



Hubungan Antara Dukungan Emosional dengan *Psychological Well-Being* pada Siswa SMK X

Ifani Candra¹, Ria Okfrima^{2✉}, Yodi Gusriwandi³

^{1,2,3}Universitas Putra Indonesia YPTK Padang

riaokfrima@upiyptk.ac.id

Abstract

Adolescence is a vulnerable period, because it is a transition period from childhood to adulthood. Many things are experienced by adolescents, so this period is also considered an important period for supervision by parents and their environment. Adolescents who have good psychological well-being will be able to face their adolescence well, and to obtain this, social support is needed, both from family, friends, and their environment. This research aims to determine empirically the relationship between emotional support and psychological well-being in class XI students of vocational school X. The independent variable in this research is the emotional support while the dependent variable is psychological well-being. The population in this study was all class XI students, totaling 156 students. The measuring instrument used in this research is the emotional support and psychological well-being scale. The sampling technique in this research was simple random sampling technique. The sample in this research was 114. The validity coefficient of the emotional support scale obtained a corrected item-total correlation value ranging from 0.426 to 0.822, with a reliability coefficient of 0.934. For the validity coefficient of the psychological well-being scale, the corrected item-total correlation value was obtained ranging from 0.307 to 0.747 with a reliability coefficient of 0.790. The hypothesis test results obtained were 0.616 with a significance level of 0.000, which means there is a strong and very significant relationship between emotional support and psychological well-being, which means the hypothesis is accepted where the direction of the relationship is positive between emotional support and psychological well-being. With an effective contribution of 38%, this means that emotional support has an effect on student psychological well-being.

Keywords: emotional support, psychological well-being, students, school, Padang

Abstrak

Masa remaja merupakan masa yang rentan, dikarenakan merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Banyak hal yang dilalui oleh remaja, sehingga masa ini juga dianggap masa yang penting dilakukan pengawasan oleh orangtua dan lingkungannya. Remaja yang memiliki *psychological well-being* yang baik, akan mampu menghadapi masa remajanya dengan baik, dan untuk memperoleh itu dibutuhkan dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, dan lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* pada siswa SMK X. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan emosional sedangkan variabel terikat adalah *psychological well-being*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang berjumlah 156 siswa. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan emosional dan *psychological well-being*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 114. Koefisien validitas skala dukungan emosional diperoleh nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,426 sampai dengan 0,822, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,934. Untuk koefisien validitas skala *psychological well-being* diperoleh nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,307 sampai dengan 0,747 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,790. Hasil uji hipotesis diperoleh 0,616 dengan taraf signifikansi 0,000 yang berarti terdapat hubungan yang kuat dan sangat signifikan antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* yang berarti hipotesis diterima dimana arah hubungan yang positif antara dukungan emosional dengan *psychological well-being*. Dengan sumbangan efektif sebesar 38% yang berarti dukungan emosional berpengaruh terhadap *psychological well-being* siswa.

Kata kunci: dukungan emosional, *psychological well-being*, siswa, sekolah, Padang

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Pendidikan adalah proses yang membantu seseorang menjadi versi dirinya yang lebih baik untuk mencapai hasil pendidikan yang terbaik, seseorang harus mengikuti berbagai jalur pendidikan, dengan memberikan penekanan yang sama pada pendidikan formal yang diterima di sekolah serta pendidikan non-

formal yang diterima di masyarakat dan di keluarga [1]. Pendidikan bisa juga disebut mata rantai dalam kehidupan, jika pendidikan tidak berjalan dengan semestinya, maka hal ini akan sangat berpengaruh bagi kehidupan bangsa, maju tidaknya suatu bangsa sangat berkaitan dengan kualitas pendidikan yang dilaksanakan, jika pendidikan yang dilaksanakan berjalan dengan baik maka bangsanya akan maju dan

generasi penerus bangsa yang sukses merupakan hasil dari keberhasilan pendidikan. Hubungan timbal balik terjadi antara pendidikan dengan kehidupan sosial masyarakat. Oleh karena itu, pendidikan memiliki tanggung jawab besar dalam menghantarkan generasi penerus bangsa dalam menghadapi perkembangan zaman [2].

Pendidikan merupakan faktor penting dalam peningkatan sumber daya manusia untuk mewujudkan kehidupan yang ber kesejahteraan. Karena ada tiga jalur pendidikan di Indonesia: pendidikan formal, informal, serta non-formal, maka tidak ada kekurangan pendidikan pada kehidupan dikarenakan pendidikan tidak dapat diperoleh di sekolah formal saja. Pendidikan formal yakni pendidikan yang bertingkat serta terkordinasi meliputi pendidikan dasar, menengah, serta tinggi. Pendidikan Non-Formal yang bertingkat serta terstruktur di luar melalui pendidikan formal. Pada dasarnya, salah satu kebutuhan individu yang paling mendasar untuk meningkatkan taraf hidup dan mencapai tahap kehidupan yang lebih menguntungkan dan maju [1]. Setiap orang memiliki konsep ideal dalam hidupnya, salah satu konsep ideal tersebut adalah [3].

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan salah satu bentuk kesejahteraan yang cukup penting dalam tahap perkembangan masa remaja, kesejahteraan yang di rasakan oleh remaja membuat remaja lebih memiliki emosi yang positif serta dapat menumbuhkan rasa kepuasan hidup dan kebahagiaan, sehingga mengurangi perilaku negatif dan mengurangi perasaan depresi, ketika seorang individu berada pada masa remaja, banyak sekali kendala yang dihadapinya, tidak jarang pula seorang dalam masa remaja menjadi tertekan, hal ini dikarenakan mereka sangat bimbang ketika akan melaksanakan atau mengambil keputusan, dengan demikian seorang yang berada pada masa remaja membutuhkan bimbingan atau arahan untuk memaksimalkan potensi yang dimilikinya dan membentuk pribadi individu yang bertanggung jawab, kesejahteraan psikologis yang rendah berdampak pada kognitif seperti kesulitan konsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami bahan pelajaran, dampak secara emosional seperti cemas, sedih, marah dan frustrasi, dampak fisiologis seperti gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, pusing, badan lesu, serta mengalami kesulitan tidur [4].

Psychological well-being merupakan pencapaian penuh fungsi positif dan potensi individu yang mencakup beberapa dimensi yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), dan pengembangan diri (*personal growth*). Keberfungsian dari keenam dimensi ini ditandai dengan perasaan

bahagia, positif, dan merasa puas dengan kehidupan, selain itu tidak adanya tanda-tanda depresi pada individu [5].

Psychological well-being dapat dipandang sebagai hasil dari kemampuan seseorang untuk menyeimbangkan harapan dan pencapaian, baik dari segi perilaku individu maupun hubungan interpersonal yang baik, bisa membuat keputusan dan mengatur tingkah laku sendiri, menciptakan lingkungan yang nyaman sesuai dengan kebutuhan diri sendiri, punya tujuan hidup serta dapat mengembangkan atau mengeksplorasi diri sendiri [6].

Psychological well-being merupakan faktor penting yang perlu ditingkatkan agar individu dapat mengembangkan perannya secara maksimal dalam mengelola tanggung jawab dan mewujudkan potensinya [7]. *Psychological well-being* adalah bentuk kebahagiaan, keadaan sejahtera dan rasa kepuasan hati, kepuasan akan dapat diperoleh apabila harapan dan kebutuhan yang diinginkan tercapai [8]. *Psychological well-being* adalah konsep tentang hidup yang berjalan dengan baik. Konsep ini merupakan kombinasi dari merasa baik dan berfungsi secara efektif dalam perjalanan hidup individu. Dalam Keseharian, normalnya manusia pasti merasakan emosi positif dan emosi negatif. Sejahtera secara psikologis bukan berarti individu merasa baik atau merasakan emosi positif sepanjang waktu, melainkan mampu mengelola emosi negatif yang dirasakan. Sejahtera secara psikologis berarti mampu melakukan kompromi ketika merasakan emosi negatif yang ekstrim atau berkepanjangan yang akan memengaruhi kemampuan seseorang untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-harinya [9].

Psychological well-being merupakan kondisi individu yang merasa kehidupannya memiliki makna ketika dirinya dapat melakukan penerimaan diri pribadi, penguasaan lingkungan, memiliki hubungan interpersonal yang positif, pertumbuhan pribadi, dan otonomi. *Psychological well-being* sebagai suatu pemenuhan dari pertumbuhan individu yang dipengaruhi oleh konteks kehidupan manusia disekitarnya [7]. Dapat diartikan juga *psychological well-being* adalah suatu pencapaian potensi psikologis individu, mempunyai tujuan hidup, dapat membangun relasi yang baik dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungan sesuai dengan kondisi dirinya, dapat menerima kelebihan juga kekurangan dirinya, serta dapat terus mengembangkan dirinya.

Psychological well-being mencakup berbagai aspek, seperti emosional, sosial, dan psikologis, yang secara langsung memengaruhi perkembangan dan prestasi siswa. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis siswa tidak hanya terbatas pada pengetahuan dan kemampuan akademik, tetapi juga melibatkan keadaan emosional yang sehat, kemampuan berinteraksi sosial

yang baik, dan keseimbangan psikologis yang memadai [10].

Dukungan emosional merupakan dukungan yang penting karena dukungan emosional memberikan kenyamanan dan perasaan dicintai bagi orang yang mendapatkannya. Dukungan emosional membuat remaja belajar saling bertukar perasaan dan masalah. Remaja lebih nyaman berbagi dengan temannya karena temannya biasanya lebih mengerti dirinya dan persoalan yang dihadapinya serta saling menumpahkan perasaan dan permasalahan yang tidak bisa ceritakan pada orang tua maupun guru. Melalui dukungan yang dirasakan remaja yang diperoleh dari teman sebaya, maka remaja dapat merasa lebih tenang apabila dihadapkan pada suatu masalah [11]. Dukungan emosional merupakan sumber penting guna menjalin hubungan yang dekat antara individu, sehingga dapat meningkatkan kompetensi individu secara sosial dan mengurangi terjadinya konflik [12].

Dukungan emosional merupakan kebutuhan akan bantuan dan keamanan di saat-saat penuh tekanan, yang menghasilkan rasa kepedulian individu terhadap orang lain. Mereka berpendapat bahwa dukungan emosional adalah munculnya kerentanan terhadap arah lain untuk mencari kenyamanan dan keamanan selama masa stres, dan mengarahkan orang tersebut untuk merasakan perhatian orang lain [13]. Dukungan emosional adalah dukungan yang menghasilkan perasaan nyaman, perasaan dicintai sebagai ungkapan motivasi dan empati yang didapatkan oleh remaja dalam interaksi sosialnya dengan orang lain, dukungan emosional dapat berasal dari siapa saja, baik dari keluarga atau teman [14].

Dukungan emosional adalah dimana seorang individu membutuhkan dukungan dari sahabat, teman dan keluarganya dengan cara menceritakan apa yang terjadi dan meminta solusi. Dukungan emosional merupakan pesan dan saran yang ditunjukkan untuk membantu individu yang sedang mengalami masalah dan emosi [15]. Dukungan emosional merupakan memberikan rasa aman dan nyaman untuk individu bisa beristirahat dan pemulihan serta membantu dalam pengendalian emosi [16]. Dukungan emosional adalah dukungan diberikan untuk memberikan kenyamanan dan rasa dicintai dalam bentuk dukungan dan inklusivitas kepada remaja yang mendapat manfaat dari berhubungan dengan orang lain di sekitarnya, dan dapat berasal dari siapa saja, termasuk keluarga dan teman [17].

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di SMK X terhadap 10 orang siswa, mengatakan bahwa siswa masih tidak terlalu paham dengan dirinya yang sekarang ini sehingga siswa sering membandingkan dirinya dengan orang lain dan siswa juga sering memiliki perasaan bahwa teman-teman sekolahnya tidak suka melihat dia. Siswa juga mengatakan tidak

memiliki kemampuan membangun hubungan yang baik dengan orang lain apalagi dengan teman-teman baru karena siswa tidak terlalu percaya dengan orang lain, siswa takut ketika dia terlalu percaya dengan orang baru nanti akhirnya malah dikhianati, sehingga ia merasa tidak bahagia.

Berdasarkan uraian diatas penelitian tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* pada siswa SMK X.

2. Metodologi Penelitian

2.1. Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa SMK X kelas XI. Sampel penelitian ini berjumlah 114 siswa ajaran 2024/2025 berstatus aktif dengan menggunakan teknik pengambilan sampel adalah simple random sampling.

2.2. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data survei. Data dikumpulkan melalui instrumen skala yang disusun mengacu pada definisi oprasional masing-masing variabel. Skala yang digunakan dipilih setelah melalui uji validitas dan reliabilitas. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala dukungan emosional dan *psychological well-being*.

Skala dukungan emosional dalam penelitian ini dikonstruksikan sendiri berdasarkan aspek dukungan emosional yang terdiri atas empati, perhatian, peduli, penghargaan positif, dan dorongan kepada orang lain [18]. Koefisien validitas ditetapkan sebesar $\geq 0,30$ sehingga diperoleh hasil dari jumlah item awal 30 pernyataan, terdapat 3 item yang gugur sehingga jumlah item yang daya bedanya tinggi berjumlah 27 pernyataan dengan nilai berkisar antara 0,426 sampai dengan 0,822. Skala *psychological well-being* dalam penelitian ini terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri [19].

Koefisien validitas ditetapkan sebesar $\geq 0,30$ sehingga diperoleh hasil dari jumlah item awal 36 pernyataan, terdapat 15 item yang gugur sehingga jumlah item yang daya bedanya tinggi berjumlah 21 pernyataan dengan nilai berkisar antara 0,307 sampai dengan 0,747.

2.3. Analisis Data

Proses analisis data penelitian dilakukan menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 21.0. Rangkaian analisis data diawali dengan melakukan uji asumsi klasik. Asumsi yang harus dipenuhi adalah uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis. Uji normalitas dilakukan untuk menguji variabel independen dan dependen telah terdistribusi secara

normal atau tidak. Pengujian ini menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov. Normalitas data dapat dikatakan normal jika nilai sig. p value >0,05.

Linearitas adalah suatu kondisi dimana hubungan antar variabel dependen dan independen bersifat linear. Uji linearitas berguna untuk mengetahui apakah variabel dependen dan independen memiliki hubungan linear. Dikatakan linear jika data penelitian memiliki nilai linearity hasil signifikansi $p < 0,05$. Untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah menggunakan korelasi *product moment Pearson*. Hipotesis dapat diterima jika nilai nilai sig. p value < 0,01.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memperlihatkan bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Kolmogorov Smirnov*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas yaitu jika signifikan yang diperoleh >0,05 maka data sampel dari populasi tersebut berdistribusi normal, sebaliknya jika signifikan yang diperoleh <0,05 maka data sampel dari populasi tersebut tidak berdistribusi normal, berdasarkan hasil pengolahan data dengan bantuan program IBM SPSS versi 21.0. Hasil uji normalitas skala dukungan emosional dan *psychological well-being* dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas Skala Dukungan Emosional dan *Psychological Well-Being*

Variabel	N	KSZ	P	Sebaran
Dukungan Sosial	114	0.879	0.422	Normal
<i>Psychological Well-Being</i>	114	1.041	0.228	Normal

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh nilai signifikansi pada skala Dukungan Emosional sebesar $p=0,422$ dengan $KSZ=0,879$ hasil tersebut skala dukungan emosional terdistribusi secara normal, sedangkan untuk skala *psychological well-being* diperoleh nilai signifikansi sebesar $p=0,228$ dengan $KSZ = 1,041$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p>0,05$, artinya sebaran skala *psychological well-being* terdistribusi secara normal.

3.2. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel yang diuji mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Uji yang digunakan adalah uji *test for linearity*, dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas adalah jika nilai (sig<0,05) maka hubungan antar variabel linier [20], [21].

Penelitian ini juga menggunakan uji linearitas, untuk mengetahui apakah data linear atau tidak, dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS versi 21.0 Hasil uji linieritas skala dukungan emosional, dan *psychological well-being* dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Linieritas Skala Dukungan Emosional dan *Psychological Well-Being*

N	Df	Mean Square	F	Sig.
114	1	1384.663	65.726	.000

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh nilai signifikansi sebesar $p=0,000$ ($p < 0,05$), artinya variabel pada skala dukungan emosional dan *psychological well-being* tergolong linier.

3.3. Uji Hipotesis dan Pembahasan

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment person* untuk mencari hubungan variabel dependen dengan variabel independen. Berdasarkan hasil pengolahan data hubungan dukungan emosional dengan *psychological well-being* pada Siswa Kelas XI SMK X dengan sampel penelitian sebanyak 114 siswa. Hasil perhitungan korelasi *product moment person* dengan bantuan IBM SPSS versi 21.0. Hasil uji korelasi skala dukungan emosional dengan *psychological well-being* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Antara Skala Dukungan Emosional dan *Psychological Well-Being*

P	R	R Square	Kesimpulan
0.000	0.616	0.380	Hipotesis Diterima

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel dukungan emosional dengan *psychological well-being* sebesar $r = 0,616$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$, dimana *level of significant* (α) 0,01, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan sangat signifikan antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* siswa kelas XI SMK X dimana arah hubungan kedua variabel yaitu positif, artinya apabila siswa memiliki dukungan emosional yang tinggi, maka siswa tersebut memiliki *psychological well-being* yang tinggi, begitu juga sebaliknya apabila siswa memiliki dukungan =0,422 dengan $KSZ=0,879$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p>0,05$, artinya sebaran emosional yang rendah, maka siswa tersebut memiliki *psychological well-being* yang rendah. Tabel deskriptif statisitik dari variabel dukungan emosional dan *psychological well-being* berdasarkan mean empirik dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. *Deskriptive Statistic*

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
Dukungan Emosional	114	80.91	10.225	47	106
<i>Psychological Well-Being</i>	114	60.74	5.682	45	74

Berdasarkan hasil *mean empirik*, maka dapat dilakukan pengelompokan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian dengan tujuan menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu

kontinum berdasarkan atribut yang diukur [22]. Maka diperoleh kategorisasi subjek penelitian pada variabel dukungan emosional dan variabel *psychological well-being* yang dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Kategori Dukungan Emosional dan *Psychological Well-Being*

Variabel	Skor	Jumlah	Persentase	Kategori
Dukungan Emosional	47-66	7	6.1%	Rendah
	67-85	65	57.0%	Sedang
	86-106	42	36.8%	Tinggi
Psychological Well-Being	43-54	17	14.9%	Rendah
	55-64	71	62.3%	Sedang
	65-74	26	22.8%	Tinggi

Berdasarkan tabel diatas, untuk variabel dukungan emosional terdapat 7 siswa (6.1%) dikategorikan memiliki dukungan emosional yang rendah, 65 siswa (57%) dikategorikan memiliki dukungan emosional yang sedang, dan 42 siswa (36.8%) dikategori yang tinggi. Sedangkan *psychological well-being* diperoleh 17 siswa (14.9%) dikategorikan memiliki *psychological well-being* yang rendah, 71 siswa (62.3%) yang sedang, dan 26 siswa (22.8%) dikategori yang memiliki *psychological well-being* tinggi.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji korelasi menunjukkan hubungan yang kuat dan sangat signifikan antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* siswa kelas XI SMK X, dimana arah hubungan kedua variabel yaitu positif, artinya apabila siswa memiliki dukungan emosional yang tinggi, maka siswa tersebut memiliki *psychological well-being* yang tinggi, begitu juga sebaliknya apabila siswa memiliki dukungan emosional yang rendah, maka siswa tersebut memiliki *psychological well-being* yang rendah. Hal ini menyatakan bahwa hipotesis diterima dimana arah hubungan yang positif antara dukungan emosional dengan *psychological well-being* siswa kelas XI SMK X. Besarnya sumbangan efektif dukungan emosional dengan *psychological well-being* sebesar 38%.

Daftar Rujukan

- [1] Nabilla, A., & Sunarti, V. (2024). Hubungan Dukungan Emosional Orang Tua dengan Kemandirian Anak di Jorong Ranah Panantian Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Family Education*, 4(1), 210–218. <https://doi.org/10.24036/jfe.v4i1.163>.
- [2] Salsabila, U. H., Ilmi, M. U., Aisyah, S., Nurfadila, N., & Saputra, R. (2020). Peran Teknologi Pendidikan dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan di Era Disrupsi. *Journal on Education*, 3(01), 104-112. <https://doi.org/10.31004/joe.v3i01.348>.
- [3] Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94-106. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i7.41818>.
- [4] Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 3463–3468. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11563>.
- [5] Riani, A., Lutfi, I. K., & Prasetyanti, H. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Problem-Focused Coping dengan Psychological Well-Being Siswa SMK Negeri 1 Wadaslintang. *Didaktika*, 2(4), 632–640. <https://doi.org/10.17509/didaktika.v2i4.52047>.
- [6] Maulina, R. H., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Ibu yang Mendampingi Anak pada Masa Pembelajaran Daring. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 10-23. <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12.368>.
- [7] Hardjo, S., Aisyah, S., & Mayasari, S. I. (2020). Bagaimana Psychological Well Being pada Remaja? Sebuah Analisis Berkaitan dengan Faktor Meaning in Life. *Jurnal Diversita*, 6(1), 63-76. <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.2894>.
- [8] Rosalina, R., & Siswati, S. (2020). Hubungan Antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 7(3), 1124-1129. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21869>.
- [9] Widyawati, S., Asih, M. K., & Utami, R. R. (2022). Studi Deskriptif: Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Psibernetika*, 15(1), 59-65. <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v1i15.3336>.
- [10] Alwina, S. (2023). Peran Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Sintaksis*, 5(1), 18-25. <https://doi.org/10.55263/sintaksis.v5i1.423>.
- [11] Putr4, T. A. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Identitas Diri Remaja. <https://doi.org/10.31219/osf.io/e5x9q>.
- [12] Muliawiharto, A., & Masykur, A. M. (2020). Hubungan antara Dukungan Emosional Pengasuh dengan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan di Kecamatan Tembalang. *Jurnal Empati*, 8(4), 694- 705. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26536>.
- [13] Budiman, P. R., Yudhistira, S., & Maulina, H. (2022). Pengaruh Dukungan Emosional Terhadap Kepuasan Pernikahan Dewasa Awal di Provinsi Banten. *Journal MerPsy*, 14(1), 1-10. <https://dx.doi.org/10.22441/merpsy.v14i1.14846>.
- [14] Dewi, S., Kurniati, N., & Asmoro, D. S. (2024). Dampak Dukungan Emosional Teman Sebaya terhadap Remaja: Kajian Sistematis. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 12-12. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2562>.
- [15] Cahyaningsih, F., & Handoyo, S. E. (2019). Pengaruh Perbandingan Sosial, Perhatian, Dukungan Emosional, Dan Stimulasi Positif Terhadap Minat Kewirausahaan. *Jurnal Manajerial Dan Kewirausahaan*, 1(2), 207-214. <https://doi.org/10.24912/jmk.v1i2.5080>.
- [16] Fitriyanti, D., Novy Hari Yono, N.H., Setyorini, R. (2022) Hubungan Dukungan Emosional dan Dukungan Sosial dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 13(4), 82-91. <https://doi.org/10.36089/nu.v13i4.898>.
- [17] Faizah, A., & Widyastuti, W. (2023). Relationship Between Peer Social Support and Subjective Well-Being in Students Living in Islamic Boarding Schools. <https://doi.org/10.21070/ups.2486>.
- [18] Agustina, F., & Widyastuti, W. (2022). The Relationship Between Emotional Support with Psychological Well-Being in Students In Vocational High Schools. *Academia Open*, 6, 10-21070. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2344>.
- [19] Ajlao, N., & Agung, I. (2021). Hubungan Kerendahan Hati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kebahagiaan pada Santri Pondok Pesantren. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 6(2). <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v6i2.10320>.

- [20]Istikhari, N. (2021). Pendekatan Kognitif dalam Teori Kesehatan Mental Al-Balkhi: Psikologi Positif di Abad Keemasan Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 26(2), 233–250. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss2.art1>.
- [21]Hidayati, T. (2020). *Statistika Dasar Panduan Bagi Dosen dan Mahasiswa*. <https://doi.org/10.31237/osf.io/27edm>.
- [22]Firman, F.-. (2018). *Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/4nq5e>.