**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL- BEING* PADA REMAJA TENGAH DI ERA DIGITAL**

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SUBJECTIVE WELL-BEING AMONG MIDDLE ADOLESCENTS IN THE DIGITAL ERA

# Nadya Wahyu Rinjani Akhyar1, Reny Yuniasanti2, Nikmah Sofia Afiati 3

Universitas Mercu Buana Yogyakarta [nwahyurinjani@gmail.com](mailto:nwahyurinjani@gmail.com) 081322447795

**Abstrak**

*Subjective well-being* merupakan aspek penting yang perlu dimiliki oleh setiap remaja. Namun, masih terdapat remaja yang memiliki tingkat *Subjective well-being* yang rendah. Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *Subjective well-being*, salah satunya adalah dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *Subjective well-being* pada remaja tengah di era digitalisasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 152 remaja yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Positive Affect Negative Affect Schedule* (PANAS) dan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) sebagai indikator pengukuran *Subjective well-being*, serta *Social Provision Scale* untuk pengukuran dukungan sosial. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan validitas isi menggunakan *expert judgement*, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan *Alpha Cronbach* dengan nilai koefisien alpha sebesar 0,890 untuk skala PANAS dan SWLS, serta 0,928 untuk skala dukungan sosial. Analisis data dilakukan dengan analisis korelasi *product moment Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dukungan sosial terhadap *Subjective well-being* pada remaja tengah, dengan nilai signifikansi p = 0,000 dan nilai r = 0,554 yang menunjukkan kekuatan korelasi berada pada tingkat sedang.

**Kata Kunci**: *Subjective Well-being*, Dukungan Sosial, Remaja Tengah

***Abstract***

*Subjective well-being is an important aspect that every teenager needs to have. However, there are still teenagers who have a low level of Subjective well-being. There are various factors that can influence Subjective well-being, one of which is social support. This research aims to determine the effect of social support on Subjective well-being in middle adolescents in the era of digitalization. This research used a quantitative approach with a research sample of 152 teenagers determined through a purposive sampling technique. The instruments used in this research were the Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS) and the Satisfaction with Life Scale (SWLS) as indicators for measuring Subjective well-being, as well as the Social Provision Scale for measuring social support. The validity test in this research was carried out using content validity using expert judgment, while reliability was tested using Cronbach's Alpha with an alpha coefficient value of 0.890 for the PANAS and SWLS scales, and 0.928 for the social support scale. Data analysis was carried out using Pearson product moment correlation analysis. The results of the research show that there is a positive influence of social support on Subjective well-being in middle adolescents, with a significance value of p = 0.000 and a value of r = 0.554 which shows that the strength of the correlation is at a moderate level.*

***Keywords****: Subjective well-being, social support, middle adolescents*

1

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Tengah di Era Digital

# PENDAHULUAN

Menurut Elizabeth B. Hurlock (2017), tahap perkembangan remaja terbagi menjadi tiga fase utama. Fase pertama adalah remaja awal yang mencakup usia 12-14 tahun, diikuti oleh remaja tengah pada usia 15-18 tahun, dan berakhir dengan remaja akhir pada usia 18-21 tahun. Periode remaja dikarakteristikan dengan perubahan *personality* individu yang cepat karena pada saat itu merupakan masa-masa dimana remaja mengalami perkembangan diberbagai aspek, termasuk fisik, psikologi, sosial, dan kognitif (Steinberg, 2017).

Menurut Dahl (dalam MQ A'yun, F Tentama, dan NZ Situmorang, 2018), proses transformasi dari anak-anak menjadi remaja melibatkan serangkaian tahapan yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sosial. Pengaruh ini membuat remaja menjadi lebih sensitif terhadap stres emosional dan gejolak. Masa remaja merupakan periode krisis yang ditandai dengan kepekaan dan labilitas emosi yang tinggi, gejolak yang intens, dan ketidakseimbangan emosi, sehingga membuat remaja mudah terpengaruh oleh lingkungan mereka (Santrock, 2016). Selain itu, masa remaja juga merupakan fase di mana kesadaran sosial meningkat, namun diiringi dengan peningkatan tekanan sosial, yang membuat remaja menjadi kelompok yang rentan menghadapi kesulitan (Rienneke dan Setianingrum, 2018).

Khususnya pada era digital seperti saat ini, yang bisa memberikan dampak ganda bagi remaja. Dampak positif dari teknologi digital adalah memberikan peluang bagi remaja untuk belajar, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan sesamanya. Misalnya, remaja dapat menggunakan media sosial dan aplikasi lainnya untuk terhubung dengan teman dan keluarga, berbagi pengalaman dan prestasi, serta mencari dukungan dan bantuan. Namun, di sisi lain, teknologi digital juga dapat membawa tekanan dan tantangan bagi remaja. Misalnya, remaja mungkin merasa tertekan untuk selalu tersambung dan terus memperbarui status mereka, atau mungkin merasa cemas atau tertekan karena perbandingan sosial atau *cyberbullying*. Hal tersebut membuat remaja menjadi salah satu kelompok yang berisiko tinggi mengalami gangguan kesehatan mental atau kesehatan jiwa (Muslimahayati dan Rahmy, 2021).

Masa remaja khususnya remaja tengah (15-18 tahun) mengalami perkembangan kognitif serta mampu melepaskan diri dari orang tua untuk menjalankan peran secara mandiri sebagai orang dewasa (Sadiman, 2003). Dalam fase ini, terjadi perubahan luas dalam perilaku emosional yang dianggap mencerminkan perubahan lingkungan dan pemicu stres (McLaughlin, Garrad, dan Somerville, 2015). Hal ini diperkuat dengan pernyataan Diener dan Chan (dalam Kuswara dan Izzati (2022) bahwa istilah *Subjective well-being* mengacu pada persepsi seseorang tentang dirinya sendiri, yang mungkin termasuk peringkat kepuasan hidup selain sensasi seperti emosi dan suasana hati. *Subjective well-being* yang tinggi juga mengacu pada mereka yang lebih sering

2

mengalami perasaan bahagia daripada perasaan negatif. (Filsafati dan Ratnaningsih, 2017), sehingga perubahan emosi yang disebabkan lingkungan akan mempengaruhi tingkat *Subjective well-being* remaja. Hal ini mengindikasikan bahwa secara tidak langsung lingkungan turut berkontribusi pada tingkat *Subjective well-being* remaja. Lingkungan diantaranya terdiri dari lingkungan rumah dan lingkungan sekolah. Di rumah terdapat orang tua dan di sekolah terdapat teman dan guru.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Suprihatin (2021) dukungan sosial berhubungan positif dengan *Subjective well-being*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang merasakan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat *Subjective well-being* yang lebih tinggi. Ini berarti bahwa ketika seseorang merasa didukung oleh hubungan sosial mereka, seperti keluarga, teman, atau komunitas, mereka cenderung mengalami tingkat kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kesejahteraan yang lebih besar. Dukungan sosial dapat memberikan sumber daya emosional, informasi, dan instrumental kepada individu untuk membantu mereka mengatasi stres, kesulitan, dan tantangan hidup. Hal ini dapat berfungsi sebagai penyangga terhadap pengalaman negatif dan meningkatkan emosi positif dan harga diri. Memiliki sistem dukungan yang kuat juga dapat berkontribusi pada rasa memiliki, keterhubungan, dan integrasi sosial, yang merupakan faktor penting untuk *Subjective well-being*. *Subjective well-being* remaja dapat ditingkatkan melalui dukungan sosial. Diharapkan tingkat *Subjective well-being* remaja akan meningkat seiring dengan peningkatan jumlah dukungan sosial yang mereka terima. Dukungan sosial dapat mempengaruhi *Subjective well-being* secara langsung maupun tidak langsung, dan sifat hubungan ini dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor. Dinamika hubungan antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu dan faktor kontekstual. Misalnya, jenis dukungan sosial (emosional, instrumental, informasi) dan kualitas hubungan (misalnya, dukungan yang dirasakan, kepuasan) dapat memengaruhi kekuatan dan efektivitas hubungan. Norma-norma budaya dan masyarakat, serta ketersediaan dan aksesibilitas sumber daya dukungan sosial, juga dapat membentuk dinamika hubungan.

Berdasarkan uraian tersebut, dukungan sosial dan *Subjective well-being* merupakan elemen penting dalam kehidupan remaja, terlebih di era digital saat ini. Namun, sejauh ini, berdasarkan pengetahuan peneliti, masih belum ada studi yang secara spesifik meneliti hubungan antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* pada remaja tengah, khususnya di era digital. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* pada remaja tengah di era digital. Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: "Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* pada remaja tengah di era digital?"

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Tengah di Era Digital

# METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode skala. Data dikumpulkan melalui skala penelitian yang dibagikan kepada remaja tengah dengan fokus pada hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *Product Moment Pearson*. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja tengah dengan rentang usia 15-18 sebanyak 152 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling.* Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *subjective well-being* dan dukungan sosial. Skala *subjective well-being* menggunakan adaptasi dari skala Diener yang telah diterjemahkan oleh Akhtar (2019) terdiri dari 2 instrumen penelitian dengan total 25 aitem memiliki validitas dan reliabilitas yang baik, sedangkan skala dukungan sosial diadaptasi dari Putra (2015), yang terdiri 24 aitem.

# HASIL DAN PEMBAHASAN

1. **Deskripsi Karakteristik Subjek Penelitian**

Dari data yang diperoleh, subjek dalam penelitian ini berjumlah 152 responden remaja. Beberapa data yang diperoleh berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan lama penggunaan gadget. Berdasarkan usia, penelitian ini mengambil remaja tengah sebagai sampel. Gambaran terkait subjek dapat dilihat pada tabel berikut:

# Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** |  | **Frekuensi** | **Mean** | **Persentase** |
| Usia (tahun) | 15  16  17  18 | 37  33  39  43 |  | 24,3%  21,7%  25,7%  28,3% |
|  | 16,5 |
| **Total** |  | **152** |  | **100%** |
| Jenis Kelamin | Laki – laki Perempuan | 75  77 | - | 49,3%  50,7% |
| **Total** |  | **152** |  | **100%** |
| Tingkat Pendidikan | SMP SMA | 27  125 | - | 17,8%  82,2% |
| **Total** |  | **152** |  | **100%** |
| Lama Penggunaan Gadget/Gawai dalam 1 hari  (Jam) | 1-2 Jam  >2 Jam | 0  152 | - | 0%  100% |
| **Total** |  | **152** |  | **100%** |

Berdasarkan deskripsi data subjek penelitian, terdapat 152 subjek remaja yang terdiri dari

75 responden laki-laki (49,3%) dan 77 responden perempuan (50,7%). Berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada usia 18 tahun dengan jumlah 43 responden (28,3%), diikuti oleh

responden berusia 17 tahun sebanyak 39 responden (25,7%), dan terakhir responden berusia 15

dan 16 tahun masing-masing sebanyak 37 responden (24,3%) dan 33 responden (21,7%). Rata- rata usia dari responden dalam penelitian ini adalah 16,5 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden adalah remaja SMA dengan 125 responden (82,2%) dan diikuti oleh remaja SMP dengan 27 responden (17,8%).

# Gambaran Subjek Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil kategorisasi skala dukungan sosial, diketahui bahwa 109 responden (71,7%) berada pada tingkat dukungan sosial yang tinggi, diikuti oleh 35 responden (23%) pada tingkat sedang, dan 8 responden (5,3%) pada tingkat rendah. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki dukungan sosial yang baik.

# Tabel 2. Kategorisasi Data Penelitian

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategorisasi** | **Pedoman** | **Skor** | **N** | **Presentase** |
| **Tinggi** | X ≥ µ + 0,75σ | X ≥ 66 | 10  9 | 71,7% |
| **Sedang** | (µ - 0,75σ) ≤ X < (µ + 0,75σ) | 49≤ X < 66 | 35 | 23% |
| **Rendah** | X < (µ - 0,75σ) | X <49 | 8 | 5,3% |
|  | **Total** |  | 15  2 | 100 % |

**Keterangan:**

X = Skor subjek

µ = Mean atau rerata hipotetik σ = Standart deviasi hipotetik

1. **Gambaran Subjek *Subjective Well-Being***

Berdasarkan hasil kategorisasi skala Subjective well-being, didapatkan bahwa 65 responden (42,8%) berada pada tingkat tinggi, diikuti oleh 58 responden (38,2%) pada tingkat rendah, dan 29 responden (19,1%), yang memiliki Subjective well-being tingkat sedang.

# Tabel 3. Kategorisasi Data Penelitian

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategorisasi** | **Pedoman** | **Skor** | **N** | **Presentase** |
| **Tinggi** | X ≥ µ + 0,75σ | X ≥58 | 65 | 42,8% |
| **Sedang** | (µ - 0,75σ) ≤ X < (µ + 0,75σ) | 43≤ X <58 | 29 | 19,1% |
| **Rendah** | X < (µ - 0,75σ) | X <43 | 58 | 38,2% |
|  | **Total** |  | 152 | 100 % |

**Keterangan:**

X = Skor subjek

µ = Mean atau rerata hipotetik σ = Standart deviasi hipotetik

# Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan pengujian hipotesis dilakukan dengan metode korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl pearson. Teknik korelasi (*pearson correlation*) digunakan untuk menetapkan hubungan antara variabel terikat. Hadi (2015) berpendapat kaidah yang digunakan untuk uji korelasi yaitu apabila p <0,050 maka terdapat korelasi antara variabel bebas dan terikat sedangkan apabila nilai p >0,050 maka tidak ada korelasi antara variabel bebas

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Tengah di Era Digital

dan terikat. Menurut Sugiono (2019) bahwa Hubungan dari kedua variabel dikatakan signifikan apabila memenuhi ketentuan pedoman yaitu apabila nilai signifikansi yang diperoleh menunjukkan angka dibawah 0,05 (p<0,05) sedangkan apabila nilai signifikansi yang diperoleh menunjukkan angka diatas 0,05 (p> 0,05). Hasil analisis dari korelasi dapat dikategorikan menjadi beberapa tingkatan, dimana menurut Sugiyono (2019) besaran korelasi memiliki lima kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, kuat, dan sangat kuat. Pedoman dalam melihat korelasi menurut Sugiyono (2019) dapat dilihat dengan tabel 4 di bawah ini :

**Tabel 4. Kriteria Koefisien Korelasi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval Koefisien** | **Kriteria** |
| 0,00 – 0,199 | Sangat rendah |
| 0,20 – 0,399 | Rendah |
| 0,40 – 0,599 | Sedang |
| 0,60 – 0,799 | Kuat |
| 0,80 – 1.000 | Sangat Kuat |

Pada penelitian ini diperoleh koefisien korelasi *(rxy)* = 0,554 dengan nilai signifikansi *p*

= 0.000 (< 0.050), berarti ada hubungan positif antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* pada remaja tengah pada era digitalisasi yang dapat dilihat pada tabel 12. Hubungan positif ini didapatkan dengan derajat koefisien korelasi yang masuk dalam kategori tingkat hubungan sedang. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini di terima. Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *Subjective well-being* remaja tengah di era digitalisasi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah tingkat *Subjective well-being* remaja.

# Tabel 5. Hasil Uji Korelasi

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Pearson Corelation** | **Nilai sig** | **Keterangan** |
| **Dukungan sosial**  **\* SWB** | 0,554\*\* | 0.000 | Data berhubungan signifikan |

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *Subjective well-being* pada remaja tengah di era digitalisasi dengan nilai signifikansi korelasi sebesar 0,554 dan *p*=0,000. Hal ini berarti, apabila variabel bebas, yaitu dukungan sosial, memiliki skor tinggi, maka variabel terikat, yaitu *Subjective well-being*, juga akan memiliki skor tinggi, dan sebaliknya. Jika dukungan sosial memiliki skor rendah, maka skor *Subjective well-being* juga akan rendah.

*Subjective well-being* responden berada pada tingkat tinggi dengan 65 responden (42,8%) Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi *Subjective well-being*, salah satunya adalah dukungan sosial. Didapatkan hasil bahwa dukungan sosial responden berada pada tingkat tinggi dengan 109 responden (71,7%). Selain dukungan sosial, juga terdapat faktor lain yang mungkin mempengaruhi *Subjective well-being*, yaitu budaya, faktor demografi dan religiusitas. Faktor- faktor yang mempengaruhi *Subjective well-being* pada individu sangat beragam, namun pada

penelitian ini hanya terfokus pada variabel dukungan sosial sedangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *Subjective well-being* belum dapat diteliti.

# DAFTAR PUSTAKA

Akhtar, H. (2019). Evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk

*Subjective well-being*. Jurnal Psikologi, 18(1), 29-40.

American Academy of Pediatrics. (2016). Media and Young Minds, 138(5). https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591.

American Academy of Pediatrics. (2016). Media Use in School-Aged Children Policy Statement, and Adolescents, 138 (5). https://doi.org/10.1542/peds.2016-2592.

Andriyani, J. (2016). Korelasi peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja. *Al-Bayan*, *22*(34), 39–52.

Anindyajati, P. D. (2013). Status identitas remaja akhir: Hubungannya dengan gaya pengasuhan orangtua dan tingkat kenakalan remaja. *Character*, *01*(02), 1–6.

Ariati, J. (2010). Kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikologi universitas diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, *8*(2), 117–123.

Ariati, J. (2017). *Subjective Well-Being* (Kesejahteraan Subjektive) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Jurnal Psikologi Undip.

Arief Sadiman. (2003). Media Pembelajaran dan Proses Belajar Mengajar, Pengertian Pengembangan danj Pemanfaatnya. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Aulia, W. F. (2020). Self Esteem Terhadap *Subjective well-being* Pada Buruh Sopir Pengangkut Peti Kemas. *Jurnal Ilmiah Psyche*, *14*(2), 103–114. https://doi.org/10.33557/jpsyche.v14i2.1226

A’yun, M. Q., Tentama, F., & Situmorang, N. Z. Overview Subjective Well Being in the Young Women at boarding schools. *PENGANTAR KETUA ASOSIASI PSIKOLOGI POSITIF INDONESIA*, 29.

Dewi, L., dan Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi *Subjective well-being* Lharasati Dewi Naila Nasywa. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, *1*(1), 54–62. <http://journals.sagepub.com/>

Diener, E. (2009). The Science of The Science of Well-Being : The Collected Works of Ed DienerWell-Being. In *The Science of Well-Being*. Springer Publishing. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198567523.001.0001

Diener, E., dan Chan, M. Y. (2011). Happy People Live Longer: *Subjective well-being* Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *3*(1), 1– 43. https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x

Diener, E., dan Oishi, S. (1985). *Subjective well-being : The Science of Happiness and Life Satisfaction. Handbook of Positive Psychology*.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). *The satisfaction with life scale*.

Journal of Personality Assessment, 49(1), 71–75

Diener, E., Oishi, S., dan Lucas, R. E. (2015). National accounts of *Subjective well-being*.

*American Psychologist*, *70*(3), 234–242. https://doi.org/10.1037/a0038899

Diorarta, R., dan Mustikasari. (2020). Tugas Perkembagan Remaja Dengan Dukungan Keluarga : Studi Kasus. *Carolus Journal of Nursing*, *2*(2), 111–120.

Fadhlurrohman, M. D., & Indriana, Y. (2023). Kepuasan Hidup Remaja Pondok Ditinjau dari Kelekatan pada Orang Tua dan Altruisme. *Jurnal Psikologi Perseptual*, *8*(1), 31-48.

Fangidae, S. I., Antika, E. R., dan Semarang, U. N. (2023). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application Pengaruh Kualitas Persahabatan terhadap Kebahagiaan Siswa SMA*. *12*(1), 79–94.

Filsafati, A. I., dan Ratnaningsih, I. Z. (2017). Hubungan Antara *Subjective well-being* Dengan Organizational Citizenship Behavior Pada Karyawan Pt. Jateng Sinar Agung Sentosa Jawa

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Tengah di Era Digital

Tengah dan Diy. *Jurnal EMPATI*, *5*(4), 757–764. https://doi.org/10.14710/empati.2016.15417

Gani, A. G. (2014). Pengenalan Teknologi Internet Serta Dampaknya. *Jurnal Sistem Informasi Universitas Suryadarma*, *2*(2). https://doi.org/10.35968/jsi.v2i2.49

Hayati, S. (2023). Hubungan Resiliensi dengan *Subjective well-being* pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sosial Teknologi*, *3*(6), 530–536. https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i6.787

Hidayah, H. N. (2016). Krisis Identitas Diri Pada Remaja “Identity Crisis of Adolescences.”

*Sulesana Volume*, *10*, 49–62.

Hidayat, Z., dan Suprihatin, T. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap *Subjective well-being* Pada Remaja Di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. *Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 5*, *1*, 136–144.

Hostinar, C. E., dan Gunnar, M. R. (2016). Social Support Can Buffer against Stress and Shape Brain Activity. *Physiology dan Behavior*, *6*(3), 34–42. https://doi.org/10.1080/21507740.2015.1047054.Social

House, J. S. (1983). Work Stress and Social Support. In *Contemporary Sociology* (Vol. 12, Issue 3). https://doi.org/10.2307/2069001

Hurlock, E. (2017). Psikologi perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.

Jakarta : Erlangga.

Keyes, C. L. M. (2006). *Subjective well-being* in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social Indicators Research*, *77*(1), 1–10. https://doi.org/10.1007/s11205-005-5550-3

Kuswara, G. G. A., dan Izzati, U. A. (2022). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan *Subjective well-being* Pada Guru SMK. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(4), 157–170.

Lutfiyah, N. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan *Subjective well-being* pada anak jalanan di wilayah Depok. *Jurnal Psikologi*, *10*(2), 152–159. <http://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1784>

Manongga, A. (2021). Pentingnya teknologi informasi dalam mendukung proses belajar mengajar di sekolah dasar. *Pascasarjana Univearsitas Negeri Gorontalo Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, *978*-*623*–*98*(November), 1–7.

Martinot, D., Sicard, A., Gul, B., Yakimova, S., Taillandier-Schmitt, A., dan Maintenant, C. (2022). Peers and teachers as the best source of social support for school engagement for both advantaged and priority education area students. *Frontiers in Psychology*, *13*(September), 1–16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958286

McLaughlin, K. A., Garrad, M. C., dan Somerville, L. H. (2015). What develops during emotional development? A component process approach to identifying sources of psychopathology risk in adolescence. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, *17*(4), 403–410. https://doi.org/10.31887/dcns.2015.17.4/kmclaughlin

Megawati, F. E., dan Fitriasari, B. (2019). Dukungan teman sebaya dengan kepuasan bersekolah dimediasi oleh resiliensi pada siswa sma yang tinggal di asrama. *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI*, *September*, 256–267. https://psychologyforum.umm.ac.id/files/file/Prosiding IPPI 2019/31\_ Naskah 256-267.pdf

Mujamiasih, M., Prihastuty, R., dan Hariyadi, S. (2013). *Subjective well-being* (SWB): Studi indigenous karyawan bersuku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, *2*(2), 36– 42.

Muslimahayati, M., dan Rahmy, H. A. (2021). Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS: Journal of Demography, Ethnography and Social Transformation*, *1*(1), 35–44. https://doi.org/10.30631/demos.v1i1.1017

Narottama, N., dan Moniaga, N. E. P. (2022). Pengaruh Social Media Marketing Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Pada Destinasi Wisata Kuliner di Kota Denpasar. *Jurnal Master Pariwisata (JUMPA)*, *8*, 741. https://doi.org/10.24843/jumpa.2022.v08.i02.p19

Nasir, R. (2021). Pemanfaatan Teknologi Informasi dalam Pelaksanaan Administrasi Perkantoran pada Kantor Kelurahan Tabaringan Kecamatan Ujung Tanah Kota Makassar. *Journal Mirai*

*Manajemen2*, *Vol 6*, *No*(2), 288–295.

Ngunan, A.-I. P., dan Regina, O.-E. (2016). Digital divide: A Gap in interpersonal communication amongst nigerian family relationship. *GSTF Journal on Media dan Communications (JMC) 2016 3:1*, *3*(1), 1–7. https://doi.org/10.5176/2335-6618

Nurdin, M. (2021). Meraih Meaningful Life: Perspektif Psikologi Positif Dan Tasawuf Positif. *Proceeding of The 1st Conference on Strengthening Islamic Studies in the Digital Era (FICOSIS)*, *1*, 386–401.

Pamungkas, E. A., Astuti, K., dan Yuniasanti, R. (2021). Systematic literature review on types of intervention : Efforts to improve *Subjective well-being*. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Umby*, *2009*, 129–137.

Proctor, C. L., Linley, P. A., dan Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, *10*(5), 583–630. https://doi.org/10.1007/s10902- 008-9110-9

Putra, M. D. K. (2015). Uji validitas konstruk the social provisions scale. Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I), 4(4), 365-379

Putro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, *17*(1), 25. https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362

Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well- being pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *8*(7), 94-106.

Ratnawulan, T. (2018). Perkembangan Dan Tahapan Penting Dalam Perkembangan. *Journal of Special Education*, *IV*(1), 65–74.

Rienneke, T. C., dan Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan antara Forgiveness dengan Kebahagiaan Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *7*(1), 18–31. https://doi.org/10.30996/persona.v7i1.1339

Ryff, C. D., dan Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719–727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Santrock, J., (2016) Adolescence. 16th ed. New York: McGraw-Hill.

Sarafino, E. P., dan Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions* (Issue 1).

Sarason, I. G., Sarason, B. R., dan Pierce, G. R. (1990). Social support, personality, and performance. Journal of Applied Sport Psychology, 2(2), 117–127. https://doi.org/10.1080/10413209008406425

Setiawan, E. (2017). *Panduan Pemilihan Analisis Data*. Universitas Gadjah Mada. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.16930.99522

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

Siregar, V. D., dan Tafonao, T. (2021). Berbagai Konflik Dialami Oleh Remaja Di Era Digital

4.0 Ditinjau Dari Psikologi Perkembangan Afektif. *Seminar Nasional Teknologi Dan Multidisiplin Ilmu (SEMNASTEKMU)*, *1*(1), 13–20. https://doi.org/10.51903/semnastekmu.v1i1.79

Solehuddin, D., dan Suminar, D. R. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Remaja Yatim Piatu. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, *07*, 21– 28.

Steinberg, L., (2017). Adolescence. 11th ed. New York: McGraw-Hill.

Sunarti, E., Islamia, I., Rochimah, N., dan Ulfa, M. (2017). Pengaruh Faktor Ekologi Terhadap Resiliensi Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, *10*(2), 107–119. https://doi.org/10.24156/jikk.2017.10.2.107

Sugiyono, 2020, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RdanD. 23rd edn, Bandung: Penerbit Alfabeta

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., dan Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Tengah di Era Digital

Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, *8*(3), 1917–1928. https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494

Suryani, C. (2017). Dukungan Sosial di Media Sosial. *Bunga Rampai Komunikasi Indonesia*, 251–261. <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/13386>

Suyono, T. A., Kumalasari, A. D., dan Fitriana, E. (2021). Hubungan Quarter-Life Crisis Dan *Subjective well-being* Pada Individu Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi*, *14*(2), 301–322. https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.4646

Ugwu, L. E., Idemudia, E. S., Chukwu, O. O., dan Onyedibe, M. C. C. (2023). Measuring the Impact of Social Media on Young People’s Mental Health: Development and Validation of the Social Media-Induced Tendency Scale. *Depression Research and Treatment*, *2023*. https://doi.org/10.1155/2023/8677521

Urbanova, B., Laura, Geckova, A. M., Veselska, Z. D., Capikova, S., Holubcikova, J., van Dijk,

J. P., dan Reijneveld, S. A. (2023). Technology supports me: Perceptions of the benefits of digital technology in adolescents. *Frontiers in Psychology*, *13*(January), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.970395

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. Journal of Personality and Social Psychology, 54(6), 1063

Weiss, R. S. (1974). The provision of social relationship. In Z. Rubin (Ed.), Doing unto others (pp. 17–28). New Jersey: Prentice-Hall, Inc

Zhang, C., D, M., Ye, M., Ph, D., Fu, Y., D, M., Yang, M., D, M., Luo, F., dan D, M. (2020). The

psychological impact of the COVID-19 pandemic on teenagers in China. *Journal of Adolescent Health*, *67*(6), 747–755.