



## Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai

### *Social support correlation and extrovert personality with psychological well being in the students of SMA Negeri 1 Binjai.*

Siti Fuji Sugesty, Sri Milfayetty, & Hasanuddin

Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area, Indonesia

#### Abstrak

Hubungan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dan kesejahteraan psikologis diperiksa dalam sampel 369 siswa di SMA Negeri 1 Binjai, Sumatera Utara. Penelitian ini dilakukan dari Oktober 2019 sampai April 2020. Hipotesis yang diajukan; ada hubungan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis di kalangan siswa. Data dikumpulkan melalui skala kesejahteraan psikologis, skala dukungan sosial, dan skala kecenderungan kepribadian ekstrovert. Menggunakan analisis regresi menemukan hasil bahwa Freg koefisien = 346,958; sig < 0,010, maka tiga hipotesis yang diusulkan dalam penelitian ini diterima. Dua variabel dalam penelitian ini, yaitu dukungan sosial variabel dan kecenderungan kepribadian ekstrovert, berkontribusi 65,5% terhadap kesejahteraan psikologis. Secara terpisah, dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert berkontribusi masing-masing 65,4% dan 60,4% pada tingkat kesejahteraan psikologis. Kami menyimpulkan bahwa dukungan sosial, kecenderungan kepribadian ekstrovert ( $r_{x1y}$  koefisien korelasi = 0,809; sig < 0,010;  $r_{x2y}$  = 0,777; sig < 0,010) memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis serta dukungan sosial dan kepribadian ekstrovert secara bersamaan

**Kata Kunci:** kesejahteraan psikologis, dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert.

#### Abstract

The correlation between social support and extrovert personality tendencies and psychological well-being were examined in a sample of 369 students at SMA Negeri 1 Binjai, North Sumatra. The research was conducted from October 2019 to April 2020. The proposed hypothesis; there was a correlation between social support and extrovert personality tendencies with psychological well-being among students. Data were collected through a scale of psychological well-being, social support scale, and extrovert personality tendency scale. Using multiple regression analysis we found that the coefficient Freg = 346,958; sig < 0.010, then the three hypotheses proposed in this study were accepted. The two variables in this study, namely the variable social support and extrovert personality tendencies, contributed 65.5% to psychological well-being. Separately, social support and the extrovert personality tendency contributed 65.4% and 60.4% respectively to the level of psychological well-being. We concluded that Social support, extrovert personality tendencies (the correlation coefficient  $r_{x1y}$  = 0.809; sig < 0.010, and  $r_{x2y}$  = 0.777; sig < 0) had a significant relationship correlation to psychological well-being as well as both social support and extrovert personality simultaneously

**Keywords:** Psychological well-being, social support and extrovert personality tendencies

**How to Cite:** Sugesty, S.F. Milfayetty, S. & Hasanuddin (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(2) 2021: 173-187,



## **PENDAHULUAN**

Sekolah mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan peserta didik. Sekolah dipandang dapat memenuhi beberapa kebutuhan peserta didik dan menentukan kualitas kehidupan peserta didik di masa depan. Tetapi pada saat yang sama, sekolah ternyata juga dapat menjadi sumber masalah, yang pada gilirannya memicu terjadinya stres di kalangan peserta didik. Sekolah menjadi sumber utama bagi peserta didik selain dalam keluarga. Hal ini disebabkan waktu peserta didik lebih banyak dihabiskan di sekolah. Di sekolah peserta didik merupakan anggota dari suatu masyarakat kecil dimana terdapat tugas-tugas yang harus diselesaikan, orang-orang yang perlu dikenal dan mengenal diri peserta didik, serta peraturan yang menjelaskan dan membatasi perilaku, perasaan dan sikap peserta didik.

Pada kondisi tersebut dituntut siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi psikologis dari setiap individu yang berfungsi dengan baik dan positif. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin.

Ryff & Keyes (1995:720) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis diperoleh melalui enam komponen yang berbeda dari fungsi psikologis positif. Keenam komponen tersebut antara lain meliputi evaluasi positif terhadap dirinya dan masa lalunya (penerimaan diri), perasaan untuk terus tumbuh dan berkembang sebagai manusia (pertumbuhan pribadi), keyakinan bahwa hidupnya memiliki tujuan dan bermakna (tujuan hidup), memiliki hubungan berkualitas dengan orang lain (hubungan positif dengan orang lain), kemampuan untuk mengelola secara efektif kehidupan dan dunia sekitarnya (penguasaan lingkungan) dan perasaan dapat memiliki kuasa untuk menentukan nasib diri (Autonomi).

Hurlock (1980) masa remaja menjadi periode yang krusial secara psikologis, karena memungkinkan adanya kegagalan dalam melaksanakan peralihan ke arah kematangan sebagai tugas perkembangan yang terpenting, sehingga di harapkan individu pada masa tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi maksimal. Kesejahteraan psikologis menjadi faktor penting dalam menentukan kualitas hidup individu. Kondisi mental yang sehat mengarahkan individu untuk berusaha mencapai suatu keseimbangan dalam hidup dengan menerima kualitas positif dan negatif diri, menyadari potensi yang dimiliki, mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sulit, serta mampu memberikan kontribusi kepada orang lain dan lingkungan sekitar. Kesejahteraan psikologis mengarah pada kebahagiaan dan pencapaian penuh atas potensi psikologis sebagai hasil dari pengalaman hidup, sehingga mampu berfungsi secara optimal. Pencapaian kesejahteraan psikologis berkaitan dengan adanya hasrat untuk selalu bertumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang produktif melalui pedoman dan kebermaknaan dalam hidup.

Kesejahteraan psikologis memiliki nilai yang tinggi dalam kehidupan, sehingga setiap individu akan berupaya dengan berbagai cara untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Ryff dan Keyes (1995) memberikan gambaran tentang kesejahteraan psikologis sebagai model multidimensi yang menekankan pada sejauh mana individu dapat bertanggung jawab terhadap hidupnya.

Kesejahteraan psikologis siswa dapat dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu faktor dukungan sosial. Dukungan sosial adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain, keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan

menyayangi kita (Cohen&Syme, dalam Apollo dan Cahyadi, 2012). Dukungan sosial merupakan tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya sebagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antar pribadi seseorang.

Kecenderungan kepribadian juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Kepribadian adalah keseluruhan cara seorang individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain. Kepribadian sering diartikan sebagai ciri-ciri yang menonjol pada diri individu, seperti kepada orang yang pemalu dikenakan atribut "berkepribadian pemalu". Kepada orang supel diberikan atribut "berkepribadian supel" dan kepada orang yang plin-plan, pengecut, dan semacamnya diberikan atribut "tidak punya kepribadian. Kecenderungan kepribadian terdiri dari kepribadian ekstrovert dan introvert. Kecenderungan ekstrovert yang merupakan variabel dalam penelitian ini adalah kecenderungan seseorang yang mengarahkan perhatian keluar dirinya, sehingga berbagai hal yang dilakukan didasarkan pada pengalaman yang dilihat atau didengar dari orang lain.

Dimensi yang dapat digunakan untuk mengukur kecenderungan kepribadian ekstrovert adalah aktivitas, yakni memiliki sikap yang aktif dan energik menyukai berbagai kegiatan dan dengan cepat bergerak dari satu aktivitas kepada aktivitas lainnya. Kemampuan bergaul, sebagai ukuran kemampuan bersosialisasi dengan orang lain. Keberanian mengambil resiko, yakni bersikap berani dalam mengambil resiko. Impulsif, bertindak secara mendadak tanpa dipikirkan terlebih dahulu. Pernyataan perasaan, yakni cenderung memperlihatkan emosinya. Kedalaman berpikir, pada umumnya individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung kurang mampu memikirkan sesuatu secara mendalam. Ketidak bertanggung jawaban, individu tipe kepribadian ekstrovert cenderung terlambat dalam menepati janji-janji dan berubah pendirian. Kecenderungan kepribadian ekstrovert akan mendorong seseorang untuk selalu hidup berkelompok dimana perilaku atau aktivitasnya juga akan sangat tergantung pada aktivitas kelompoknya.

Penelitian yang dilakukan Ismail dan Indrawati (2013) pada mahasiswa STIE Dharmaputera Semarang, menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*). Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin baik pula kesejahteraan psikologis (*psychological wellbeing*) yang dimiliki mahasiswa, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan maka semakin kurang baik pula kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang dimiliki mahasiswa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardie & Tee (dalam Bestari 2016), melaporkan bahwa seseorang yang memiliki kecenderungan ekstraversi akan lebih mudah untuk membangun hubungan positif dengan orang lain yang merupakan salah satu dimensi dari *Psychological well being*. Menurut mereka hal ini terjadi karena individu dengan kecenderungan ekstraversi memiliki sifat yang sosial sehingga lebih mudah untuk mendapatkan dukungan sosial yang lebih banyak. Hal tersebut dapat membantunya untuk membangun hubungan positif dengan orang lain dengan lebih baik.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Dukungan Sosial dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert dengan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif, yaitu suatu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal atau angka-angka. Rancangan penelitiannya adalah tentang hubungan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 1 Binjai.

Batasan mengenai Kesejahteraan psikologis merupakan sebuah kondisi atau tingkatan kemampuan individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri untuk tujuan hidupnya, mengatur perilakunya sendiri sehingga dapat menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, dan membuat hidupnya menjadi lebih bermakna serta mampu mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. Mampu bersikap optimis, dan dapat menghadapi tekanan sosial dengan mengontrol lingkungannya, diukur melalui skala berdasarkan dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) yaitu a. Penerimaan diri, b. Hubungan positif dengan orang lain, c. Otonomi, d. Penguasaan lingkungan, e. Tujuan hidup dan f. Pertumbuhan pribadi.

Batasan mengenai Dukungan sosial adalah berupa dukungan pada seseorang dalam menghadapi masalah seperti nasihat, kasih sayang, perhatian, petunjuk dan dapat juga barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga maupun teman. Untuk mengukur dukungan sosial digunakan skala dukungan sosial yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi dukungan sosial Sarafino (dalam Purba dkk, 2007) yaitu: a. Dukungan instrumental, b. Dukungan informasional, c. Dukungan emosional, d. Dukungan pada harga diri, dan e. Dukungan dari kelompok sosial. Kecenderungan kepribadian ekstrovert adalah kecenderungan seorang anak untuk mengarahkan perhatiannya keluar dirinya sehingga segala sikap dan keputusan-keputusan yang diambilnya adalah berdasarkan pada pengalaman-pengalaman orang lain. Untuk mengukur kecenderungan kepribadian ekstrovert digunakan skala kecenderungan kepribadian ekstrovert yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi kecenderungan kepribadian ekstrovert Eysenck (dalam Lestari 2008) yaitu: a. Aktivitas, b. Kemampuan bergaul, c. Keberanian mengambil resiko, d. Impulsif, e. Pernyataan perasaan, f. Kedalaman berpikir dan g. Ketidakbertanggung jawaban.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Binjai, yang berjumlah 1097 orang siswa

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah teknik random sampling, yaitu pengampilan sampel berdasarkan sistem acak/random, yang berjumlah 374 orang siswa

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis, skala dukungan sosial dan skala kecenderungan kepribadian ekstrovert. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda untuk melihat seberapa besar hubungan dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 1 Binjai.

Sebelum data-data yang terkumpul dianalisa, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan linearitas. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*.

Uji normalitas sebaran ini adalah untuk membuktikan bahwa penyebaran data penelitian yang menjadi pusat perhatian, menyebar berdasarkan prinsip kurve normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan rumus *Kolmogorov* dan *Smirnov*. Berdasarkan analisis tersebut, maka diketahui bahwa data variable dukungan sosial, kecenderungan kepribadian ekstrovert dan kesejahteraan psikologis, mengikuti sebaran normal, dimana diketahui hasil analisis dinyatakan mengikuti sebaran normal

Rangkuman hasil perhitungan uji normalitas sebaran dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

l	Variabe	M	-S	D	ξ	Ket
	EAN				ig	erangan
	Dukun	9			ξ	No
	gan Sosial	1,430	916	,293	,371	rmal
	Kecend					
	erungan	1			1	No
	Kepribadian	46,122	,890	2,949	,407	rmal
	Ekstrovert					
	Keseja	7			7	No
	hteraan	1,604	,667	,500	,766	rmal
	Psikologis					

Keterangan:

RERATA= Nilai rata-rata

K-S = Koefisien normalitas Kolmogorov-Smirnov

SD = Standar Deviasi

Sig = Signifikansi

Uji linieritas hubungan dimaksudkan untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Artinya apakah dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Berdasarkan uji linieritas, dapat diketahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini dapat atau tidak dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa antara kedua variabel bebas mempunyai hubungan yang linier terhadap variabel terikat. Nilai-nilai hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan

Korelas	F	S	Kete
ional	ig	rangan	
X1 - Y	69	0	Linie
	3,865	,000	r
X2 - Y	56	0	Linie
	0,004	,000	r

Keterangan:

X1 = Dukungan sosial

X2 = Kecenderungan kepribadian ekstrovert

Y = Kesejahteraan psikologis

F = Koefisien linieritas

Sig = Signifikansi

Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan Analisis Regresi Berganda, diketahui bahwa

1. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini dapat dilihat dari koefisien korelasi  $r_{x1y} = 0,809$ ;  $sig < 0,010$ . Artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah

**Siti Fuji Sugesty, Sri Milfayetty & Hasanuddin, Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai**

dukungan sosial, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

2. Ada hubungan yang signifikan antara kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis, dimana diperoleh koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,777$ ;  $sig < 0,010$ . Artinya semakin tinggi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

		Correlations			
		Dukungan Sosial	Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert	Kesejahteraan Psikologis	
Sosial	Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.969**	.809**
		Significance (1-tailed)		.000	.000
		N	36	369	369
Kecenderungan Ekstrovert	Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert	Pearson Correlation	.969**	1	.777**
		Significance (1-tailed)	.000		.000
		N	36	369	369
Kesejahteraan Psikologis	Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	.809**	.777**	1
		Significance (1-tailed)	.000	.000	
		N	36	369	369

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

3. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien Freg = 346,958 ;  $sig < 0,010$ . Ini menandakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan semakin tinggi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan semakin rendah kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Berikut adalah rangkuman hasil perhitungan Analisis Regresi Berganda

Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Regresi

	M	Sum of Squares	Mean Square	F	Sig.
Model	Regressi	1355,4841	2,677	34,6958	,000
Tersidu	Residual	7149,395	19,566		

T	2070	∑	=	=	=
OTAL	4,233	68			

Keterangan:

Sum of Squares= Jumlah Kuadrat

db = Derajat Kebebasan

Mean Square = Nilai rata-rata Kuadrat

F = Koefisien hubungan

Sig = Signifikansi

Kemudian dari perhitungan Analisis Regresi Berganda, dapat diketahui bobot sumbangan dari variabel dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 65,5%. Artinya kedua variabel (dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert) memberikan kontribusi sebesar 65,5% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis. Berikut adalah tabel rangkuman hasil perhitungan:

Tabel 4. Rangkuman Sumbangan Dukungan Sosial dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Terhadap Kesejahteraan Psikologis

Model Summary				
Model R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	
1	.809 <sup>a</sup>	.655	.653	4.41971

a. Predictors: (Constant), Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert, Dukungan Sosial

Secara terpisah, dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 65,4% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis, dapat dilihat dari tabel dibawah ini :

Tabel 5. Rangkuman Sumbangan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis

Model Summary and Parameter Estimates						
Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis						
Equation	Model Summary				Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant b1
Linear	.654	693,865	1	367	.000	4.732 .731

The independent variable is Dukungan Sosial

Sementara kecenderungan kepribadian ekstrovert memberikan kontribusi sebesar 60,4% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis dapat dilihat dari tabel dibawah ini :

Tabel 6 Rangkuman Sumbangan Kepribadian Ekstrovert Terhadap Kesejahteraan Psikologis

Model Summary and Parameter Estimates						
Dependent Variable: Kesejahteraan Psikologis						
Equation	Model Summary				Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant b1
Linear	.604	560.004	1	367	.000	5.820 .450

The independent variable is Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert.

Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 65,5%. Berarti masih terdapat 34,5% pengaruh dari variabel lain terhadap kesejahteraan psikologis, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah faktor usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi (pekerjaan,

penghasilan dan tingkat pendidikan), dukungan sosial (pernikahan, pendidikan, pekerjaan), religiusitas, dan kompetensi kepribadian.

Hasil lain yang diperoleh dalam penelitian ini berdasarkan tinjauan pada masing-masing dimensi dukungan sosial, diketahui :

a. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi instrumental dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,416$  dengan  $sig = 0,000$ . Besarnya kontribusi yang diberikan oleh dimensi instrumental dari penelitian ini diketahui sebesar 17,3%.

b. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi informatif dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,650$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi informatif terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 42,2%.

c. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi emosional terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,611$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi emosional terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 37,3%.

d. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,708$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 50,1%.

e. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi kelompok sosial terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,690$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 47,6%.

Berdasarkan kontribusi yang diberikan oleh kelima dimensi dukungan sosial, maka diketahui bahwa dimensi harga diri lebih besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dimensi kelompok sosial, dimensi informational, dimensi emosional dan dimensi instrumental.

Selanjutnya hasil lain yang diperoleh dalam penelitian ini berdasarkan tinjauan pada masing-masing dimensi kecenderungan kepribadian ekstrovert, diketahui :

a. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi aktivitas terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,462$  dengan  $sig = 0,000$ . Besarnya kontribusi yang diberikan oleh dimensi aktivitas dari penelitian ini diketahui sebesar 21,3%.

b. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi kemampuan bergaul dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,772$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi kemampuan bergaul terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 59,6%.

c. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi keberanian mengambil resiko terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,709$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi keberanian mengambil resiko terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 50,2%.

d. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi impulsif terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,451$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi impulsif terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 20,4%.

e. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi pernyataan perasaan dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,512$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi pernyataan perasaan terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 26,3%.

f. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi kedalaman berfikir dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,635$  dengan  $\text{sig} = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi kedalaman berfikir terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 40,3%.

g. Ada hubungan yang signifikan antara dimensi ketidakbertanggungjawaban terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,519$  dengan  $\text{sig} = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi ketidakbertanggungjawaban terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 26,9%.

Berdasarkan kontribusi yang diberikan oleh kelima dimensi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka diketahui bahwa dimensi kemampuan bergaul lebih besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dimensi keberanian mengambil resiko, dimensi kedalaman berfikir, dimensi ketidakbertanggungjawaban, dimensi pernyataan perasaan, dimensi aktivitas dan dimensi impulsif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa**

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini dapat dilihat dari koefisien korelasi  $r_{x1y} = 0,809$  ;  $\text{sig} < 0,010$ . Artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, hal ini menggambarkan bahwa kenaikan nilai pada variabel X (dukungan sosial) diikuti dengan semakin tinggi nilai pada variabel Y (kesejahteraan psikologis). Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan Ismail dan Indrawati (2013) pada mahasiswa STIE Dharmaputera Semarang sejumlah 105 orang, Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,623$  dengan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) berarti ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis (psychological well being), semakin tinggi tingkat dukungan sosial seseorang, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (psychological well being)nya. Sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well being) pada mahasiswa STIE Dharmaputera program studi ekonomi manajemen Semarang sebesar 38,8% dan sisanya sebesar 61,2 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Selanjutnya hasil penelitian ini mendukung pendapat Jibe dan Khalid (dalam Apriyani, 2018) yang mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin baik kesejahteraan psikologis yang dirasakan, sebaliknya rendahnya dukungan sosial mengindikasikan tingginya tekanan psikologis individu.

Kesejahteraan psikologis siswa dapat dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu faktor dukungan sosial. Dukungan sosial adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain, keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita (Cohen&Syme, dalam Apollo dan Cahyadi, 2012). Dukungan sosial merupakan tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya sebagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antar pribadi seseorang.

Dukungan sosial mengarah pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan, kepedulian, serta menerima dukungan dari orang atau kelompok lain (Sarafino, 1994). Adanya dukungan dari keluarga dan teman sebaya dapat membantu individu untuk mengembangkan potensi dalam diri, misalnya apabila remaja memiliki permasalahan, maka orang-orang disekitar remaja dapat

memberikan dukungan berupa semangat dan motivasi kepada remaja dalam mencari jalan keluar atas permasalahannya (Ramadhani dan Djunaedi, 2016).

Berdasarkan tinjauan dimensi dukungan sosial, diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi instrumental dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,416$  dengan  $sig = 0,000$ . Besarnya kontribusi yang diberikan oleh dimensi instrumental dari penelitian ini diketahui sebesar 17,3%. Kemudian diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi informatif dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,650$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi informatif terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 42,2%. Selanjutnya diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi emosional terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,611$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi emosional terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 37,3%. Kemudian diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,708$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 50,1%. Dimensi terakhir, diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi kelompok sosial terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,690$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi harga diri terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 47,6%. Berdasarkan kontribusi yang diberikan oleh kelima dimensi dukungan sosial, maka diketahui bahwa dimensi harga diri lebih besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dimensi kelompok sosial, dimensi informational, dimensi emosional dan dimensi instrumental.

#### **Hubungan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa**

Hasil analisis data yang diperoleh dari penelitian ini, diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis, dimana diperoleh koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,777$  ;  $sig < 0,010$ . Artinya semakin tinggi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardie & Tee (dalam Bestari 2016), melaporkan bahwa seseorang yang memiliki kecenderungan ekstraversi akan lebih mudah untuk membangun hubungan positif dengan orang lain yang merupakan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis (psychological well being) ini melibatkan 105 orang remaja yang terdiri dari 39 remaja laki-laki dan 66 remaja perempuan. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen Psychological Scale Of Well Being, Junior Eysenck personality questionnaire/JEPQR-S. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara kecenderungan ekstraversi terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well being) ( $\beta=0.252$ ,  $p=0.036$ ). Kontribusi kecenderungan ekstraversi terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well being) yaitu sebesar 6,4%. Menurut mereka hal ini terjadi karena individu dengan kecenderungan ekstraversi memiliki sifat yang sosial sehingga lebih mudah untuk mendapatkan dukungan sosial yang lebih banyak. Hal tersebut dapat membantunya untuk membangun hubungan positif dengan orang lain dengan lebih baik.

Melihat berbagai dimensi yang ada dalam kecenderungan kepribadian ekstrovert diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi aktivitas terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,462$  dengan  $sig = 0,000$ . Besarnya kontribusi yang diberikan oleh dimensi aktivitas dari penelitian ini diketahui sebesar 21,3%. Kemudian diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi kemampuan

bergaul dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,772$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi kemampuan bergaul terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 59,6%. Selanjutnya diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi keberanian mengambil resiko terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,709$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi keberanian mengambil resiko terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 50,2%. Kemudian diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi impulsif terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,451$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi impulsif terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 20,4%. Dimensi pernyataan perasaan memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,512$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi pernyataan perasaan terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 26,3%. Dimensi kedalaman berfikir memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,635$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi kedalaman berfikir terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 40,3%. Terakhir, diketahui juga bahwa ada hubungan yang signifikan antara dimensi ketidakbertanggungjawaban terhadap kesejahteraan psikologis, dilihat dari koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,519$  dengan  $sig = 0,000$ . Kontribusi yang diberikan oleh dimensi ketidakbertanggungjawaban terhadap kesejahteraan psikologis, sebesar 26,9%. Berdasarkan kontribusi yang diberikan oleh kelima dimensi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka diketahui bahwa dimensi kemampuan bergaul lebih besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dimensi keberanian mengambil resiko, dimensi kedalaman berfikir, dimensi ketidakbertanggungjawaban, dimensi pernyataan perasaan, dimensi aktivitas dan dimensi impulsif.

#### **Hubungan Yang Sangat Signifikan Antara Dukungan Sosial dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa**

Hasil penelitian ini menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien Freg = 346,958 ;  $sig < 0,010$ . Ini menandakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan semakin tinggi kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan semakin rendah kecenderungan kepribadian ekstrovert, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini sejalan pula dengan hasil penelitian Maghfiroh (2017) bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa angkatan 2016 UIN Sunan Kalijaga Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang berjumlah 85 mahasiswa.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pendapat Ryff (dalam Maghfiroh, 2017) bahwa salah satu yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Ini berarti bahwa dukungan sosial yang diperoleh individu sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. adanya dukungan sosial yang terdapat pada individu maka individu mempunyai cara pandang terhadap suatu masalah dengan memusatkan perhatian pada sisi positifnya dan mengharapkan hasil yang positif, sehingga individu ini mampu mengendalikan masalah-masalah yang terjadi pada dirinya baik secara internal maupun eksternal.

Setiap individu yang memiliki bentuk dukungan sosial yang positif maka individu tersebut akan mengetahui bahwa orang lain mencintai dan melakukan sesuatu yang dapat mereka lakukan untuk individu tersebut berupa dukungan emosional seperti dukungan kepedulian,

perhatian, dan simpati, dukungan informatif seperti nasehat, saran, petunjuk, dan penghargaan, dukungan instrumental seperti bantuan langsung pada saat itu, dukungan penghargaan seperti motivasi, gagasan, evaluasi dan persetujuan. Sehingga nantinya terbentuk suatu rasa kasih sayang, memiliki integritas sosial, penghargaan atau pengakuan, hubungan yang dapat diandalkan, bimbingan, kemungkinan untuk di bantu.

Seseorang yang mendapat dukungan sosial maka akan memperoleh kesejahteraan psikologisnya yang tinggi dan dukungan sosial juga membantu seseorang untuk memperoleh kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) dapat membantu remaja untuk menumbuhkan sikap positif, merasakan kepuasan hidup, dan kebahagiaan, mengurangi depresi dan kecenderungan mereka untuk berperilaku negatif dan kesejahteraan psikologis penting untuk dilakukan karena nilai positif dari kesehatan mental yang ada didalamnya membuat seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam hidupnya.

Kesejahteraan psikologis (psychological well being) merupakan konsep kesejahteraan psikologis dari individu yang mampu menerima dirinya apa adanya, tidak memiliki gejala-gejala depresi dan selalu memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif yang berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan perkembangan pribadi (Ryff dalam Bestari, 2016). Konsep ini berlaku untuk segala kalangan usia, status sosial, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, kepribadian, maupun status kesehatan fisik. Beberapa hal tersebut juga merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (psychological well being) pada seseorang (Ryff, Keyes & Shmotkin, dalam Bestari 2016).

Selanjutnya hasil penelitian ini juga mendukung pendapat Compton & Hoffman (dalam Bestari 2016) bahwa kepribadian merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (psychological well being). Dimana ciri kepribadian dikonseptualisasikan sebagai karakteristik yang stabil dan berbeda ada diri setiap individu serta dapat menjelaskan kecenderungan individu tersebut dalam hal perilaku, kognisi dan emosi tertentu (Bidjerano & Yun Dai, dalam Bestari 2016).

Hasil penelitian sebelumnya, dikatakan bahwa kepribadian menjadi salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (psychological well being) pada seseorang. Kecenderungan kepribadian ekstroverti menghasilkan hubungan positif hampir pada semua dimensi kesejahteraan psikologis (psychological well being). Ekstraversi dan keterbukaan dengan pikiran yang positif, berkaitan dengan kebahagiaan, seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi dan pertumbuhan pribadi. Dimensi-dimensi tersebut dijelaskan dapat dipertanggungjawabkan dengan positif oleh individu yang memiliki kecenderungan kecenderungan ekstraversi extrovert. Selain itu, keterbukaan pada individu ekstrovert dengan adanya hubungan positif dan tanggung jawab didalamnya memiliki hubungan positif dengan penguasaan lingkungan dan tujuan hidup yang merupakan dimensi dalam kesejahteraan psikologis (psychological well being) (Jose, Landa, Martos & Zafra, dalam Bestari 2016).

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Bestari (2016) yang menemukan pengaruh positif dan signifikan antara kecenderungan ekstraversi terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well being) ( $\beta = 0.464$ ,  $p = 0.000$ ). Hal ini menunjukkan bahwa meningkatnya kecenderungan ekstraversi akan secara signifikan meningkatkan psychological well being, dan begitu pula sebaliknya bahwa menurunnya kecenderungan ekstraversi akan secara signifikan menurunkan kesejahteraan psikologis (psychological well being). Kontribusi kecenderungan ekstraversi terhadap psychological well being yaitu sebesar 11,9%. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan 11,9% kesejahteraan psikologis (psychological well being) disebabkan oleh perubahan kecenderungan ekstraversi. Demikian pula penelitian yang dilakukan Nabila (2011)

bahwa kecenderungan kepribadian ekstrovert memberikan sumbangan efektif terhadap subjective well being sebesar 19,7%. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan subjective well being, dimana kecenderungan kepribadian ekstrovert mempengaruhi terbentuknya subjective well being sebesar 19,7 %. Demikian juga dengan penelitian Anindyati (2010) menemukan bahwa individu dengan kecenderungan kepribadian ekstrovert memiliki tingkat subjective well being yang tinggi juga.

Selanjutnya, bobot sumbangan dari variabel dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 65,5%. Artinya kedua variabel (dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert) memberikan kontribusi sebesar 65,5% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis. Secara terpisah, dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 65,4% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis, sementara kecenderungan kepribadian ekstrovert memberikan kontribusi sebesar 60,4% terhadap tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 65,5%. Berarti masih terdapat 34,5% pengaruh dari variabel lain terhadap kesejahteraan psikologis, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah faktor usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi (pekerjaan, penghasilan dan tingkat pendidikan), dukungan sosial (pernikahan, pendidikan, pekerjaan), religiusitas, dan kompetensi kepribadian.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 1 Binjai.
2. Ada hubungan yang signifikan antara kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 1 Binjai.
3. Diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecenderungan kepribadian ekstrovert dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 1 Binjai.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aggleton, P;Dennison, C;Warwick, I. Promoting Health and Well-Being Through Schools. New York: Routledge.
- Aisyah, A;Chisol, R. Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar. *Proyeksi*. Vol. 13 (2). 2018. Hal 1-14. ISSN: 1907-8455.
- Alandete, J.G. 2015. Does Meaning in Life Predict Psychological Well-Being? An Analysis Using the Spanish versions of The Purpose-In-Life Test and Scale. *The European Journal of Counseling Psychology*. Vol 3(2), 89-98, doi:10.5964/ejcop.v3i2.27 Ejcop.psychhopen.eu. 2195-7614.
- Alwisol. 2014. Psikologi Kepribadian, Edisi Revisi. Malang: UMM Press. Cetakan ke 12. ISBN: (10) 978-3602-20-1.
- Anindyati, F. 2010. Hubungan Antara Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert dan Subjective Well Being pada Remaja Akhir. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Apollo; & Cahyadi, A. 2012. Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta*. No. 02. ISSN 0854-1981. 254-271.
- Apriyani, A.P. 2018. Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Penghuni Panti Rehabilitasi Narkoba Di Pondok Pesantren Al-Islamy Kulon Progo. Skripsi. Universitas Islam Indonesia.
- Arham, A.B. 2015. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Orientasi Masa Depan Remaja Di Bidang Pekerjaan Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 11 Malang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Arikunto, S. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rikena Cipta.

**Siti Fuji Sugesty, Sri Milfayetty & Hasanuddin, Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMA Negeri 1 Binjai**

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2008. *Dasar-dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R.A.; Branscombe, N.R; dan Byrne, D. 2012. *Social Psychology*. New York: Pearson Education.
- Bestari, W.A. 2016. Pengaruh Kecenderungan Ekstraversi dengan dimoderatori oleh religiusitas terhadap Psychological well Being pada Remaja. Seminar ASEAN. 2nd Psychology & Humanity. Psychology Forum UMM. 499-505.
- Burger, J.M. 2008. *Personality. Seventh Edition*. Thomson Wadsworth Corporation. USA.
- Cohen, S; & Syme, S.L. 1995. *Sosial Support*. Orlando: Academic Press Inc.
- Colvin, G; Flannery, K.B; Sugai, G; & Monegan, J. 2009. Using Observational Data to Provide Performance Feedback to Teachers: A High School Case Study. Winter. Vol 53, No 2: 95-105.
- Dinova, A.K. 2016. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja Panti Asuhan. Others thesis. University of Muhammadiyah Malang.
- Eddington, N; & Shuman, R. 2005. Subjective well being (happiness). Continuing psychology education: 6 continuing education hours. <http://www.texcpe.com/cpe/PDF/ca-happiness.pdf>.
- Emadpoor, L; Lavasani, M.G; & Shahcheraghi, S.M. 2016. Relationship Between Perceived Social Support and Psychological Well Being Among Students Based On Mediating Role of Academic Motivation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 14 (3). 284-290.
- Eva, N; Bisri, M. 2018. *Kesejahteraan Psikologis Siswa Cerdas Istimewa*. Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.
- Faturochman, dkk. 2012. *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, J; & Feist, G.J. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanica.
- Feist, J; Feist, G.J; & Roberts, T. 2013. *Theories of Personality (8th Ed.)*. New York: McGraw Hill.
- Fibrianti, I.D. 2009. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokratinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Skripsi. Universitas Diponegoro.
- Hadi, S. 2004. *Penelitian Research*. Yogyakarta: BPFE.
- Hogan, R; Johnson; John; Briggs; Stephen. 1997. *Handbook of Personality Psychology*. Academic Press. California. USA.
- Hoyer, W. J; & Roodin, P.A. 2013. *Adult Development and Aging*. 5th ed. Boston: McGraw-Hill.
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Ismail, R.G; Indrawati, E.S. 2013. Hubungan Dukungan Sosial dengan PSyhological Well Being pada Mahasiswa STIE Dharmaputera Program Studi Ekonomi Managemen Semarang. *Jurnal Empati*. Vol.2 No.4. Universitas Diponegoro.
- King, L.A. 2010. *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lestari, P.P. 2008. Studi Deskriptif Mengenai Tipe Kepribadian Ditinjau dari Teori Eysenk pada mantan Junkies Wanita Usia 15-18 tahun di Inabah XVII Pondok Pesantren Suryalaya. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
- Lin, N; Woefel; dan Light. 2001. *Social Capital: A Theory of Social Structure and Action*. NY: Cambridge University Press.
- Lusiana, M; Risiana, D; dan Lesmana, D.S. 2009. Hubungan Tipe Kepribadian dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2006. *Jurnal Ilmu Kedokteran (JIK)*. Jilid 3. Nomor 1. Maret 2009.
- Maghfiroh, S.I. 2017. Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kecenderungan Kepribadian Ekstrovert Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Angkatan 2016. Skripsi. FIFIP. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Maziyah, F. 2015. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Dukungan Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Siswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) NU Tuban. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Nabila, A.Z. 2011. Hubungan antara Sense of Humor dan Tipe Kepribadian Ektrovert dengan Subjective Well-Being pada Karyawan Dewasa MAdya di PT. Telkom Distel Yogyakarta. Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Naisaban, L. 2003. *Psikologi Jung: Tipe Kepribadian Manusia dan Rahasia Sukses Dalam Hidup (tipe kebijaksanaan Jung)*. Jakarta: PT Gramedia.
- Nilawati, L; dan Bimo, L.Dwinanto. 2010. Pengaruh Motivasi pada Kinerja Belajar. Pengujian Terhadap Sebuah Model. *Jurnal Manajemen Bisnis*. Vol 3. No 3. Desember 2010-Maret 2011 (287-303). Jakarta: Universitas Katolik Atma Jaya Jakarta.
- Papalia, D.E; Old, S.W; & Feldman, R.D. 2009. *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Prabowo, A. 2016. Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah. *Jurnal ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 04. No. 02. Agustus 2016. ISSN 2301-8267. 246-260.
- Prabowo, A. 2017. Gratitude dan Psychological Well Being Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 05 (02). 260-270.
- Prayogi, F;Muslihati;Handarini;Dany, M. 2017. Hubungan Self Efficacy, Optimism, Social Support dan Psychological Well Being Peserta Didik SMK. *Jurnal Pendidikan*. Vol 2. No 4. Bulan April. Tahun 2017. Hal 508-515. Diunduh dari <http://journal.um.ac.id/index.php/>
- Purba, J;Yulianto, A;Widyanti, E. 2007. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Jurnal Psikologi*. No. 2. Vol. 5. 77-87.
- Ramadhani, T;Djunaedi; & S, A.S. 2016. Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan Pada Siswa Di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling*. 5 (1). 108-115.
- Rosyida, S. 2018. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Kuli Panggul. *Fakultas Psikologi: Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*.
- Ryff, C.D. 1989. Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality an Social Psychology*. vol.57. No.6. 1069-1081. American Psychologist Association.
- Ryff, C.D & Keyes, C.L. 1995. The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality an Social Psychology*. vol.69. No.4. 719-727. American Psychologist Association.
- Ryff, & Burton. 2007. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Wellbeing. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 9 No 13: page 39.
- Santrock, J.W. 2002. *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. 2013. *Life-span Development, Perkembangan Masa Hidup, edisi ketigabelas, jild I*. Jakarta : Erlangga.
- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New York: John Wiley.
- Sartika, A. 2017. Kesejahteraan Subjektif Ditinjau Dari Perilaku Prosocial Dan Motivasi Perilaku Prosocial Pada Mahasiswa Berstatus Relawan. Ringkasan Skripsi. Ringkasan Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Negeri Makassar.
- Solihin. 2006. Kesejahteraan Psikologis Pada Anak yang Mengalami Tindakan Kekerasan Dalam Keluarga. *Jurnal Pendidikan Penabur*. No. 03/Thn III/Desember 2006.
- Suryabrata, S. 2003. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tarigan, M. 2018. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Subjective Well Being Pada Remaja Yang Memiliki Orangtua Tunggal. 4 (1). 1-8.
- Taylor, S. 2015. *Health Psychology*. New York: McGraw Hill Education.
- Ulya, N.M. 2016. Pengaruh Metode Pembelajaran dan Tipe Kepribadian Terhadap Hasil Belajar Bahasa Arab (Studi Eksperimen Pada MAN 1 Semarang). *Nadwa, Jurnal Pendidikan Islam*. Vol 10. No 01. ISSN 1979-1739.
- Wijaya, A.Z;Indriyana, Y. 2013. Perbedaan Minat Belajar Ditinjau Dari Tendensi Kepribadian Tipe A dan Tipe B pada Siswa Kelas XI SMA N 10 Semarang. Semarang.