

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA DEWASA AWAL

Ahlunnaza Aji<sup>1</sup> Muhammad Erwan Syah<sup>2</sup>

## RINGKASAN

Masa dewasa awal merupakan masa yang memiliki ketegangan emosional yang penuh, dimana ketegangan emosional disini dapat berupa ketakutan dan kekhawatiran terhadap penyesuaian diri dalam hidupnya. Terdapat beberapa permasalahan yang dapat mempengaruhi individu dalam kesejahteraan termasuk kesejahteraan psikologis/*psychological-well being*. Adanya dukungan sosial dari teman sebaya dapat membuat individu menjadi merasa nyaman secara psikis dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada dewasa awal. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa maupun pekerja di Yogyakarta dengan menggunakan teknik pengambilan sampel berupa *snowball sampling*. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kemudian alat ukur yang digunakan adalah PWBS (*Psychological well-being scale*) dari teori Ryff (1989), sedangkan skala dukungan sosial teman sebaya digunakan sesuai aspek dari Sarafino dan Smith 2017. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner kepada responden. Metode analisis data menggunakan aplikasi statistik berupa SPSS 26.0 *For Windows*. Hasil uji hipotesis menggunakan *rank spearman* menunjukkan angka 0,371\*\* bahwa terdapat korelasi secara positif antar kedua variabel dengan level signifikansi cukup kuat. Nilai p 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yang diajukan peneliti diterima.

Kata Kunci : Dukungan Sosial Teman Sebaya, *Psychological Well-Being*,  
Dewasa Awal

**RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT AND  
PSYCHOLOGICAL WELL BEING IN EARLY ADULT**

Ahlunnaza Aji<sup>1</sup> Muhammad Erwan Syah<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

*Early adulthood is a period that has full emotional tension, where emotional tension here can be in the form of fear and worry about adjustment in his life. There are several problems that can affect an individual's well-being, including psychological well-being. The existence of social support from peers can make individuals feel psychologically comfortable in facing life's problems. The purpose of this study was to determine the relationship between peer social support and psychological well-being in early adulthood. The characteristics of the subjects in this study were students and workers in Yogyakarta using a sampling technique in the form of snowball sampling. This research method uses a quantitative approach. Then the measuring tool used was the PWBS (Psychological well-being scale) from Ryff's theory (1989), while the peer social support scale was used according to aspects from Sarafino and Smith 2017. The data collection technique was carried out by distributing questionnaires to respondents. The data analysis method uses a statistical application in the form of SPSS 26.0 For Windows. The results of the hypothesis test using rank Spearman show the number 0.371\*\* that there is a positive correlation between the two variables with a fairly strong level of significance. P value 0.000 ( $p < 0.01$ ). This shows that the research hypothesis proposed by the researcher is accepted.*

*Keyword : Peer Support, Psychological Well-Being, Early Adulthood*