

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

Ananda Baihaqi Nurrizky
18081609

ABSTRAK

Psychological well-being merupakan kondisi optimal individu dalam menjalani hidup secara bermakna, mampu menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, serta memiliki tujuan hidup dan arah yang jelas. Masa perkuliahan yang penuh tantangan akademik, sosial, dan emosional dapat memengaruhi tingkat *psychological well-being* mahasiswa. Dalam konteks ini, dukungan sosial berperan penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Subjek dalam penelitian ini adalah 91 mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun. Data dikumpulkan menggunakan dua skala model Likert, yaitu skala Dukungan Sosial dari Zimet et al. (1988) dan skala *Psychological Well-Being* dari Ryff (1989). Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sedang dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* mahasiswa, dengan nilai $(r_{xy}) = 0,522$; $p = 0,000 < 0,05$.

Kata kunci: Dukungan Sosial, *Psychological Well-Being*, Mahasiswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG STUDENTS OF
UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**Ananda Baihaqi Nurrizky
18081609**

ABSTRACT

Psychological well-being is a condition in which individuals are able to live a meaningful life, accept themselves, build positive relationships with others, and have a clear sense of direction and purpose. The college years, often filled with academic, social, and emotional challenges, can influence students' levels of psychological well-being. In this context, social support plays a crucial role in helping students maintain their psychological well-being. This study aims to determine the relationship between social support and psychological well-being among university students. The proposed hypothesis is that there is a positive relationship between social support and psychological well-being. The subjects of this study were 91 active university students aged 18–25 years. Data were collected using two Likert-scale instruments: the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (Zimet et al., 1988) and Ryff's Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989). The data were analyzed using Pearson Product Moment correlation. The results showed a medium and significant positive relationship between social support and students' psychological well-being, with $(r_{xy}) = 0.522$; $p = 0.000 < 0.05$.

Keywords: *Social Support, Psychological Well-Being, University Students*