau orang-orang terdekat tersebut memberikan perhatian kepada individu tesebut, sehingga membuat mahasiswa merasa masih ada yang memperhatikan dan peduli terhadap dirinya,

maka artinya mahasiswa tersebut mendapatkan dukungan emosional yang baik. Dukungan instrumental artinya bantuan secara langsung berupa materil, sumbangan dana, uang dan lain sebagainya. Misalnya ketika individu dibantu oleh teman-temannya dalam memfasilitasi kebutuhannya maka mahasiswa tersebut berhasil dalam dukungan instrumentalnya.

Namun berbeda dengan dukungan penghargaan dan dukungan informasi. Dukungan penghargaan adalah ungkapan hormat atau penghargaan terhadap individu. Dukungan ini dapat diberikan oleh orang yang yang merasa kurang percaya diri serta merasa kurang dihargai dan berguna di lingkungannya. Dalam hal ini individu kurang diberikan apresiasi dari teman-temannya ketika mendapat penghargaan dalam sebuah keahlian yang dimiliki, sehingga dukungan penghargaan berada pada kategori kurang. Bantuan informasi artinya suatu bentuk dukungan seperti memberikan solusi atau hal baik kepada mahasiswa, serta memberi saran atau petunjuk ketika meminta pendapat pada teman-temannya. Namun aspek dukungan informasi juga masuk dalam kategorisasi yang kurang.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Cohen, Underwood dan Gottlieb (2000) dalam (Ramadani et al., 2023) menyatakan bahwa dukungan sosial dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut memandangnya untuk mempengaruhi kognisi, emosi dan perilaku. Dukungan sosial dapat memberikan efek yang tepat atau yang diharapkan jika diberikan pada situasi dan kondisi yang tepat.

Beberapa pengertian menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada dilingkungan dapat menjadi dukungan sosial atau tidak tergantung sejauh mana individu merasakan hal itu sebagai dukungan sosial. Dukungan teman sebaya memiliki peran dalam memberikan dorongan berupa pujian agar mahasiswa berusaha dan mendapatkan motivasi. Dukungan teman sebaya yang tinggi pada mahasiswa kelas karyawan dapat merasa terbantu, bersemangat dan merasa diperhatikan. Sarafino (Hanapi et al., 2018) mengungkapkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan kenyamanan pada orang lain, peduli, atau menghargai orang lain. Dukungan sosial dari orang-orang yang sangat penting dalam kehidupan seseorag dapat memberikan *well-being* seseorang.

Berdasarkan pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan teman sebaya pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo berada pada kategorisasi sedang. salah satu faktor yang mempengaruhi dukungan teman sebaya adalah penyedia dukungan dan juga pemerima dukungan. Individu yang berperan sebagai penyedia dukungan harus mengetahui bantuan apa yang dibutuhkan, sehingga penyedia dukungan tahu apa saja

yang harus dilakukan. Selanjutnya bagi individu penerima dukungan harus mempunyai hubungan sosial yang baik sehingga tidak ada kesulitan dalam meminta bantuan.

2. *Psychological well-being* mahasiswa kelas karyawan

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa *psychological well-being* mahasiswa kelas karyawan di Fakultas Ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo memiliki kategori dengan persentase 70,5% yakni 62 responden. Kategori tinggi sebanyak 17 responden dengan persentase 19,3% dan pada kategori rendah sebanyak 9 responden dengan persentase 10,2%.

Berdasarkan hasil wawancara singkat yang peneliti lakukan pada beberapa mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo. Diperoleh data bahwa masing-masing individu merasakan dampak negatif dan dampak positif dari status mereka sebagai mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja. Berbagai alasan melatarbelakangi mahasiswa untuk kuliah sambil bekerja. Alasan utamanya adalah masalah ekonomi yang tidak cukup untuk membiayai kehidupannya selama menjadi mahasiswa dan ingin meringankan beban orangtua dalam hal finansial. Selain itu, alasan lain yang membuat mahasiswa ingin bekerja adalah untuk mencari pengalaman. Namun, ada dampak negatif yang mereka alami antara lain kesulitan dalam mengatur waktu dengan baik, contohnya dalam hal mengerjakan tugas akademik dengan tugas di pekerjaannya dan kurangnya waktu luang untuk berkumpul atau bersosialisasi dengan teman dekat maupun sahabat. Sehingga, yang terjadi mahasiswa seringkali mengalami kelalaian untuk mengerjakan atau melaksanakan sesuatu. Selain itu, mahasiswa seringkali mengalami kelelahan fisik maupun kelelahan mental, karena mahasiswa merasa bahwa memprioritaskan kedua aktivitas yaitu kuliah dan bekerja merupakan tanggung jawab besar yang mereka embani. Banyaknya tuntunan dan tanggung jawab yang harus dilaksanakan bagi mahasiswa yang harus dilaksanakan bagi mahasiswa kuliah sambil bekerja, nyatanya juga memberikan dampak positif yaitu mereka yang dapat mengisi waktu luang, menambah relasi dengan orang baru di dalam tempat pekerjaannya, serta mereka merasa lebih mandiri karena sudah cukup mampu membantu orangtua dalam hal finansial seperti membayar uang kost sendiri dan untuk memenuhi keperluan sehari-hari. Mahasiswa juga mengatakan bahwa mereka dengan kesibukan yang dihadapi masih peduli dan mampu mempertahankan ataupun menaikkan nilai IPK-nya. Dalam hal ini, mahasiswa yang kuliah sambil bekerja ingin mempertanggung jawabkan dan berusaha untuk meraih kepuasan hidupnya dalam status mereka sebagai mahasiswa.

Hal-hal tersebut diyakini bahwa suatu usaha untuk mencapai *well-being* pada masing-masing individu dapat dilihat dari ke enam aspek *psychological well-being,* yaitu terdapat tiga aspek memiliki kategorisasi sedang yang mempengaruhi tingkat *psychological well-being* yaitu aspek tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan penguasaan lingkungan. Artinya bahwa mahasiswa sudah bisa menentukan tujuan hidup kedepannya, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang sekitar sehingga mampu mengendalikan dan mengatur situasi kehidupan yang dihadapi. Pendapat ini sejalan dengan pendapat Ryff (2013) dalam (F. Taslim, R. Ninin, 2021) merupakan pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, sikap positif terhadap orang lain dan memiliki tujuan hidup, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal.

Hal ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Ingersoll-Dayton (2004) dalam (Wahdati, 2022) bahwa dimensi-dimensi *psychological well-being* meliputi *acceptance* (penerimaan) yakni penerimaan individu kehidupan, termasuk penerimaan terhadap diri sendiri maupun takdir.; *harmony* (keselarasan) yaitu kemampuan seseorang dalam membangun hubungan harmonis dengan orang lain seperti keluarga, teman, atau tetangga; *interdependence* (interdepensi) yakni perasaan saling bergantung dan membutuhkan satu sama lain; *enjoyment* (kenikmatan) yakni kemampuan seseorang dalam menikmati hidupnya secara keseluruhan; *respect* (penghormatan) yakni penghormatan dari orang lain menunjukkan bahwa keberadaan seseorang sangat dihargai dalam sebuah komunitas. Penghormatan juga dijadikan penanda kesuksesan sebagai orang yang baik. Kepatuhan anggota keluarga yang lebih muda untuk mendengarkan serta menjalankan nasehat dari anggota keluarga yang lebih adalah manifestasi lain dari rasa hormat.

Pendapat ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Akhtar(2009) dalam (Zahrah & Sukirno, 2022) bahwa *psychological well-being* dapat menstimulasi perilaku dan hal-hal positif seperti kestabilan emosi pada mahasiswa, selain itu, mereka yang memiliki *psychological well-being* yang dapat lebih menikmati hidup. Namun pada kenyataanya yang terjadi adalah masih banyak tingkat *psychological well-being* di lingkungan akademik yang belum tercapai dengan baik. Hal ini sejalan dengan teori Ryff (1989) dalam (Zahrah & Sukirno, 2022) *psychological well-being* yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well-being* mahasiswa.

Kebahagiaan adalah salah satu manifestasi dari seseorang yang merasa hidupnya sejahtera. *Well-being* seseorang juga tidak melulu tentang materi tetapi juga secara psikologis. Menurut (Lilishanty & Maryatmi, 2019) *psychological well-being* menjadi kunci bagi individu untuk sejahtera dan memaksimalkan potensinya dan bersifat subjektif. Artinya seseorang yang sejahtera secara psikologis mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Sehingga mahasiswa mampu berkembang walaupun dengan begitu banyak masalah dan tekanan.

D. PENUTUP

Simpulan

1. Tingkat *Psychological Well-Being* pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo berada pada kategori sedang dengan persentase 70,5%. Artinya bahwa mahasiswa memiliki kondisi yang cukup sejahtera secara psikologis dimana keadaan mahasiswa tersebut ditandai dengan mampu menerima diri apa adanya, dan mampu membentuk hubungan yang baik dengan orang lain.
2. Tingkat Dukungan teman sebaya pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo berada pada kategori sedang dengan persentase 76,1%, artinya mahasiswa menerima dukungan sosial yang cukup untuk menerima situasi yang terjadi dilingkungannya, baik dukungan secara langsung ataupun tidak langsung, misalnya mahasiswa tersebut merasa di berikan perhatian, dan kenyamanan ketika bersama dengan teman-temanya.
3. Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 88 orang mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi di Universitas Ichsan Gorontalo. Hasil tersebut didapatkan dari berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan di Fakultas ekonomi Universitas Ichsan Gorontalo (hipotesis diterima). Dengan nilai korelasi 0,512 dengan p=0,000. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diberikan, maka semakin tinggi *psychological well-being* pada mahasiswa kelas karyawan tersebut. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya yang diberikan maka semakin rendah pula *psychological well-being* nya.

Saran

1. Bagi mahasiswa

   Mahasiswa di kelas dapat membuah kelompok *peer support,* yang bertujuan untuk menjadi tempat saling berbagi (*sharing*) demi memperkuat dukungan teman sebaya. Dan menumbuhkan sikap proaktif dalam kelas, menumbuhkan *sircle* yang positif, dan menumbuhkan sikap kepedulian sesama manusia.

2. Bagi Universitas

   Setelah dilakukannya penelitian ini, diharapkan pihak Universitas untuk dapat lebih memperhatikan kondisi psikologis pada setiap mahasiswa kelas karyawan sehingga dapat menunjang *well being* mahasiswa dengan memberikan dukungan terhadap kebutuhan mahasiswa seperti memberikan semangat.

3. Peneliti Selanjutnya

   Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan tema yang sama dan menjadikan penelitian ini sebagai acuan atau referensi, disarankan untuk mempertimbangkan pengambilan data sehingga dapat menggambarkan hasil penelitian yang berbeda dari penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Al Amelia, S. D., Nainggolan, E. E., & Pratikto, H. (2022). Dukungan sosial dan subjective well-being pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, *2*(1), 58–66.

Hafilia, M. P., & Priyambodo, A. B. (2022). Hubungan Psychological Capital dan Psychological Well-Being Saat Penerapan Pembelajaran Daring Pada Siswa Kelas IX SMP. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH 2022)*, *2020*, 146–164.

Handayani, S. I. & N. (2018). Mahasiswa Yang Bekerja Sambil Kuliah. *Psikologi*, *100*, 153–160.

Indrawati, T. (2019). Pengaruh Resiliensi dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru di PAUD Rawan Bencana ROB. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, *2*(2), 71–82. https://doi.org/10.24042/ajipaud.v2i2.5226

Ningrum, R. (2020). PSYCHOLOGICALWELL-BEING IN WORKING STUDENT. *Journal Psikologi*, 1–12.

Putri, P. N. A., & Rustika, I. M. (2017). Peran Pola Asuh Autoritatif, Efikasi Diri, Dan Perilaku Prososial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Di Program Studi Pendidikan

Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, *4*(1), 151–164. https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p16

R. Ismail & E. Indrawati. (2013). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA MAHASISWA STIE DHARMAPUTERA PROGRAM STUDI EKONOMI MANAJEMEN SEMARANG Rizky. *Jurnal Empati*, 1–8.

Ryff, C. (2018). Psychological Well Be-Ing. *Psikologi*, *04*(01), 40–50.

Saputri, A. E., Raharjo, S. T., & Apsari, N. C. (2019). Dukungan Sosial Keluarga Bagi Orang Dengan Disabilitas Sensorik. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *6*(1), 62. https://doi.org/10.24198/jppm.v6i1.22783

Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan sosial teman sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, *5*(1), 59. https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270

Setyawati, I., Fahiroh, S. A., Poerwanto, A., Author, C., Psikologi, F., Muhammadyah, U., Psikologi, F., & Surabaya, U. M. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di UPT PRSMP Surabaya. *ARCHETYPE: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *5*(1), 1–9.

Situngkir, M. A. (2021). *Mega Apriati Situngkir - Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping*.

Triwijayanti, I. D. A. K., & Astiti, D. P. (2019). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap tingkat work-life balance pada mahasiswa yang bekerja di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, *6*(02), 320. https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p11

Wikanestri, dan Prabowo, . (2015). Psychological Well-Being Pada Pelaku Wirausaha. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, *2013*, 431–439.

Yanti, N., & Hermaleni, T. (2019). Kontribusi Dukungan Sosial Pasangan Terhadap Work Family Conflict Pada Karyawati Bank. *Jurnal Riset Psikologi*, *2019*(3), 1–12.

Zahrah, N. A. N., & Sukirno, R. S. H. (2022). Psychological Well-Being pada Mahasiswa Santri Ditinjau dari Dukungan Sosial & Stress Akademik. *Jurnal Psikologi Integratif*, *10*(2), 189. https://doi.org/10.14421/jpsi.v10i2.2526