

## **Kontribusi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing dan Orang Tua Terhadap *Psychological Well-Being* Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi**

### ***Contribution of Social Support from Supervisors and Parents to Psychological Well-Being of Student Who Are Preparing Thesis***

Megawati Batubara<sup>1\*</sup>, Auliani Meidina<sup>1</sup>, Shahnaz Salsabila Rahman<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

\*[megawati.batubara@unpad.ac.id](mailto:megawati.batubara@unpad.ac.id)

#### **Abstrak**

Penyusunan skripsi merupakan salah satu tuntutan bagi setiap mahasiswa yang berada pada jenjang perguruan tinggi. Proses penyusunan skripsi ini seringkali dirasa menekan dan menjadi sumber stres yang berpengaruh pada kondisi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) mahasiswa. Untuk itu, agar mahasiswa dapat menghadapi tuntutan/sumber stres saat sedang menyusun skripsi, mahasiswa membutuhkan dukungan sosial dari orang terdekat, yaitu dosen pembimbing dan orang tua. Dengan adanya dukungan dari lingkungan akademik dan keluarga, mahasiswa lebih merasa sejahtera, mampu menghadapi tantangan dan kesulitan, serta dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Penelitian ini menggunakan metode korelasional pada 104 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada Perguruan Tinggi Negeri (PTN) X di Bandung. Teknik pengambilan data menggunakan dengan metode pengisian kuesioner. Alat ukur yang digunakan adalah dukungan sosial (Cobb, 1976) dan *The Ryff Scale of Psychological Well-Being* (1996). Pengolahan data dilakukan dengan uji normalitas dari masing-masing variabel menggunakan *kolmogorov-smirnov* dan uji non-parametrik *rank spearman correlation*. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa nilai kontribusi yang diberikan dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua terhadap *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tergolong lemah, meskipun kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan. Ditemukan pula bahwa dukungan sosial dari dosen pembimbing lebih berkontribusi memberikan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dibandingkan dukungan sosial dari orang tua. Secara lebih spesifik, dimensi dukungan penghargaan dari dosen pembimbing dan orang tua memiliki korelasi yang paling baik terhadap dimensi-dimensi *psychological well-being*.

**Kata kunci:** Dukungan Sosial, Dosen Pembimbing, Orang Tua, Mahasiswa, Kesejahteraan Psikologis

#### **Abstract**

*The preparation of thesis is one of the demands for every student who is at the college level. The process of preparing this thesis is often considered to be a suppressing and a source of stress that affects the psychological well-being condition of students. For this reason, so that students can face the demands / sources of stress while preparing a thesis, students need social support from the closest people, namely supervisors and parents. With the support of the academic and family environment, students feel more prosperous, able to face challenges and difficulties, and can complete the thesis well. This study used a correlational method on 104 students who were compiling a thesis at State University (PTN) X in Bandung. Data retrieval techniques use the self-administered questionnaire. The measuring instruments used are adapted from social support (Cobb, 1976) and The Ryff Scale of Psychological Well-Being (1996). Data processing is carried out by normality tests of each variable using kolmogorov-smirnov and a non-parametric test rank spearman correlation. Based on the results of the study, it was obtained that the contribution value given by the social support of supervisors and parents to psychological well-being students who were compiling thesis was relatively weak, although the two variables had a significant relationship. It was also found that the social support from supervisors contributes more to providing psychological well-being to students who are preparing thesis, rather than*

*social support from parents. More specifically, the reward support dimensions of supervisors and parents have the best correlation to the well-being psychological dimensions.*

**Keywords:** *Social Support, Supervisor, Parents, Students, Psychological Well-Being, Thesis*

## Pendahuluan

Skripsi adalah suatu karya tulis ilmiah mengenai hasil penelitian dari sebuah fenomena atau permasalahan dalam bidang ilmu tertentu dan kemudian dibahas serta dianalisis menggunakan teori-teori yang mengacu pada bidang ilmu tersebut. Skripsi disusun oleh seorang mahasiswa pada jenjang Perguruan Tinggi sebagai salah satu syarat kelulusan mendapatkan gelar Sarjana. Dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa menjalani hal yang berbeda dengan kegiatan perkuliahan. Mahasiswa dituntut untuk mengerahkan kemampuan berpikir, kepekaan melihat fenomena, menentukan landasan teori yang tepat dan mengolah gagasan dalam bentuk tulisan. Hal ini menjadi bagian dari upaya untuk mendapatkan temuan baru sebagai sumbangsih pada bidang ilmu keahliannya.

Dalam pembuatan skripsi, mahasiswa dituntut bekerja secara mandiri, dapat mengintegrasikan ilmu dan pengetahuan yang mereka dapatkan selama proses perkuliahan berlangsung dan juga mengintegrasikan fenomena yang terdapat dalam proses penelitian dengan teori yang ada (Purba, 2013). Inisiatif mahasiswa juga dibutuhkan dalam pengerjaan skripsi, seperti melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, melakukan literature review, mengambil dan mengolah data, dan juga menyusunnya dengan penulisan ilmiah (Diah, 2020). Kegiatan ini dilakukan hingga mahasiswa dinyatakan lulus dari Perguruan Tinggi. Dengan tuntutan tersebut, penyusunan skripsi bukanlah hal yang mudah, terdapat banyak tantangan dan hambatan dalam proses pengerjaannya. Jika mahasiswa tidak mampu mengatasinya, maka proses penyelesaian skripsi akan terhambat. Keterhambatan ini menjadi faktor yang paling sering menjadi penyebab mahasiswa tidak lulus tepat pada waktunya yaitu lebih dari 8 semester (Aisyah, 2018).

Terdapat banyak faktor yang menghambat pengerjaan skripsi, diantaranya tingkat kesulitan penelitian, seperti menentukan judul, mencari literatur bacaan dan juga kecemasan menghadapi dosen pembimbing. Kesulitan lainnya adalah birokrasi yang lambat, kesulitan mengakses referensi yang dibutuhkan, dan masalah lain seperti finansial, kesibukan dalam organisasi, pekerjaan/magang, faktor personal seperti tingkat kecerdasan, komitmen, serta motivasi dari mahasiswa itu sendiri untuk dapat bekerja secara efektif dan efisien, kurang mampunya mengatur waktu antara pengerjaan skripsi dan pekerjaan lain, serta masih banyak faktor lainnya. Banyaknya hambatan, kesulitan, serta tantangan yang dihadapi mahasiswa selama pengerjaan skripsi mengakibatkan mahasiswa tidak lulus tepat waktu, yaitu lebih dari kurun waktu satu semester (Parliya, 2018).

Dengan berbagai tuntutan tersebut, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi seringkali mengalami rasa cemas dan juga stres, yang berdampak pada sulitnya menyelesaikan skripsi. Terdapat pula tanggungan beban dari harapan yang besar mengenai keberhasilan yang sesuai dengan kriteria dari lembaga pendidikan, orang tua ataupun dari lingkungan sekitar. Untuk itu, dukungan dari berbagai pihak sangat dibutuhkan mahasiswa agar dapat mengurangi tingkat stres, ketegangan, kecemasan dan rasa kurang sejahtera (Astuti & Hartati, 2013). Dengan kondisi ini, hambatan dan tantangan yang dialami saat menyusun skripsi dapat mengganggu kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* mahasiswa.

*Psychological well-being* didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Pada kondisi ini, individu dapat membuat keputusan sendiri, mengatur tingkah laku dan menciptakan serta mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya. Individu memiliki tujuan hidup, membuat hidup menjadi lebih bermakna dan berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan diri (Ryff, 1996). Adapun dimensi *psychological well-being* terdiri dari 6 yaitu *self-acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth* (Ryff, 2014; Ryff, 2018). *Psychological well-being* menjadi salah satu indikator penting bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, agar dapat memaksimalkan potensinya dan mampu menghadapi tantangan serta hambatan yang muncul. Mahasiswa yang merasa sejahtera, mampu melihat gagasan fenomena dari berbagai sudut pandang, bersedia memperluas dan memperkaya wawasannya, tidak merasa terbebani dan mampu menerima masukan agar skripsinya menjadi lebih baik. Kondisi ini menjadi pengalaman positif yang kemudian membentuk *psychological well-being* mahasiswa.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* diantaranya adalah faktor demografi (seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya), tahapan perkembangan dan kepribadian, dukungan sosial, evaluasi pengalaman hidup, *locus of control* dan religiusitas (Ryff, 2014). Dari beberapa faktor tersebut, penelitian ini akan fokus pada dukungan sosial yang dilihat secara spesifik yaitu dari dosen pembimbing dan orang tua. Dukungan sosial didefinisikan sebagai sebuah informasi bahwa seseorang dipedulikan, dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari jaringan yang saling mendukung. Dukungan sosial dikategorisasikan menjadi 4 bentuk yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasional (Cobb, 1976 dalam Uchino, 2004).

Dukungan sosial merupakan sumber daya lingkungan yang penting bagi mahasiswa. Dengan adanya dukungan sosial, mahasiswa akan memiliki *self-esteem* dan *self-efficacy* yang dapat menjadikan mahasiswa lebih yakin pada nilai kompetensi dan juga potensi yang ada dalam dirinya selama menghadapi tantangan dalam hal ini adalah tantangan pengerjaan skripsi (Wang et al, 2004). Dukungan sosial dapat membantu seseorang ketika dihadapi dengan suatu permasalahan dan membantunya untuk beradaptasi saat kondisi *stressful* (Uchino, 2004). Dengan adanya perhatian, informasi, dan bantuan langsung dari orang lain, dukungan yang diterima seseorang dari lingkungan sekitar dapat meringankan rasa beban dalam menghadapi masalah, merasa terbantu, dan dimudahkan (Dhanti, 2017). Bantuan dan kemudahan dalam melakukan sesuatu dapat membuat seseorang merasa bahwa beban masalah yang dihadapinya berkurang, sedangkan adanya penghargaan yang diberikan dari orang lain terhadap pencapaian yang telah dilakukan membuat semangat dan lebih yakin akan potensi yang dimilikinya (Purba, 2013).

Dengan demikian, jika seseorang merasa tidak mendapatkan dukungan dari orang lain, ia merasa bahwa beban yang harus ditanggungnya dan masalah yang harus dihadapinya tidak berkurang karena tidak adanya bantuan dari orang lain yang dapat meringankan masalahnya (Dhanti, 2017). Ryff & Singer (1996) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Dukungan sosial dapat meningkatkan dampak positif serta mengurangi dampak negatif dari pengalaman hidup. Penilaian individu akan tersedianya dukungan sosial dapat mengubah persepsi dirinya akan kejadian yang tidak menyenangkan sehingga yang mereka rasakan adalah situasi yang lebih tidak mengancam (Ryff & Singer, 1996). Dukungan sosial dapat memberikan manfaat seperti meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri, mampu mengurangi stres dan mengelola kondisi stress hingga meningkatkan produktivitas dan berdampak pada *psychological well-being*. Untuk itu, tujuan dari penelitian ini adalah melihat nilai kontribusi yang diberikan dukungan sosial secara spesifik dari dosen pembimbing dan orang tua terhadap terbentuknya *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

## Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non-experimental* dengan menggunakan metode korelasional antara variabel dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua dengan variabel *psychological well-being*, dimana peneliti tidak memiliki kendali atas variabel tersebut karena variabel tersebut tidak dapat dimanipulasi (Johnson dan Christensen, 2014). Hasil yang diperoleh adalah korelasi antara skor total dukungan sosial dosen pembimbing dan skor total dukungan sosial orang tua terhadap *psychological well-being*.

Dilakukan uji normalitas yang bertujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel berdistribusi normal atau tidak. Teknik yang digunakan dalam uji normalitas pada penelitian ini adalah *kolmogorov-smirnov*, dengan ketentuan jumlah sampel lebih dari 50 dan taraf kepercayaan sebesar 95% ( $\alpha = .05$ ). Untuk menguji signifikansi dan tingkat korelasi dari masing-masing variabel digunakan uji non-parametrik, *rank spearman correlation*, dengan data berbentuk ordinal dan sumber data variabel yang tidak harus sama.

Dalam menentukan ditolak atau diterimanya hipotesis dan mengetahui hubungan dua variabel digunakan perbandingan p-value dengan taraf nyata ( $\alpha$ ). Jika p-value  $< \alpha$  ( $\alpha = 0.05$ ) maka terdapat hubungan; p-value  $> \alpha$  ( $\alpha = 0.05$ ) maka tidak terdapat hubungan. Dalam hubungan dua variabel terdapat kuat dan lemahnya hubungan dapat dilihat dari nilai *correlation coefficient* yang bernilai -1 sampai dengan 1.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, sehingga diperoleh 104 mahasiswa pada Perguruan Tinggi Negeri (PTN) X di Bandung. Teknik pengambilan data menggunakan *self-*

*administered questionnaire*, dengan alat ukur dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua diadaptasi dari Cobb (1976) dan *The Ryff Scale of Psychological Well-Being* (1996). Alat ukur ini telah diadaptasi ulang oleh Purba (2013) dan memiliki reliabilitas dan validitas yang baik.

Alat ukur dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua terdiri dari 44 aitem pernyataan, sedangkan alat ukur *psychological well-being* terdiri dari 35 aitem pernyataan. Skala yang digunakan adalah skala ordinal dengan rentang 1 (sangat tidak sesuai) sampai 6 (sangat sesuai). Pengolahan data dukungan sosial dosen pembimbing, dukungan sosial orang tua dan *psychological well-being* dilakukan dengan menjumlahkan skor dari masing-masing item pada masing-masing dimensi dan menjumlahkan keseluruhan untuk skor keseluruhan.

## Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing dan Orang Tua Terhadap *Psychological Well-Being* Mahasiswa

Variabel Dukungan Sosial Terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	<i>p-value</i>	$r_s$	Alpha ( $\alpha$ )
Dosen Pembimbing	0.000	0.363	0.05
Orang Tua	0.000	0.276	0.05

Hasil pengujian pada Tabel 1. menunjukkan bahwa dukungan sosial dosen pembimbing memperoleh nilai kontribusi  $r_s = 0.363$ ,  $p = 0.000$  dan bernilai positif; dukungan sosial orang tua memperoleh nilai kontribusi  $r_s = 0.276$ ,  $p = 0.000$  dan bernilai positif. Dengan demikian  $H_0$  ditolak sehingga terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua dengan *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan Hinkle, et. al. (2003), koefisien korelasi yang didapatkan dari hasil pengujian ( $r_s = 0.363$  dan  $r_s = 0.276$ ) menunjukkan bahwa besar kekuatan dari kedua variabel ini adalah hubungan positif yang lemah.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Dimensi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing Terhadap Dimensi *Psychological Well-Being* Mahasiswa

Dimensi	Dukungan Emosional	Dukungan Penghargaan	Dukungan Instrumental	Dukungan Informasional
<i>Self-acceptance</i>	0.323*	0.432*	0.194*	0.267*
<i>Personal Growth</i>	0.269*	0.350*	0.222*	0.184*
<i>Purpose in Life</i>	0.284*	0.377*	0.086**	0.193*
<i>Environmental Mastery</i>	0.269*	0.424*	0.136*	0.255*
<i>Autonomy</i>	0.305*	0.335*	0.154*	0.234*
<i>Positif Relation with Others</i>	0.350*	0.437*	0.282*	0.294*

\*berkorelasi positif

\*\*berkorelasi negatif

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat secara keseluruhan bahwa dukungan penghargaan memiliki korelasi positif yang signifikan dengan seluruh dimensi *psychological well-being*, dengan nilai tertinggi berkorelasi dengan dimensi *positif relation with others*. Dimensi emosional dan informasional juga berkorelasi positif, meskipun nilai-nilainya yang lebih kecil. Nilai korelasi terkecil terdapat pada korelasi antara dukungan instrumental terhadap dimensi *environmental mastery* dan berkorelasi negatif terhadap *purpose in life*.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Dimensi Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Dimensi *Psychological Well-Being* mahasiswa

Dimensi	Dukungan Emosional	Dukungan Penghargaan	Dukungan Instrumental	Dukungan Informasional
<i>Self-acceptance</i>	0.104*	0.305*	0.013**	0.094**
<i>Personal Growth</i>	0.351*	0.290*	0.266*	0.212*
<i>Purpose in Life</i>	0.112*	0.256*	0.169*	0.148*

<i>Environmental Mastery</i>	0.082**	0.132*	0.012**	0.012**
<i>Autonomy</i>	0.230*	0.259*	0.243*	0.164*
<i>Positif Relation with Others</i>	0.210*	0.290*	0.138*	0.133*

\*berkorelasi positif

\*\*berkorelasi negatif

Berdasarkan Tabel 3. diperoleh bahwa hubungan korelasi yang negatif lebih mendominasi dukungan sosial orang tua terhadap dimensi-dimensi *psychological well-being*. Dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan informasional memiliki korelasi negatif dengan dimensi *psychological well-being*, yaitu pada *environmental mastery* dan *self-acceptance*. Dimensi yang cukup didominasi oleh korelasi positif hanya pada dukungan penghargaan, dengan nilai tertinggi pada dimensi *self-acceptance*. Namun, jika mengacu pada nilai kontribusi terbesar, yaitu pada dimensi dukungan emosional terhadap *personal growth*.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dukungan sosial baik dari dosen pembimbing dan orang tua memiliki hubungan positif terhadap *psychological well-being*. Dukungan sosial dari dosen pembimbing memperoleh nilai kontribusi  $r_s = 0.363$ , sementara itu dukungan sosial dari orang tua memperoleh nilai kontribusi  $r_s = 0.276$ . Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari dosen pembimbing dan orang tua memberikan pengaruh pada *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Namun, nilai kontribusi ini tergolong dalam kategori lemah. Jika ditinjau secara umum mengenai arah hubungan kedua variabel, maka hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yaitu terdapat hubungan yang positif dari dukungan sosial terhadap *psychological well-being* (Fadli, 2012; Natallia, 2019; Saputra, 2020; Sari, 2021; Azizah, 2021).

Jika meninjau lebih lanjut pada nilai kontribusi antar kedua variabel ini, maka beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam. Pada penelitian Natalia (2019) terdapat hubungan positif pada dukungan sosial dengan *psychological well-being* dengan nilai korelasi 0.476 ( $p=0.001 < 0.05$ ) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta, hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* menunjukkan nilai korelasi 0.375 ( $p=0.002 < 0.05$ ) (Azizah, 2021). Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa secara umum, menunjukkan nilai korelasi 0.372 (Fadli, 2012). Dari ketiga penelitian tersebut, maka nilai kontribusi yang diberikan tidaklah besar/signifikan atau dapat dikatakan termasuk pada kategori lemah. Disisi lain, terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa nilai kontribusi yang dihasilkan kedua variabel tergolong pada kategori signifikan kuat. Hasil penelitian pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Airlangga dengan nilai korelasi 0.760 (Saputra, 2020) dan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau menunjukkan nilai korelasi 0.610 ( $p\text{-value } 0.000 < 0.01$ ) (Sari, 2021). Dengan kondisi nilai kontribusi yang beragam tersebut, maka penelitian ini menambah hasil penelitian untuk kategori nilai kontribusi signifikan lemah.

Dari penelitian-penelitian sebelumnya, dukungan sosial bersifat umum atau tidak mengacu pada satu subjek tertentu. Hal ini membuat cukup sulit untuk menemukan dukungan sosial dari subjek manakah yang dapat memberikan peran signifikan dalam membentuk *psychological well-being* mahasiswa, terutama pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Untuk itu, pada penelitian ini subjek pemberi dukungan ditetapkan pada dosen pembimbing ( $r_s = 0.363$ ) dan orang tua ( $r_s = 0.276$ ). Hasil dari penelitian ini menunjukkan perbedaan jika dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Dukungan sosial dari teman sebaya terhadap *psychological well-being* mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh skripsi menunjukkan nilai korelasi 0.904 (Ingsih, 2021). Hasil penelitian pada dukungan sosial dari pelatih terhadap *psychological well-being* pada atlet disabilitas menunjukkan nilai korelasi 0.761 (Solichah, 2022). Dukungan sosial orang tua dan *psychological well-being* pasca putus cinta pada dewasa awal menunjukkan nilai korelasi 0.611 ( $p=0.000 < 0.05$ ) (Sugiarto, 2021). Dukungan sosial keluarga dengan *psychological well-being* pada narapidana anak menunjukkan nilai korelasi 0.688 ( $p=0.000 < 0.05$ ) (Nugroho, 2020). Berdasarkan keempat hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa dukungan sosial dari subjek pemberinya memberikan nilai kontribusi yang besar, meskipun dalam konteks yang berbeda-beda.

Jika meninjau lebih detail pada korelasi dimensi dukungan sosial dan dimensi *psychological well-being*, maka dimensi dukungan sosial dari dosen pembimbing lebih menunjukkan korelasi yang positif dibanding dengan dimensi dari dukungan sosial orang tua. Secara lebih spesifik, dimensi dukungan penghargaan memiliki nilai kontribusi yang lebih baik terhadap dimensi *psychological well-being* dibandingkan dengan dimensi-dimensi dukungan sosial lainnya. Hal ini berarti, dukungan berupa penghargaan positif atas proses dan usaha pengerjaan skripsi serta apresiasi baik dari dosen pembimbing dan orang tua memberikan dampak pada *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dari dosen pembimbing, dukungan penghargaan ini bermakna pada terjalinnya hubungan baik dengan orang-orang yang ada disekitar mahasiswa (*positive relation with others*). Sementara itu, dari orang tua bermakna pada pembentukan *self-acceptance*, dimana merupakan karakteristik utama dalam aktualisasi diri dan penerimaan diri yang baik dalam aspek positif maupun negatif. Pada dukungan sosial orang tua, nilai kontribusi tertinggi pada dimensi *personal growth*, yang bermakna bahwa dengan dukungan orang tua maka mahasiswa dapat terus tumbuh, berkembang, terbuka pada pengalaman baru, sehingga dapat menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki wawasan yang luas.

Hasil penelitian secara spesifik dari subjek pemberi dukungan sosial ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Dinova (2016), yang menyatakan bahwa dukungan emosional dan instrumental yang lebih bermakna dalam membentuk *positive relation with others*.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa nilai kontribusi dukungan sosial dosen pembimbing dan orang tua berada pada kategori lemah, meskipun memiliki hubungan positif dan signifikan. Nilai kontribusi dukungan sosial dari dosen pembimbing lebih baik dibandingkan nilai kontribusi dukungan sosial dari orang tua terhadap terbentuknya *psychological well-being*. Secara spesifik, dimensi dukungan penghargaan menjadi dimensi yang memberikan nilai kontribusi paling baik pada dimensi-dimensi *psychological well-being*. Dengan temuan ini, maka dukungan sosial dari dosen pembimbing dan orang tua bukanlah variabel utama yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Untuk itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait variabel lain seperti budaya, tahapan perkembangan, kepribadian, evaluasi pengalaman hidup, *locus of control*, religiusitas atau variabel lain yang dapat memberikan nilai kontribusi lebih besar terhadap terbentuknya *psychological well-being* pada mahasiswa secara umum maupun mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, agar mahasiswa dapat melalui proses skripsinya dengan optimal dan dapat lulus tepat waktu.

## Ucapan Terima Kasih (bila ada)

Tidak ada

## Daftar Pustaka

- Aisyah, Siti. (2018). *Gambaran Coping Stress pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Unpad* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, Sumedang.
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi*, 12 (1), 1-13. <https://doi.org/10.14710/jpu.12.1.1-13>.
- Azizah, F. N. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Tingkat Akhir Dimasa Pandemi Covid-19 Yogyakarta* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Keperawatan – S1, Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta.
- Cobb, S. (1976). *Social Support as a Moderator of Life Stress*. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. doi:10.1097/00006842-197609000-00003.
- Dhanti, M. Z. (2017). *Hubungan Dimensi Strenght Self-Efficacy dengan Dukungan Sosial Teman pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, Sumedang.

- Diah, D. N., Lubis, F. Y., & Witriani, W. (2020). Efek Moderasi Resiliensi terhadap Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecemasan Mengerjakan Skripsi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 6 (2).
- Dinova, A. K. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja Panti Asuhan* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Fadli, F. L. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Johnson, R.B., Christensen, L. (2014). *Educational Research : Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches*. London : Sage Publication.
- Natallia, C. D. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Skripsi yang tidak dipublish). Universitas Surabaya, Jawa Timur.
- Nugroho, Y. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Narapidana Anak di Lapas Klas 1 Kutoarjo. *Jurnal Basicedu*, 4(1), 36-43.
- Parliya, R. (2018). *Studi Deskriptif Mengenai Stress Berdasarkan Penilaian Primer pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, Sumedang.
- Purba, M.T.(2013). *Hubungan antara Dukungan Sosial Teman dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang Sedang Menyusun Skripsi* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, Sumedang.
- Ryff, Carol & Singer, Burton. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and psychosomatics*. 65. 14-23. 10.1159/000289026.
- Ryff, C. D. (2014). *Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia*. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10– 28. doi: 10.1159/000353263.
- Ryff, C. D. (2018). *Eudaimonic well-being: Highlights from 25 years of inquiry*. In K. Shigemasu, S. Kuwano, T. Sato, & T. Matsuzawa (Eds.), *Diversity in harmony - Insights from psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology* (p. 375–395). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119362081.ch20>.
- Saputra, M. R. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi Di Universitas Airlangga* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya.
- Sari, S. M. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Islam Riau* (Skripsi yang tidak dipublish). Program Studi Psikologi – S1, Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Pekanbaru.
- Solichah, I., Warni, W. E., & Wijaya, A. B. (2022). Dukungan Sosial Pelatih dan Internal Locus of Control Dengan Psychological Well-Being Pada Atlet Disabilitas. *Indonesia Performance Journal*, 5(2), 52-59.
- Sugiarto, J. A. S., & Soetjningsih, C. H. (2021). Dukungan Sosial Orang Tua dan Psychological Well-Being Pasca Putus Cinta Pada Dewasa Awal. *Psikologi Konseling*, 18(1), 833-843.
- Uchino, B. N. (2004). *Social support and physical health: Understanding the health consequences of physical health*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Wang, X., et. al. (2014). Social Support Moderates Stress Effects on Depression. *International Journal of Mental Health Systems*. 8, 41.