

**KONTRIBUSI *PEER INFLUENCE* TERHADAP DINAMIKA
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWI
(STUDI PADA *CIRCLE* PERTEMANAN
UNIVERSITAS LAMPUNG)**

(Skripsi)

Oleh

SOPHA NURFAUZI

2153052014



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

**KONTRIBUSI *PEER INFLUENCE* TERHADAP DINAMIKA
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWI
(STUDI PADA *CIRCLE* PERTEMANAN
UNIVERSITAS LAMPUNG)**

**Oleh
SOPHA NURFAUZI**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG**

2025

ABSTRAK

KONTRIBUSI *PEER INFLUENCE* TERHADAP DINAMIKA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI MAHASISWI (STUDI PADA *CIRCLE* PERTEMANAN UNIVERSITAS LAMPUNG)

Oleh

SOPHA NURFAUZI

Penelitian ini mengkaji pengaruh *peer influence* terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi Universitas Lampung dalam konteks *circle* pertemanan. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, peneliti melibatkan lima mahasiswi dalam *circle* pertemanan yang sudah lebih dari empat tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis dengan ATLAS.Ti 9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *circle* pertemanan yang suportif berperan penting dalam aspek kesejahteraan psikologis, seperti hubungan sosial positif, penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, kemandirian, dan pengelolaan lingkungan. Dimensi dominan yang ditemukan adalah hubungan positif dengan orang lain (55%), penerimaan diri (17%), dan kemandirian (10%). Penelitian ini juga mengidentifikasi pengaruh negatif dari otonomi (6%), seperti ketergantungan pada validasi eksternal dan konflik keputusan. Temuan ini menunjukkan bahwa *peer influence* berperan besar dalam mendukung stabilitas emosional dan perkembangan psikologis mahasiswi.

Kata kunci: *peer influence*, kesejahteraan psikologis, pertemanan, mahasiswi

ABSTRACT

THE CONTRIBUTION OF PEER INFLUENCE TO IMPROVING THE QUALITY OF STUDENT PSYCHOLOGICAL WELL-BEING (STUDY ON FRIENDSHIP CIRCLE UNIVERSITY OF LAMPUNG)

By

SOPHA NURFAUZI

This study examines the influence of peer influence on the psychological well-being of female students at the University of Lampung within the context of friendship circles. Using a qualitative approach with a case study method, the researcher involved five female students in friendship circles that have lasted more than four years. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using ATLAS.Ti 9. The results show that supportive friendship circles play an important role in aspects of psychological well-being, such as positive social relationships, self-acceptance, purpose in life, personal growth, autonomy, and environmental mastery. The dominant dimensions found were positive relationships with others (55%), self-acceptance (17%), and autonomy (10%). This study also identified negative influences from autonomy (6%), such as dependence on external validation and decision-making conflicts. These findings indicate that peer influence plays a significant role in supporting emotional stability and psychological development of female students.

Keywords: *peer influence, psychological well-being, friendship, female students.*

Judul Skripsi : **Kontribusi Peer influence Terhadap Dinamika Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi (Studi Pada Circle Pertemanan Universitas Lampung)**

Nama Mahasiswa : **Sopha Nurfauzi**

Nomor Pokok Mahasiswa : **2113052014**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIP. 198709182015041001

Dr. Eka Kurniawati, S.H., M.Pd.I
NIK. 231402730930201

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP. 197412202009121002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.



Sekretaris

: Dr. Eka Kurniawati, S.H., M.Pd.I



Penguji Utama

: Dr. Rani Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.

NIP 19870504 201404 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 17 Mei 2025

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sopha Nurfauzi
NPM : 2153052014
Prodi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling/Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi. Berdasarkan pengetahuan saya, juga tidak adanya karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis menjadi acuan dalam daftar pustaka. Apabila ternyata kelak di kemudian hari terbukti adanya ketidakbenaran dalam pernyataan saya yang tertera di atas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Bandar Lampung, 21 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,

Sopha Nurfauzi

NPM. 2153052014

RIWAYAT HIDUP



Penulis lahir di Pandeglang, Banten, pada tanggal 01 Oktober 2002. Penulis memulai pendidikan formalnya pada tahun 2009 di SD Negeri 1 Citeureup dan menyelesaikan pendidikan dasar pada tahun 2015. Setelah itu, penulis melanjutkan pendidikan menengah pertama di MTs Mathla'ul Anwar Pusat Menes dan lulus pada tahun 2018. Kemudian, penulis meneruskan pendidikan menengah kejuruan di SMK Negeri 1 Pandeglang dan lulus pada tahun 2021.

Pada tahun yang sama, penulis diterima di Universitas Lampung melalui jalur SNMPTN Barat, dan menempuh pendidikan Strata-1 (S1) di Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Selama masa studi, penulis aktif dalam kegiatan akademik dan organisasi kemahasiswaan. Penulis berharap ilmu yang diperoleh selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi dapat bermanfaat bagi masyarakat dan menjadi bekal dalam berkarya di masa depan.

MOTTO

“Jika bukan karena Allah yang mampukan,
aku mungkin sudah lama menyerah”

(Q.S. Al-Insyirah: 05-06)

“Selalu ada harga dalam setiap proses. Nikmatilah saja lelah-lelah itu. Sebab perjuangan ini bukan hanya tentang aku, tapi tentang mimpi yang harus diperjuangkan.”

(Boy Chandra)

“Melamban bukanlah hal yang tabu, kadang itu yang kau butuh. Tak perlu kau berhenti; kurasi ini hanya sementara, bukan ujung dari rencana. Jalanmu 'kan sepanjang niatmu. Terus berenang, lanjutlah mendaki.”

(33x Perunggu)

“Yang membuat gagal bukan rintangannya, tapi rasa takut yang tidak dilawan.”

(Sopha Nurfauzi)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirobbil alamin, dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Kupersembahkan karya ini sebagai tanda cinta dan kasih sayang

kepada:

Kedua Orang Tuaku

(Bahroji & Nurhayati)

Ayah dan Ibu tercinta, terima kasih atas doa yang tiada henti, kasih sayang yang tulus, serta dukungan moril dan materil yang tak pernah surut. Tanpa pengorbanan, ketulusan, dan cinta kalian, langkah ini takkan pernah sampai sejauh ini. Segala jerih payah dan usaha ini adalah buah dari cinta dan restu kalian. Semoga keberhasilan ini menjadi awal dari bakti dan kebahagiaan yang dapat kuberikan untuk kalian.

Kakak ku

(Gita Nurfauzi A.Md.Keb, Elsa Nurfauzi S.Ak., Elsi Nurfauzi S.I.Kom.)

Terimakasih atas do'a dan dukungannya, terima kasih sudah menjadi inspirasi. Kalian selalu menunjukkan arti ketegaran dan semangat yang tak pernah padam. terima kasih sudah mengajarkan adikmu ini untuk bisa berdiri di kaki sendiri. Semoga kebanggaan ini juga menjadi milik kita semuanya.

SANWACANA

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji dan syukur penulis persembahkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak sedikit hambatan yang dihadapi, namun berkat bantuan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi *Peer influence* Terhadap Dinamika Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi (Studi Pada *Circle* Pertemanan Universitas Lampung)”. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeila Afriani, D.E.A., I.P.M. selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A. selaku Ketua Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung dan selaku penguji utama skripsi ini yang berkenan memberikan arahan dan pengetahuan terkini sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing 1 yang bukan hanya membimbing secara akademik, tetapi juga menjadi pengarah, penyemangat, dan motivator yang luar biasa. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas waktu, kesabaran dan perhatian yang di berikan selama proses penulisan skripsi ini. Tanpa bimbingan dan dukungan bapak yang tulus,

mungkin skripsi ini belum bisa selesai. Setiap nasihat dan motivasi dari bapak selalu menjadi penyemangat saat penulis merasa lelah. Terima kasiu telah mempermudah setiap proses, selalu membuka pintu konsultasi dengan lapang, dan memahami setiap kesulitan yang dihadapi. Bapak bukan hanya pembimbing dengan ilmu, tetapi juga dengan hati. Semoga Allah SWT senan tiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang bapak berikan

6. Ibu Dr. Eka Kurniawati, M.Pd.I. selaku pembimbing II yang bukan hanya membimbing secara akademik, tetapi juga menjadi pengarah, penyemangat, dna motivator yang luar biasa. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas waktu, kesabaran dan perhatian yang di berikan selama proses penulisan skripsi ini. Tanpa bimbingan dan dukungan umi yang tulus, mungkin skripsi ini belum bisa selesai. Setiap nasihat dan motivasi dari umi selalu menjadi penyemangat saat penulis merasa lelah. Terima kasiu telah mempermudah setiap proses, selalu membuka pintu konsultasi dengan lapang, dan memahami setiap kesulitan yang dihadapi. Umi bukan hanya pembimbing dengan ilmu, tetapi juga dengan hati. Semoga Allah SWT senan tiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang bapak berikan
7. Bapak/Ibu dosen dan staf karyawan Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung atas segala bimbingan dan pelajaran berharga yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
8. Kepada Cinta pertama saya yaitu Ayah dan pintu surgaku ibuku tercinta. Tempat segala do'a berpulang, terimakasih telah menjadi cahaya disetiap gelap. Terimakasih atas do'a hebat, pengorbanan dan tulus kasih yang di berikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senan tiasa memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya. Bekerja Keras demi memberikan kesempatan pendidikan yang lebih baik dari yang telah mereka lalui sebelumnya kepada keempat anaknya, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih

gelar sarjana. Ayah dan Ibu temani penulis di episode kehidupan selanjutnya ya sehat, panjang umur dan bahagia selalu.

9. Kepada Kakak penulis yang terkasih dan tersayang yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta menjadi salah satu donatur penulis dalam menjalani masa perkuliahan. Makasi selalu meluangkan waktu untuk berkumpul bersama ketika adik bungsu kalian ini pulang, temani adik bungsu kalian ini di episode kehidupan selanjutnya ya, berbahagia selalu peluk jauh.
10. Kepada sahabat kecil penulis Tri Devi Lestari, yang pernah duduk bersamaku dalam ruang ujian penuh harap, berjuang menembus pintu perguruan tinggi negeri dengan mimpi di genggaman. Meski tak lagi di kampus yang sama, kamu tetap jadi rumah untuk segala ceritaku tempatku pulang saat lelah dan bimbang. Terima kasih sudah tumbuh bersamaku, menjadi saksi jatuh bangunku, dan tak pernah lelah mendengarkane
11. Terimakasih kepada manusia yang membuat masa perantauan penulis menjadi hal yang menyenangkan, tidak mudah merantau dan beradaptasi dengan lingkungan baru, hingga akhirnya menemukan teman-teman yang menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Bersama-sama melewati fase struggle, hingga sidang yang menentukan langkah terakhir. Semua proses ini tidak selalu mudah, tetapi dengan dukungan satu sama lain, kita berhasil melewatinya.
12. Kepada diri sendiri perempuan kecil yang tumbuh dengan sejuta rasa takut akan hidup dan masa depannya. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap bertahan, meski dunia tak selalu ramah. Terima kasih karena telah terus berjalan, walau sering ingin menyerah. Ini bukan akhir dari perjalanan, tapi awal dari segala kemungkinan yang lebih baik. Tetap semangat, jalani hidup dengan lebih berani dan penuh harapan.

Bandar Lampung, 21 Mei 2025
Penulis

Sopha Nurfauzi
NPM. 2153052014

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v
I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	4
1.3. Rumusan Masalah.....	4
1.4. Tujuan Penelitian	4
1.5. Manfaat Penelitian	5
1.5.1. Manfaat Teoretis	5
1.5.2. Manfaat Praktis	5
1.6. Kerangka Berpikir.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Pengertian dan Konsep <i>Peer influence</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Peer influence</i> Menurut Ahli.....	9
2.1.2 Dimensi <i>Peer influence</i>	10
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Peer influence</i> ..	11
2.1.4 Bentuk-Bentuk <i>Peer influence</i>	13
2.1.5 Dampak <i>Peer influence</i> Dalam Konteks Psikologi Sosial	14
2.1.6 Hubungan <i>Peer Influence</i> dalam Konteks Psikologis ..	15
2.2 <i>Psychological Well-being</i> (PWB)	17
2.2.1 Definisi PWB	17
2.2.2 Teori PWB <i>Psychological Well-Being</i>	17
2.2.3 Dimensi-Dimensi <i>Psychological Well</i> (PWB)	19
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> (PWB).....	21
2.3 Mahasiswa Dalam Fase <i>Emerging adulthood</i>	23
2.3.1 Definisi <i>Emerging Adhulthood</i>	23
2.3.2 Peran Lingkungan Sosial dan Teman Sebaya dalam Perkembangan Mahasiswa.....	25
2.4 Peneliti Relevan	27

III. METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	29
3.1.1 Lokasi Penelitian.....	29
3.1.2 Waktu Penelitian	29
3.1. Metode Penelitian	29
3.2. Subjek Penelitian	30
3.3. Teknik Sampling.....	30
3.4. Definisi Operasional Variabel	30
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.6. Teknik Pengujian Keabsahan Data	32
3.7.1 Uji Kredibilitas.....	32
3.7.2 Uji Dependabilitas.....	33
3.8 Teknik Analisis Data	33
3.8.1 <i>Familiarizing yourself with your data</i>	34
3.8.2 <i>Generating initial codes</i>	34
3.8.3 <i>Searching for Themes</i>	35
3.8.4 <i>Reviewing Themes</i>	35
3.8.5 <i>Defining and Naming Themes</i>	35
3.8.6 <i>Producing the Report</i>	36
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1. Hasil Penelitian	37
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	37
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	38
4.1.3 Hasil Analisis Data Kontribusi <i>Peer influence</i> Terhadap Dinamika Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi (Studi Pada <i>Circle</i> Pertemanan Universitas Lampung)	38
4.4 Keterbatasan Penelitian	61
V. KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1. Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
5.2.1 Bagi Mahasiswi	62
5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4. 1 Frekuensi <i>Coding</i>	41
4. 2 Frekuensi Pengelompokan Koding	43
4. 3 Hasil <i>Coding</i> Jawaban Subjek.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
4. 1 <i>WordCloud</i>	40
4. 2 <i>Generating Initial Code</i>	40
4. 3 <i>Network Analysis</i>	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Wawancara.....	71
2. Riwayat Pertemanan Grup	74
3. <i>Informed Consent Form</i> (Lembar Persetujuan Responden).....	75
4. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden	76
5. Rumus Frekuensi Kemunculan Koding	78
6. Verbatim Wawancara.....	79

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswi merupakan individu yang berada dalam fase transisi dari remaja menuju dewasa awal, yang dikenal sebagai *Emerging adulthood* (Arnett, 2000). Fase ini ditandai dengan berbagai perubahan dan tantangan yang meliputi aspek akademik, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, mahasiswi mulai membangun kemandirian, mengembangkan identitas diri, serta mencari dukungan sosial di luar keluarga. Dalam proses perkembangan tersebut, teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam membentuk kesejahteraan psikologi mahasiswi.

Kesejahteraan psikologi merupakan aspek penting dalam kehidupan mahasiswi karena mencerminkan kualitas hidup individu dalam berbagai dimensi, seperti keseimbangan emosi, perasaan bahagia, kebermaknaan hidup, serta kepuasan terhadap kehidupan sosial dan akademik (Ryff & Keyes, 1995). Mahasiswi dengan kesejahteraan psikologi yang baik cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih optimal, hubungan interpersonal yang positif, serta motivasi belajar yang tinggi. Sebaliknya, mahasiswi yang mengalami tekanan sosial atau interaksi yang kurang mendukung dari teman sebaya berisiko mengalami stres, kecemasan, bahkan perasaan kesepian yang dapat berdampak pada performa akademik dan kesejahteraan psikologinya secara keseluruhan.

Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada Januari 2024 terhadap 50 mahasiswi yang teridentifikasi tiga permasalahan utama terkait pengaruh teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis. Pertama, sebanyak 68% partisipan mengalami gangguan psikoemosional, dengan rincian kecemasan situasional sebesar 34%, stres akademik kronis sebesar 24%, dan gejala burnout sebesar 10% yang berkaitan dengan dinamika pertemanan yang tidak sehat. Kedua, sebanyak 45% responden

menunjukkan defisit kemandirian (*autonomy*) dalam pengambilan keputusan, baik dalam konteks akademik maupun personal, sebagaimana dijelaskan dalam teori *Self-Determination* oleh (Ryan & Deci, 2000). Ketiga, sebanyak 52% partisipan mengalami disfungsi relasional, yang ditandai dengan kesulitan membangun kepercayaan 31% dan konflik interpersonal yang berulang 21% (Putri, 2024).

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *peer influence* memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologi mahasiswi. Dalam konteks positif, teman sebaya dapat memberikan dukungan emosional, motivasi akademik, serta dorongan untuk berkembang secara pribadi dan sosial. Mahasiswi yang memiliki lingkungan pertemanan yang suportif cenderung lebih mudah dalam mengatasi tekanan akademik dan sosial, serta memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi. Sebaliknya, dalam konteks negatif, *peer influence* dapat berupa tekanan untuk melakukan perilaku menyimpang, gaya hidup konsumtif, atau pola pikir yang pesimistis yang dapat menurunkan kesejahteraan psikologi mahasiswi. Oleh karena itu, memahami bagaimana interaksi sosial dengan teman sebaya memengaruhi kesejahteraan psikologi mahasiswi menjadi penting untuk mengembangkan strategi intervensi yang tepat guna meningkatkan kualitas hidup mereka.

Universitas Lampung sebagai salah satu institusi pendidikan tinggi memiliki lingkungan sosial yang beragam, dengan mahasiswi dari berbagai latar belakang budaya dan sosial. Dinamika pertemanan di lingkungan kampus ini menjadi faktor penting yang dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologi mahasiswi. Namun, hingga saat ini, penelitian yang secara spesifik membahas kontribusi *peer influence* terhadap kesejahteraan psikologi mahasiswi masih terbatas. Minimnya penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh pertemanan terhadap kesejahteraan psikologi mahasiswi, khususnya mahasiswi dalam fase *emerging adulthood*, menunjukkan adanya kesenjangan dalam literatur akademik yang perlu diteliti lebih lanjut.

Penelitian sebelumnya banyak membahas kesejahteraan psikologi mahasiswa dalam kaitannya dengan faktor akademik dan dukungan keluarga, namun belum banyak yang menyoroti bagaimana interaksi dengan teman sebaya memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologi. Mengingat bahwa mahasiswa menghabiskan banyak waktu dalam lingkaran pertemanan di lingkungan kampus, memahami bagaimana *peer influence* bekerja dalam membentuk kesejahteraan psikologi menjadi hal yang penting. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi *peer influence* terhadap kesejahteraan psikologi mahasiswa Universitas Lampung guna memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai peran pertemanan dalam kehidupan mahasiswa. Dengan memahami bagaimana dinamika pertemanan memengaruhi kesejahteraan psikologi, diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dalam merancang program yang mendukung kesejahteraan psikologi mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi mahasiswa dalam memahami pentingnya memilih lingkungan pertemanan yang positif serta bagi tenaga pendidik dalam menciptakan atmosfer akademik yang kondusif bagi perkembangan mahasiswa.

Selain itu juga penelitian ini dapat membantu mahasiswa dalam membangun hubungan pertemanan yang sehat, meningkatkan kemandirian dalam pengambilan keputusan, serta mengurangi risiko gangguan psikoemosional akibat dinamika pertemanan yang tidak sehat. Dengan memahami peran teman sebaya dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswa pada tahap perkembangan *emerging adulthood*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut melalui penelitian berjudul "Kontribusi *Peer influence* Terhadap Dinamika Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa: Studi pada *Circle* Pertemanan Universitas Lampung."

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah yang terkait dengan *circle* pertemanan pada mahasiswi dan bagaimana kontribusi *peer influence* dalam kesejahteraan psikologisnya sebagai berikut :

- a. Terdapat mahasiswi mengalami kesulitan dalam membangun hubungan positif dengan teman sebaya, seperti kurangnya kepercayaan dan konflik interpersonal, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.
- b. Sebagian mahasiswi masih menunjukkan defisit dalam kemandirian, terutama dalam pengambilan keputusan akademik dan personal, yang menghambat perkembangan psikologis mereka.
- c. Lingkungan pertemanan yang tidak sehat dapat menghambat pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup mahasiswi, karena adanya tekanan sosial negatif atau kurangnya dukungan emosional yang seharusnya mendorong perkembangan diri.
- d. Dinamika *peer influence* dalam *circle* pertemanan berperan dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswi, baik secara positif melalui dukungan sosial, maupun secara negatif melalui tekanan kelompok.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kontribusi *peer influence* pada *circle* pertemanan Terhadap Dinamikakesejahteraan psikologis mahasiswi?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan peneliti adalah untuk memahami kontribusi *peer influence* dalam pertemanan pada usia *Emerging adulthood* terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi, serta dinamika pertemanan dan pengaruhnya pada kesejahteraan individu.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang didapat dari penelitian ini terbagi menjadi dua sebagai berikut:

1.5.1. Manfaat Teoretis

Setelah dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan kepada pembaca terkait pentingnya mengetahui bagaimana kontribusi *peer influence* dalam *circle* pertemanan pada masa perkembangan, terutama sebagai bahan untuk menambah wawasan pengetahuan mengenai teori *peer influence* dan Kesejahteraan Psikologis khususnya dalam bimbingan dan konseling.

1.5.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswi dalam memahami pengaruh teman sebaya (*peer influence*) terhadap kesejahteraan psikologis mereka, sehingga mendorong mereka untuk lebih selektif dalam membangun lingkaran pertemanan yang sehat. Selain itu, temuan penelitian ini juga berpotensi meningkatkan kemandirian mahasiswi dalam pengambilan keputusan serta kemampuan dalam mengelola emosi secara lebih efektif dan sesuai dengan tuntutan situasi. Di sisi lain, penelitian ini dapat menjadi panduan awal bagi mahasiswi dalam mengenali dan mengatasi stres maupun kecemasan yang muncul akibat dinamika pertemanan yang kurang mendukung. Lebih jauh, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh pihak universitas sebagai dasar dalam merancang program-program pendukung kesejahteraan mahasiswi, seperti layanan konseling, *peer mentoring*, atau penakutan jejaring sosial positif. Dengan demikian, universitas dapat menciptakan lingkungan akademik yang lebih kondusif dan mendukung kesehatan mental mahasiswi secara holistik.

1.6. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah alur yang digunakan oleh peneliti untuk menjelaskan secara teoretis konsep-konsep yang akan digunakan dalam penelitian ini. Kerangka teoretis dibuat dengan skema sederhana yang menggambarkan secara singkat proses pemecahan masalah yang ada dalam

penelitian. Kerangka berpikir berisi uraian singkat teori yang digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian, sehingga diharapkan dapat memperoleh jawaban-jawaban yang masuk akal saat penelitian dilakukan.

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam kehidupan mahasiswi, khususnya pada tahap *emerging adulthood*, yaitu fase transisi menuju kedewasaan yang ditandai oleh berbagai tantangan akademik, sosial, dan emosional. Pada fase ini, mahasiswi mulai membangun kemandirian, mengembangkan identitas diri, serta mencari dukungan sosial yang relevan. Dalam proses tersebut, lingkungan pertemanan memainkan peran yang signifikan dalam membentuk kesejahteraan psikologis individu. Salah satu faktor eksternal yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi adalah pengaruh teman sebaya (*peer influence*). Interaksi dengan teman sebaya dapat berdampak positif, seperti memberikan dukungan emosional, meningkatkan motivasi akademik, dan memperkuat harga diri. Namun demikian, dalam konteks negatif, pengaruh teman sebaya juga dapat menimbulkan tekanan sosial, meningkatkan kecemasan, serta mendorong individu untuk terlibat dalam perilaku yang berisiko bagi kesehatan mental.

Berdasarkan hal tersebut, penting untuk menelaah bagaimana pengaruh teman sebaya berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi, khususnya dalam konteks lingkungan pertemanan di Universitas Lampung. Diduga bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *peer influence* dan kesejahteraan psikologis mahasiswi. Pemahaman terhadap hubungan ini diharapkan dapat membantu mahasiswi dalam membentuk relasi sosial yang sehat, serta memberikan masukan bagi institusi pendidikan dalam menciptakan lingkungan akademik yang mendukung kesejahteraan mental mahasiswi.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengertian dan Konsep *Peer influence*

Secara etimologi, "*peer influence*" berarti pengaruh yang diberikan oleh teman sebaya terhadap sikap atau perilaku seseorang. Dalam kehidupan sosial, individu tidak terlepas dari interaksi dengan orang-orang di sekitarnya, termasuk teman sebaya. Teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk sikap, perilaku, dan nilai-nilai individu melalui proses sosial yang dikenal sebagai *peer influence*. *Peer influence*, atau pengaruh teman sebaya, merujuk pada sejauh mana kelompok teman sebaya memengaruhi sikap, pemikiran, dan perilaku individu (Bristol & Mangleburg, 2005). *Peer influence* terjadi karena individu cenderung ingin menyesuaikan diri dengan norma dan ekspektasi sosial yang berlaku dalam kelompoknya (Santrock, 2019). *Peer influence* dapat bersifat eksplisit maupun implisit. Pengaruh eksplisit terjadi ketika individu secara langsung didorong atau ditekan oleh teman sebaya untuk melakukan suatu tindakan, sementara pengaruh implisit terjadi ketika individu menyesuaikan diri dengan kelompok tanpa adanya tekanan langsung (Brown, 2004).

Konsep *peer influence* telah banyak dikaji dalam psikologi sosial dan pendidikan. Teori mengenai perkembangan sosial menekankan bahwa interaksi dengan teman sebaya berperan penting dalam membangun keterampilan kognitif dan sosial individu (Vygotsky, 1978). Selain itu, teori tentang pembelajaran sosial menjelaskan bahwa individu dapat meniru perilaku teman sebaya melalui proses observasi dan model peran (Bandura, 1986). *Peer influence* dapat terjadi dalam berbagai bentuk, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara umum, terdapat dua kategori utama dalam pengaruh teman sebaya. Pertama, pengaruh positif yang dapat membantu individu mengembangkan potensi diri dan mencapai tujuan yang lebih baik.

Contoh pengaruh positif meliputi meningkatnya motivasi akademik akibat dorongan dari lingkungan pertemanan yang mendukung prestasi, berkembangnya keterampilan sosial dan emosional melalui interaksi serta kerja sama dalam kelompok, serta adanya dukungan emosional yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Sebaliknya, pengaruh negatif dari teman sebaya dapat mendorong individu ke arah perilaku yang kurang adaptif atau bertentangan dengan norma sosial. Contoh pengaruh negatif meliputi tekanan untuk melakukan perilaku menyimpang seperti membolos, menyontek, atau penyalahgunaan zat, perubahan sikap atau nilai yang bertentangan dengan prinsip individu karena dorongan kelompok, serta munculnya rasa tidak aman dan stres akibat perbandingan sosial yang tidak sehat dalam kelompok pertemanan.

Peer influence terjadi melalui berbagai mekanisme psikologis dan sosial. Beberapa mekanisme tersebut meliputi *modelling* (peniruan), di mana individu meniru perilaku teman sebaya yang dianggap menarik atau menguntungkan, *reinforcement* (penakutan) yang membuat individu mendapatkan penghargaan sosial atau persetujuan dari kelompok jika mengikuti perilaku tertentu, *social comparison* (perbandingan sosial) yang menyebabkan individu membandingkan diri dengan teman sebaya dan menyesuaikan diri agar tidak merasa berbeda atau tertinggal, serta *normative influence* (pengaruh normatif) yang mendorong individu untuk mengikuti norma kelompok guna menghindari penolakan sosial. Dengan memahami konsep ini, kita dapat mengevaluasi bagaimana *peer influence* memengaruhi individu dalam berbagai aspek kehidupan, baik secara positif maupun negatif. Pemahaman ini juga penting dalam konteks mahasiswa, di mana interaksi sosial dengan teman sebaya memiliki peran besar dalam membentuk kesejahteraan psikologis dan pencapaian akademik mereka.

2.1.1 Definisi *Peer influence* Menurut Ahli

Beberapa ahli telah mendefinisikan *peer influence* dengan berbagai perspektif. *Peer influence* adalah pengaruh yang diberikan oleh teman sebaya terhadap sikap, perilaku, dan nilai-nilai individu, baik secara langsung maupun tidak langsung (Santrock, 2019). *Peer influence* dapat berupa dorongan eksplisit atau implisit dari kelompok sebaya yang memengaruhi individu dalam menyesuaikan diri dengan

norma sosial tertentu (Brown, 2004). *Peer influence* didefinisikan sebagai sejauh mana individu dipengaruhi oleh teman sebaya dalam hal keputusan, keyakinan, serta tindakan sosial yang mereka lakukan (Bristol & Mangleburg, 2005). Sementara itu, *peer influence* merupakan hasil dari interaksi sosial yang berkelanjutan antara individu dan kelompok sebaya, yang dapat membentuk kebiasaan serta pola pikir individu dalam kehidupan sehari-hari (Ryan, 2000).

Peer influence memiliki dampak yang kuat, terutama pada masa remaja dan dewasa muda, karena individu pada tahap ini sangat bergantung pada lingkungan sosialnya dalam mengembangkan identitas dan nilai-nilai pribadi (Adolescence Research Group, 2015). Dalam konteks akademik, *peer influence* dapat menjadi faktor penentu dalam keberhasilan akademik mahasiswa, karena adanya dorongan dan tekanan sosial untuk mencapai standar tertentu dalam kelompok pertemanan (Wentzel, 1998).

Dari berbagai definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *peer influence* adalah fenomena sosial di mana individu dipengaruhi oleh teman sebaya dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam bentuk dorongan positif yang membangun maupun tekanan negatif yang dapat berdampak kurang baik pada perkembangan individu.

2.1.2 Dimensi *Peer influence*

Dimensi-dimensi *peer influence* menggambarkan bagaimana interaksi sosial di antara teman sebaya dapat membentuk sikap dan tindakan individu dalam berbagai situasi. *Peer influence* mencakup berbagai bentuk interaksi dan tekanan sosial yang dialami individu dalam kelompok sebaya, yang dapat memengaruhi keputusan dan perilaku mereka (Lana & Indrawati, 2021). Beberapa dimensi utama *peer influence* adalah sebagai berikut:

a. Peer reporting, yaitu tindakan melaporkan pelanggaran yang dilakukan oleh teman sebaya kepada pihak yang lebih berwenang, seperti orang tua, dosen, guru, atau penegak hukum.

b. Pengamatan *peer cheating*, yaitu sikap teman sebaya yang didasarkan pada pengamatan terhadap perilaku, ide, atau opini teman sebaya lainnya terkait dengan kecurangan.

c. *Peer disapproval*, yakni penolakan dari teman sebaya terhadap individu yang tidak terlibat dalam perilaku yang dianut oleh kelompok. Individu cenderung lebih diterima oleh teman sebaya ketika mereka berpartisipasi dalam perilaku yang, baik positif maupun negatif, sesuai dengan kelompoknya.

Dimensi *peer influence* juga mencakup *peer pressure*, yang berkaitan dengan keterlibatan dalam aktivitas antisosial. *Peer pressure* adalah tekanan yang dialami individu untuk menyesuaikan cara berpikir atau bertindak sesuai dengan perilaku teman sebaya mereka. Tekanan ini memegang peran penting dalam kehidupan individu, terutama selama masa remaja, ketika individu sangat dipengaruhi oleh teman-teman sebayanya (Pantu et al., 2020). Pada tahap ini, remaja seringkali lebih mudah terpengaruh oleh kelompok mereka, baik dalam hal perilaku positif maupun negatif.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Peer influence*

Peer influence tidak terjadi dalam ruang hampa, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang menentukan sejauh mana individu dapat menerima atau menolak pengaruh dari teman sebaya. Beberapa faktor utama yang memengaruhi *peer influence* antara lain:

- a. Usia dan tahap perkembangan: Pada masa remaja dan dewasa muda, individu cenderung lebih rentan terhadap pengaruh teman sebaya karena mereka berada dalam tahap eksplorasi identitas dan pencarian penerimaan sosial (Santrock, 2019). Semakin muda usia individu, semakin besar kemungkinan mereka menerima pengaruh dari teman sebaya.
- b. Keharmonisan dan kualitas hubungan pertemanan: hubungan pertemanan yang erat dan harmonis meningkatkan kemungkinan individu menerima pengaruh dari teman sebaya. Sebaliknya, jika hubungan pertemanan kurang kuat atau terdapat konflik, pengaruh yang diberikan bisa lebih lemah atau bahkan diabaikan (Brown, 2004).

- c. Kepribadian dan *Self-Esteem*: Individu dengan kepercayaan diri yang rendah dan *self-esteem* yang lemah cenderung lebih mudah terpengaruh oleh teman sebaya dibandingkan dengan individu yang memiliki *self-esteem* tinggi dan kepribadian yang kuat (Ryan, 2000). Kepribadian ekstrovert juga lebih mungkin menerima pengaruh sosial dibandingkan introvert.
- d. Tekanan sosial dan konformitas: faktor tekanan sosial dan keinginan untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok dapat meningkatkan pengaruh teman sebaya. Semakin besar tekanan yang diberikan oleh kelompok, semakin besar kemungkinan individu menyesuaikan diri dengan norma kelompoknya, baik dalam hal positif maupun negatif (Wentzel, 1998).
- e. Lingkungan sosial dan budaya: budaya dan nilai-nilai sosial dalam masyarakat turut memengaruhi kekuatan pengaruh teman sebaya (*peer influence*). Dalam masyarakat yang menganut budaya kolektivistik, pengaruh teman sebaya cenderung lebih kuat, karena norma sosial menekankan pentingnya kebersamaan, keselarasan, dan konformitas dalam kelompok (Hofstede, 2010). Oleh karena itu, dalam konteks budaya seperti ini, individu lebih mungkin menyesuaikan perilaku, sikap, dan keputusan mereka berdasarkan harapan atau tekanan dari kelompok sosial terdekat, termasuk teman sebaya.
- f. Lingkungan sosial dan budaya: budaya dan nilai sosial dalam masyarakat berperan penting dalam membentuk intensitas pengaruh teman sebaya (*peer influence*). Dalam budaya kolektivistik, norma sosial menekankan kebersamaan dan keselarasan kelompok, sehingga individu lebih cenderung menyesuaikan perilaku dan sikapnya demi menjaga harmoni sosial (Hofstede, 2010). Konsekuensinya, pengaruh teman sebaya dalam budaya ini cenderung lebih kuat dibandingkan dalam budaya individualistik.

Pengaruh teman sebaya (*peer influence*) dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sosialnya. Faktor-faktor tersebut meliputi usia dan tahap perkembangan, kualitas hubungan pertemanan, kepribadian dan *self-esteem*, tekanan sosial, serta konteks budaya. Individu yang masih berada pada tahap perkembangan identitas, memiliki harga diri rendah, dan berada dalam budaya kolektivistik cenderung lebih rentan terhadap

pengaruh teman sebaya. Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor-faktor ini penting untuk melihat bagaimana dan sejauh mana *peer influence* berperan dalam kehidupan individu, khususnya pada masa remaja dan dewasa muda.

2.1.4 Bentuk-Bentuk *Peer influence*

Peer influence atau pengaruh teman sebaya merupakan fenomena sosial yang dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk. *Peer influence* dapat dikategorikan ke dalam bentuk positif dan negatif, tergantung pada arah dan dampaknya terhadap perkembangan individu (Santrock, 2021). Berikut ini merupakan pembagian bentuk *peer influence* berdasarkan kecenderungan pengaruhnya:

a. Bentuk *Peer influence* yang Bersifat Positif

1) *Peer Modeling* (Peniruan perilaku teman sebaya)

Individu meniru perilaku positif dari teman sebayanya sebagai bentuk adaptasi sosial. Melalui teori pembelajaran sosial, dijelaskan bahwa individu cenderung meniru perilaku yang diamati dari teman sebaya, terutama jika perilaku tersebut mendapatkan penakutan atau hasil yang baik (Bandura, 1986). Contohnya, meniru kebiasaan belajar teman yang rajin.

2) *Reinforcement* (Penakutan sosial)

Penakutan atau dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya terhadap perilaku tertentu dapat mendorong individu mempertahankan perilaku tersebut. Misalnya, seorang mahasiswi yang diberi pujian oleh teman karena aktif berdiskusi akan terdorong untuk terus berkontribusi (Wentzel, 1999).

3) *Peer Norms* (Norma sosial teman sebaya)

Norma kelompok yang positif, seperti budaya saling mendukung dalam belajar atau menjauhi perilaku menyimpang, dapat memengaruhi individu untuk menyesuaikan diri secara konstruktif. Norma kelompok sangat berperan dalam membentuk perilaku sosial yang adaptif (Prinstein & Dodge, 2008).

b. Bentuk *Peer influence* yang Bersifat Negatif

1) *Peer Pressure* (Tekanan teman sebaya)

Tekanan dari kelompok teman sebaya yang dapat mendorong individu melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan nilai atau keyakinannya

sendiri. Tekanan ini dapat memengaruhi keputusan dalam berbagai aspek, seperti gaya hidup, perilaku menyimpang, atau keputusan akademik yang tidak bijak (Brown & Larson, 2009).

2) *Social Comparison (Perbandingan sosial)*

Individu membandingkan dirinya dengan teman sebaya dalam hal prestasi, penampilan, atau status sosial. Jika tidak diimbangi dengan penerimaan diri yang baik, perbandingan ini dapat menimbulkan perasaan rendah diri, iri hati, atau tekanan psikologis (Festinger, 1954).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa peer influence memiliki dua sisi, yaitu pengaruh positif dan negatif. Pengaruh positif seperti peer modeling, reinforcement, dan peer norms dapat mendorong perkembangan sosial, emosional, dan akademik. Sebaliknya, pengaruh negatif seperti peer pressure dan social comparison dapat menimbulkan tekanan psikologis dan perilaku menyimpang. Oleh karena itu, penting bagi remaja dan dewasa muda untuk mampu menyaring pengaruh lingkungan sebaya agar dapat mengambil sisi positif dan menghindari dampak negatifnya.

2.1.5 Dampak *Peer influence* Dalam Konteks Psikologi Sosial

Peer influence memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu dalam konteks psikologi sosial. Dampak ini dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada jenis pengaruh yang diterima individu.

a. *Peer influence* berperan dalam memberikan dampak positif bagi perkembangan individu yaitu

1. Meningkatkan Motivasi Akademik: Interaksi dengan teman sebaya yang memiliki motivasi akademik tinggi dapat meningkatkan prestasi dan komitmen akademik individu (Ryan, 2000).
2. Mendorong Perilaku Prosocial: *Peer influence* dapat membantu individu mengembangkan empati, kerja sama, dan keterampilan sosial lainnya.
3. Meningkatkan Rasa Identitas dan Diri: Keanggotaan dalam kelompok teman sebaya yang suportif dapat meningkatkan rasa harga diri dan identitas individu (Erikson, 1968).

b. *Peer Influence* juga dapat memberikan dampak negatif terhadap perilaku individu yaitu :

- 1) Meningkatkan Perilaku Berisiko: Teman sebaya dapat mendorong individu untuk terlibat dalam perilaku berisiko seperti penyalahgunaan zat, kenakalan remaja, atau perilaku menyimpang lainnya (Steinberg & Monahan, 2007).
- 2) Menekan Kesejahteraan Psikologis: Tekanan untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan rendahnya rasa percaya diri (Brown & Larson, 2009).
- 3) Meningkatkan Konformitas Berlebihan: Individu dapat terpengaruh oleh tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan kelompok meskipun bertentangan dengan keyakinan pribadinya (Asch, 1951).

Dengan memahami bentuk-bentuk dan dampak dari *peer influence*, mahasiswa dapat lebih bijak dalam memilih lingkungan sosial yang mendukung kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam konteks hubungan pertemanan jangka panjang, kedekatan emosional dan kepercayaan antar individu cenderung meningkat seiring durasi pertemanan. Keintiman (*intimacy*) sebagai komponen penting dalam hubungan interpersonal terbentuk melalui interaksi yang berulang dan keterbukaan yang terus berkembang (Sternberg, 1986). Hal ini diperkuat oleh pernyataan bahwa hubungan pertemanan yang telah berlangsung lama menciptakan stabilitas dan kepercayaan yang lebih kuat dibandingkan hubungan yang baru terbentuk (Laursen & Bukowski, 1997). Dalam konteks *peer influence*, lamanya waktu pertemanan memperkuat pengaruh teman sebaya, karena kualitas relasi sosial yang lebih erat dan terbuka (Brown, 2004).

2.1.6 Hubungan Peer Influence dalam Konteks Psikologis

Dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) individu, terutama pada tahap perkembangan remaja dan dewasa awal. Dukungan sosial merujuk pada berbagai bentuk bantuan yang diterima individu dari lingkungan

sosialnya, termasuk dari teman sebaya. Bentuk dukungan ini dapat meliputi dukungan emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan, yang semuanya berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang (Sarafino & Smith, 2014).

Psychological well-being (PWB) adalah konsep yang mengacu pada sejauh mana individu dapat menjalani kehidupan yang bermakna, memiliki kendali atas lingkungannya, dan mampu mengembangkan diri secara optimal (Ryff, 1989). Ryff mengidentifikasi enam aspek utama dalam PWB, yaitu: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penakasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dukungan sosial dari teman sebaya berperan dalam memperkuat aspek-aspek tersebut, terutama dalam membangun hubungan yang positif dan meningkatkan perasaan diterima dalam lingkungan sosial.

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan PWB. Individu yang memiliki hubungan sosial yang baik dengan teman sebaya cenderung lebih bahagia, lebih percaya diri, dan memiliki ketahanan psikologis yang lebih tinggi (Santrock, 2018). Hal ini disebabkan oleh interaksi dengan teman sebaya yang memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman, memperoleh dukungan emosional, serta mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik.

Individu yang memiliki hubungan sosial yang kuat, termasuk dengan teman sebaya, memiliki tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mengalami isolasi sosial (Diener & Seligman, 2002). Dukungan sosial ini membantu individu dalam mengatasi stres, meningkatkan perasaan dihargai, serta memberikan rasa aman dan nyaman dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Dukungan sosial memiliki efek positif tidak hanya terhadap kesejahteraan psikologis, tetapi juga terhadap kesehatan fisik (Uchino, 2006). Interaksi sosial yang positif dengan teman sebaya dapat mengurangi tingkat stres, menurunkan risiko gangguan mental, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Individu membutuhkan keterhubungan sosial untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Ryan & Deci, 2000).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Hubungan yang positif dengan teman sebaya tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri dan kebahagiaan, tetapi juga membantu individu dalam menghadapi tantangan hidup, mengembangkan keterampilan sosial, dan mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk membangun dan memelihara hubungan yang sehat dengan teman sebaya guna mendukung perkembangan psikologis mereka.

2.2 *Psychological Well-being (PWB)*

2.2.1 Definisi PWB

Well-being merujuk pada suatu kondisi subjektif yang positif, mencakup kebahagiaan, harga diri (*self-esteem*), dan kepuasan hidup (Corsini, 2002). Campbell mendefinisikan *Psychological Well-Being (PWB)* sebagai hasil evaluasi individu terhadap kehidupannya, baik melalui aspek kognitif maupun emosional. PWB merupakan hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup yang telah dialami (Ryff, 1995). Individu dengan tingkat PWB yang baik umumnya mampu menerima dirinya secara apa adanya, menjalin hubungan interpersonal yang positif, memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, mengendalikan lingkungannya, menemukan makna dalam hidup, serta mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan. PWB (*Psychological Well-Being*) merupakan kondisi di mana individu memiliki kualitas kesehatan mental yang positif, termasuk kemampuan beradaptasi secara aktif dengan lingkungan dan integrasi kepribadian yang baik (Shek, 2015), penelitian ini mengacu pada definisi PWB menurut Ryff (1989), yaitu hasil evaluasi atau penilaian individu terhadap pengalaman hidupnya.

2.2.2 Teori PWB *Psychological Well-Being*

PWB *psychological well-being* dilihat dengan cara yang berbeda. Pandangan tersebut sesuai dengan pendekatan hedonis dan eudaimonik dari filsuf awal. Kesejahteraan subjektif mencakup persepsi kesenangan dan kebahagiaan yang berada dalam spektrum pendekatan hedonis (Ryan & Deci, 2017). Cara lain

adalah pendekatan eudaimonik atau model PWB yang memperhitungkan mekanisme fungsi sehat dan penyesuaian. PWB dikatakan lebih stabil daripada kesejahteraan subjektif yang dapat berfluktuasi dengan pengalaman hidup. PWB dapat menyebabkan manusia memiliki pengalaman hidup yang positif. Ryff mengusulkan sebuah model dengan enam faktor psikologis, menggunakan berbagai pandangan seperti pendekatan perkembangan dari Erikson, serta kecenderungan hidup (Ryff, 1989).

Teori *Psychological Well-Being* (PWB) berkembang dari berbagai model sebelumnya, seperti konsep aktualisasi diri oleh Maslow, teori perkembangan psikososial oleh Erikson (1959), pendekatan manusia seutuhnya oleh Rogers, teori individualisasi, serta konsep kematangan kepribadian oleh Allport (1961). Ryff mendefinisikan PWB sebagai hasil evaluasi atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup yang telah dialami. PWB terdiri dari enam aspek utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penaklukan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri (Ryff, 1989). PWB mengklasifikasikan ke dalam empat dimensi utama, yaitu kesejahteraan fisik, materi, sosial, dan emosional (Felce & Perry, dalam Sharma & Tankha, 2014). PWB digambarkan melalui tiga kebutuhan psikologis dasar manusia, yaitu kompetensi, otonomi, dan keterkaitan sosial (Ryan & Deci, 2014). Penelitian mengenai kesejahteraan psikologis umumnya berfokus pada aspek pertumbuhan pribadi dan tantangan hidup, seperti konsep aktualisasi diri serta tahapan perkembangan kebajikan dalam kehidupan (Erikson, 2014).

Secara keseluruhan, *Psychological Well-Being* (PWB) dipahami dari dua perspektif: pendekatan hedonis yang menekankan kesenangan, dan eudaimonik yang fokus pada penyesuaian diri dan fungsi sehat. Ryff (1989) mengembangkan model PWB dengan enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penaklukan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. PWB juga dipengaruhi oleh teori-teori sebelumnya seperti Maslow dan Erikson, yang membantu membentuk pemahaman tentang kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, PWB mencakup dimensi psikologis, sosial, dan emosional yang berperan penting dalam penilaian individu terhadap kualitas hidupnya.

2.2.3 Dimensi-Dimensi *Psychological Well* (PWB)

PWB dikembangkan menjadi 6 (enam) dimensi yang akan dijabarkan sebagai berikut (Ryff, 1995):

1. *Penerimaan Diri (Self Acceptance)*. Penerimaan diri adalah kemampuan individu untuk menerima seluruh aspek dirinya, termasuk kelemahan dan pengalaman masa lalu, baik yang menyenangkan maupun tidak. Individu dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mampu menerima kekurangan, dan memandang masa lalu sebagai bagian penting dari pertumbuhan pribadi (Ryff, 1995). Sebaliknya, individu dengan penerimaan diri yang rendah cenderung tidak puas dengan dirinya, menyesali masa lalu, dan ingin menjadi orang lain. Penerimaan diri juga berperan penting dalam membangun ketahanan psikologis dan kesejahteraan mental. Contohnya, seorang individu yang gagal dalam ujian namun menerima kegagalan tersebut sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang, menunjukkan penerimaan diri yang sehat.
2. *Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relationship With Others)*. Hubungan positif dengan orang lain mencerminkan kemampuan individu menjalin relasi hangat, saling percaya, serta menunjukkan empati dan kasih sayang. Individu yang mampu membina hubungan interpersonal dengan baik cenderung peduli terhadap kesejahteraan orang lain, memahami pentingnya keintiman, serta mampu memberi dan menerima dalam hubungan (Ryff, 1995). Sebaliknya, individu yang kesulitan dalam membangun hubungan cenderung merasa terisolasi, kurang terbuka, dan tidak mampu mempertahankan relasi yang penting. Dalam konteks mahasiswa, pengaruh teman sebaya yang positif dapat memperkuat hubungan interpersonal yang sehat, misalnya melalui kelompok belajar yang saling mendukung dan menciptakan lingkungan yang saling percaya dan empatik. Sebaliknya, pertemanan yang negatif dapat memicu perasaan kesepian dan isolasi sosial.
3. *Autonomy* (Otonomi). Otonomi merupakan kemampuan individu untuk mengatur dirinya sendiri, membuat keputusan berdasarkan nilai dan standar pribadi, serta bertindak tanpa tekanan eksternal. Individu dengan otonomi

tinggi mampu mempertahankan pendapat dan pilihan pribadinya, meskipun bertentangan dengan tekanan sosial (Ryff, 1995). Sebaliknya, individu dengan otonomi rendah cenderung menyesuaikan diri secara berlebihan terhadap pandangan orang lain dan kehilangan kendali atas dirinya.

Dalam konteks mahasiswi, lingkungan pertemanan dapat memengaruhi tingkat otonomi. Dukungan dari teman yang menghargai kebebasan berpikir dapat memperkuat kepercayaan diri dalam mengambil keputusan. Sebaliknya, tekanan dari kelompok yang dominan dapat menghambat kemandirian dan membuat individu sulit bertindak sesuai kehendaknya sendiri. Sebagai contoh, seorang mahasiswi yang mampu mempertahankan pilihannya untuk mengikuti jalur akademik yang berbeda dari teman-temannya, meskipun mendapat tekanan untuk mengikuti pilihan yang lebih populer, menunjukkan tingkat otonomi yang tinggi.

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*). Penakusaan lingkungan mencerminkan kemampuan individu dalam memilih, menciptakan, dan mengelola lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadinya. Individu dengan penakusaan lingkungan yang tinggi mampu memanfaatkan peluang, mengatur kehidupan eksternal secara efektif, dan merasa berdaya dalam menghadapi tantangan (Ryff, 1995). Dalam konteks mahasiswi, lingkungan pertemanan yang mendukung dapat memperkuat kemampuan adaptasi dan pencapaian di lingkungan kampus. Hal ini dapat dilihat pada mahasiswi yang mampu mengelola jadwal kuliah dan kegiatan organisasi tanpa mengabaikan tanggung jawab akademiknya.
5. Tujuan Hidup (*Purpose in life*). Tujuan hidup mengacu pada sejauh mana individu merasa hidupnya bermakna dan terarah. Menurut individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas cenderung merasa bahwa kehidupannya bernilai dan dipandu oleh keyakinan atau cita-cita (Ryff, 1995). Lingkungan pertemanan yang positif dapat membantu mahasiswi membentuk dan mempertahankan visi serta motivasi untuk masa depan. Salah satu contohnya dapat terlihat pada seorang mahasiswi yang menetapkan cita-cita sebagai pendidik dan secara konsisten mengikuti kegiatan yang mendukung tujuan tersebut, seperti bergabung dalam komunitas mengajar atau pelatihan

kepemimpinan. Hal ini mencerminkan adanya arah dan makna dalam kehidupannya.

6. Pertumbuhan Pribadi (*Personal growth*). Pertumbuhan pribadi mencerminkan upaya individu untuk terus berkembang dan mewujudkan potensi dirinya. Individu yang mengalami pertumbuhan pribadi memiliki rasa ingin belajar, memperluas wawasan, dan memperbaiki diri secara berkelanjutan (Ryff, 1995). Mahasiswi yang berada dalam lingkungan sosial yang memotivasi akan lebih terdorong untuk berkembang dalam berbagai aspek kehidupan. Misalnya, seorang mahasiswi yang secara aktif mencari peluang pengembangan diri, seperti mengikuti seminar, pelatihan keterampilan, atau program pertukaran mahasiswi, menunjukkan adanya dorongan kuat untuk tumbuh dan mewujudkan potensi pribadinya.

Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) akan diukur berdasarkan enam dimensi (Ryff, 1995): penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penakasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dimensi-dimensi ini saling berkaitan dan dapat dipengaruhi oleh kualitas interaksi sosial, termasuk *peer influence*, yang menjadi fokus utama dalam konteks kehidupan mahasiswi.

2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being* (PWB)

Terdapat enam faktor utama yang memengaruhi tingkat *Psychological Well-Being* (PWB) individu (Ryff, dalam Bafadhol, 2017):

- a. Usia: Usia memengaruhi PWB, terutama pada aspek penerimaan diri, otonomi, penakasaan lingkungan, dan hubungan positif dengan orang lain. PWB cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, khususnya pada masa dewasa tengah. Namun, aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi cenderung menurun pada fase dewasa akhir.
- b. Jenis Kelamin: Perempuan cenderung memiliki tingkat PWB yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, khususnya dalam hal hubungan interpersonal. Hal ini berkaitan dengan kecenderungan perempuan yang lebih aktif dalam membangun koneksi sosial.

- c. Budaya: Budaya berperan penting dalam membentuk PWB. Budaya individualistik (umumnya budaya Barat) lebih menekankan aspek otonomi dan penerimaan diri, sementara budaya kolektivistik (seperti di budaya Timur) lebih menonjolkan hubungan sosial dan rasa kebersamaan.
- d. Religiusitas: Tingkat religiusitas berhubungan positif dengan PWB. Individu yang religius cenderung memiliki makna hidup yang lebih kuat dan ketahanan psikologis yang lebih baik dalam menghadapi peristiwa traumatis (Chamberlain & Zika; Ellison dalam Amadiyati & Utami, 2007).
- e. Dukungan Sosial: Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar, terutama pada masa perkembangan awal, berkontribusi besar terhadap PWB. Hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dapat meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis.
- f. Kepribadian: Karakteristik kepribadian seperti rendahnya neurotisisme, tingginya ekstroversi, keterbukaan terhadap pengalaman, dan *conscientiousness* berkaitan dengan berbagai aspek PWB, seperti penerimaan diri, penaksaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan hubungan sosial. Individu yang *agreeable* juga lebih mudah membangun hubungan interpersonal yang positif.

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, antara lain (Singer, dalam Zulifatul & Savira, 2015):

- a. Usia: Seiring bertambahnya usia, terjadi peningkatan dalam penguasaan lingkungan, kemandirian, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi, yang mencerminkan kontribusi kedewasaan terhadap kemampuan mengelola kehidupan dan memahami makna hidup.
- b. Jenis Kelamin: Perbedaan jenis kelamin berpengaruh signifikan pada aspek hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi. Perempuan cenderung menunjukkan hubungan interpersonal yang lebih baik dan keinginan untuk berkembang secara psikologis yang lebih tinggi.
- c. Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan: Pendidikan dan status pekerjaan yang tinggi memberikan individu sumber daya yang lebih besar (seperti keahlian dan pengetahuan) dalam menghadapi tekanan hidup, yang secara tidak langsung meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Faktor-faktor yang memengaruhi *Psychological Well-Being* (PWB) mencakup aspek internal maupun eksternal yang saling berkaitan. Berdasarkan Ryff (Bafadhol, 2017) dan Singer (Zulifatul & Savira, 2015), faktor-faktor tersebut meliputi: usia, jenis kelamin, budaya, religiusitas, dukungan sosial, kepribadian, serta tingkat pendidikan dan pekerjaan. Usia dan jenis kelamin berperan dalam membentuk dinamika perkembangan psikologis, sedangkan budaya dan religiusitas memberikan landasan nilai dan makna hidup. Dukungan sosial menjadi penopang penting dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat, sementara kepribadian serta tingkat pendidikan dan pekerjaan memengaruhi cara individu merespons tantangan hidup.

Dengan demikian, *Psychological Well-Being* tidak hanya ditentukan oleh kondisi internal individu, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan budaya tempat individu tersebut berkembang.

2.3 Mahasiswi Dalam Fase *Emerging adulthood*

2.3.1 Definisi *Emerging Adhulthood*

Emerging adulthood merupakan tahap perkembangan yang terjadi antara akhir masa remaja hingga awal masa dewasa, yakni sekitar usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2000). Pada tahap ini, individu mengalami perubahan signifikan dalam aspek psikologis, sosial, dan emosional. *Emerging adulthood* ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan dalam kehidupan pribadi, fokus pada pengembangan diri, dan transisi bertahap menuju kemandirian penuh sebagai orang dewasa (Arnett, 2015). Individu pada tahap ini cenderung mengalami banyak pengalaman baru, termasuk dalam hal pertemanan, pendidikan, dan karier. Mahasiswi, sebagai bagian dari kelompok usia *emerging adulthood*, sering kali menghadapi tantangan dalam membangun identitas diri serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial mereka, termasuk dalam hubungan dengan teman sebaya (*peer influence*). Faktor-faktor seperti dukungan sosial dari teman, tekanan kelompok, dan dinamika pertemanan memiliki peran penting dalam kesejahteraan psikologis mahasiswi selama tahap ini (Zarrett & Eccles, 2006).

Emerging adulthood memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari masa remaja dan masa dewasa awal (Arnett, 2004). Karakteristik pertama adalah eksplorasi identitas, di mana individu mencoba berbagai pilihan dalam aspek pekerjaan, pendidikan, dan hubungan interpersonal untuk menemukan jati diri mereka. Kedua, ketidakstabilan, yang meliputi perubahan dalam hubungan, tempat tinggal, dan tujuan hidup yang sering terjadi pada masa ini. Ketiga, fokus pada diri sendiri, di mana individu lebih banyak mengambil keputusan sendiri dan berusaha membangun kemandirian. Keempat, rasa "di antara", yaitu perasaan bahwa mereka belum sepenuhnya menjadi orang dewasa, tetapi juga bukan lagi remaja. Kelima, adanya berlimpahnya kemungkinan, di mana mereka melihat masa depan dengan optimisme dan peluang untuk mencapai tujuan pribadi.

Dalam konteks penelitian ini, pemahaman mengenai *Emerging adulthood* menjadi penting karena mahasiswi yang berada dalam tahap ini sangat dipengaruhi oleh hubungan dengan teman sebaya. *Peer influence* dapat berfungsi sebagai faktor pendukung atau tantangan bagi kesejahteraan psikologis mahasiswi. Interaksi sosial yang terjadi pada masa ini dapat membantu mahasiswi menyesuaikan diri dengan tantangan akademik dan sosial, namun juga dapat menjadi sumber tekanan yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, memahami konsep *Emerging adulthood* memberikan wawasan penting mengenai bagaimana dinamika hubungan sosial mahasiswi berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka selama masa transisi ini.

Mahasiswi yang berada dalam fase *Emerging adulthood* menghadapi tantangan psikologis akibat perubahan dan transisi yang mereka alami. Tahap ini ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan dalam kehidupan, serta tuntutan untuk menjadi lebih mandiri (Arnett, 2000). Salah satu tantangan utama adalah tekanan akademik, yang mencakup beban perkuliahan, tuntutan berprestasi, serta persiapan dunia kerja. Ketidakmampuan mengelola tekanan ini dapat menyebabkan kecemasan, kelelahan emosional, dan menurunnya kesejahteraan psikologis (Beiter et al., 2015).

Selain itu, mahasiswi juga menghadapi tantangan dalam identitas dan kemandirian. Mereka berada dalam fase pencarian jati diri dan sering merasa cemas mengenai masa depan mereka, terutama dalam hal karier dan tujuan hidup (Schwartz et al., 2005). Proses transisi dari ketergantungan pada orang tua menuju kemandirian penuh juga menambah tekanan psikologis. Dinamika hubungan sosial menjadi tantangan lain. *Peer influence* dapat memengaruhi keputusan mahasiswi dalam aspek kehidupan, termasuk akademik, gaya hidup, dan emosional. Mahasiswi yang kesulitan menjalin hubungan sosial yang sehat lebih rentan terhadap stres, kecemasan, dan depresi (Pittman & Richmond, 2008). Tantangan lain adalah regulasi emosi, di mana mahasiswi harus mengelola stres, frustrasi, dan ketidakpastian dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya kemampuan ini dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi (Gross, 2015). Oleh karena itu, pengembangan keterampilan regulasi emosi sangat penting bagi kesejahteraan psikologis mahasiswi.

Secara keseluruhan, tantangan psikologis mahasiswi dalam *Emerging adulthood* meliputi tekanan akademik, pencarian identitas dan kemandirian, dinamika hubungan sosial, dan regulasi emosi. Mahasiswi yang mampu menghadapinya dengan strategi koping yang adaptif memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sementara yang kesulitan lebih rentan terhadap gangguan psikologis.

2.3.2 Peran Lingkungan Sosial dan Teman Sebaya dalam Perkembangan Mahasiswi

Lingkungan sosial dan teman sebaya memainkan peran penting dalam perkembangan mahasiswi, khususnya selama fase *emerging adulthood*. Pada tahap ini, mahasiswi menghadapi perubahan signifikan dalam aspek akademik, emosional, dan sosial, yang sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan sekitar. Lingkungan sosial berkontribusi dalam membentuk perkembangan individu melalui berbagai sistem interaktif, seperti keluarga, teman sebaya, institusi pendidikan, dan komunitas yang lebih luas (Bronfenbrenner, 1979). Lingkungan sosial yang mendukung dapat memberikan rasa aman, meningkatkan motivasi, serta membantu mahasiswi mengatasi tantangan psikologis yang muncul selama perkuliahan.

Salah satu elemen utama dalam lingkungan sosial mahasiswi adalah teman sebaya. Teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan akademik, emosional, dan sosial mahasiswi. *Peer influence* dapat menjadi faktor protektif atau risiko bagi kesejahteraan psikologis mahasiswi. Dukungan teman sebaya, seperti hubungan pertemanan yang positif dan suportif, dapat membantu mahasiswi menghadapi tekanan akademik, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengurangi stres (Wentzel, 2017). Teman sebaya juga berperan dalam membentuk nilai, sikap, dan kebiasaan yang membangun perkembangan pribadi mahasiswi. Hubungan positif dengan teman sebaya dapat meningkatkan keterlibatan akademik, keterampilan sosial, serta membantu mahasiswi membangun identitas diri yang lebih stabil (Ryan, 2000).

Namun, *peer pressure* juga dapat berdampak negatif, terutama jika mahasiswi merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan norma atau perilaku kelompok yang kurang sehat. Beberapa mungkin terdorong mengikuti gaya hidup tertentu, seperti kebiasaan akademik yang buruk atau perilaku berisiko seperti penggunaan zat adiktif (Santor, Messervey, & Kusumakar, 2000). Karena itu, mahasiswi perlu memiliki regulasi diri yang baik agar dapat memilih pengaruh sosial yang konstruktif bagi perkembangan mereka.

Selain teman sebaya, faktor lingkungan sosial lainnya, seperti dukungan keluarga, dosen, dan komunitas kampus, juga berperan dalam kesejahteraan psikologis mahasiswi. Keluarga yang suportif memberi rasa aman, dosen yang mendukung meningkatkan motivasi akademik, dan komunitas kampus yang inklusif membantu membangun koneksi sosial serta keterlibatan dalam berbagai aktivitas..

Dengan demikian, peran lingkungan sosial dan teman sebaya sangat penting dalam perkembangan mahasiswi selama fase *emerging adulthood*. Lingkungan sosial yang mendukung dapat membantu mahasiswi menghadapi tantangan akademik dan emosional, sedangkan hubungan dengan teman sebaya dapat menjadi sumber motivasi dan pembelajaran yang berharga. Mahasiswi perlu memiliki kesadaran dan keterampilan untuk mengelola pengaruh sosial, agar dapat memilih lingkungan yang mendukung perkembangan diri mereka secara *positif*.

2.4 Peneliti Relevan

Penelitian terdahulu ini sebagai acuan peneliti dalam melakukan penelitian sehingga peneliti dapat memperkaya teori yang digunakan dalam mengkaji penelitian yang dilakukan. Penelitian-penelitian terdahulu dirasa sangat penting dalam sebuah penelitian yang akan dilakukan. Berikut ini merupakan penelitian terdahulu terkait dengan penelitian yang dilakukan peneliti:

- a. Penelitian yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah”. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. Menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan sampel 224 remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Malang, data dikumpulkan dengan skala *psychological well-being* dari Caroll D. Ryff. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja berada dalam kategori kesejahteraan psikologis *sedang*. Dimensi yang paling berpengaruh adalah *environmental mastery*, di mana remaja merasa bahagia saat dapat menaklukkan lingkungannya dengan baik (Prabowo, A, 2016).
- b. Penelitian yang berjudul: Pengaruh Dukungan Teman Sebaya pada Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi Mengerjakan Skripsi di Bukittinggi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi. Menggunakan desain kuantitatif dengan sampel 130 mahasiswi di Bukittinggi, data dikumpulkan dengan menggunakan skala *subjective well-being* dan dukungan teman sebaya. Hasil uji regresi menunjukkan nilai F sebesar 26,503 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi (Safitri, M., & Rusli, D, 2023).
- c. Penelitian yang berjudul: Pengaruh Kemampuan Berpikir Positif dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi Internasional di Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh kemampuan berpikir positif dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi internasional. Dengan menggunakan pendekatan korelasional dan sampel 50 mahasiswi internasional di Yogyakarta, hasil menunjukkan bahwa (1) kemampuan

berpikir positif berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($p = 0,000$), (2) dukungan sosial teman sebaya juga berpengaruh signifikan ($p = 0,000$), dan (3) keduanya berpengaruh secara bersama-sama dengan kontribusi sebesar 57,3% (Dewinta, A, 2021).

- d. Penelitian yang berjudul: Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi di Masa Pandemi COVID-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri terhadap psychological well-being mahasiswi selama pandemi COVID-19. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode cross sectional study, sampel 100 mahasiswi dipilih secara *purposive sampling*. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis dengan kontribusi sebesar 55,1% (Musyaropah, U., Allivia, R., Haibar, L., Kusuma, N. A., Putri, A. I., & Aulia, A, 2022).

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya, baik dalam konteks akademik maupun sosial, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswi dan remaja. Dukungan sosial dapat memperkuat kesejahteraan, sedangkan faktor lain seperti kemampuan berpikir positif dan efikasi diri juga memainkan peran penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis, terutama pada masa-masa transisi seperti pandemi COVID-19 dan saat mengerjakan skripsi.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.1.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Lampung, yang berlokasi di Jl. Prof. Dr. Ir. Sumantri Brodjonegoro No. 1, Gedong Meneng, Kota Bandar Lampung. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa peneliti dan subjek penelitian berada di lingkungan yang sama, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi langsung dan berinteraksi secara tatap muka dengan partisipan. Hal ini bertujuan untuk memperoleh data yang lebih mendalam dan meningkatkan validitas penelitian.

3.1.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Semester Ganjil Tahun Akademik 2024/2025.

3.1. Metode Penelitian

Pendekatan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan metode yang bertujuan untuk memahami secara menyeluruh fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, termasuk perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan (Tohirin, 2012). Pendekatan ini dilakukan melalui deskripsi berbasis kata-kata dan bahasa dalam konteks alami, serta menggunakan berbagai metode ilmiah guna memperoleh pemahaman yang mendalam terhadap fenomena yang dikaji.

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode studi kasus (case study), yang memungkinkan peneliti memahami secara mendalam suatu fenomena dalam konteks kehidupan nyata (Yin, 2018). Metode ini digunakan ketika batas antara fenomena dan konteksnya tidak sepenuhnya jelas serta melibatkan berbagai sumber informasi untuk analisis yang komprehensif.

3.2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi Universitas Lampung yang memiliki kelompok teman sebaya (*peer group*) dan telah menjalin hubungan pertemanan dengan anggota kelompok tersebut lebih dari 4 tahun lamanya.

3.3. Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability* sampling dengan metode *purposive sampling*. *Non-probability* sampling adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel (Sugiyono, 2013).

Metode *Purposive sampling* dipilih karena penelitian ini bersifat kualitatif dan bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam, bukan untuk generalisasi hasil. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, sampel dipilih berdasarkan kriteria spesifik, yaitu mahasiswi yang tergabung dalam satu *circle* pertemanan, memiliki intensitas interaksi yang tinggi, serta telah menjalin hubungan pertemanan selama lebih dari empat tahun.

Pemilihan sampel didasarkan pada pertimbangan bahwa individu dengan karakteristik tersebut dipandang memiliki pengalaman dan pemahaman yang relevan terkait pengaruh teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, teknik ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh data yang kaya, mendalam, dan sesuai dengan fokus penelitian.

3.4. Definisi Operasional Variabel

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kondisi individu yang menunjukkan sejauh mana ia mampu menerima diri sendiri, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, bertindak secara mandiri, mengelola lingkungan secara efektif, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta mengalami pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan. Konsep ini mengacu pada teori Carol D. Ryff yang membagi kesejahteraan psikologis ke dalam enam dimensi (Ryff, 1989): (1)

self-acceptance atau penerimaan diri, yaitu kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya secara positif; (2) *positive relations with others* atau hubungan positif dengan orang lain, yaitu kemampuan menjalin hubungan yang hangat, empatik, dan saling mendukung; (3) *autonomy* atau otonomi, yaitu kemampuan individu dalam membuat keputusan secara mandiri tanpa mudah terpengaruh tekanan sosial; (4) *environmental mastery* atau penakasaan lingkungan, yaitu kemampuan mengatur dan menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari secara efektif; (5) *purpose in life* atau tujuan hidup, yaitu sejauh mana individu memiliki arah hidup dan merasa hidupnya bermakna; dan (6) *personal growth* atau pertumbuhan pribadi, yaitu dorongan untuk terus berkembang dan terbuka terhadap pengalaman baru.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah wawancara semi-terstruktur. Menurut Esterberg dalam buku (Sugiyono, 2010) menyatakan bahwa “*a meeting of two persons to exchange information and idea through question and responses, resulting in communication and joint construction of meaning about a particular topic*”. Wawancara adalah pertemuan yang dilakukan dua orang dengan tujuan untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah metode pengumpulan data dengan daftar pertanyaan yang akan diajukan kepada narasumber namun pertanyaan yang diajukan bersifat fleksibel karena bergantung pada arah topik pembicaraan (Fadhallah, 2021).

Wawancara semi-terstruktur merupakan bentuk *in-depth interview* yang bertujuan untuk menggali permasalahan secara mendalam dan terbuka. Jenis wawancara ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengeksplorasi lebih jauh jawaban informan atas setiap pertanyaan yang

diajukan. Dalam prosesnya, peneliti memiliki kebebasan untuk menambahkan pertanyaan tambahan selama pertanyaan utama telah terjawab dengan baik. Selain itu, peneliti juga dapat melakukan improvisasi terhadap pertanyaan yang telah dirancang sebelumnya (Sugiyono, 2013).

Selain wawancara, peneliti juga menggunakan teknik pengumpulan data lainnya yaitu observasi dan dokumentasi. Menurut Sugiyono (2013), observasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengamati secara langsung terhadap objek yang diteliti untuk memperoleh data yang relevan dengan fokus penelitian. Observasi dilakukan untuk melihat secara langsung situasi atau kondisi yang terkait dengan fenomena yang diteliti, sehingga data yang diperoleh dapat menjadi pelengkap dari hasil wawancara.

Sedangkan dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengumpulkan dokumen-dokumen tertulis, foto, rekaman, atau arsip yang berhubungan dengan permasalahan yang diteliti (Sugiyono, 2013). Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung seperti riwayat subjek, data profil, atau bukti lain yang berkaitan dengan konteks permasalahan yang sedang dikaji. Dengan demikian, dokumentasi berfungsi sebagai pelengkap dari data hasil wawancara dan observasi agar informasi lebih mendalam.

3.6. Teknik Pengujian Keabsahan Data

Menurut Sugiyono dalam (Nugrahani & Hum, 2014) agar data penelitian kualitatif dapat dipertanggungjawabkan sebagai penelitian ilmiah maka perlu diadakan uji keabsahan data. Adapun teknik pengujian keabsahan data adalah sebagai berikut:

3.7.1 Uji Kredibilitas

Kredibilitas merupakan aspek krusial dalam menilai kualitas suatu penelitian kualitatif (Afiyanti, 2008). Uji kredibilitas atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif dapat dilakukan melalui beberapa teknik, seperti perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan, triangulasi, diskusi dengan rekan sejawat, analisis kasus negatif, serta

member check (Sidiq et al., 2019). Langkah-langkah ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mencerminkan kondisi yang sebenarnya. Kredibilitas menjadi syarat penting agar temuan penelitian dapat diakui keabsahannya dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

3.7.2 Uji Dependabilitas

Dependabilitas dalam penelitian kualitatif mengacu pada konsistensi proses penelitian secara menyeluruh, sebagai padanan dari reliabilitas dalam pendekatan kuantitatif (Afiyanti, 2008). Uji ini dilakukan dengan cara mengevaluasi seluruh rangkaian kegiatan penelitian, mulai dari perumusan masalah, pengumpulan data, analisis, hingga penarikan kesimpulan. Dalam penelitian ini, uji dependabilitas dilakukan melalui pemeriksaan proses penelitian oleh dosen pembimbing, guna memastikan bahwa seluruh tahapan telah dijalankan secara sistematis dan dapat dilacak dengan jelas. Dengan demikian, proses penelitian dinilai transparan dan konsisten dari awal hingga akhir.

3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif merupakan proses penting yang melibatkan penyusunan dan pengorganisasian data dari berbagai sumber, seperti wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, lalu diuji keabsahannya melalui triangulasi data. Menurut Sugiyono (2013), triangulasi adalah teknik untuk memeriksa keabsahan data dengan membandingkan berbagai sumber guna memperoleh informasi yang lebih akurat. Dalam penelitian ini, triangulasi dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk memastikan konsistensi informasi. Data kemudian dikelompokkan ke dalam tema, dianalisis, disusun polanya, disintesis, dan dirumuskan menjadi kesimpulan yang mudah dipahami (Sugiyono, 2009). Dalam penelitian kualitatif, terdapat beberapa teknik analisis data yang umum digunakan, seperti *content analysis*, *discourse analysis*, dan *thematic analysis*.

Thematic analysis merupakan metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini, yang bertujuan untuk mengidentifikasi pola-pola atau tema-tema yang muncul dari data yang telah dikumpulkan (Braun & Clarke, 2006). Metode ini dianggap sesuai untuk mengeksplorasi makna yang terkandung dalam fenomena yang diteliti (Heriyanto, 2018). Thematic analysis memungkinkan peneliti untuk menemukan keterkaitan makna di dalam data secara sistematis dan mendalam. Analisis dilakukan dengan mengikuti enam tahapan *thematic analysis* (Braun dan Clarke, 2014).

3.8.1 *Familiarizing yourself with your data*

Dimana peneliti membiasakan diri dengan data melalui pembacaan berulang dan aktif untuk menangkap makna serta pola-pola penting. Dalam tahap ini, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak ATLAS.ti, khususnya fitur *word cruncher* untuk mengidentifikasi kata-kata yang sering muncul, serta menghitung *word per respondent (WPR)* sebagai indikator frekuensi kata dari tiap responden. Hasilnya dapat dijadikan bahan untuk menyusun kode sementara.

3.8.2 *Generating initial codes*

Yakni proses awal pengkodean data dengan cara menyusun sebanyak mungkin kode yang relevan tanpa terlebih dahulu memilah-milah data. Kode dapat dibuat secara induktif (berdasarkan data) maupun deduktif (berdasarkan teori), serta dapat bersifat semantik (makna eksplisit) atau laten (makna implisit). Dalam proses ini, peneliti menggunakan ATLAS.ti 9, sebuah perangkat lunak *Computer-Aided Qualitative Data Analysis Software* (CAQDAS) yang populer dalam penelitian kualitatif. ATLAS.ti memiliki beberapa keunggulan, seperti kemampuan membaca berbagai jenis data, komunitas pengguna yang luas, dokumentasi panduan yang lengkap, serta harga yang relatif terjangkau (Afriansyah, 2016). Penggunaan software membantu peneliti mengelola dan menganalisis data secara efisien dan terstruktur. Pengkodean dilakukan secara iteratif, dengan menjaga konteks dan merevisi kode secara berulang untuk menghasilkan tema yang utuh.

3.8.3 *Searching for Themes*

Merupakan langkah lanjutan dalam proses analisis data, di mana peneliti tidak lagi hanya mengelompokkan kode, tetapi mulai melakukan analisis yang lebih mendalam dengan membentuk tema. Kode-kode yang telah disusun sebelumnya kemudian dikelompokkan berdasarkan kesamaan makna dan keterkaitannya, sehingga membentuk tema awal yang merepresentasikan pola atau makna tertentu dalam data. Proses ini membantu peneliti melihat hubungan antarkode dan menyusun kerangka tematik yang lebih komprehensif. Pada tahap ini, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak ATLAS.ti 9 untuk mempermudah pengorganisasian data dan membangun *initial thematic map* yang menggambarkan keterkaitan antartema secara visual. Untuk mendukung interpretasi, peneliti juga membangun *network analysis* sebagai representasi grafis yang menampilkan hubungan antara kode dan tema. Meskipun bersifat visual, *network* ini bukanlah bentuk analisis akhir, melainkan alat bantu untuk mempermudah proses eksplorasi dan penjelasan hasil penelitian, baik bagi peneliti sendiri maupun pembaca.

3.8.4 *Reviewing Themes*

Peneliti memeriksa ulang apakah tema-tema yang telah dikembangkan benar-benar sesuai dan konsisten dengan keseluruhan data yang telah dikodekan sebelumnya. Proses ini mencakup validasi terhadap keterkaitan antara tema dengan kutipan data, serta penambahan kode baru apabila ditemukan aspek yang terlewat. Di akhir tahap ini, peneliti telah memperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai struktur tematik data dan membentuk *developed thematic map* sebagai hasil visualisasi tematik yang telah disempurnakan.

3.8.5 *Defining and Naming Themes*

Peneliti mulai merumuskan dan memperjelas makna dari setiap tema yang telah ditentukan. Proses ini mencakup identifikasi esensi utama dari masing-masing tema dan subtema, bukan sekadar merangkum kutipan data. Peneliti juga mempertimbangkan keterkaitan antar tema dan

kesesuaian narasi dengan fokus pertanyaan penelitian. Penting untuk menjaga agar jumlah tema tidak berlebihan dan tidak saling tumpang tindih, serta memberi nama yang singkat, menarik, dan representatif terhadap isi tema.

3.8.6 *Producing the Report*

Dimana peneliti menyusun narasi akhir dari hasil temuan berdasarkan tema-tema yang telah dianalisis secara mendalam. Laporan disusun dengan menyajikan kutipan data yang mendukung dan menghubungkannya dengan teori, sehingga menghasilkan argumentasi yang kuat dan meyakinkan. Dalam tahap ini, peneliti tidak hanya menyampaikan deskripsi, tetapi juga mengembangkan analisis kritis yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian dan tujuan yang telah ditetapkan.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kontribusi *peer influence* (pengaruh teman sebaya) memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mahasiswi. Dimensi yang paling dominan adalah *positive relations with others*, diikuti oleh *self-acceptance*, *autonomy*, *personal growth*, *environmental mastery*, dan *purpose in life*. *Circle* pertemanan berperan mendukung mahasiswi dalam menjalin hubungan yang sehat, menerima diri sendiri, membuat keputusan mandiri, serta berkembang secara personal. Selain itu, muncul pula tema di luar kerangka Ryff seperti *external validation*, *decision conflict*, dan *vicarious decision-making*, yang mencerminkan pengaruh nyata dinamika sosial dan kelompok terhadap proses pengambilan keputusan dan kesejahteraan mahasiswi secara keseluruhan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswi

Mahasiswi diharapkan mampu membangun dan menjaga *circle* pertemanan yang sehat, suportif, serta mendorong pertumbuhan diri secara optimal. Kesadaran akan pentingnya dukungan sosial yang positif, serta kemampuan untuk menetapkan batasan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan pertemanan, menjadi hal penting dalam menjaga dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Memilih lingkungan sosial yang selaras dengan nilai dan tujuan pribadi dapat membantu individu untuk lebih stabil secara emosional dan lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan kehidupan kampus.

5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan untuk melakukan pendalaman terhadap aspek sosial yang belum tercakup dalam kerangka teori Ryff. Tema-tema seperti *external validation*, *decision conflict*, dan *vicarious decision-making* menunjukkan bahwa terdapat dinamika sosial yang relevan namun

belum dijelaskan dalam teori tersebut. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk mengembangkan model baru atau menguji teori sosial lain seperti teori konformitas, tekanan teman sebaya, maupun teori identitas sosial guna memperkaya pemahaman mengenai kontribusi *peer influence* terhadap kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyani, H. H., & Dewi, D. A. (2022). Peran Mahasiswi Dalam Mempertahankan Ideologi Pancasila Sebagai Dasar Negara. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(1), 1929–1938.
- Amin, N. F., Garancang, S., Abunawas, K., Makassar, M., Negeri, I., & Makassar, A. (2023). *PENDAHULUAN Penelitian merupakan proses kreatif untuk mengungkapkan suatu gejala melalui cara tersendiri sehingga diperoleh suatu informasi . Pada dasarnya , informasi tersebut merupakan jawaban atas masalah-masalah yang dipertanyakan sebelumnya . Oleh ka.* 14(1), 15–31.
- Amin, Z. N., Loekmono, J. L., Sofyan, A., & Mulyawati, V. (2020). Kontribusi Identitas Etnis dan Identitas Akademik terhadap Subjective Well-Being Mahasiswi. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 67–73. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i2.4967>
- Aminah, A., Nahdlatul, U., Cirebon, U., Nahdlatul, U., & Cirebon, U. (2019). *Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku bullying siswa.* 1(1), 1–9.
- Ardiansyah, A. (2022). Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar. *Educatio*, 16(2), 80–87. <https://doi.org/10.29408/edc.v16i2.3959>
- Aryani, D. S., Sutatminingsih, R., Fauzia, R., Profesi, M. P., Septi, D., Program, A., Magister, S., Kekhususan, P. P., & Dewasa, K. (2023). Quarterlife Crisis in Batak Women Entering the *Emerging adulthood* Period: and What is the Role of Self-Concept and Social Support in It? Quarterlife Crisis Pada Wanita Suku Batak yang Menginjak Masa *Emerging adulthood*: Serta Bagaimana Peranan Konsep Diri . *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 12(4), 563–572. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i4>
- Asrar, A. M., & Taufani, T. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Quarter-Life Crisis Pada Dewasa Awal. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.30984/jiva.v3i1.2002>.
- Astini, L., Safarina, N. A., & Suzanna, E. (2022). Bentuk-bentuk wawancara menurut

- walgito dalam sudut pandang pendidikan. *Penelitian Psikologi*, 13(1), 25–30.
- Bashir, H., & Singh, K. (2019). Role of Personality Hardiness and Peer influence on Academic Dishonesty Among College Students. *Research Guru: Online Journal of Multidisciplinary Subjects*, 13(1), 884–893.
- Brown, B. B. (2004). *Adolescents' relationships with peers*. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 363–394). John Wiley & Sons.
- Charroin, L., Fortin, B., & Villeval, M.-C. (2021). Peer Effects, Self-Selection, and Dishonesty. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 200(4), 618–637. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jebo.2022.06.024>
- Cialdini, R. B., & Goldstein, N. J. (2004). Social influence: Compliance and conformity. *Annual Review of Psychology*, 55, 591–621.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issues in the Study and Application of. In *Social Support and Health* (pp. 3–22).
- D.Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <http://coursedelivery.org/write/wp-content/uploads/2015/02/2 Happiness-is-everything-or-is-it.pdf>
- Daryudi, M. S. (2019). *PERILAKU MENCARI BANTUAN DALAM MENGHADAPI MASALAH PSIKOLOGIS MAHASISWI LAKI-LAKI TINGKAT AKHIR*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Delfin, D., Wallace, J., Baez, S., Karr, J. E., Terry, D. P., Hibbler, T., & Newman, S. (2023). Social support and the stress-buffering hypothesis: Effects on stress and mental health in adolescent football athletes. *Journal of Athletic Training*, 58(1), 10–19.
- Dongoran, D., & Boiliu, F. M. (2020). Pergaulan Teman Sebaya Dalam Pembentukan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 381–388. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.560>
- Dr. Umar Sidiq, M.Ag Dr. Moh. Miftachul Choiri, M. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE PENELITIAN KUALITATIF DI BIDANG PENDIDIKAN.pdf>
- Erb, H.-P., & Böhner, G. (2011). Social influence and persuasion: Recent

- theoretical developments and integrative attempts. In G. R. Maio & J. M. Olson (Eds.), *Why We Evaluate: Functions of Attitudes* (pp. 219–246). Psychology Press.
- Halim, F. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswi Pendas di Pokjar Jeneponto dan Takalar Tahun 2018. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 2(2), 129–146. <https://doi.org/10.24256/pijies.v2i2.917>
- Hana Asti Nafisah, L. (2020). Perbedaan Kepercayaan Diri Mahasiswi yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area. In *Universitas Medan Area*.
- Hansen, S. (2020). Investigasi Teknik Wawancara dalam Penelitian Kualitatif Manajemen Konstruksi. *Jurnal Teknik Sipil*, 27(3), 283. <https://doi.org/10.5614/jts.2020.27.3.10>
- Hidayat Taufik. (2019). Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Pendidikan. *Jurnal Study Kasus, August*, 128.
- Ilhami, M. W., Vera Nurfajriani, W., Mahendra, A., Sirodj, R. A., & Afgani, W. (2024). Penerapan Metode Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(9), 462–469. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11180129>
- Ivaniushina, V., Titkova, V., & Alexandrov, D. (2019). *Peer influence in adolescent drinking behaviour: A protocol for systematic review and meta-analysis of stochastic actor-based modeling studies. BMJ Open*, 9(7), 1–5. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-028709>
- Koskela, I. M., & Paloniemi, R. (2023). Learning and agency for sustainability transformations: building on Bandura's theory of human agency. *Environmental Education Research*, 29(1), 164–178.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- LaFreniere, J. R. (2024). Defining and discussing independence in emerging adult college students. *Journal of Adult Development*, 31(4), 293–303.
- Lana, A., & Indrawati. (2021). *Pengaruh lingkungan sebaya terhadap perilaku remaja*. Jakarta: Penerbit Psikologi Nusantara.
- Lana, M. C. D., & Indrawati, K. R. (2021). Peranan Kualitas Persahabatan dan Kecerdasan Emosional Pada Kebahagiaan Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 95–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.2843/JPU.2021.v08.i01.p010>

- Laursen, B., & Bukowski, W. M. (1997). A developmental guide to the organization of close relationships. *International Journal of Behavioral Development*, 21(4), 747–770.
- Lkp, P., & Masa, P. (2021). *JOLL 4 (1) (2021) Journal Of Lifelong Learning*. 4(1).
- Lubis, F. M., & Mahendika, D. (2023). Hubungan Parenting Style, Peer Pressure, Self-Esteem, dan Kesehatan Mental pada Remaja Indonesia di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 90–104. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.262>
- Maulida, A. R., Wibowo, H., & Rusyidi, B. (2023). Rancang Bangun Model Pengembangan Kegiatan Pendampingan Sosial Pada Remaja Generasi Z Dalam Mengatasi Krisis Identitas. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 92. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.46633>
- Nasution, N. C. (2018). Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Al-Hikmah*, 12(2), 159–174. <https://doi.org/10.24260/al-hikmah.v12i2.1135>
- Pantu, E. A., Karmiyati, D., & Winarsunu, T. (2020). Pengaruh Tekanan Teman Sebaya dan Kecemasan Menghadapi Ujian Terhadap Ketidakjujuran Akademik Pada Mahasiswi. *JIPT (Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan)*, 8(1), 56–65. <https://doi.org/https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/>
- Pasaribu, S. (2019). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Interaksi Sosial Mahasiswi. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 8(1), 64–78. ojs.uma.ac.id
- Pembelajaran, P. D. (2022). *Epistemic : Jurnal Ilmiah Pendidikan Epistemic : Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 01(02), 131–152.
- Permana, R. H., Wardati, M. A., & Sirodj, D. A. N. (2017). Gambaran Krisis Psikologis Mahasiswi Tingkat Pertama Program Sarjana Universitas Islam Bandung. *Journal of Psychological Research*, 3, 92–103.
- Petrov, N., Robinson, O.C. & Arnett, J. J. (2022). The Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12): Psychometric Development and Validation. *J Adult Dev*, 9, 265–278. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10804-022-09403-w>
- Qomarudin, A. (2021). Hilangnya Kesadaran Diri Mahasiswi Untuk Kuliah (Konsep Conscientizacao (Kesadaran) Sebagai Tujuan Pendidikan Paulo Freire). *PENSA : Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(1), 1–13.
- Ratnawulan, T. (2018). Perkembangan Dan Tahapan Penting Dalam Perkembangan. *Journal of Special Education*, IV(01), 65–74.
- Robinson, O.C., Cimporescu, M. & Thompson, T. (2021). Wellbeing,

- Developmental Crisis and Residential Status in the Year After Graduating from Higher Education: A 12-Month Longitudinal Study. *J. Adult Dev*, 28, 138–148. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10804-020-09361-1>
- Robinson, O. C. (2016). *Emerging adulthood*, early adulthood and quarterlife crisis: Updating Erikson for the 21st century. *Emerging adulthood in a European Context*, 17–30. <https://koppa.jyu.fi/en/courses/226401/learning-materials/pre-reading-for-1-2-robinson>
- Rofifah, Dianah, J. (2020). *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 8762, 12–26.
- Ruaidah, N. H. Z. (2023). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Psikososial Remaja. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 2(2), 146–152. <https://jpion.org./indek.php/jpi>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, NY: Guilford Press.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness Is Everything , or Is It ? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*. 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (2014). Eudaimonic Approach to Human Resilience. *Journal of Psychology in Africa*, 24(1), 1–12. <https://doi.org/10.1080/14330237.2014.904098>.Self
- Ryff, C. D. (2015). Psychological Well-being Revisited: Advances in Science and Practice. *Psychother Psychosom* [revista en Internet] 2014, dic [acceso 12 de febrero de 2021]; 83(1):10-28. *Psychother Psychosom*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>.Psychological.
- Ryff, C. D. (2018). Well-Being With Soul: Science in Pursuit of Human Potential. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 242–248. <https://doi.org/10.1177/1745691617699836>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis Pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103–2124. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i5.4725>
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan sosial teman sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 59. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>
- Sari, N., & Abidin, Z. (2022). Kesejahteraan Psikologis Mahasiswi Hafiz

- Alquran. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(2), 105–122.
<https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.17186>
- Soegiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Sternberg, R. J. (1986). *A triangular theory of love*. *Psychological Review*, 93(2), 119–135.
- Sutiyoso, B. U., Prihantika, I., Saputra, P. R., Fitriani, Y., & Destrilia, I. (2022). Peran Mahasiswi Dalam Pembangunan Politik Di Era Society 5.0 Dan Revolusi Industri 4.0. *Nemui Nyimah*, 2(1).
<https://doi.org/10.23960/nm.v2i1.29>
- Utami, P. P., & Agustina, E. (2019). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan Relasi Teman Sebaya dengan Ketidakjujuran Akademik Pada Mahasiswi Fakultas X Unissula. *Konferensi Ilmiah Mahasiswi Unissula*, 551–560.
- Utomo, P., & Pahlevi, R. (2022). Peran Teman Sebaya sebagai Moderator Pembentukan Karakter Anak: Systematic Literature Review. *Journal of Educational Psychology*, 1(1), 659.
- Van Hoorn, J., van Dijk, E., Meuwese, R., Rieffe, C., & Crone, E. A. (2016). *Peer influence on Prosocial Behavior in Adolescence*. *Journal of Research on Adolescence*, 26(1), 90–100. <https://doi.org/10.1111/jora.12173>