



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



---

ARTIKEL PENELITIAN

## **Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja selama Pandemi Covid-19**

MOHAMMAD DENNIS PURWARADIETYA & DR. ACHMAD CHUSAIRI, MA.\*

Departemen Psikologi Sosial, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Pengaruh dukungan social terhadap Kesejahteraan psikologis remaja selama pandemic Covid-19 merupakan hal yang dipertanyakan mengingat masa remaja adalah masa dimana manusia sedang giat menjalani relasi social sementara remaja tidak bisa melakukannya selama pandemic Covid-19 karena lockdown dan hampir semua lembaga pendidikan menerapkan sistem daring. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksplanatori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan sosial dari keluarga dapat menjadi sumber yang kuat untuk membantu memperbaiki kinerja akademik remaja dan kesejahteraan psikologis, serta mengurangi perilaku nakal.

**Kata kunci:** dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, remaja, pandemic Covid-19

### **ABSTRACT**

The influence of social support on the psychological well-being of adolescents during the Covid-19 pandemic is questionable considering that adolescence is a time when humans are actively engaged in social relations while teenagers cannot do so during the Covid-19 pandemic because of the lockdown and almost all educational institutions implement an online system. The method used in this research is a quantitative research method with an explanatory approach. The results showed that social support had a significant influence on the psychological well-being of adolescents. Social support from family can be a powerful resource to help improve adolescents' academic performance and psychological well-being, as well as reduce their delinquent behavior.

**Keywords:** social support, psychological well-being, adolescents, the Covid-19 pandemic

## PENDAHULUAN

Perubahan pola kehidupan akibat Covid-19 mempengaruhi pola hidup remaja dan kelompok sosial lainnya. Pandemi juga menimbulkan kondisi yang dapat menimbulkan tekanan bagi remaja karena adanya kebijakan pemerintah di bidang politik, ekonomi, sosial, pendidikan dan kesehatan yang menjadikan semua aktivitas masyarakat dibatasi, lebih banyak aktivitas dilakukan dari rumah, termasuk kegiatan pendidikan dan sosial yang berpotensi menimbulkan kerumunan dan keramaian (Satgas Penanganan Covid-19, 2021). Kebijakan *lockdown* memaksa sekolah untuk menutup asrama, memaksa siswa yang tinggal untuk kembali ke rumah keluarganya masing-masing. Dengan adanya kebijakan pembatasan ruang gerak sosial diluar rumah, remaja kemudian kehilangan kesempatan untuk bisa berinteraksi sosial dengan teman sebayanya. Pembelajaran jarak jauh juga menyebabkan peningkatan waktu yang dihabiskan di depan layar (*screen time*) dalam mengakses perangkat komputer maupun *handphone* yang dapat menyebabkan gangguan tidur dan ritme sirkadian, serta meningkatkan kecemasan pada remaja (Kilincel, Kilincel, Muratdagi, & Aydin, 2020).

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif-eksplanatori. Penggunaan metode penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penyebab peristiwa dan untuk menetapkan, menguraikan, memperluas, dan menguji teori. Penelitian eksplanatori adalah penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan alasan terjadinya peristiwa dan untuk membentuk, memperdalam, mengembangkan, atau menguji teori.

### *Partisipan*

Partisipan yang dipilih untuk penelitian ini merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan remaja akhir dan menjadi pelajar selama masa pandemi covid-19, berusia 18 hingga 21 tahun dan terdiri dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan mengingat masa remaja adalah masa dimana manusia sedang giat menjalani relasi social sementara remaja tidak bisa melakukannya selama pandemic Covid-19 karena lockdown dan hampir semua lembaga pendidikan menerapkan sistem daring.

### Data Deskriptif

Partisipan yang dipilih untuk penelitian ini merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan remaja akhir dan menjadi pelajar selama masa pandemi covid-19. Partisipan berusia 18 hingga 21 tahun dan terdiri dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan, dari tabel di atas, diketahui bahwa rentang usia responden yaitu berusia 17 tahun hingga 21 tahun. Pada rentang usia 17 tahun, terdapat 2 orang subjek (3%) Pada 18 tahun terdapat 22 orang subjek (34%) . Rata-rata nilai kesejahteraan psikologis subjek adalah sebesar 83,7 dengan standar deviasi sebesar 11,0.

nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk berada di atas 0,05, maka residu data mempunyai perbedaan yang tidak signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut berdistribusi normal.

---

**Normality Test (Shapiro-Wilk)**

---

Statistic	Sig.
0.985	0.641

---

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi residu pada tes Shapiro-Wilk menunjukkan nilai 0,641. Hal ini menunjukkan residu data penelitian berdistribusi normal.

### **Reliabilitas alat ukur**

- a. Untuk mengukur Kesejahteraan Psikologis penulis menggunakan *Psychological Well-being Scale* dengan koefisien reliabilitas cukup baik (0,724)
- b. Untuk mengukur Dukungan Sosial penulis menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* dengan koefisien reliabilitas cukup baik (0,912)

### **Analisis Data**

Analisis regresi linear sederhana (*simple regression analysis*) merupakan sebuah metode untuk menguji seberapa besar variable independen memprediksi terjadinya variabel dependen. Penulis melakukan uji hipotesis pada data yang akan digunakan sebagai syarat dan ketentuan yang berlaku pada aturan statistik parametrik: (1) Uji normalitas bertujuan untuk menguji ada tidaknya kerancuan dalam model regresi / variabel residual berdistribusi normal (2) Uji homoskedastisitas/heterokedastisitas untuk menguji apakah terdapat ketidaksamaan/kesamaan varians pada residual dari satu observasi ke observasi lainnya dalam model regresi. (3) Uji korelasi untuk menguji apakah terdapat hubungan antara variable yang diteliti. Proses analisis dan pengolahan data menggunakan program aplikasi *Jamovi 1.6.1*.

### HASIL PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh dukungan sosial dan tiap-tiap dimensinya terhadap kesejahteraan psikologis, oleh karena itu menggunakan analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi linear sederhana (*simple regression analysis*) merupakan sebuah metode untuk menguji seberapa besar variable independen memprediksi terjadinya variabel dependen. Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis regresi linear sederhana. Analisis ini berfungsi untuk mengetahui seberapa besar probabilitas variabel x (dukungan sosial) mempengaruhi munculnya variabel y (kesejahteraan psikologis) melalui koefisien determinasi ( $R^2$ ). Uji regresi linear sederhana juga dapat menunjukkan persamaan regresi antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial.

#### 1. Hasil analisis korelasi

Model	R	Overall Model Test			
		F	df1	df2	p
1	0.500	20.7	1	62	< .001

Hubungan antar variable x dan y secara simultan memiliki kekuatan korelasi sebesar 0,5 ( $p < 0,001$ )

#### 2. Hasil analisis regresi

Model Fit Measures

Model	R	$R^2$	Overall Model Test			
			F	df1	df2	P
1	0.500	0.250	20.7	1	62	< .001

Model Coefficients –Kesejahteraan Psikologis

---

Predictor	Estimate	SE	95% Confidence Interval		t	p
			Lower	Upper		
Intercept	60.019	5.3376	49.350	70.689	11.24	< .001
Dukungan Sosial	0.394	0.0866	0.220	0.567	4.54	< .001

Model regresi (*omnibus test*)  $F(df1 - 1, df2 - 62)=20,7; p<0.001; R^2=0,250$

Model parameter  $\beta$  variabel independen ( $B=...$ ; 95% CI [kalau ada];  $SE=...$ ;  $t=...$ ;  $p=[ditulis\ nilai\ pastinya]$ ) dapat menjelaskan variabel dependen.

Setelah dilakukan analisis regresi linier, model diketahui cocok dalam menjelaskan data ( $F(1,62)=20.7; p<0,001; R^2=0.250$ ) dan varians prediktor dapat menjelaskan 25 persen dari varians variabel dependen. Dukungan Sosial ( $B=0,394; 95\% CI [0,220; 0,567]; SE=0,086; t=4,54; p<0,001$ ) berkorelasi positif dan sangat kuat dalam menjelaskan Kesejahteraan Psikologis dipengaruhi oleh dukungan sosial.

### **DISKUSI**

Koefisien determinasi yang dihasilkan menunjukkan nilai sebesar 0,25 yang berarti probabilitas dukungan sosial memprediksi munculnya kesejahteraan psikologis sebesar 25%, sedangkan 75% lainnya ditentukan oleh variabel bebas lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari Azanedo, dkk., (2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial secara signifikan terkait dengan komponen dimensi kesejahteraan psikologis, terutama untuk kepuasan hidup dan hubungan positif dengan orang lain. Dukungan sosial dapat melindungi orang dari masalah psikologis dengan cara menyangga efek negatif dari stresor kehidupan terhadap kesehatan mental serta meningkatkan kesejahteraan (Costa et al., 2012). Ibu, ayah, teman, dan *significant others* adalah orang yang dipercaya oleh remaja, dukungan sosial dari mereka memiliki efek pada peningkatan kesejahteraan psikologis (Taniguchi & Thompson, 2021).

### **SIMPULAN**

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja pada masa pandemi, sehingga Hipotesis Nol ( $H_0$ ) ditolak. Koefisien determinasi yang dihasilkan menunjukkan nilai sebesar 0,25 yang berarti probabilitas dukungan sosial memprediksi munculnya kesejahteraan psikologis sebesar 25%, sedangkan 75% lainnya ditentukan oleh variabel bebas lainnya. Persamaan regresi yang dihasilkan adalah  $Y=60,019+0,394x$ , artinya setiap kenaikan dukungan sosial yang dirasakan oleh remaja, kesejahteraan psikologis remaja juga akan meningkat sebesar 0,394 satuan.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih penulis sampaikan kepada bapak DR. Achmad Chusairi, MA. Selaku dosen pembimbing dari penulis yang selalu sabar membimbing penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah ini dan terima kasih kepada pihak-pihak terkait yang membantu penulis dalam penulisan karya ilmiah ini yang tentu saja tidak bisa dituliskan satu persatu

### **DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN**

Mohammad Dennis Purwaradietya tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

### PUSTAKA ACUAN

Azañedo, C. M., Artola, T., Sastre, S., & Alvarado, J. M. (2021). Character strengths predict subjective well-being, psychological well-being, and psychopathological symptoms, over and above functional social support. *Frontiers in psychology*, 4230.

Costa, D. C., Sá, M. J., and Calheiros, J. M. (2012). The effect of social support on the quality of life of patients with multiple sclerosis. *Arq. Neuropsiquiatr.* 70, 108–113. doi: 10.1590/S0004-282X2012000200007

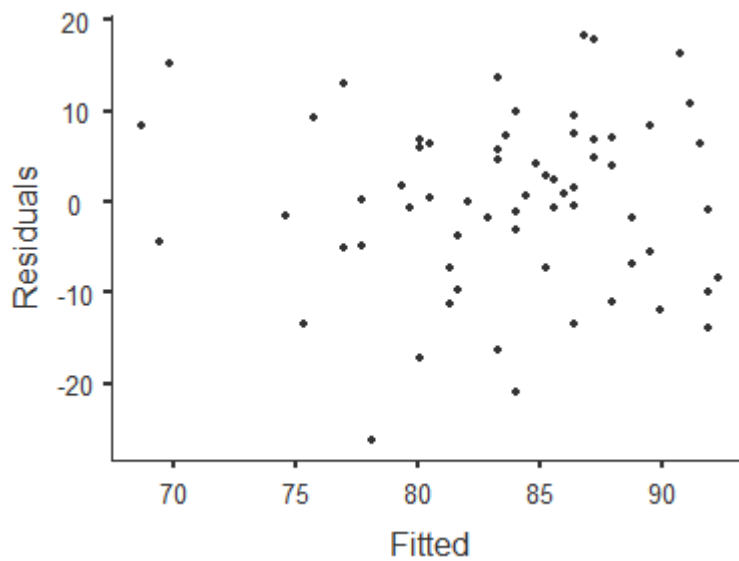
Kilincel, S. .., Kilincel, O., Muratdagi, G., & Aydin, A. (2020). Factors affecting the anxiety levels of adolescents in home-quarantine during COVID-19 Pandemic. *Asia Pacific Psychiatry* , e12406.

Satgas Penanganan Covid-19. (2021, juni 22). *Beranda | Covid19.go.id*. Retrieved from Covid19.go.id: <https://covid19.go.id/>

Taniguchi, E., & Thompson, C. M. (2021). Mental illness self-disclosure among college students: a prerequisite of social support or a booster of social support benefits?. *Journal of Mental Health*, 1-10.

## **TABEL dan GAMBAR**

**Scatterplot**



**Analisis Deskriptif Variabel**

<b>Keterangan</b>	<b>Kesejahteraan Psikologis</b>	<b>Dukungan Sosial</b>
N	64	64
Missing	0	0
Mean	83.7	60.0
Std. Deviation	11	14
Minimum	52.0	22.0
Maximum	107	82.0
Skewness	-0.324	-0.709
Std. error skewness	0.299	0.299



**Hasil Uji Normalitas Residual**

<b>Normality Test (Shapiro-Wilk)</b>	
Statistic	Sig.
0.985	0.641

**Uji Korelasi**

<b>Overall Model Test</b>					
Model	R	F	df1	df2	p
1	0.500	20.7	1	62	< .001

**Hasil Koefisien Determinasi**

<b>Model Fit Measures</b>						
<b>Overall Model Test</b>						
Model	R	R <sup>2</sup>	F	df1	df2	P
1	0.500	0.250	20.7	1	62	< .001

**Model Coefficients –Kesejahteraan Psikologis**

<b>95% Confidence Interval</b>						
Predictor	Estimate	SE	Lower	Upper	t	p

Model Coefficients –Kesejahteraan Psikologis

---

Predictor	Estimate	SE	95% Confidence Interval		t	p
			Lower	Upper		
Intercept	60.019	5.3376	49.350	70.689	11.24	< .001
Dukunagn Sosial	0.394	0.0866	0.220	0.567	4.54	< .001

---