

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA PERANTAU TAHUN PERTAMA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNDIP

Fahril Irsan

15000119130126

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

fahrilirsan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip. Kesejahteraan psikologis merupakan bentuk kepuasan terhadap aspek-aspek hidup sehingga mendatangkan atau menimbulkan perasaan bahagia dan perasaan damai. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diterima dan dirasakan oleh individu dari individu lain yang memiliki kesamaan usia sehingga seorang individu akan merasa dicintai, dirawat, dan dihargai. Partisipan dalam penelitian ini adalah 141 orang mahasiswa baru yang merantau. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kesejahteraan Psikologis (36 aitem, $\alpha=0,875$) dan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya (17 aitem, $\alpha=0,872$). Analisis data menggunakan teknik korelasi *pearson* dan menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip ($r_{xy} = 0,593$; $p<0,05$). Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip maka semakin rendah kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya, kesejahteraan psikologis, mahasiswa baru, mahasiswa rantau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tingginya jumlah mahasiswa di Indonesia mencerminkan banyaknya individu yang ingin melanjutkan pendidikan mereka dan meraih pencapaian yang lebih tinggi dalam hidup. Banyaknya perguruan tinggi yang belum mencapai standar kualitas yang tinggi di Indonesia telah menjadi salah satu latar belakang mengapa banyak mahasiswa memilih untuk merantau. Alasan ini terdorong oleh keinginan untuk memperluas wawasan, memperoleh pengalaman baru, dan mencari pendidikan yang lebih berkualitas. Seperti yang diungkapkan oleh Halim (2017) dalam penelitiannya menyebut mahasiswa yang melanjutkan studi di luar daerah seringkali memiliki tekad kuat untuk meningkatkan kualitas pendidikan mereka, yang mungkin tidak dapat diperoleh di daerah tempat tinggalnya. Menurut data survei yang dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, sekitar 60% mahasiswa baru berasal dari luar Kota Semarang. Sebagian besar mahasiswa di universitas ini adalah perantau yang tinggal jauh dari keluarga untuk menempuh pendidikan.

Mahasiswa perantau mengejar kesuksesan dengan menempuh pendidikan berkualitas di bidang yang mereka minati (Permata, 2015). Perguruan tinggi di luar daerah asal sering kali menjadi pilihan karena dianggap mampu menawarkan program studi yang lebih unggul, fasilitas yang lebih memadai, serta peluang akademik dan profesional yang lebih luas. Menurut Sitorus (2013), mahasiswa

memutuskan untuk merantau bukan demi pendidikan yang lebih unggul, tetapi juga untuk mencapai kebebasan dari kendali orang tua. Bagi banyak mahasiswa, pengalaman hidup di daerah baru memberikan peluang untuk mempelajari adat istiadat dan budaya lokal, yang tidak hanya memperluas wawasan, tetapi juga memperkaya nilai-nilai sosial mereka.

Sebanyak 64,19 juta jiwa, atau seperempat dari total penduduk Indonesia, merupakan jumlah pemuda berdasarkan Susenas (2019). Dari jumlah itu, 55,28% terkonsentrasi di Pulau Jawa, yang menjadi pusat berbagai institusi pendidikan tinggi ternama di Indonesia. Data ini menunjukkan bahwa Pulau Jawa menjadi salah satu tujuan utama bagi pemuda dari daerah lain untuk mengenyam pendidikan yang lebih baik.

Mahasiswa perantau didefinisikan sebagai seseorang yang tinggal di daerah lainnya untuk belajar di kampus dan mengejar keahlian di berbagai jenjang pendidikan. Santrock (2002) menjelaskan bahwa mereka mengalami transisi dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, yang melibatkan interaksi dengan mahasiswa dari berbagai daerah dan budaya, serta pindah ke institusi yang lebih besar dan kompleks. Lee (2004) menambahkan bahwa mahasiswa perantau menghadapi tantangan unik, termasuk adaptasi terhadap budaya, sistem pendidikan, dan lingkungan sosial yang baru.

Menurut Santrock (2012), fenomena mahasiswa merantau tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan, tetapi juga membuktikan kemandirian dan tanggung jawab sebagai orang dewasa atas keputusan yang dibuat. Merantau memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengambil alih

kendali penuh atas kehidupan mereka, mulai dari mengatur keuangan, merencanakan studi, hingga menyelesaikan masalah yang dihadapi sehari-hari tanpa intervensi langsung dari keluarga.

Merantau dan mengejar pendidikan di luar daerah bukanlah keputusan yang mudah. Studi yang dilakukan oleh Wijaya (2015) mengungkapkan bahwa adaptasi yang dialami oleh mahasiswa perantauan tidaklah sederhana. Mahasiswa perlu beradaptasi dengan lingkungan baru yang memiliki beragam latar belakang, baik dari segi sosial maupun fisik. Mahasiswa yang memutuskan untuk merantau harus memiliki komitmen dan tekad yang kuat terhadap tujuan awal, yaitu meningkatkan kualitas pendidikan. Tanpa komitmen yang kuat, mencapai tujuan ini bisa menjadi lebih sulit.

Dalam lingkungan perantauan, mahasiswa menghadapi perbedaan signifikan di berbagai lini kehidupan, termasuk gaya hidup, kebiasaan, bahasa, dan hubungan sosial. Irfan (2014) mengatakan bahwa mahasiswa baru akan merasa kesusahan dalam menjalin relasi dengan orang lain karena berasal dari budaya yang berbeda. Akibatnya, mahasiswa yang merantau harus memiliki kemampuan adaptasi yang baik untuk berhasil beradaptasi di lingkungan yang baru bagi mereka (Ridha, 2018).

Mahasiswa merupakan kelompok yang rawan mengalami gangguan psikologis (Bruffaerts, 2018). Mereka bisa menghadapi bermacam jenis masalah psikologis, mulai dari yang ringan hingga yang serius. Studi yang dilakukan oleh Shiels (2008), sekitar 48% mahasiswa mengalami gangguan psikologis ringan, sementara 10% mengalami gangguan psikologis berat. Gangguan psikologis ringan

meliputi kecemasan berlebihan, kesulitan tidur, kegelisahan, perubahan emosi, dan pola makan tidak teratur. Masalah serius yang memenuhi kriteria diagnosis meliputi depresi, percobaan bunuh diri, gangguan belajar, gangguan makan, perilaku melukai diri, dan penyalahgunaan zat (Gallagher, 2000). Di kalangan mahasiswa baru, prevalensi gangguan berat lebih banyak, dengan satu dari tiga mahasiswa mengalami masalah seperti gangguan kecemasan, gangguan afektif, atau penyalahgunaan zat (Auerbach, 2018).

Gangguan psikologis yang dirasakan oleh mahasiswa bisa memengaruhi bermacam lini kehidupan mereka selama kuliah. Secara individu, gangguan ini berdampak pada emosional, kondisi fisik, kemampuan berpikir, serta interaksi sosial mereka (Agnafors, 2020). Sebagai contoh, depresi dapat menyebabkan mahasiswa merasakan perubahan emosional yang berdampak pada aktivitas sehari-hari, hilang minat dalam kegiatan rutin termasuk belajar, kesulitan memusatkan perhatian, masalah memori, kesulitan membuat keputusan, kehilangan motivasi, rasa tidak berharga, isolasi diri, dan percobaan mengakhiri hidup (American Psychiatric Association, 2013).

Gangguan psikologis yang sering muncul pada mahasiswa baru sangat terkait dengan transisi ke lingkungan perkuliahan yang baru. Memasuki dunia perkuliahan merupakan fase perubahan dalam hidup (Bowman, 2010). Studi menunjukkan bahwa stres cenderung naik ketika individu menjadi mahasiswa (Saleh, 2017). Perubahan lingkungan, jarak dari keluarga, dan tuntutan akademik dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa baru (Saleh, 2017). Aspek kehidupan mahasiswa seperti pencapaian kuliah, hubungan dengan keluarga dan teman,

kesehatan, serta masalah keuangan sering menjadi sumber kekhawatiran (Beiter, 2015). Dalam banyak kasus, mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengatasi tantangan ini mungkin merasakan masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi yang bisa secara langsung berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka (Rahman, 2019).

Berbagai penelitian menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berhubungan erat dengan kesehatan fisik (Ryff & Singer, 2008). Menurut penelitian di Jepang, tingkat depresi dan kecemasan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis (Liu, 2009). Kesejahteraan psikologis berfungsi sebagai faktor pelindung dalam proses adaptasi awal di perguruan tinggi (Mendoza-Denton, 2014). Kesejahteraan psikologis menjadi faktor kunci bagi mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan suasana perkuliahan baru (Bowman, 2010). Sementara itu, stres akademik yang dialami mahasiswa turut memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis mereka (Chow, 2007).

Stres merupakan masalah utama yang sering dihadapi mahasiswa dan dapat berasal dari berbagai sumber, seperti kesulitan ekonomi, tekanan kuliah yang tinggi, lingkungan belajar yang kurang mendukung, persiapan karir yang kurang, dan pandangan negatif tentang diri sendiri (Rahman, 2019). Tekanan akademik adalah salah satu penyebab stres yang signifikan, meliputi tuntutan untuk memenuhi standar nilai, menghadapi ujian atau tes yang menantang, jumlah materi yang harus dipelajari, dan masalah manajemen waktu (Udhayakumar, 2018). Depresi, stres, dan kecemasan pada mahasiswa tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, tetapi juga dapat berdampak pada keterlibatan

mereka dalam proses belajar dan akhirnya memengaruhi prestasi akademis mereka (Carton, 2015).

Selain gangguan psikologis dan hambatan akademik yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa, merantau dari kota atau pulau lain juga dapat menghadirkan tantangan tambahan yang signifikan. Tantangan utama yang sering dihadapi mahasiswa rantau adalah "gegar budaya" atau *culture shock*. *Culture shock* adalah pengalaman umum yang terjadi saat individu beradaptasi dengan lingkungan baru yang memiliki norma, budaya, dan nilai yang cukup lain dari yang mereka kenal sebelumnya (Devinta, 2016). Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa rantau merasa stres, cemas, dan tidak nyaman dalam lingkungan yang asing. Penelitian Sharma (2013) menunjukkan bahwa 60% mahasiswa tahun pertama mengalami stres, sebagian besar disebabkan oleh *culture shock*.

Selain *culture shock*, perasaan kesepian atau *loneliness* juga sering muncul dan dapat menandakan rendahnya kesejahteraan psikologis (Halim, 2016). Tuntutan untuk memahami budaya di lingkungan baru serta kebutuhan untuk beradaptasi secara mandiri dapat menjadi sumber tekanan bagi individu, terutama mahasiswa rantau yang berada pada semester awal. Berada jauh dari keluarga dan lingkungan asal sering kali membuat mereka merasa kesepian, terutama ketika proses penyesuaian diri terhadap budaya, kebiasaan, dan pola interaksi sosial yang baru memerlukan waktu. Penelitian Perlman (dalam Halim, 2016) mengungkapkan bahwa remaja dan dewasa muda lebih rentan terhadap kesepian dibandingkan kelompok usia yang lebih tua.

Cobo-Rendon et al. (2020) mengungkapkan bahwa mahasiswa tahun pertama sering menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa di tahun-tahun berikutnya. Ini mungkin disebabkan oleh transisi besar dari lingkungan sekolah menengah ke universitas, di mana mahasiswa harus adaptasi dengan tuntutan akademik yang lebih besar, lingkungan sosial yang berbeda, serta tingkat kemandirian yang besar pula.

Penelitian oleh Ribera (2017) juga menekankan bahwa tahun pertama kuliah adalah periode krusial dalam menentukan kesuksesan akademik di masa depan. Selama tahun pertama, mahasiswa perlu membangun dasar akademik yang solid dan mengembangkan keterampilan belajar yang efektif. Jika tantangan ini tidak diselesaikan dengan baik, dapat memiliki efek buruk pada pencapaian akademis mereka. Selain itu, Mariyanti (2017) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang lebih besar akibat tuntutan beradaptasi dengan situasi baru, yang dapat berdampak pada tingkat kesejahteraan psikologis mereka. Studi ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa semester pertama mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah.

Kesejahteraan psikologis merupakan konsep usaha individu untuk mengenal diri dan mencapai potensi terbaik mereka (Ryff, 2013). Dodge (2012) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup keseimbangan antara sumber psikologis, sosial, dan fisik untuk menghadapi tantangan hidup. Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis meliputi: faktor psikososial (identitas dan pengalaman hidup), faktor sosiodemografis (gender dan usia), faktor resiliensi (ketahanan terhadap kesulitan), faktor dukungan sosial (persepsi akan

bantuan yang diterima), dan teknik koping (kemampuan mengubah kognisi dan perilaku untuk menghadapi tuntutan) (Ryff & Singer, 2008).

Freire (2016) menyatakan bahwa mahasiswa dengan kesejahteraan psikologis tinggi biasanya mengandalkan tiga strategi pemecahan masalah: perencanaan, pemaknaan positif, dan mencari dukungan. Salah satu faktor utama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial, bertindak sebagai buffer antara individu dan stresor dalam hidup mereka.

Penelitian Ogawa (dalam Sulastri, 2013) menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat membuat kesejahteraan psikologis lebih tinggi dan melindungi seseorang dari depresi. Dukungan sosial meliputi berbagai bentuk, seperti dukungan emosional, bantuan praktis, perhatian, dan solusi terhadap masalah. Saat individu merasa didukung, mereka cenderung merasa lebih kuat dan mampu menghadapi tantangan dalam hidup. Dukungan sosial juga mencakup perasaan diterima oleh orang-orang di sekitar individu, seperti teman, keluarga, atau komunitas, yang dapat memberikan perasaan positif yang penting bagi kesejahteraan psikologis. Ini menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan pribadi yang positif, membantu individu merasa terhubung dengan orang lain, dan memberikan makna dalam hubungan sosial.

Menurut Taylor (dalam Waqiati, 2013), dukungan sosial melibatkan berbagai aspek penting dalam interaksi sosial. Dukungan sosial didefinisikan sebagai sesuatu yang diberi seseorang yang menampilkan cinta, kepedulian, dan penghargaan kepada orang yang memerlukan bantuan. Ini terjadi dalam konteks komunikasi yang saling berbalas. Dengan kata lain, dukungan sosial adalah

tindakan individu lain yang bertujuan agar seseorang merasa nyaman, dipedulikan, dan mendapatkan bantuan saat dibutuhkan.

Dua faktor utama yang memengaruhi dukungan sosial adalah faktor internal, yakni motivasi individu untuk mencari dukungan, dan faktor eksternal, yaitu kesiapan orang lain untuk memberikan bantuan (Sarafino, 2010). Salah satu faktor eksternal adalah teman sebaya. Sasmita (2015) menjelaskan bahwa ketika mahasiswa mendapat kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan dan tuntutan kuliah, dukungan dari teman sebaya sangat membantu dengan membantu menyelesaikan tugas yang sulit serta menawarkan empati dan penghargaan. Dukungan ini membantu mahasiswa merasa diterima dan meningkatkan kemampuan mereka untuk menyelesaikan masalah dengan lebih efektif.

Dukungan yang lebih besar oleh teman sebaya berkaitan dengan perasaan yang lebih baik, termasuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas kehidupan (Swenson, Nordstrom & Hiester, 2008). Individu yang merasa punya dukungan sosial yang baik cenderung lebih menghargai proses adaptasi sebab mereka yakin bahwa teman sekelas, dosen, dan teman sebaya akan siap membantu mengatasi tugas akademik (Lidy & Kahn, 2006).

Arnett (2009) menyatakan bahwa individu dalam tahap emerging adulthood, seperti mahasiswa, cenderung meninggalkan rumah untuk bekerja atau melanjutkan pendidikan. Pada fase ini, hubungan dengan teman sebaya dan kelekatan sosial meningkat karena mereka mulai hidup terpisah dari keluarga. Bagi mahasiswa yang merantau, teman sebaya sering kali menjadi pengganti sementara peran keluarga, baik sebagai sumber dukungan emosional maupun sosial.

Dukungan sosial teman sebaya, yang mencakup dukungan emosional, persahabatan, empati, berbagi, dan saling membantu, memiliki peran penting dalam mengurangi gangguan psikologis seperti kesepian, penolakan, diskriminasi, dan frustrasi, menurut Stroul (dalam Solomon, 2004). Mahasiswa rantau yang jauh dari keluarga cenderung menghadapi risiko lebih tinggi terhadap rasa kesepian dan tekanan psikologis lainnya, sehingga keberadaan teman sebaya yang suportif dapat menjadi faktor protektif dalam menjaga kesejahteraan psikologis mereka.

Dukungan sosial yang kuat pada mahasiswa biasanya berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Penelitian Aprianti (2012) terhadap 131 mahasiswa tahun pertama yang merantau di Universitas Indonesia menunjukkan bahwa mahasiswa rantau dengan dukungan sosial yang baik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Studi lain oleh Adyani (2019) pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh menyimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Studi oleh Fransisca (2018) pada 50 mahasiswa rantau menjelaskan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Dukungan sosial tidak berasal dari satu sumber tunggal. Sebaliknya, dukungan ini dapat muncul dari bermacam sumber seperti pasangan hidup, komunitas, keluarga, teman dekat, dan bahkan organisasi dan lembaga tertentu (Sarafino, 2010). Semua bentuk dukungan sosial ini memainkan peran krusial dalam membantu individu menghadapi tantangan, stres, dan tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan sosial bukan hanya sekedar memberikan bantuan

saat menghadapi kesulitan, tetapi juga menciptakan lingkungan sosial yang memperkuat rasa diterima dan terhubung dengan orang lain. Ini memberikan fondasi yang solid untuk kesejahteraan psikologis, memungkinkan individu merasa lebih bahagia dan memiliki keterikatan yang kuat dalam komunitas sosial. Oleh karena itu, dukungan sosial harus dipandang sebagai elemen penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang.

Teman sebaya merupakan salah satu sumber utama dukungan sosial (Sarafino, 2010), dan dukungan dari mereka sangat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Studi menunjukkan dukungan sosial teman sebaya berkontribusi secara signifikan hingga 19,4% dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis (Jannah, 2018). Selain itu, terdapat bukti bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada remaja (Simanjuntak, 2019). Dukungan teman sebaya juga berperan dalam meningkatkan resiliensi psikologis (Rahmawati, 2019). Oleh karena itu, memiliki dukungan sosial dari teman sebaya adalah penting untuk menjaga kesejahteraan psikologis.

Menurut Ratnasari (2023), dukungan sosial teman sebaya bisa berupa dukungan praktis, emosional, kehadiran, dan informasi. Dukungan emosional mencakup mendengarkan keluhan, memberikan dukungan moral, dan perhatian. Dukungan praktis melibatkan bantuan seperti dukungan finansial, bantuan dalam tugas sehari-hari, atau transportasi. Dukungan informasi mencakup memberikan saran, informasi yang berguna, atau penjelasan. Sedangkan dukungan kehadiran

berarti menghabiskan waktu bersama, berpartisipasi dalam kegiatan bersama, atau memberikan dukungan melalui kehadiran fisik (Ratnasari, 2023).

Dukungan sosial dari teman sebaya memainkan fungsi krusial dalam menaikkan kesejahteraan psikologis individu. Bagi remaja, dukungan sosial ini dapat memperkuat resiliensi psikologis, terutama ketika mereka menghadapi konflik atau masalah emosional akibat perundungan (Akasyah, 2020). Selain itu, dukungan sosial teman sebaya juga berkontribusi positif terkait pengalaman akademik mahasiswa, membantu mereka merasa lebih terlibat dalam kegiatan akademik (Nastiti, 2022) dan mengurangi kecenderungan untuk menunda-nunda tugas akademik (Soben, 2021).

Bagi remaja, dukungan sosial teman sebaya sangat penting. Interaksi pertemanan menyediakan jaringan dukungan sosial yang dapat melindungi remaja dari gejala-gejala depresi (Bukowski, Laursen, & Hoza, dalam Santrock, 2005). Selain itu, dukungan dari guru, keluarga, dan kerabat juga berdampak dalam mengurangi stres pada remaja (Shaver & Mikulincer, dalam Santrock, 2005). Teman dan anggota keluarga dapat memberikan dukungan emosional dengan menunjukkan bahwa remaja tersebut berharga dan dicintai, yang pada gilirannya mempermudah mereka dalam mengatasi stres (Santrock, 2005).

Beberapa penelitian sebelumnya telah menghubungkan antara tingkat kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial teman sebaya pada populasi yang luas. Namun, studi yang secara khusus mengkaji hubungan antara dukungan kesejahteraan psikologis dan sosial teman sebaya pada mahasiswa baru yang merantau masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menambah pengetahuan ini

dengan menganalisis hubungan antara tingkat dukungan sosial teman sebaya yang didapat mahasiswa baru yang merantau dengan kesejahteraan psikologis mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah: apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau tahun pertama Fakultas Psikologi Undip.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya studi ilmiah di bidang psikologi, khususnya mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis.

2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro sebagai institusi tempat penelitian dilakukan dapat menggunakan hasil penelitian untuk mendukung program pembinaan mahasiswa, khususnya mahasiswa rantau dan tahun pertama. Informasi ini dapat membantu dosen memahami faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa

sehingga dapat memberikan dukungan atau pendekatan yang lebih baik. Bagi Organisasi Mahasiswa, penelitian dapat menjadi referensi dalam menyusun kegiatan yang mendukung adaptasi dan kesejahteraan mahasiswa baru. Kemudian bagi mahasiswa (khususnya tahun pertama dan rantau), penelitian ini memberikan gambaran mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam menjaga kesejahteraan psikologis mereka.