

Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya

Jessica Harijanto

Fakultas Psikologi Universitas Ciputra

*Jenny Lukito Setiawan^{*1}*

Fakultas Psikologi Universitas Ciputra

Abstract. *Many students are ready to leave their homeland to find the best higher education. When they get into a new place, they will encounter many problems which can affect their happiness. One of factors that presumably relate to happiness is social support. When an individual receives social support, he will feel loved, cared, and valued. The aim of this study was to investigate whether there is positive relationship between social support and happiness on sojourning undergraduates at X University in Surabaya. The subjects of this study were 170 first-semester sojourners at X University in Surabaya, who don't live with their parents and live temporary in Surabaya for their study. Questionnaires were used as data collection tool. Data were analyzed using Pearson Product Moment correlation test. Result showed that there was a positive relationship between social support and happiness on sojourning undergraduates at X University in Surabaya ($r = 0.515, p < 0.001$).*

Keywords: *social support, happiness, sojourner*

Abstrak. *Banyak mahasiswa perantau yang rela meninggalkan daerah asalnya yang untuk mendapatkan pendidikan yang terbaik di daerah lain. Ketika seseorang memasuki daerah baru, ia akan menghadapi berbagai permasalahan yang dapat mempengaruhi kebahagiaannya. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kebahagiaan adalah dukungan sosial. Ketika seseorang mendapatkan dukungan sosial, ia akan merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh individu lain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data. Responden penelitian ini adalah 170 orang mahasiswa perantau dari Universitas X yang berada di semester pertama, tidak tinggal bersama orangtua, serta menetap sementara di Surabaya karena studi. Data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya ($r = 0.515, p < 0.001$).*

Kata kunci: *dukungan sosial, kebahagiaan, mahasiswa perantau*

¹ **Korespondensi:** Jenny L. Setiawan, Fakultas Psikologi Universitas Ciputra Surabaya, UC Town, CitraLand, Surabaya, 60219. Email: jennysetiawan@ciputra.ac.id.

Pendidikan merupakan salah satu hal penting yang harus dimiliki oleh seseorang dalam kehidupannya. Mahasiswa merupakan peserta didik yang belajar di perguruan tinggi yang diharapkan dapat memperbaiki masa depan bangsa sehingga banyak mahasiswa yang ingin mendapatkan pendidikan dengan fasilitas yang terbaik. Oleh karena itu, banyak mahasiswa rela meninggalkan daerah asalnya untuk mendapatkan pendidikan di perguruan tinggi yang lebih baik di daerah lain. Mahasiswa yang rela meninggalkan daerah asalnya untuk menuntut ilmu pengetahuan di perguruan tinggi di daerah lain ini disebut mahasiswa perantau.

Ketika memasuki suatu lingkungan yang baru, individu akan merasakan berbagai masalah terutama yang disebabkan oleh perbedaan bahasa dan perbedaan kebudayaan seperti makanan, humor, dan adat istiadat di lingkungan baru (Thurber & Walton, 2012). Hal tersebut juga dirasakan oleh mahasiswa perantau pada saat memasuki lingkungan baru. Menurut Thurber dan Walton (2012), ketika memasuki lingkungan baru mahasiswa perantau akan merasa kurang memiliki kelompok familiar dan tidak jarang mahasiswa perantau akan merasakan stereotip yang kurang nyaman dari lingkungan baru. Selain itu, adanya perbedaan sistem pengajaran di SMA dan perguruan tinggi yang juga membuat mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan harapan yang ditetapkan dari universitas (Indianie, 2012).

Perbedaan-perbedaan dalam lingkungan baru tersebut dapat menyebabkan mahasiswa perantau mengalami *culture shock*. *Culture shock* menggambarkan keadaan emosi negatif dan reaksi pasif dari individu yang ditandai dengan perasaan cemas, menolak dan tidak mampu menghadapi lingkungan dengan budaya yang berbeda (Oberg, 2006). Menurut Suryandari (2012), reaksi yang muncul

akibat *culture shock* adalah sikap memusuhi lingkungan baru, adanya rasa penolakan dan menarik diri dari lingkungan baru, gangguan lambung dan sakit kepala, kehilangan arah dan tujuan, merasa kehilangan status dan pengaruh, dan perasaan *homesickness*.

Homesickness merupakan perasaan *distress* yang disebabkan karena individu berada jauh dari rumah dan daerah asalnya (Thurber & Walton, 2012). Individu yang merasakan perasaan *homesickness* akan mengalami stres akulturatif yang ditandai dengan perasaan cemas, kesepian, tidak nyaman dan menolak kondisi pada lingkungan baru, serta cenderung ingin kembali ke daerah asal (Nejad, Pak & Zarghar, 2013).

Berdasarkan fenomena di atas dan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya, peneliti menduga adanya ketidakbahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa perantau. Mahasiswa tersebut mengaku mengalami peningkatan rasa sedih, takut, dan cemas dan penurunan perasaan gembira dan damai. Hal ini merupakan tanda-tanda ketidakbahagiaan yang dirasakan mahasiswa perantau yang ditunjukkan dengan meningkatnya afek negatif dan menurunnya afek positif. Tanda-tanda tersebut berlawanan dengan tanda-tanda kebahagiaan. Menurut Baumgardener dan Crothers (2010), kebahagiaan merujuk pada tingginya kepuasan hidup dan afek positif, serta rendahnya afek negatif.

Menurut Rusydi (dalam Mardayeti, 2013), kebahagiaan merupakan perasaan positif yang dapat dirasakan berupa perasaan senang, tenang, dan memiliki kedamaian. Kebahagiaan itu sendiri dibagi menjadi tiga aspek yaitu kepuasan individu mengenai hidupnya, tingginya afek positif, dan rendahnya afek negatif yang dirasakan individu tersebut (Zimbardo, Johnson, &

Mccann, 2009). Setiap individu memiliki kebahagiaan yang berbeda dengan individu lainnya. Hal itu dikarenakan kebahagiaan ditentukan oleh penilaian subjektif dari masing-masing individu (Myers & Diener, 1995).

Ketika seseorang merasa bahagia, ia akan merasakan perasaan kegembiraan dan kedamaian yang berkaitan dengan afek positif (Baumgardener & Crothers, 2010). Afek positif dapat menimbulkan perasaan aktif dan energik sehingga dapat membuat lebih produktif (Veenhoven dalam Utami, 2009). Mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan tinggi akan merasa puas akan hubungan sosial yang dimilikinya (Diener & Seligman, 2002). Sebaliknya, seseorang yang merasa tidak bahagia akan merasa cemas, sedih, dan khawatir yang berkaitan dengan afek negatif. (Baumgardener & Crothers, 2010). Afek negatif dapat menyebabkan seseorang merasa kurang bersemangat sehingga membuat ia kurang produktif dalam beraktivitas (Veenhoven dalam Utami, 2009). Mahasiswa yang merasa tidak bahagia akan merasa tidak puas dengan keluarga, hubungan sosial, dan dirinya sendiri (Diener & Seligman, 2002).

Peneliti juga melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya yang mengaku merasa dapat menyesuaikan diri di lingkungan baru. Mereka mengatakan bahwa mereka mendapatkan dukungan dari orangtua seperti sering berkomunikasi menceritakan apa yang dirasakan kepada orangtua melalui telepon. Selain itu, mereka juga mengaku mendapat dukungan dari teman baik yang berasal dari daerah yang sama ataupun dari daerah yang berbeda seperti saling berbagi cerita dengan teman di kos, diajak teman mengikuti kegiatan seperti ekstrakurikuler, organisasi, ataupun pergi ke mall. Adanya dukungan dari orangtua dan teman tersebut membuat mahasiswa perantau merasa dapat lebih mudah menyesuaikan diri di lingkungan baru.

Menurut Montgomery dan Cote (dalam Papalia Olds, & Feldman, 2009), dukungan yang berasal dari keluarga merupakan faktor utama yang membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi, baik bagi mahasiswa yang tinggal dengan orangtua ataupun yang tinggal terpisah dari orangtua. Selain itu, Rosenthal (dalam Jackson & Finney, 2002) mengemukakan bahwa remaja yang baru saja memasuki lingkungan baru di perguruan tinggi pada umumnya sangat membutuhkan dukungan sosial. Hal itu dikarenakan pada masa itu remaja membutuhkan *sense of belonging* yang kuat sehingga *peer group* diyakini mampu membantu menghadapi respon stres tingkat tinggi. Oleh karena itu, salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kebahagiaan mahasiswa perantau adalah adanya dukungan sosial dari orang di sekitarnya.

Dukungan sosial adalah perasaan nyaman, diperhatikan, dan dihormati yang diterima oleh individu dari individu atau kelompok lain (Sarafino, 2008). Gore (dalam Saputri & Indrawati, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial sering didapatkan dari relasi yang terdekat, yaitu dari keluarga atau sahabat. Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa *emotional support* dan *informational support*. *Emotional support* merupakan dukungan berupa rasa empati, perhatian, dan semangat kepada individu (Sarafino, 2008). Sedangkan *informational support* merupakan dukungan berupa saran, nasehat, dan pengarahan mengenai apa yang dikerjakan individu (Sarafino, 2008).

Cortes, Miranda & Matheny (dalam Tonsing, Zimet, & Tse, 2012) menyatakan bahwa adanya dukungan sosial dari keluarga dan teman dapat mengurangi stres akulturatif yang dirasakan mahasiswa perantau selama masa akulturasi. Taylor (2006) juga menyatakan bahwa ketika individu mengalami stres, dukungan sosial

dapat menurunkan *psychological distress* yang mencakup depresi dan kecemasan.

Penelitian mengenai dukungan sosial dan kebahagiaan sudah banyak di temui di Indonesia maupun di luar negeri. Akan tetapi, subjek penelitian dengan kedua variabel tersebut adalah remaja yang tinggal di panti asuhan (Oktaviani, 2012), penyandang cacat fisik (Kurniawan, 2010), ataupun para lansia (Nurhidayah & Agustini, 2012). Penelitian mengenai dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau masih jarang ditemui baik di Indonesia maupun di luar negeri. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau terutama di Universitas X Surabaya.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya?”.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya.

Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya.

Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa perantau, semakin tinggi juga kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin

rendah dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa perantau, semakin rendah juga kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Skala yang digunakan kuesioner penelitian ini adalah skala interval, yaitu dari angka 1 sampai 7.

Untuk mengukur dukungan sosial, peneliti menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Park dan Kim (2008). Kuesioner dukungan sosial ini terdiri 24 item pernyataan yang ditinjau dari sumber dukungan sosial yaitu orangtua dan teman, dan jenis dukungan sosial, yaitu *emotional support* dan *informational support*. Sedangkan untuk mengukur kebahagiaan, peneliti menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Koo dan Kim (2006). Kuesioner kebahagiaan ini terdiri dari 16 item pernyataan yang berisi mengenai situasi yang dapat menggambarkan kebahagiaan individu.

Subjek penelitian ini adalah 170 mahasiswa perantau semester pertama di Universitas X Surabaya yang berasal dari luar Surabaya, Sidoarjo, dan Gresik, tidak tinggal bersama orangtua, dan menetap sementara di Surabaya karena sedang menempuh studi. Proporsi dari jenis kelamin adalah laki-laki sebesar 35,9% (n= 61) dan perempuan sebesar 64,1% (n = 109).

HASIL & DISKUSI

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan pengukuran *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi. Data penelitian dikatakan normal jika memiliki $p > 0.05$. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa data penelitian pada kuesioner kebahagiaan sudah terdistribusi secara normal ($z = 1.153$; $p > 0.05$). Sedangkan, data penelitian pada kuesioner dukungan sosial juga sudah terdistribusi secara normal ($z = 1.246$; $p > 0.05$). Oleh karena itu, peneliti melakukan uji korelasi parametrik menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi.

Hasil uji korelasi dilakukan dengan menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi. Dari hasil uji korelasi tersebut, diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya ($r = 0.515$; $p < 0.001$). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa perantau, semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa perantau, semakin rendah juga kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut.

Peneliti juga melakukan uji korelasi dukungan sosial dan kebahagiaan ditinjau dari sumber dukungan sosial. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa data penelitian pada kuesioner dukungan sosial dari orangtua tidak terdistribusi secara normal ($z = 2.603$; $p < 0.05$). Akan tetapi, data penelitian pada kuesioner dukungan sosial dari teman sudah terdistribusi secara

normal ($z = 1.205$; $p > 0.05$). Oleh karena itu, uji korelasi antara dukungan sosial dari orangtua dan kebahagiaan menggunakan *Spearman's Rank Correlation* dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi. Sedangkan uji korelasi antara dukungan sosial dari teman dan kebahagiaan menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi. Berikut merupakan tabel uji korelasi antara dukungan sosial ditinjau dari sumbernya dan kebahagiaan.

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi antara Dukungan Sosial Ditinjau dari Sumbernya dan Kebahagiaan

Sumber Dukungan Sosial	Kekuatan Korelasi	p
Orangtua	$\rho = 0.450$	< 0.001
Teman	$r = 0.405$	< 0.001

Berdasarkan Tabel 1. di atas, diketahui bahwa dukungan sosial baik dari orangtua maupun teman memiliki korelasi positif dengan kebahagiaan. Selain itu, dapat dilihat pula korelasi dukungan sosial dari orangtua dan kebahagiaan cenderung sedikit lebih tinggi dibandingkan korelasi dukungan sosial dari teman.

Dalam penelitian ini, uji korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya. Dari hasil uji korelasi tersebut, diketahui bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya ($r = 0.515$; $p < 0.001$). Hal ini berarti hipotesis pada penelitian ini diterima. Adanya hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa perantau, semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa perantau, semakin rendah juga

kebahagiaan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut.

Kebahagiaan adalah perasaan positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya afek negatif yang dinilai secara subjektif dari sudut pandang individu tersebut. Sedangkan dukungan sosial adalah suatu perasaan diperhatikan, dicintai, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan oleh individu dari individu atau kelompok lain sehingga ia percaya bahwa dirinya dihormati, dihargai, dicintai, dan menjadi anggota dalam suatu kelompok.

Dukungan sosial dapat memberikan efek positif dan meningkatkan harga diri yang dapat mempengaruhi kebahagiaan individu (Cohen & Wills, 1985). Selain itu, dukungan sosial juga dapat menurunkan *psychological distress* yang meliputi depresi dan kecemasan (Taylor, 2006).

Dukungan sosial dapat diperoleh dari relasi terdekat, yaitu keluarga dan sahabat (Gore dalam Saputri & Indrawati, 2011). Dukungan sosial yang dirasakan individu dari individu atau kelompok lain dapat berupa *emotional support* dan *informational support*. *Emotional support* merupakan dukungan yang melibatkan rasa empati, peduli, perhatian, dan semangat kepada individu lain, sedangkan *informational support* adalah dukungan berupa memberikan nasehat, pengarahan, saran, ataupun umpan balik mengenai hal yang dikerjakan oleh individu (Sarafino, 2008).

Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan dapat dijelaskan dari jenis dukungan sosial, yaitu *emotional support* dan *informational support* yang diberikan oleh orangtua dan teman mahasiswa perantau. Dukungan sosial yang diterima mahasiswa perantau tersebut berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaannya.

Pertama, dukungan sosial berupa *emotional support* melibatkan rasa empati, peduli, perhatian, penghargaan, dan semangat kepada individu dapat membuat individu merasa nyaman dan aman (Sarafino, 2008). *Emotional support* dari orangtua dapat berupa penghargaan (*reassurance of worth*), ekspresi kasih sayang dan cinta (*attachment*) yang dapat memberikan dampak positif bagi mahasiswa (Maslihah, 2011). Ketika individu menerima *emotional support* dari orangtua, ia akan merasa diperhatikan (*sense of belonging*) dan dicintai (Sarafino, 2008). Hal tersebut membuat mahasiswa perantau merasa memiliki keluarga yang harmonis dan puas akan keberadaan keluarganya. Dengan adanya keluarga yang harmonis, individu dapat mengembangkan kemampuannya yang dapat meningkatkan harga diri dan kepuasan hidupnya (Baumgardener & Crothers, 2010).

Selain dari orangtua, *emotional support* juga dapat diperoleh dari teman. *Emotional support* dari teman dapat berupa perasaan empati, nyaman dan diperhatikan yang dapat menurunkan pengalaman *distress* (Dewayani, Sukarlan, & Turnip, 2011). Dengan adanya *emotional support*, individu memiliki kepercayaan akan dirinya dalam berinteraksi di kelompok sosial (Cohen & McKay, 1984). Hal tersebut membuat mahasiswa perantau merasa memiliki pertemanan dan puas akan keberadaan teman-teman di sekelilingnya. Pertemanan dapat membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya, membuat individu memperoleh dukungan dari orang lain, dan mengurangi perasaan kesepian yang dirasakannya (Primasari & Yuniarti, 2012).

Emotional support dapat meningkatkan perasaan diperhatikan dan kerekatan dengan individu dan kelompok lain yang dapat meningkatkan efek positif individu

tersebut (Cohen & McKay, 1984). Efek positif tersebut juga berdampak positif pada kesehatan dan kebahagiaan individu (Cohen & McKay, 1984). Ketika individu memiliki kesehatan yang baik dan jauh dari penyakit, ia dapat meningkatkan emosi positif dan menurunkan emosi negatif berupa depresi dan kecemasan yang dimilikinya (Baumgardner & Crothers, 2010).

Kedua, dukungan sosial berupa *informational support* berkaitan dengan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik mengenai hal yang dikerjakan oleh individu sehingga individu yakin akan apa yang dikerjakannya (Sarafino, 2008). *Informational support* dapat meningkatkan pencapaian akademik yang dimiliki oleh mahasiswa (Maslihah, 2011). *Informational support* dapat memperluas wawasan dan pemahaman individu (Wahaningsih, 2013). Dengan adanya *informational support*, mahasiswa perantau dapat mendapatkan informasi yang membantunya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil analisa dari Tabel 1, dapat dilihat bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial dari orangtua dan kebahagiaan ($\rho = 0.450$; $p < 0.001$). Selain itu, dapat dilihat pula adanya korelasi antara dukungan sosial dari teman dan kebahagiaan ($r = 0.405$, $p < 0.001$). Dari hasil analisa tersebut, diketahui bahwa dukungan sosial baik dari orangtua maupun teman memiliki korelasi dengan kebahagiaan. Selain itu, dapat dilihat pula korelasi dukungan sosial dari orangtua dan kebahagiaan cenderung sedikit lebih tinggi dibandingkan korelasi dukungan sosial dari teman.

Hasil di atas kemungkinan dikarenakan mahasiswa perantau masih kurang memiliki kelompok yang familiar di lingkungan baru yang membuat dirinya merindukan keluarga dan daerah asalnya

(Thurber & Crother, 2012). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa mahasiswa perantau, diketahui bahwa ketika mahasiswa perantau merindukan daerah asalnya, ia berkomunikasi dengan orangtuanya melalui telepon untuk menceritakan apa yang dirasakannya di lingkungan baru. Hal tersebut sejalan dengan Utami (2013) yang mengatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga dapat membantu individu dalam mengatasi stres, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan meningkatkan rasa optimis. Selain itu, menurut Adicondro & Purnamasari (2011), ketika individu menerima dukungan sosial dari orangtua, ia menerima banyak dukungan berupa *emotional support* dan *informational support*. Hal tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa perantau.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Universitas X Surabaya dengan tingkat korelasi tinggi ($r = 0.515$; $p < 0.001$). Dukungan emosional memberikan perasaan nyaman dan aman. Dukungan informasional menolong individu menyesuaikan diri di lingkungan barunya dengan lebih baik.

REFERENSI

- Adicondro, N. & Purnamasari, A. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial keluarga, dan self regulated learning pada siswa kelas VIII. *Humanitas*, vol. 8, no. 1, hh. 17-27.
- Baumgardner, S. R., & Crothers, M. K. (2010). *Positive psychology*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Cohen, S. & McKay, G. (1984). Social support, stress and the buffering hypothesis: A theoretical Analysis. *Handbook of Psychology and Health Hillsdale*, hh. 253-267.

- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, vol.98, no. 2, hh. 310-357.
- Dewayani, A., Sukarlan, A. D., & Turnip, S. S. (2011). Perceived peer social support dan psychological distress mahasiswa Universitas Indonesia. *Makara, Sosial Humaniora*, vol. 15 no. 2, hh. 86-93.
- Diener, E. D. & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Ermayanti, S. & Abdullah, S. M. (2007). Hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada masa pensiun. *Jurnal InSight*, 5(2), 148-170.
- Indrianie, E. (2012). Culture adjustment training untuk mengatasi culture shock pada mahasiswa baru yang berasal dari luar Jawa Barat. *INSAN*, 14(3), 149-158.
- Jackson, P. B. & Finney, M. (2002). Negative life events and psychological distress among young adults. *Social Psychology Quarterly*, 65(2): 186-201.
- Koo, J. S., & Kim, U. (2006). Happiness and subjective well-being among Korean student and adults: Indigenous psychological analysis. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 12, 77-100.
- Kurniawan, A. (2011). *Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada penyandang cacat fisik*. (Skripsi yang tidak diterbitkan). Program PascaSarjana Universitas Airlangga Surabaya yang diunduh dari http://alumni.unair.ac.id/kumpulanfile/8215818528_abs.pdf pada tanggal 11 November 2014.
- Lingga, R. W., & Tuapattinaja, J. M. (2012). Gambaran virtue mahasiswa perantau. *PREDICARA*, 1(2), 59-68.
- Mardayeti, D. (2013). Gambaran kebahagiaan pada anak jalanan. *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Padang*, 1(1), 65-77.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian diri di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT ASSYFA boarding school Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip, Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung*, 10(2), 103-114.
- Myers, D. G., dan Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Nejad, S.B., Pak, S., dan Zarghar, Y., (2013). Effectiveness of social skills training in homesickness, social intelligence and interpersonal sensitivity in female university students resident in dormitory. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 2(3), 168-175.
- Nurhidayah, S & Agustini, R. (2012). Kebahagiaan lansia ditinjau dari dukungan sosial dan spiritualitas. *Jurnal Soul*, 5(2), 15-32.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7, 177-182.
- Oktaviani, S. (2012). *Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan*. (Skripsi yang tidak diterbitkan). Program PascaSarjana Universitas Gunadarma Depok yang diunduh dari <http://publication.gunadarma.ac.id/handle/123456789/4034> pada tanggal 11 November 2014.
- Papalia, D. E., Olds, S. E., & Feldman, R. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia. Edisi 10 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Park, Y. S. & Kim, U. (2008). Factors influencing family life-satisfaction among korean adults: With specific focus on social support from spouse, trust of children and self-efficacy. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 14(4), 71-101.
- Primasari, A. & Yunarti, K. W. (2012). What make teenagers happy? an exploratory study using indigenous psychology approach. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(2), 53-61.

Sarafino, E. P. (2008). *Health psychology: Biopsychosocial interactions. Sixth Edition*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Saputri, M. A., & Indrawati, E. S. (2011). Hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pada lanjut usia yang tinggal di panti werda wening wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1), 65-72.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Surbakti, E. B. (2010). *Gangguan kebahagiaan anda dan solusinya*. PT. Elex Media Komputindo: Jakarta.

Suryandari, N. (2012). Culture shock communication mahasiswa perantauan di madura. *Jurnal Komunikasi Massa*, 5(1), 1-13.

Taylor, S. E. (2006). *Health psychology. Sixth Edition*. Los Angeles: McGraw-Hill.

Thurber, C. A & Walton, E. A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health*, 60(5), 1-5.

Tonsing, K., Zimet, G. D. & Tse, S. (2012). Assesing social support among south asian: The multidimensional scale of perceived social support. *Asian Journal of Psychiatry*, 5(2012), 164-168.

Utami, M. (2009). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 36(2), 144-163.

Utami, N. M .S. N. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12-21.

Wahaningsih, M. (2013). Hubungan antara religiusitas, konsep diri, dan dukungan sosial keluarga dengan prestasi belajar pada siswa SMP Muhammadiyah 3 Depok Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(1).

Zimbardo, P. G., Johnson, R. L., & Mccann, V. (2009). *Psychology core concept. Sixth Edition*. New Jersey: Pearson International Edition.