

# The Influence of Gratitude and Social Support on Psychological Well-being of Students of SMK Antartika 2 Sidoarjo

## [Pengaruh Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo kelas XI]

Vincent Ardian Sanjaya<sup>1)</sup>, Dwi Nastiti\*,<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia  
[202030100051@mhs.umsida.ac.id](mailto:202030100051@mhs.umsida.ac.id)<sup>1)</sup>, [dwinastiti@umsida.ac.id](mailto:dwinastiti@umsida.ac.id)<sup>2)</sup>

**Abstract.** *Adolescence is a transitional phase that is often accompanied by high academic pressure, making adolescent psychological well-being vulnerable. The purpose of this study was to determine the effect of gratitude and social support on students' psychological well-being. The hypothesis proposed by the researcher is the influence of gratitude and social support on psychological well-being. The population used was 739 grade XI students from the 2022 intake the number of samples sought with the Isaac & Michael table was 238 students, sample selection was based on the Isaac table with an error rate of 5%. The sampling technique used was simple random sampling. The analysis technique used was multiple linear regression. The results showed that 33.4% of the variation that occurred in psychological well-being in the study sample can be explained by the influence of gratitude and social support.*

**Keywords** - *psychology well being; gratitude; social support*

**Abstrak.** *Masa remaja adalah fase transisi yang sering kali disertai dengan tekanan akademik yang tinggi, membuat kesejahteraan psikologis remaja menjadi rentan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hipotesis yang diajukan peneliti yaitu adanya pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Populasi yang digunakan berjumlah 739 siswa kelas XI angkatan 2022 yang dicari jumlah sampel dengan tabel isaac & michael berjumlah 238 siswa, pemilihan sampel berdasarkan tabel Isaac dengan tingkat kesalahan 5%. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Teknik Analisa yang digunakan adalah teknik regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 33,4% dari variasi yang terjadi dalam kesejahteraan psikologis pada sampel penelitian dapat dijelaskan oleh pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial.*

**Kata Kunci** – *Kesejahteraan psikologis; rasa syukur; dukungan sosial*

## I. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi yang sarat dengan beragam tantangan dan perubahan. Pada periode ini, para remaja sering kali menghadapi tekanan yang semakin meningkat untuk mencapai prestasi akademik yang memuaskan di sekolah. Namun, kesejahteraan psikologis mereka kerap berada dalam kondisi rentan karena berbagai faktor. Banyak remaja merasa kebingungan dalam menentukan arah tujuan hidup atau masa depan mereka, yang dapat menimbulkan pikiran-pikiran negatif baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Selain itu, kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar sering kali menjadi tantangan, terutama ketika mereka terjebak dalam zona nyaman dan enggan untuk mempelajari hal-hal baru [1]. Akibatnya, situasi ini dapat berdampak pada penurunan produktivitas di sekolah dan menghambat perkembangan pribadi mereka. Maka dari itu kesejahteraan psikologis merupakan sebuah pondasi untuk siswa SMK dalam menghadapi masa kritis [2].

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana kondisi mental seseorang dapat berfungsi dengan sangat baik dan tepat, sedangkan kesejahteraan psikologis yang rendah ditunjukkan dengan perasaan sedih dan terisolasinya diri yang membuat munculnya gejala putus asa sehingga dapat membahayakan diri sendiri [3]. Menurut Deviana pada masa remaja banyak sekali situasi sulit maupun hambatan-hambatan yang terjadi pada individu, tentunya banyak sekali bahkan tidak jarang perasaan tertekan terjadi pada masa remaja, maka dengan demikian sangat penting membentuk dan membimbing pribadi individu yang bertanggung jawab [4]. Menurut Fitri kesehatan, emosi yang positif, tingginya harga diri, serta penyesuaian diri dapat mempermudah dalam membangun modal sosial dan aktivitas yang baik pada diri siswa [5]. Kesejahteraan psikologis mengacu kepada kemampuan seorang individu dalam mengoptimalkan potensinya, sebagaimana individu berfungsi baik secara fisik, emosional maupun psikologis.

Menurut Ryff orang yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi adalah individu yang mampu mewujudkan potensi dalam dirinya, mempengaruhi dan mengendalikan lingkungan sosial di sekitarnya dengan baik, bersikap mandiri terhadap tekanan sosial, menerima diri sendiri apa adanya, dan menemukan makna dalam hidupnya. Oleh karena itu, lembaga pendidikan harus mengupayakan untuk lebih memperhatikan siswa dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa di sekolah maupun di rumah [6].

Dari penelitian yang telah dilakukan oleh gustine dan Nurhadianti (2021) dengan subjek sebanyak 123 siswa Di kelas XII SMAN 113 Jawa Timur, sebagian siswa merasa mampu menerima diri mereka dengan baik, mengevaluasi pengalaman masa lalu secara positif, dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain. Beberapa siswa juga merasa hidup mereka penuh makna berkat kebaikan yang dialami dan dukungan sosial yang mereka dapatkan. Namun, ada juga siswa yang merasa hidup mereka belum memiliki makna, kesulitan menerima kekurangan diri, sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan merasa kurang mendapatkan dukungan sosial, serta mendapati hasil bahwa rasa syukur dan dukungan sosial berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis [7]. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja atau siswa dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor. Menurut Ryff terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang diantaranya yaitu Usia, Jenis kelamin, Status sosial ekonomi, Budaya, Dukungan sosial, Evaluasi terhadap pengalaman hidup [8].

Ryff dan Keyes (1995) menguraikan enam aspek kesejahteraan psikologis yaitu (1) penerimaan diri, Di mana kondisi seseorang dapat menerima kelebihan dan kekurangan dirinya; (2) Kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, yang mencerminkan hubungan positif dengan sesama; (3) otonomi, yaitu kemandirian yang ditunjukkan oleh seseorang dalam menjadi pribadi yang independen; (4) penguasaan lingkungan, yaitu memiliki kemampuan dan penguasaan dalam mengatur lingkungan sekitar; (5) tujuan hidup, merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan diri dan menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam hidup; (6) pertumbuhan pribadi, yaitu Kemampuan individu untuk secara terus-menerus mencapai kualitas dan mengembangkan potensi yang dimiliki [9]. Menurut Eva & Bisri, Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas, dan kepribadian. Ryff & Singer (2008) berpendapat kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana seseorang bisa berfungsi secara positif dalam kehidupan sehari-hari, mengarah ke aktualisasi, dan kedewasaan [10]. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan oleh peneliti pada siswa kelas XI, didapati 20 responden siswa. Dari 20 respon 40% siswa tidak memiliki sikap positif pada dirinya sendiri, 35% tidak memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, 45% tidak mampu menentukan jalan hidupnya sendiri, 55% tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, 25% tidak memiliki arah tujuan dalam kehidupannya, 15% tidak mampu dalam mengembangkan potensi dalam dirinya, maka dapat disimpulkan persentase siswa dengan sikap negatif adalah 55% sedangkan sikap positif sebesar 45%.

Pada penelitian lain menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologi juga dipengaruhi oleh salah satu faktor rasa syukur [3]. Pada penelitian Sari ditemukan bahwa individu yang merasa bersyukur cenderung lebih terdorong untuk bekerja keras dan mencapai tujuan mereka. Rasa syukur ini meningkatkan produktivitas karena menciptakan suasana hati yang positif, memupuk motivasi, dan memperbaiki kemampuan mereka dalam mengatasi stres serta tantangan [5]. Yang berarti rasa syukur dapat memberikan pengaruh positif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja [11]. Salah satu faktor rasa syukur yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis karena rasa syukur merupakan salah satu ciri dari pribadi yang selalu berfikir positif, yang kemudian dipresentasikan dalam perilaku yang lebih positif [12]. Mc Cullough, Emmons, dan Tsang (2002) membedakan sifat bersyukur dalam empat aspek, yaitu: Pertama *Intensity*, berarti sangat bersyukur ketika terjadi hal-hal positif. Kedua *Frequency*, berarti individu sering mengungkapkan rasa syukur setiap hari. Ketiga *Span*, berarti individu merasa bersyukur dalam berbagai aspek kehidupan (seperti pekerjaan, kesehatan, dan keluarga). Keempat *Density*, berarti individu sering merasakan perasaan berterima kasih kepada lebih banyak orang [13]. Pada penelitian Aisyah & Chisol Orang yang sering bersyukur cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, karena mereka menilai hidup mereka secara positif baik secara kognitif maupun afektif. Sebaliknya, mereka yang jarang bersyukur cenderung mengalami masalah dengan kesejahteraan psikologis mereka, sehingga kesulitan dalam memberikan penilaian positif terhadap kehidupan mereka [12].

Shumaker dan Brownell menjelaskan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan pertukaran energi antara dua individu yang dapat dirasakan baik oleh pemberi maupun penerima, dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan penerima [14]. Johnson & Johnson (1991) mendefinisikan dukungan sosial adalah suatu usaha berupa dukungan yang diberikan kepada seseorang untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental, memberi rasa percaya diri, dorongan atau semangat, nasihat serta penerimaan [15]. Larocco (1987) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu dukungan emosional yang dapat menjadi penengah untuk menyelesaikan suatu masalah. Sehingga dukungan sosial berperan menjadi faktor yang penting dalam membantu siswa mengatasi stres, kecemasan, atau kesulitan lainnya, sehingga mereka dapat lebih baik mengelola dan menyelesaikan masalah tersebut [16].

Menurut Weiss (1974) dukungan sosial memiliki enam aspek yaitu: (1). *Attachment* (kelekatan), merupakan perasaan kedekatan emosional yang juga memberikan rasa aman, sehingga menimbulkan perasaan nyaman (2). *Social*

*integration* (integrasi sosial), merupakan perasaan memiliki dalam suatu kelompok, sehingga memungkinkan adanya kesempatan untuk melakukan sesuatu bersama. (3). *Opportunity for nurturance* (kesempatan turut mengasuh), Merupakan perasaan yang muncul ketika seseorang merasa dirinya dapat diandalkan oleh orang lain untuk meringankan beban atau tekanan hidup mereka (4). *Reassurance of worth* (adanya sebuah pengakuan), Merupakan bentuk apresiasi atau pengakuan terhadap kemampuan, kompetensi, atau keahlian yang dimiliki seseorang (5). *A sense of reliable alliance* (terdapat orang lain yang dapat diandalkan), Merupakan ketersediaan orang lain untuk memberikan bantuan saat menghadapi kesulitan atau keberadaan seseorang yang dapat diandalkan ketika masalah terjadi (6). *The obtaining of guidance* (nasihat atau bimbingan), merupakan ketersediaan bimbingan atau nasihat dari orang lain saat terjadi permasalahan, sehingga solusi atas masalah tersebut dapat ditemukan [17]. Setyawati, dkk (2022) berpendapat bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis individu sehingga dukungan sosial yang positif akan memberikan dampak positif bagi kesehatan fisik maupun psikologis [15].

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gustine menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara rasa syukur dan kesejahteraan psikologis siswa kelas XII. Semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, dukungan sosial juga menunjukkan hubungan yang signifikan dan positif dengan kesejahteraan psikologis siswa. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis siswa [7]. Maka penelitian yang akan dilakukan di SMK Antartika 2 Sidoarjo berfokus pada mengeksplorasi pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Sedangkan dari penelitian yang dilakukan oleh Kistianingsih menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memberikan sumbangan efektif yang lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan variabel rasa syukur. Dengan sumbangan efektif sebesar 33,36%, dukungan sosial terbukti memiliki pengaruh yang lebih besar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan rasa syukur. Ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial memainkan peran yang lebih dominan dalam mendukung kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan rasa syukur, meskipun kedua faktor tersebut tetap penting [18]. Penelitian ini akan membedah bagaimana rasa syukur dan dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis di lingkungan SMK, serta mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang dapat memperkuat atau menghambat hubungan ini.

Berdasarkan analisis masalah yang dilakukan peneliti, maka pertanyaan penelitian yang muncul apakah ada pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hipotesis yang diajukan peneliti yaitu adanya pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif Korelasional. Menurut Creswell, 2014 penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian dengan menggunakan metode statistik yang mengukur hubungan antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo [19]. Populasi yang digunakan berjumlah 739 siswa kelas XI angkatan 2022 SMK Antartika 2 Sidoarjo dengan sampel berjumlah 238 siswa kelas XI. Sampel meliputi siswa dan siswi SMK kelas 11. Jumlah sampelnya dihitung menggunakan tabel Isaac dengan tingkat kesalahan 5%. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Menurut Sugiyono, teknik *simple random sampling* (sampling acak sederhana) adalah metode pengambilan sampel di mana setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai bagian dari sampel [20]. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah skala psikologi yang meliputi dukungan sosial, rasa syukur, dan kesejahteraan psikologis, skala likert. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan merupakan skala adopsi yang telah diuji oleh peneliti-peneliti sebelumnya, kemudian skala yang sudah dilakukan uji coba, alat ukur yang telah diadopsi untuk kemudian dilakukan cek validitas dan reliabilitas.

Skala pertama kesejahteraan psikologis adopsi dari Dewi Novita Sari dengan jumlah 17 aitem berisi 8 favorable dan 9 unfavorable yang terdiri dari aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi [21]. Disusunnya skala tersebut berlandaskan dari aspek Ryff dan Keyes. Pada hasil analisis validitas menggunakan metode *pearson correlation* dimana aitem yang valid adalah dengan nilai  $<0,05$  dan memiliki korelasi positif, untuk aitem yang gugur adalah aitem nomor 3,8,12,14,17. Menurut Shafiyuddin aitem yang dikatakan baik atau reliabel memiliki nilai reliabilitas sebesar  $\alpha$  Cronbach  $>0,700$  [22]. Sedangkan pada hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan menunjukkan hasil skor  $\alpha$  Cronbach sebesar 0,828.

Skala kedua yaitu rasa syukur adopsi dari Ikhlas Wardina Salsabila dengan jumlah 17 aitem berisi 1 favorable dan 6 unfavorable yang terdiri dari aspek *Intensity, Frequency, Span, Density* [23]. Disusunnya skala tersebut berlandaskan dari aspek Mc Cullough, Emmons, dan Tsang. Pada hasil analisis validitas menggunakan metode *pearson correlation* dimana aitem yang valid adalah dengan nilai  $<0,05$  dan memiliki korelasi positif, untuk aitem

yang gugur adalah aitem nomor 5,6,10,11. Sedangkan pada hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan menunjukkan hasil skor *alpha Cronbach* sebesar 0,821.

Skala ketiga yaitu skala dukungan sosial adopsi dari Rifqi Hafizh Shafiyuddin dengan jumlah 24 aitem berisi 12 favorable dan 12 unfavorable yang terdiri dari aspek kelekatan, integrasi sosial, kesempatan turut mengasuh, adanya sebuah pengakuan, terdapat orang lain yang dapat diandalkan, nasihat atau bimbingan [22]. Disusunnya skala tersebut berlandaskan dari aspek Weiss. Disusunnya skala tersebut berlandaskan dari aspek Mc Cullough, Emmons, dan Tsang. Pada hasil analisis validitas menggunakan metode *pearson correlation* dimana aitem yang valid adalah dengan nilai  $<.0,05$  dan memiliki korelasi positif, untuk aitem yang gugur adalah aitem nomor 7,8,10,14,15. Sedangkan pada hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan menunjukkan hasil *Cronbach* 0,853.

Hingga alat ukur yang dilakukan cek dirasa sudah sesuai variabel yang telah ditentukan, dan yang terakhir pelaksanaan penelitian. Uji coba yang sudah dilakukan dan mendapatkan hasil kemudian diajukan kembali kepada sampel penelitian dengan cara yang sama, lalu untuk item yang sudah gugur dihilangkan. Untuk pilihan jawaban kusioner meliputi, sangat sesuai (SS), sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Teknik analisis data peneliti menggunakan teknik regresi linier berganda dan data dianalisis menggunakan dengan aplikasi *IBM SPSS statistics 25*. Teknik regresi linear berganda juga dilakukan untuk memenuhi uji asumsi sebelum dilakukan uji hipotesis.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. HASIL

##### ANALISIS DESKRPTIF

*Tabel 1. Kategorisasi Rasa Syukur*

Kategori	Interval kelas	F	%
Rendah	$X < 28$	5	2,1 %
Sedang	$28 \leq X < 34$	207	89,1%
Tinggi	$34 \leq X$	26	10,9 %
<b>Total</b>			100 %

Tabel 1 menunjukkan hasil analisis deskriptif terhadap skala rasa syukur, yang dikategorikan ke dalam tiga tingkat: rendah, sedang, dan tinggi. Dari data tersebut, terdapat 5 responden (2,1%) yang masuk dalam kategori rendah, 207 responden (89,1%) dalam kategori sedang, dan 26 responden (10,9%) dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo memiliki tingkat rasa syukur yang cenderung berada pada kategori sedang.

*Tabel 2. Kategorisasi Dukungan Sosial*

Kategori	Interval kelas	F	%
Rendah	$X < 43$	30	12,6 %
Sedang	$43 \leq X < 47$	147	61,8 %
Tinggi	$47 \leq X$	61	25,6 %
<b>Total</b>			100 %

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis deskriptif terhadap dukungan sosial, yang dikategorikan ke dalam tiga tingkat: rendah, sedang, dan tinggi. Data menunjukkan bahwa terdapat 30 responden (12,6%) yang masuk dalam kategori rendah, 147 responden (61,8%) dalam kategori sedang, dan 61 responden (25,6%) dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo memiliki tingkat dukungan sosial yang cenderung berada pada kategori sedang.

*Tabel 3. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis*

Kategori	Interval kelas	F	%
Rendah	$X < 50$	21	8,8 %

<b>Sedang</b>	$50 \leq X < 54$	147	61,8 %
<b>Tinggi</b>	$54 \leq X$	70	29,4 %
<b>Total</b>			100 %

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis deskriptif terhadap kesejahteraan psikologis, yang dikategorikan ke dalam tiga tingkat: rendah, sedang, dan tinggi. Data menunjukkan bahwa terdapat 21 responden (8,8%) yang masuk dalam kategori rendah, responden 147 (61,8%) dalam kategori sedang, dan 70 responden (29,4%) dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa sekolah Antartika 2 Sidoarjo memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang cenderung berada pada kategori sedang.

Tabel 4. *Persentase Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Kelas								Total	
	XI AK 4	XI AK 5	XI MM 1	XI PB 1	XI PB 2	XI RPL 1	XI RPL 2	XI TKJ 2		
Laki-laki		1	29	2		29	13	24	98	41,18%
Perempuan	37	36	6	34	15	6	6		140	58,82%
<b>Total</b>									<b>238</b>	<b>100%</b>

Tabel 4 memaparkan persentase pada responden di kelas XI pada setiap jurusan berdasarkan jenis kelamin, dimana jumlah responden laki-laki pada setiap kelas XI berjumlah 98 dengan persentasenya 41,18%. Kemudian untuk responden perempuan pada setiap kelas XI berjumlah 140 dengan persentasenya 58,82%.

#### UJI ASUMSI

Tabel 5. *Hasil Uji Normalitas*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		238
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.72382545
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.044
	Negative	-.049
Test Statistic		.049
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Tabel 5 hasil uji asumsi normalitas residual dengan metode Kolmogorov smirnov yang telah dilakukan, maka ditemukan data penelitian telah terdistribusi normal (sig=0.65). Maka dapat disimpulkan bahwa residual data penelitian telah terdistribusi secara normal karena telah memenuhi kriteria sig>0,05.

Tabel 6. *Hasil Uji Linieritas*

Variabel	F	sig.	Ket
Rasa Syukur – Kesejahteraan Psikologis	32.601	.000	Linear

Dukungan Sosial – Kesejahteraan Psikologis	113.646	.000	Linear
--	---------	------	--------

Tabel 6 uji linearitas antara variabel independen rasa syukur dan dukungan sosial dengan variabel dependen kesejahteraan psikologis menunjukkan adanya hubungan linear. Pada variabel pertama nilai  $F = 32.601$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,001$  dan untuk variabel kedua nilai  $F = 113.646$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,001$ . dan berdasarkan hasil tersebut, maka menunjukkan adanya hubungan linier pada kedua variabel tersebut.

Tabel 7. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Ket
Rasa Syukur	.903	1.107	Tidak terjadi Multikolinearitas
Dukungan Sosial	.903	1.107	Tidak terjadi Multikolinearitas

Tabel 7 hasil uji multikolinearitas pada variabel independen yaitu rasa syukur dan dukungan sosial yang menunjukkan hasil nilai toleransi sebesar  $0,903 > 10$  dan pada nilai VIF sebesar  $1.107 > 10$ , maka ditemukan bahwa nilai VIF tidak melebihi 10 ( $VIF=1.107$ ). Dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel independen sehingga asumsi multikolinieritas telah terpenuhi

### UJI HIPOTESIS

Pada uji korelasi pearson correlation yang dilakukan. Maka ditemukan rasa syukur memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis ( $r = .308$ ,  $sig < .001$ ). Selanjutnya ditemukan pula hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis ( $r = .561$ ,  $sig < .001$ ). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkatan variabel independent, maka akan semakin rendah tingkatan variabel dependen dan begitu juga sebaliknya.

Tabel 9. Hasil Uji Regresi berganda berdasarkan nilai F

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	353.720	2	176.860	59.015	.000 <sup>b</sup>
	Residual	704.263	235	2.997		
	Total	1057.983	237			

Tabel 9 menunjukkan hasil uji regresi linear berganda yang telah dilakukan menunjukkan bahwa secara bersamaan, rasa Syukur dan dukungan sosial dapat berpengaruh secara signifikan kepada kesejahteraan psikologis ( $F=59,105$ ,  $sig < 0,001$ ).

Tabel 10. Hasil Uji Regresi berganda berdasarkan nilai T

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	28.941	2.166		13.363	.000
	Rasa Syukur	.109	.041	.148	2.640	.009
	Dukungan Sosial	.446	.048	.515	9.195	.000

Tabel 10 analisis secara individual dengan menggunakan uji t menunjukkan bahwa rasa syukur dapat berdampak secara signifikan kepada kesejahteraan psikologis ( $t = 2.640$ ,  $sig = 0,009$ ) dan begitu juga dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis ( $t = 9.195$   $sig < 0,001$ ). Maka berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa

baik secara simultan atau individual, rasa syukur dan dukungan sosial dapat berdampak secara signifikan kepada kesejahteraan psikologis.

*Tabel 11. Sumbangan Efektif*

<b>Model Summary<sup>b</sup></b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.578 <sup>a</sup>	.334	.329	1.731

Tabel 11 dijelaskan hasil sumbangan efektif yang diberikan rasa syukur dan dukungan sosial kepada kesejahteraan psikologis sebesar 33,4%. Maka, sebanyak 66,6% fenomena kesejahteraan psikologis pada sampel penelitian dipengaruhi oleh variabel lain yang berada diluar variabel rasa syukur dan dukungan sosial.

## **B. PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada kategorisasi pada semua variabel penelitian hasil analisis deskriptif siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo menunjukkan kecenderungan mayoritas siswa berada pada tingkat sedang untuk tiga variabel yang diteliti: rasa syukur, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan data, dalam hal rasa syukur, 207 siswa (89,1%) berada pada kategori sedang, sementara 26 siswa (10,9%) berada pada kategori tinggi dan 5 siswa (2,1%) pada kategori rendah. Dalam hal dukungan sosial, 147 siswa (61,8%) berada pada kategori sedang, 61 siswa (25,6%) pada kategori tinggi, dan 30 siswa (12,6%) pada kategori rendah. Sedangkan untuk kesejahteraan psikologis, 147 siswa (61,8%) berada pada kategori sedang, 70 siswa (29,4%) pada kategori tinggi, dan 21 siswa (8,8%) pada kategori rendah. Maka Dari analisis di atas, terlihat bahwa mayoritas responden cenderung berada pada kategori sedang untuk ketiga variabel yang diteliti, dengan persentase 72,0%. Jumlah responden yang masuk dalam kategori tinggi adalah 22,5%, sementara yang berada pada kategori rendah adalah 24,1%. Hal ini menunjukkan bahwa ada potensi yang cukup besar untuk meningkatkan tingkat rasa syukur, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis di kalangan siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo, maka sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri dimana artinya jika dukungan teman seumuran tinggi maka akan membuat kesejahteraan psikologis mahasiswa juga akan tinggi, namun sebaliknya jika mahasiswa menerima dukungan yang rendah maka akan mengakibatkan kesejahteraan psikologis juga akan rendah [24]. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Astuti yaitu semakin tinggi rasa kebersyukuran maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis yang dirasakan [25].

Pada Jenis kelamin perbedaan yang cukup signifikan dalam jumlah responden berdasarkan jenis kelamin, dimana siswa perempuan lebih banyak dibandingkan dengan siswa laki-laki di kelas XI. Dimana siswa perempuan yang mewakili berjumlah 58,82%, sedangkan siswa yang mewakili laki-laki berjumlah 41,18% dari keseluruhan responden, Persentase ini memberikan gambaran yang jelas mengenai distribusi jenis kelamin di antara responden yang diteliti, yang tentunya mempengaruhi analisis lebih lanjut mengenai berbagai aspek yang diukur dalam penelitian yang telah dilakukan.

Pada uji asumsi normalitas residual dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Metode ini digunakan untuk menguji apakah data residual dari model regresi terdistribusi secara normal atau tidak. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi (sig) sebesar 0.65. Nilai signifikansi ini dibandingkan dengan batas kritis 0.05 untuk menentukan apakah data terdistribusi normal. Karena nilai signifikansi yang diperoleh (0.65) lebih besar dari 0.05, dapat disimpulkan bahwa data residual tidak menyimpang dari distribusi normal. Dengan kata lain, asumsi normalitas residual telah terpenuhi dalam penelitian ini. Maka dari uji Kolmogorov-Smirnov yang menunjukkan nilai signifikansi 0.65 memberikan keyakinan bahwa residual dari data penelitian terdistribusi secara normal, memenuhi kriteria signifikan lebih dari 0.05 [27].

Hasil uji multikolinearitas pada variabel independen yaitu rasa syukur dan dukungan sosial menunjukkan nilai toleransi sebesar 0,903, yang lebih besar dari 0,10, dan nilai VIF sebesar 1,107, yang kurang dari 10. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antar variabel independen, sehingga asumsi multikolinearitas telah terpenuhi. Hal ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan bebas dari masalah multikolinearitas, yang ditandai dengan nilai toleransi lebih dari 0,10 dan nilai VIF kurang dari 10. Hal ini memastikan bahwa variabel independen dalam penelitian ini tidak saling berkorelasi secara signifikan, sehingga hasil analisis regresi dapat dianggap valid dan reliabel.

Uji korelasi Pearson pada penelitian ini menentukan hubungan antara variabel independen rasa syukur dan dukungan sosial dengan variabel dependen kesejahteraan psikologis. Uji korelasi Pearson digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan linier antara dua variabel. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dan kesejahteraan psikologis, dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0.308 dan nilai

signifikansi (sig) kurang dari 0.001. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat rasa syukur seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, maka hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh fatmala (2022) ditemukan koefisien regresi positif, menunjukkan bahwa sikap bersyukur memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, semakin tinggi rasa syukur pada mahasiswa, semakin baik kesejahteraan psikologis mereka [28]. Selain itu, hasil uji korelasi juga menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0.561 dan nilai signifikansi (sig) kurang dari 0.001. Ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seseorang, semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologisnya [29].

Dari hasil uji regresi linear berganda yang telah dilaksanakan menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari variabel rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis secara simultan. Berdasarkan analisis, nilai F yang diperoleh adalah 59,105 dengan nilai signifikansi kurang dari 0,001. Ini mengindikasikan bahwa model regresi yang dibangun, yang mencakup kedua variabel tersebut, mampu menjelaskan variasi dalam kesejahteraan psikologis secara keseluruhan dengan sangat baik. Selanjutnya, untuk menganalisis dampak masing-masing variabel secara individu terhadap kesejahteraan psikologis, dilakukan uji t. Hasil uji t menunjukkan bahwa rasa syukur memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai t sebesar 2,640 dan nilai signifikansi 0,009. Ini berarti bahwa rasa syukur secara mandiri dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis individu. Selain itu, dukungan sosial juga menunjukkan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai t sebesar 9,195 dan nilai signifikansi kurang dari 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial, ketika dipertimbangkan secara terpisah, memiliki efek yang sangat kuat dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, maka hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kistianingsih yang juga menunjukkan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian Kistianingsih mengkonfirmasi bahwa kedua variabel ini berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, yang sejalan dengan hasil penelitian kami [18].

Hasil analisis mengenai sumbangan efektif dari rasa syukur dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 33,4% terhadap variabilitas kesejahteraan psikologis. Ini berarti bahwa 33,4% dari variasi yang terjadi dalam kesejahteraan psikologis pada sampel penelitian dapat dijelaskan oleh pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial. Sementara itu, sisanya, yaitu sebesar 66,6% dari fenomena kesejahteraan psikologis, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam variabel rasa syukur dan dukungan sosial. Ini mengindikasikan bahwa ada variabel-variabel lain di luar kedua faktor tersebut yang turut berperan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi tambahan pada literatur yang ada dengan menegaskan kembali peran signifikan dari rasa syukur dan dukungan sosial, sejalan dengan penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan oleh Kistianingsih. Hasil ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dalam konteks yang serupa.

Penelitian ini mengkombinasikan dua variabel penting, yaitu rasa syukur dan dukungan sosial, dan menilai dampaknya secara simultan terhadap kesejahteraan psikologis. Banyak penelitian mungkin hanya fokus pada salah satu variabel atau pada variabel lain yang tidak termasuk dalam studi ini. Menggabungkan kedua variabel ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana keduanya berinteraksi dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasilnya. Pertama, sampel penelitian ini terbatas pada siswa kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo, yang mungkin tidak sepenuhnya mewakili populasi siswa di daerah lain atau pada tingkat pendidikan yang berbeda. Kedua, pengukuran variabel dilakukan menggunakan kuesioner, yang dapat dipengaruhi oleh bias subyektif dari responden dan mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi sebenarnya. Selain itu, penelitian ini hanya mempertimbangkan dua variabel independen, sementara masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa, seperti faktor keluarga, ekonomi, dan lingkungan. Ketiga, pendekatan kuantitatif yang digunakan mungkin tidak dapat menangkap secara mendalam pengalaman individu terkait rasa syukur dan dukungan sosial, yang bisa lebih baik dieksplorasi melalui metode kualitatif.

#### IV. SIMPULAN

Maka dari pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa secara individu, rasa syukur berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai t sebesar 2,640 dan nilai signifikansi 0,009. Ini mengindikasikan bahwa rasa syukur memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial juga memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai t sebesar 9,195 dan nilai signifikansi kurang dari 0,001. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang



sangat kuat terhadap kesejahteraan psikologis. Rasa syukur dan dukungan sosial secara efektif memberikan kontribusi sebesar 33,4% terhadap variabilitas kesejahteraan psikologis. Artinya, kedua variabel ini bersama-sama menjelaskan 33,4% dari variasi dalam kesejahteraan psikologis pada sampel penelitian. Penelitian ini menunjukkan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis baik secara simultan maupun individual. Namun, ada faktor-faktor lain di luar kedua variabel ini yang juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yang mengindikasikan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami pengaruh variabel lain tersebut. Maka dapat disimpulkan bahwa rasa syukur dan dukungan sosial memiliki peranan yang signifikan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan rasa syukur dan peningkatan dukungan sosial dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis di kalangan siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo kelas XI. Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, pihak sekolah dan pendidik dapat mempertimbangkan program-program yang mendorong rasa syukur, seperti kegiatan reflektif atau pelatihan mindfulness, serta memperkuat jaringan dukungan sosial di lingkungan sekolah. Kegiatan-kegiatan ini dapat mencakup kelompok dukungan teman sebaya, konseling, dan kegiatan sosial yang melibatkan interaksi positif antar siswa.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh responden yang telah bersedia memberikan data serta meluangkan waktu untuk kelancaran penelitian. Dan juga kepada kepala sekolah yang sudah memberikan perizinan pada penelitian yang akan dilakukan disekolah SMK Antartika 2 Sidoarjo.

### REFERENSI

- [1] B. E. Compas, J. K. Connor-Smith, H. Saltzman, A. H. Thomsen, and M. E. Wadsworth, "Coping with stress during Childhood And Adolescence: Problems, Progress, And Potential In Theory And Research," *Psychol. Bull.*, Vol. 127, No. 1, Pp. 87–127, 2001, Doi: 10.1037/0033-2909.127.1.87.
- [2] A. Prabowo, "Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, Vol. 5, No. 1, Pp. 1689–1699, 2016, [Online]. Available: <https://Revistas.Ufrj.Br/Index.Php/Rce/Article/Download/1659/1508%0Ahttp://Hipatiapress.Com/Hpjournal/Index.Php/Qre/Article/View/1348%5Cnhttp://Www.Tandfonline.Com/Doi/Abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseysociety.com/downloads/reports/Educa>
- [3] H. Wisnu, D. Ardiani, N. Ilhami, and T. Octiawati, "Hubungan Rasa Syukur dan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Selama Pandemi Covid-19," *J. Psikol. J. Ilm. Fak. Psikol. Univ. Yudharta Pasuruan*, vol. 9, no. 2, pp. 159–177, 2022, doi: 10.35891/jip.v9i2.2699.
- [4] K. K. Deviana & Umari, "Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja," *J. Pendidik. dan Konseling*, vol. 5 Nomor 1, no. 2010, pp. 3463–3468, 2023.
- [5] R. Sari, "Kaitan rasa syukur dengan kesejahteraan psikologi," *J. Relig.*, vol. 1, no. 4, pp. 1056–1061, 2023.
- [6] H. Hasanuddin and K. Khairuddin, "Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai," *Analitika*, vol. 13, no. 2, pp. 148–155, 2021, doi: 10.31289/analitika.v13i2.5906.
- [7] E. Gustine and R. D. D. Nurhadianti, "Hubungan Antara Rasa Syukur dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Kelas XII IPA SMAN 113 Jakarta Timur," *J. Psikol. Kreat. Inov.*, vol. 1, no. 1, pp. 63–73, 2021.
- [8] Y. Sumakul and S. Ruata, "Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19," *J. Psychol. "Humanlight"*, vol. 1, no. 1, pp. 1–7, 2020, doi: 10.51667/jph.v1i1.302.
- [9] R. Pramitha and Y. Dwi Astuti, "Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau di Yogyakarta," *J. Sos. Teknol.*, vol. 1, no. 10, pp. 179–186, 2021, doi: 10.36418/journalsostech.v1i10.211.
- [10] S. R. Kurniawan and N. Eva, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau," *Pros. Semin. Nas. dan call Pap.*, pp. 152–162, 2020.
- [11] D. A. Pitaloka and A. Ediati, "Rasa Syukur Dan Kecenderungan Perilaku Prosocial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro," *J. EMPATI*, vol. 4, no. 2, pp. 43–50, 2015, doi: 10.14710/empati.2015.14890.
- [12] A. Aisyah And R. Chisol, "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorar Sekolah Dasar," *Proyeksi*, Vol. 13, No. 2, P. 109, 2020, Doi: 10.30659/Jp.13.2.109-122.
- [13] A. Prabowo, "Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja," Vol. 05, No. 02, Pp. 1–14, 2017.
- [14] D. Dityo And Y. Satwika, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantauan Yang Sedang Menyusun Skripsi," *J. Penelit. Psikol.*, Vol. 10, No. 02, Pp. 788–799, 2023.

- [15] I. Setyawati, S. A. Fahiroh, and A. Poerwanto, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di UPT PRSMP Surabaya," *ARCHETYPE J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 5, no. 1, pp. 1–9, 2022.
- [16] K. Rahama and U. A. Izzati, "Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 94–106, 2021.
- [17] R. A. D. Arindawanti and U. A. Izzati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Bagian Produksi," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 4, pp. 1–15, 2021.
- [18] K. A. Kistianingsih And E. Purwandari, "Rasa Syukur, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Psikologis Purna Jabatan Pegawai Negeri Sipil," *J. Psikohumanika*, Vol. 12, No. 2, Pp. 133–151, 2020, Doi: 10.31001/J.Psi.V12i2.895.
- [19] T. D. Zulpani, Ramadoni, And A. Zelitri, "Hubungan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Pemahaman Konsep Matematis Pada Kelas Xi," *Theorema J. Educ. Math.*, Vol. 4, No. 1, Pp. 9–19, 2023.
- [20] O. Firnando And Dkk, "Analisis Pengaruh Saluran Distribusi Dan Promosi Pada Keputusan Pembelian Produk (Survey Pada Konsumen Pt Inti Bharu Mas Lampung)," *J. Strateg. Manag. Account. Through Res. Technol.*, Vol. 1, No. 1, Pp. 31–37, 2021, [Online]. Available: <https://jim.teknokrat.ac.id/index.php/smart/article/view/1111>
- [21] D. N. Sari, "Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan Fear Of Missing Out Pada Mahasiswa Uin Suska Riau Pengguna Media Sosial," 2023.
- [22] R. H. Shafiyuddin, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Petugas Pemadam Kebakaran Kota Malang," *Univ. Nusant. PGRI Kediri*, Vol. 01, Pp. 1–7, 2017.
- [23] I. W. Salsabila, "Hubungan Gratitude Dengan Psychological Well-Being Guru," 2022.
- [24] M. Safitri And D. Rusli, "Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Pada Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Mengerjakan Skripsi Di Bukittinggi," *J. Fam. Educ.*, Vol. 3, No. 2, Pp. 85–92, 2023, Doi: 10.24036/Jfe.V3i2.93.
- [25] F. Widi Astuti And S. Rahma Nio, "Hubungan Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Terancam Drop Out (Do)," *Ranah Res. J. Multidiscip. Res. Dev.*, Vol. 4, No. 4, Pp. 294–300, 2022, Doi: 10.38035/Rrj.V4i4.511.
- [26] Gosyen Lazero Annan And Marselius Sampek Tondok, "Perceived Discrimination Sebagai Mediator Hubungan Antara Akulturasi dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Etnis Tionghoa," *Keluwih J. Sos. dan Hum.*, vol. 3, no. 1, pp. 19–27, 2022, doi: 10.24123/soshum.v3i1.5224.
- [27] D. K. S. Harjanti, "Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Internal Locus of Control dan Spiritualitas," *Gadjah Mada J. Psychol.*, vol. 7, no. 1, p. 83, 2021, doi: 10.22146/gamajop.62236.
- [28] D. Fatmala and C. A. K. Sari, "Pengaruh Rasa Syukur terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa S1 UIN Tulung Agung di Masa Pandemi Covid-19," *J. Islam. Contemp. Psychol.*, vol. 2, no. 1, pp. 15–25, 2022, doi: 10.25299/jicop.v2i1.9009.
- [29] F. F. Asmarani and I. Sugiasih, "Kesejahteraan Psikologis pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau dari Rasa Syukur dan Dukungan Sosial Suami," *Psisula Pros. Berk. Psikol.*, vol. 1, no. September, pp. 45–58, 2020, doi: 10.30659/psisula.v1i0.7688.

**Conflict of Interest Statement:**

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.