J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah
Vol.4, No.1, Desember 2024

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Hidup pada Mahasiswa yang sedang Menjalani Skripsi di Jakarta

Sherina Oktavia Ramadhanti Rizky[1], Meiske Yunithree Suparman[2]
Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara
E-mail: sherina.705210319@stu.untar.ac.id[1], meiskey@fpsi.untar.ac.id[2]

Article History:
Received: 26 November 2024
Revised: 06 Desember 2024
Accepted: 10 Desember 2024

Keywords: *Dukungan Sosial, Kepuasan Hidup, Mahasiswa Skripsi.*

Abstract: *Masa kuliah sering kali dihadapi dengan berbagai tantangan, terutama saat menyelesaikan tugas akhir seperti skripsi. Permasalahan yang umum dirasakan meliputi kesulitan dalam menuangkan ide, kekurangan dalam aspek akademis, dan sulitnya memperoleh referensi, situasi ini diperparah dengan adanya hustle culture di Jakarta yang meningkatkan tekanan pada mahasiswa. Tekanan ini kemudian dapat mengurangi kepuasan hidup mahasiswa yang berkuliah di Jakarta, sering kali menimbulkan emosional negatif dan akan berdampak pada pengerjaan skripsi mahasiswa. Dengan adanya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang yang signifikan dapat memainkan peran penting dalam mengatasi tantangan ini dan memengaruhi kepuasan hidup pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif melalui teknik purposive sampling. Responden penelitian ini berjumlah 264 partisipan yang merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jakarta. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai R square sebesar .305 artinya terdapat 30.5% besarnya pengaruh dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi. Sehingga membuktikan bahwa kepuasan hidup pada mahasiswa di Jakarta dapat dijelaskan oleh adanya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan significant other. Temuan ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi keluarga dan orang terdekat mahasiswa untuk memberikan dukungan sosial selama pengerjaan skripsi.*

PENDAHULUAN

Pada tahap perguruan tinggi, kemampuan dan kesiapan mahasiswa diuji melalui tugas akhir, yang wajib diselesaikan untuk memperoleh gelar sarjana. Tugas akhir adalah suatu bukti integritas mahasiswa dalam penerapan ilmu yang telah dipelajari di perguruan tinggi (Wakhyudin & Putri, 2020). Pada tahap ini, mahasiswa sering menghadapi berbagai tantangan, salah satunya adalah untuk menyelesaikan skripsi dalam pendidikan mereka (Bule et al., 2021; Khalid, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada bulan Agustus 2024 terhadap empat

mahasiswa universitas di Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi, disimpulkan bahwa mereka sedang menghadapi berbagai kesulitan, yaitu kesulitan dalam mencari literatur, kurangnya jam tidur, dan berkurangnya interaksi sosial. Hal ini dapat menyebabkan timbulnya stres, kecemasan, perasaan terisolasi, serta rendahnya motivasi, terlebih dengan adanya tuntutan untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu. Selama pengerjaan skripsi, narasumber mengatakan mereka kurang memiliki tempat untuk bercerita, berbagi keluh kesah, dan mencari dukungan emosional. Terlebih, perkembangan media sosial seperti Instagram, TikTok, dan Twitter mempresentasikan Jakarta sebagai pusat perkembangan ekonomi dan sosial di mana *hustle culture*, atau kultur berkompetisi dalam pencapaian merupakan suatu hal yang diglorifikasi dan mendefinisikan kesuksesan bagi generasi Z (Chairunnisah & Kurnia, 2023). Hal tersebut didukung dengan hasil survey milik Lam (2021) yang menyatakan bahwasanya kota Jakarta masuk ke dalam 10 kota paling penuh dengan tekanan di dunia. Tekanan-tekanan ini kemudian dapat mengurangi kepuasan hidup pada mahasiswa yang berkuliah di Jakarta dan sedang mengerjakan skripsi.

Kondisi ini dapat memicu respons emosional negatif, seperti kemarahan dan kecemasan, serta menciptakan stres yang berdampak pada kepuasan hidup seseorang (Andini et al., 2023). Padahal kepuasan hidup pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi harus dimiliki, karena mahasiswa yang menyusun skripsi membutuhkan motivasi dan semangat untuk menyelesaikan skripsinya. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk merasakan emosi yang positif, karena hal ini dapat membantu meningkatkan kepuasan hidup dan mengatasi stres menjelang kelulusan (Rahmah & Qudsyi, 2024).

Kepuasan hidup dapat dimaknai sebagai penilaian kognitif pada seseorang terhadap seberapa puas individu dengan keadaannya saat ini yang merupakan salah satu bagian dari kesejahteraan subjektif. Kepuasan hidup individu cenderung tinggi apabila individu tersebut menilai kepuasannya secara negatif terhadap keadaannya (Diener et al., 1985). Kepuasan hidup individu cenderung tinggi apabila individu tersebut menilai kepuasannya secara positif terhadap keadaannya. Individu dengan Tingkat kepuasan hidup yang rendah cenderung menghadapi masalah psikologis, seperti depresi (Novianti & Alfiasari, 2017). Apabila mahasiswa mengalami kendala berulang dalam penyelesaian skripsi, hal ini dapat memicu afek negatif yang berujung pada ketidakbahagiaan dalam kehidupan mereka (Wirani & Kurniawan, 2024). Memiliki kepuasan hidup yang tinggi tidak hanya meningkatkan kesejahteraan emosional, tetapi juga dapat menunjukkan ketahanan yang lebih besar pada individu, sehingga mahasiswa dapat menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik (Rode et al., 2005).

Kepuasan hidup berperan penting dalam mencapai tujuan pembelajaran dan mendorong mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya tepat waktu. Di samping itu, dengan adanya keberhasilan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu akan berdampak positif pada pencapaian masa depan mereka (Astuti & Hartati, 2013; Kusprasetyo et al., 2016). Penelitian Risdiantoro & Hasanati (2016) menunjukkan bahwa kepuasan hidup pada mahasiswa dapat ditingkatkan melalui dukungan dari teman, keterampilan sosial, serta dari pengajar, sehingga mampu membantu mahasiswa berfungsi secara optimal termasuk aspek akademik, serta dapat menciptakan perasaan bahagia. Penelitian lain oleh Natania dan Sanjaya (2023) mengatakan salah satu faktor eksternal yang memengaruhi kepuasan hidup yaitu dukungan dari keluarga, teman, dan hubungan sosial. Hal ini dikarenakan salah satu faktor yang menentukan kepuasan hidup seseorang adalah hubungan sosial, di mana seseorang akan merasa lebih puas dengan hidupnya saat berada di sekitar orang lain (Diener & Ryan, dalam Aini & Puspikawati, 2020). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan dari orang-orang sekitar saat menjalani skripsi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada yang tidak mendapatkan

dukungan (Natania & Sanjaya, 2023).

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk bantuan yang telah diberikan dari orang-orang sekitar, yakni keluarga, teman, dan orang yang signifikan, yang kemudian dianggap sebagai bentuk dukungan (Zimet et al., 1988). Dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat dapat membantu mahasiswa untuk menyesuaikan diri dan meningkatkan kepuasan hidup (Alorani & Alradaydeh, 2018). Berkat adanya dukungan sosial, seseorang dapat merasa dicintai, dihargai, sekaligus diperhatikan oleh keluarga dekat mereka (Qureshi et al., 2023).

Sebuah studi menyatakan bahwasanya dukungan sosial dari keluarga dan teman memiliki dampak besar terhadap emosional, sosial, dan prestasi dalam akademik mahasiswa, sehingga berdampak positif terhadap kepuasan hidup seseorang (Alsubaie et al., 2019; Rahayu et al., 2018; Shlomo et al., 2022). Peran serta dukungan dari orang tua sering kali memberikan manfaat dalam proses belajar dan pencapaian akademik yang baik dapat berpotensi memiliki kepuasan hidup yang tinggi (Rikah & Ilhami, 2023).

Dari penjelasan di atas bisa disimpulkan bahwasanya dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kepuasan hidup pada seseorang (Bailey & Miller, 1998). Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwasanya terdapat pengaruh positif dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada individu yang menjadi tulang punggung keluarga (Shandy & Martha., 2023). Selanjutnya terdapat penelitian yang dilakukan milik Gan et al. (2020) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan kepuasan hidup pada subjek dewasa muda Tionghoa di Malaysia. Hanya saja, penelitian-penelitian sebelumnya mengenai dukungan sosial dan kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi masih cenderung terbatas. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta.

LANDASAN TEORI

Dukungan Sosial

Definisi Dukungan Sosial

Zimet et al. (1998) memaknai dukungan sosial sebagai bentuk bantuan yang telah diberikan oleh orang-orang di sekitar, yakni keluarga, teman, dan orang yang signifikan yang kemudian dianggap sebagai bentuk dukungan. Sementara itu Cohen dan Hoberman (1983) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu jenis bantuan yang muncul dari hubungan antarpribadi, serta dukungan ini dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan atau stres, serta dapat meningkatkan kesejahteraan mereka. Sarafino (dalam Muthmainah, 2022) mengatakan bahwasanya dukungan sosial merujuk pada kenyamanan yang didapatkan, perhatian, harga diri, dan adanya bantuan yang diterima dari individu lain. Shumaker dan Brownell (dalam Zimet et al., 1988) memaknai dukungan sosial sebagai proses pertukaran sumber daya antara setidaknya dengan dua individu, hal ini dipandang oleh salah satu pihak sebagai usaha untuk memberikan bantuan yang dapat meningkatkan kesejahteraannya.

Dimensi Dukungan Sosial

Zimet et al. 1988 (dalam Hasbi & Alwi, 2022) menjelaskan terdapat tiga dimensi, yaitu:

a. Dukungan sosial dari keluarga

Berupa suatu bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada individu. Selain itu, keluarga merupakan sumber dukungan perubahan di sepanjang siklus hidup, sehingga dukungan ini penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan emosional pada individu.

b. Dukungan sosial dari Teman

Berupa suatu dukungan yang didapatkan dari teman, dukungan ini dapat membantu individu dalam memberikan suatu informasi yang penting, serta membantu dalam tindakan yang dilakukan setiap hari.

c. Dukungan sosial dari orang lain yang signifikan

Dukungan ini merupakan bantuan pertolongan yang diberikan kepada seseorang yang Istimewa menurut individu dan peduli dengan perasaan individu, dukungan ini juga merupakan sumber kenyamanan bagi individu.

Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial

Sarafino dan Smith (2011) menyampaikan bahwasanya tidak semua individu akan mendapatkan dukungan sosial yang mereka butuh, terdapat faktor yang menentukan apakah seseorang individu dapat menerima dukungan sosial, yakni:

a. Faktor penerima dukungan

Dijelaskan bahwa individu tidak mungkin menerima dukungan, jika mereka tidak ramah dengan orang lain dan tidak memberitahukan orang lain bahwa mereka memerlukan bantuan.

b. Faktor penyedia dukungan

Terdapat beberapa hal yang dapat terjadi jika penyedia dukungan tidak memberikan dukungan terhadap penerima, yaitu penyedia dukungan tidak memiliki rasa peka yang tinggi terhadap kebutuhan orang lain, atau penyedia sedang mengalami stres yang membuat penyedia tidak dapat untuk memikirkan individu lain karena kondisi psikologisnya.

c. Faktor komposisi dan struktur individu

Faktor ini dilihat bagaimana hubungan yang individu miliki dengan orang-orang yang dikenal dan dihubungi.

Kepuasan Hidup

Definisi Kepuasan Hidup

Santrock (dalam Sulistyowati & Krisnatuti, 2018) mendefinisikan bahwa kepuasan hidup merupakan kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh individu secara menyeluruh. Sementara itu, Hurlock (dalam Indati et al., 2019) menjelaskan bahwa kepuasan hidup merupakan keadaan di mana seseorang merasa sejahtera, serta kepuasan hati. Hal ini muncul ketika kebutuhan dan harapan individu terpenuhi. Diener et al. (1985) memaknai kepuasan hidup sebagai penilaian kognitif pada seseorang terhadap kesejahteraan subjektif mereka. Diener dan Biswas-Diener (dalam Wahyuni & Maulida, 2019) mengartikan kepuasan hidup sebagai penilaian kognitif terhadap sejauh mana individu merasa puas dengan berbagai aspek kehidupan mereka yang dianggap penting, termasuk hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas, serta aktivitas di waktu yang luang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup

Diener dan Ryan (dalam Hartono et al., 2022) mengemukakan factor-faktor yang dapat memengaruhi kepuasan hidup pada individu, seperti berikut:

a. Hubungan Sosial

Banyaknya jumlah teman dan faktor keluarga dapat memengaruhi kepuasan hidup, serta ditentukan dengan seberapa besar keinginan seseorang untuk menjalin ikatan yang lebih kuat dan mendapatkan dukungan dari interaksi sosial yang mereka miliki.

b. Pekerjaan dan Pendapatan

Kondisi ekonomi dan status pekerjaan seseorang mampu memengaruhi kepuasan hidup mereka, karena kepuasan ini dapat berpengaruh pada peningkatan kreativitas, produktivitas, serta hasil kerja yang semakin baik.

c. Kesehatan dan umur Panjang

Individu yang memiliki kondisi yang sehat dan memiliki umur panjang akan lebih optimal dalam mencapai berbagai tujuan untuk memenuhi kebutuhan dalam hubungan sosial yang individu inginkan.

d. Kebermanfaatan individu kepada sosial

Kepuasan seseorang akan meningkat, saat seseorang merasakan adanya manfaat dan individu dapat berguna bagi lingkungan sosialnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampel melalui teknik *non-probability sampling,* Teknik *purposive sampling,* merupakan metode pemilihan sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan khusus (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, partisipan yang dipilih di antaranya: (a) mahasiswa aktif yang sedang menyusun skripsi di universitas wilayah Jakarta, (b) mahasiswa pada semester 7 maupun lebih, (c) berada dalam usia dewasa awal, yaitu 20 hingga 25 tahun, (d) tidak terdapat batasan terkait suku, agama, status sosial, maupun jenis kelamin bagi subjek pada penelitian ini. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 264 partisipan berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

Alat ukur yang dipilih di penelitian ini adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Zimet et al. (1988) yang sudah diadaptasi oleh Istari et al. (2023). Alat ukur ini memiliki 12 butir pertanyaan yang mengukur tiga dimensi dukungan sosial, yakni keluarga, teman, serta orang yang signifikan. Alat ukur ini telah diuji validitasnya berdasarkan *corrected item-total correlation* dengan hasil >0,2 pada tiap itemnya. Selanjutnya skala ini diuji reliabilitasnya berdasarkan tiap-tiap dimensi menggunakan *Cronbach's Alpha*. Dimensi subskala orang yang signifikan memiliki *Cronbach's Alpha* sebesar =.909. Dimensi subskala keluarga, berdasarkan hasil uji reliabilitas menunjukkan hasil *Cronbach's Alpha* sebesar = .873. selanjutnya dimensi subskala teman menunjukkan hasil *Cronbach's Alpha* sebesar =.862. Hasil uji reliabilitas pada setiap dimensi dikatakan baik karena diatas 0.6.

Selanjutnya untuk variabel kepuasan hidup diukur melalui *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) oleh Diener et al. (1985) yang sudah diadaptasi oleh Walangitan & Dewi (2024). Alat ukur ini memiliki 5 butir pertanyaan yang mengukur kepuasan hidup. Alat ukur tersebut telah diuji validitasnya berdasarkan *corrected item-total correlation* dengan hasil >0,2 pada tiap itemnya. Hasil uji reliabilitas pada variabel kepuasan hidup menunjukkan hasil Cronbach Alpha sebesar = .897, yang membuktikan bahwasanya alat ukur ini memiliki reliabilitas yang tinggi karena > 0.6. Variabel dukungan sosial dan kepuasan hidup diukur melalui bentuk skala Likert dengan rentang skor 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Teknik analisis data melalui metode analisis regresi linear sederhana untuk melihat peran dukungan sosial terhadap kepuasan hidup. Analisis tambahan dilakukan dengan teknik analisis uji beda menggunakan *one way Anova* dan *independent sample t-test* untuk melihat perbedaan dukungan sosial dan kepuasan hidup menurut data demografis partisipan, yakni jenis kelamin, jurusan, dan semester.



Gambar 1. Kerangka Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Asumsi Klasik

Pada penelitian ini peneliti melakukan uji asumsi yaitu uji normalitas, uji korelasi pearson, dan uji linearitas.

Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, pengujian ini dilakukan untuk melihat apakah data menyebar secara normal maupun tidak normal. Menurut hasil pengujian yang dilakukan oleh peneliti, mendapatkan hasil bahwasanya nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar =.121 > 0.05. sehingga dapat dikatakan hasil data partisipan penelitian terdistribusi secara normal.

Tabel. 1 Uji Asumsi Klasik
Kolmogorov-Smirnov Test

Variabel	N	Kolmogorov-Smirnov
Unstandardized Residual	264	0.121

Uji Korelasi Pearson

Pengujian ini menggunakan korelasi pearson karena data variabel terdistribusi secara normal. Hasil korelasi pearson menunjukkan adanya hubungan signifikan antara variabel dukungan sosial dan kepuasan hidup. Berdasarkan hasil pengujian, didapatkan R= .552** dengan nilai signifikansi P=.000 < 0.05, sehingga terdapat hubungan yang mengarah positif dengan tingkat korelasi sedang antara kedua variabel tersebut.

Tabel. 2 Uji Korelasi Pearson

Variabel	r	p	Keterangan
Dukungan Sosial Kepuasan Hidup	0.552**	0.000	Terdapat Hubungan

Uji Linearitas

Pada bagian ini, peneliti melakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah variabel-variabel penelitian memiliki hubungan linear maupun tidak. Berdasarkan hasil uji linearitas, diperoleh nilai F= 1.372 dan nilai signifikansi diperoleh p= 0.072 > 0.05. Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya terdapat hubungan yang linear antara variabel dukungan sosial dengan kepuasan hidup.

Tabel. 3 Uji Linearitas

Variabel	F	P
Dukungan Sosial Kepuasan Hidup	1.372	0.72

Hasil Uji Hipotesis

Analisis Regresi Linear Sederhana

Pada bagian ini peneliti akan menganalisis data apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi di

Jakarta, dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Menurut hasil pengujian, didapatkan hasil R sebesar 0.552 dan R^2 = .305 yang menunjukkan terdapat pengaruh sebesar 30.5%, nilai p = .000 < 0.05 yang memberikan hasil signifikan. Diperoleh koefisien variabel dukungan sosial sebesar .776 bermakna bahwa apabila terjadi kenaikan satu satuan unit pada variabel dukungan sosial, maka variabel kepuasan hidup akan meningkat sebesar .776. dapat disimpulkan bahwasanya variabel dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap kepuasan hidup.

Tabel. 4 Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Variabel	R	R^2	t	B	P
Dukungan Sosial Kepuasan Hidup	0.552	0.305	10.727	0.776	0.000

Hasil Uji Regresi antara Dimensi Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Hidup

Peneliti melakukan uji regresi linear sederhana lebih mendalam pada dimensi dukungan sosial terhadap variabel kepuasan hidup. Pada dimensi pertama *significant other*, mendapatkan hasil nilai korelasi R= .373 dan R^2 = .139 yang menunjukkan terdapat pengaruh sebesar 13.9%, kemudian didapatkan nilai p= .000 < 0.05 yang memberikan hasil signifikan.

Selanjutnya pada dimensi keluarga, mendapatkan hasil nilai korelasi R = .573 dan R^2 = .328 yang menunjukkan terdapat pengaruh sebesar 32.8%, kemudian didapatkan hasil nilai p= .000 < 0.05, maka dimensi keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup. Pada dimensi teman, mendapatkan hasil nilai korelasi R = .394 dan R^2 = .155 yang menunjukkan terdapat pengaruh terhadap kepuasan hidup sebesar 15.5%, kemudian didapatkan hasil nilai p = .000<0.05, maka dimensi teman memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup.

Tabel. 5 Uji Regresi antara Dimensi Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Hidup

Dimensi	R	R^2	t	B	P
Significant Other	0.373	0.139	6.513	.388	.000
Family	0.573	0.328	11.313	.635	.000
Friends	0.394	0.155	6.940	.510	.000

Analisis Data Tambahan

1. Hasil Uji Beda Dukungan Sosial Berdasarkan Data Demografi

Hasil uji beda yang dilaksanakan pada variabel dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin menggunakan uji *independent sample t-test* dan mendapatkan hasil nilai signifikansi (2-*tailed*) = .237 > 0.05, maka hasil membuktikan bahwasanya tidak terdapat perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin. Lalu, pada kelompok jurusan dan semester menggunakan uji *one-way between subject ANOVA.* Uji beda pada kelompok jurusan mendapatkan hasil dengan nilai signifikansi p = .761 > 0.05, maka hasil menunjukkan bahwasanya tidak ada perbedaan dukungan sosial berdasarkan jurusan. Selanjutnya, pada kelompok semester mendapatkan hasil dengan nilai signifikansi p = .632 > 0.05 yang dapat disimpulkan tidak ada perbedaan dukungan sosial berdasarkan semester.

Tabel. 6 Uji Beda Dukungan Sosial

Kelompok	Sig	Keterangan
Jenis Kelamin	0.237	Tidak Terdapat Perbedaan
Jurusan	0.761	Tidak Terdapat Perbedaan
Semester	0.632	Tidak Terdapat Perbedaan

2. Hasil Uji Beda Kepuasan Hidup Berdasarkan Data Demografi

Hasil uji beda yang dilaksanakan pada variabel kepuasan hidup berdasarkan jenis kelamin menggunakan uji *independent sample t-test* dan mendapatkan hasil nilai signifikansi (2-tailed) = 0.000 < 0.05, maka hasil menunjukkan bahwasanya terdapat perbedaan signifikan rata-rata kepuasan hidup antara laki-laki dan perempuan. Selanjutnya, pada kelompok jurusan dan semester menggunakan uji *one-way between subject ANOVA.* Uji beda pada kelompok jurusan mendapatkan hasil dengan nilai signifikansi p = .072 > 0.05, maka hasil menunjukkan bahwasanya tidak terdapat perbedaan kepuasan hidup berdasarkan jurusan. Terakhir, pada kelompok semester mendapatkan hasil signifikansi p = .234 > 0.05, yang dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan kepuasan hidup berdasarkan semester.

Tabel. 7 Uji Kepuasan Hidup

Kelompok	Sig	Keterangan
Jenis Kelamin	0.000	Terdapat Perbedaan
Jurusan	0.072	Tidak Terdapat Perbedaan
Semester	0.234	Tidak Terdapat Perbedaan

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kepuasan hidup. Menurut hasil penelitian ini ditemukan bahwasanya terdapat pengaruh positif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi, sehingga semakin tinggi nilai variabel dukungan sosial maka semakin tinggi juga nilai variabel kepuasan hidup. Hal ini didukung oleh penelitian Shandy dan Martha (2023) menjelaskan terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial terhadap kepuasan hidup.

Temuan dari penelitian ini mengidentifikasi peran dari tiap-tiap aspek dukungan sosial yang berperan terhadap kepuasan hidup. Terkait dengan peran dukungan keluarga terhadap kepuasan hidup mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, hal ini sejalan dengan penelitian Kareem., et al (2023) yang membuktikan bahwasanya dukungan dari keluarga berkorelasi positif dengan kepuasan hidup. Hal ini mengidentifikasikan bahwa individu yang merasa keluarga mereka memberikan dukungan yang cukup, cenderung merasa tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Menurut Eva et al (2020) bentuk dukungan keluarga memberikan mahasiswa sumber daya secara instrumental dan psikologis yang dapat membantu meningkatkan kepuasan hidup mereka. Menurut Salgado (dalam Kareem et al., 2023) ketersediaan dukungan keluarga menunjukkan bahwa terdapat bantuan yang tersedia ketika dibutuhkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengatasi tekanan yang dialaminya. Selanjutnya temuan mengenai adanya peran dukungan teman terhadap kepuasan hidup, karena dengan adanya kehadiran teman dapat menjadi dukungan sosial, serta dapat mengurangi perasaan stres yang dialami oleh mahasiswa (Raharjo & Sumargi, 2018). Selain itu, untuk *significant other* mendapatkan hasil pengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup. Anazonwu et al. (2018) menyatakan bahwasanya dukungan sosial dari significant other merupakan bagian dari mikrosistem individu, seperti tetangga, sekolah, atau orang lain yang berarti bagi individu dapat menjadi prediktor yang signifikan terhadap kepuasan hidup. Menurut teori regulasi relasional, kontribusi yang dirasakan individu dari lingkungan sosial dan budaya di sekitarnya, melalui proses sosialisasi dan akulturasi nilai pada aspek akademik maupun spiritual, dapat, memprediksi kepuasan hidup individu tersebut (Lakey & Orehek, 2011).

Uji tambahan membuktikan tidak ada perbedaan yang signifikan menurut jenis kelamin pada variabel dukungan sosial. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Tifferet (2020) yang membuktikan bahwasanya tidak terlalu tampak perbedaan penerimaan dukungan sosial apabila

ditinjau dari laki-laki dan perempuan, dikarenakan perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin lebih menjelaskan pemberian dukungan sosial daripada penerimaan dukungan sosial. Selanjutnya, tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada dukungan sosial berdasarkan jurusan, karena dukungan yang mereka dapatkan cenderung sama. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyaswari dan Heng (2022) yang menyatakan hasil bahwasanya tidak terdapat perbedaan dukungan sosial individu berdasarkan fakultas atau jurusan. Hasil juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel dukungan sosial berdasarkan semester. Hal ini sejalan dengan penelitian milik Hianto dan Shanti (2018) yang mendapatkan hasil bahwasanya tidak terdapat perbedaan dukungan sosial berdasarkan kelompok semester, karena mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi cenderung jarang mencari dukungan sosial sebagai cara untuk mengatasi tekanan dan hanya menerima dukungan-dukungan yang individu dapatkan.

Uji tambahan berdasarkan jenis kelamin terhadap kepuasan hidup. Hasil membuktikan bahwasanya ada perbedaan signifikan kepuasan hidup pada laki-laki dan perempuan, di mana kelompok laki-laki memiliki rata-rata yang lebih tinggi daripada kelompok perempuan. Gupta dan Kriti (2023) menyatakan bahwa kepuasan hidup laki-laki lebih tinggi daripada perempuan. Diener dan Diener (1995) menyatakan wanita memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah karena wanita memiliki kurangnya kekuasaan dan sumber daya daripada pria, sedangkan pria memiliki lebih banyak kebebasan dan status. Selanjutnya tidak ada perbedaan pada variabel kepuasan hidup berdasarkan jurusan maupun semester. Hal tersebut sejalan dengan penelitian milik Cimsir (2019) yang menyatakan bahwasanya kepuasan hidup pada mahasiswa lebih ditentukan oleh kepuasan mahasiswa berdasarkan fakultas atau jurusan yang mahasiswa tekuni. Setiawan & Aprilia (2023) mengindikasikan bahwa kepuasan hidup lebih ditentukan oleh karakteristik psikologis dan interaksi sosial dari mahasiswa terhadap lingkungan di perkuliahannya daripada karakteristik demografis yang melekat pada mahasiswa tersebut.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwasanya dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi. Namun, penelitian ini memiliki batasan, yaitu penelitian tidak memperdalam mengenai variabel lain untuk mengetahui beberapa faktor lainnya yang memengaruhi kepuasan hidup. Oleh karena itu, disarankan peneliti lain untuk memperdalam faktor-faktor lain yang memengaruhi kepuasan hidup. Lalu, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menanyakan sumber dukungan yang partisipan miliki dan diharapkan dapat menjangkau partisipan yang lebih luas. Selanjutnya, mahasiswa dapat menggunakan sumber-sumber dukungan sosial yang dimilikinya secara optimal dalam meningkatkan kepuasan hidupnya yang akan berdampak positif terhadap pengerjaan skripsi mereka. Selanjutnya, bagi keluarga dan orang terdekat mahasiswa diharapkan juga dapat memberikan dukungan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

DAFTAR REFERENSI

Aini, E. Q., & Puspikawati, S. I. (2020). Hubungan usia, tingkat pendidikan, dan tingkat pendapatan dengan kepuasan hidup pada tim penggerak pemberdayaan kesejahteraan keluarga (TP-PKK) Kaligung Banyuwangi. Journal of Community Mental Health and Public Policy, 2(2), 1-12

Alorani, O. I., & Alradaydeh, M. F. (2018). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*,

23(3), 291–298.

Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., Wadman, R., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & The, R. W. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, *24*(4), 1–13.

Anazonwu, C. O., Nwafor, C. E., Nweke, K. O., & Dike-Aghanya, A. A. (2018). Family acceptance and life satisfaction among undergraduates: Moderating role of significant others social support. *Nigerian Journal of Psychological Research*, *14*.

Andini, S. D., Rakhmawati, D., & Ajie, G. R. (2023). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikoedukasia*, *1*(2), 1–23.

Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi Undip*, *12*, 69–81

Bailey, R. C., & Miller, C. (1998). Life satisfaction and life demands in college students. *Social Behavior and Personality; an International Journal*, *26*(1), 51–56.

Ben-Shlomo, S., Levin-Keini, N., & Ofir-barash, E. (2022). Life satisfaction in young adults-The moderating role of parental support. International Journal of environmental Research and Public Health, 19(19), 12513.

Bule, M. F., Ruliati, L. P., & Benu, J. M. . (2021). Social Support and Resilience to Students Who Are Working on Thesis. *Journal of Health and Behavioral Science*, *3*(2), 191–198.

Chairunnisah, A., & Kurnia, L. (2023). Hustle Culture in Social Media : Exploring the Imagined Success in the Modern Era. *ATHENA: Journal of Social, Culture and Society*, *1*(4), 180–191.

Cimsir, E. (2019). Insight, academic major satisfcation and life satisfaction among college students majoring in education: Implications for career counselling. Journal of Psychologists and Counsellors in Schools. 29(2)

Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress'. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125.

Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 68(4), 653–663.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assement*, *49*(1), 71–75.

Eva, N., Shanti, P., Nur, H., & Bisri, M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *5*(3), 122–131.

Gan, S. W., Ong, L. S., Lee, C. H., & Lin, Y. S. (2020). Perceived Social Support and Life Satisfaction of Malaysian Chinese Young Adults: The Mediating Effect of Loneliness. *Journal of Genetic Psychology*, 181(6), 458–469.

Gupta, S., & Kriti, M. C. (2023). Assessing the Gender Differences in the Level of Life Satisfaction and Depression among Young Adults. *International Journal of Indian Psychology*, *11*(3).

Hartono, Erwhani, I., Arianti, S., Jiu, K. C., Wuriani, & Pratama, K. (2022). Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Kepuasan Hidup Pada Pasien Diabetes Foot Ulcer. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 13(2), 23–28.

Hasbi, F. I., & Alwi, M. A. (2022). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Hardiness pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, *2*(2), 92–101.

Hianto, S., & Shanti, T. I. (2018). Dinamika stres, strategi coping, dan dukungan sosial yang diharapkan mahasiswa skripsi di universitas xyz. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, *11*(2), 41-60.

Indati, A., Adiyanti, M. G., & Ramdhani, N. (2019). Peran Wisdom terhadap Life Satisfaction pada Lansia. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, 5(1), 60–69

Kareem, A., Khawar, R., & Maryam, R. (2023). Family Support as Predictor of life Satisfaction and Happiness in Pakistani Adolescents. *Journal of Development and Social Sciences*, 4(1), 540–546. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.47205/jdss.2023(4-II)48

Khalid, M. N. (2021). Ressilience, Perceived Social Support, And Life Satisfaction Among Malaysian College Student. *Journal of Nusantara Studies*, *6*(2), 21–40.

Kusprasetyo, W. T., Maryani, & Probandari, A. N. (2016). Pengaruh Tipe Kepribadian dan Stres Terhadap Tingkat Kepuasan Hidup Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Nexus Pendidikan Kedokteran Dan Kesehatan*, *5*(1), 74–82.

Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: a new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological review*, 118(3), 482–495.

Lam, D. (2021, June 29). The World's Most And Least Stressful Cities In 2021. Tatler. https://www.tatlerasia.com/lifestyle/travel/hk-worlds-most-least-stressful-cities-2021.

Muthmainah. (2022). DIKLUS : Jurnal Pendidikan Luar Sekolah Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, *1*, 78–88.

Natania, J., & Sanjaya, E. L. (2023). Apakah Spiritualitas Dan Dukungan Sosial Dapat Meningkatkan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa Yang Tergabung Dalam Persekutuan Mahasiswa Kristen? *Jurnal Psikologi*, *16*(1), 107–119.

Novianti, D. S., & Alfiasari. (2017). Kepuasan Hidup Mahasiswa Tingkat Pertama : Kaitannya Dengan Karakter Mahasiswa Dan Gaya Pengasuhan Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, *10*(1), 13–23.

Qureshi, A., Tariq, S., & Mubeen, B. (2023). Social Support as predictor of Life satisfaction in Older Adults. Journal

Raharjo, Y. O., & Sumargi, A. M. (2018). Dukungan sosial dan kepuasan hidup pada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang 1, 2 berasal dari Luar Jawa. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, *6*(1), 1-10.

Rahmah, F., & Qudsyi, H. (2024). Fear of Missing Out and Life Satisfaction among Undergraduate University Students Who are Working on Thesis in Indonesia. *Proceedings of the 6th International Seminar on Psychology*, (p. 89)

Rikah, & Ilhami, S. D. (2023). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Kepuasan Hidup Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen, Akuntansi (Jebma)*, *3*(3), 723–733.

Risdiantoro, R., Iswinarti, H, N., & Hasanati, N. (2016). Hubungan prokrastinasi akademik, stres akademik, dan kepuasan hidup mahasiswa, Psychology & Humanity, 19(20), 360-373

Rode, J. C., Arthaud-day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., & Rubin, R. S. (2005). Life Satisfaction and Student Performance. *Academy of Management Learning & Education*, *4*(4), 421–433.

Sarafino, E. P., Timothy W. Smith.(2011) . Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7 Th edition). John Wiley & Sons, Inc.

Setiawan, R., & Ariesya, A. (2023). Telaah Divergensi Kepuasan Hidup Dalam Karakteristik Demografis,. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(2), 382–397.

Shandy, T. K., & Martha, M. (2023). kontribusi dukungan sosial terhadap kepuasan hidup pada individu yang menjadi tulang punggung keluarga. Arjwa: Jurnal Psikologi, 2(4). 165-178.

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta

Sulistyowati, A., & Krisnatuti, D. (2018). Family Resources Management And Life. *Journal of Family Sciences,* 03(01), 1–14

Tifferet, S. (2020). Gender differences in social support on social network sites: A meta-analysis. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, *23*(4), 199-209.

Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 1(1), 14-18.

Widyasri, N. I., & Heng, P. H. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Tingkat Pertama (Studi Pada Masa Pandemi Covid-19). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, *6*(2), 331-339.

Wirani, Z., & Kurniawan, R. (2024). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Psikologi*, *7*(1), 34–41.

Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. *Journal of personality assessment,* 52(1), 30-41.