



## Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada Santri

Derida Achmad Bil Haq<sup>(1)</sup>, Mimbar Oktaviana<sup>(2)</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: <sup>1</sup> [deridaachmad@gmail.com](mailto:deridaachmad@gmail.com), <sup>2</sup> [mimbaroktaviana@unesa.ac.id](mailto:mimbaroktaviana@unesa.ac.id)

---

### Abstract

*The research aims to determine the Low Perceived Social Support can hinder students' Subjective Well-Being when facing pressure and strict regulations at boarding schools or Islamic boarding schools. The causes include individual awareness and low social support. The study carried out had the aim of determining the significant influence of Perceived Social Support on Subjective Well-Being in Santri. The research method used is quantitative. The subjects studied were students as part of Islamic boarding schools in Jombang district. The method for collecting data is a questionnaire. The results of the research show that Perceived Social Support has a significant influence of 33.3% on the Subjective Well-Being of students. Perceived Social Support not only provides practical and emotional assistance, but also helps individuals feel more connected, valued, and able to face life's challenges. Thus, building and maintaining strong social relationships is the key to achieving and maintaining high Subjective Well-Being.*

**Keyword :** *Perceived Social Support, Subjective Well-Being, Santri*

---

### Abstrak

Rendahnya *Perceived Social Support* dapat menghambat *Subjective Well-Being* santri saat menghadapi tekanan dan ketatnya peraturan di sekolah asrama atau pondok pesantren. Penyebabnya diantaranya kesadaran individu dan rendahnya dukungan sosial. Studi yang dilaksanakan mempunyai tujuan guna mengetahui Pengaruh signifikan *Perceived Social Support* pada *Subjective Well-Being* pada Santri. Dipergunakan metode penelitian yakni kuantitatif. Subjek yang dikaji yakni santri sebagai bagian pesantren di kabupaten Jombang. Metode untuk menghimpun data yakni kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Perceived Social Support* memberi pengaruh sebesar 33,3 % secara signifikan pada *Subjective Well-Being* santri. *Perceived Social Support* tidak hanya menyediakan bantuan praktis dan emosional, tetapi juga membantu individu merasa lebih terhubung, dihargai, dan mampu menghadapi tantangan hidup. Denganya, membangun dan memelihara hubungan sosial yang kuat adalah kunci agar dicapai dan mempertahankan *Subjective Well-Being* yang tinggi.

**Kata Kunci :** *Perceived Social Support, Subjective Well-Being, Santri*

---

### Pendahuluan

Supaya remaja bisa terhindar dari pengaruh lingkungan yang negatif, para orang tua pada umumnya akan memutuskan model sekolah bertaraf internasional bagi anak-anaknya yang masih dalam rentang usia dini. Diantara model sekolah inklusif adalah sekolah Islam tatap muka. Siswa yang belajar di sekolah Islam tatap muka disebut juga santri. Kegiatan belajar di sekolah Islam tatap muka sendiri bukan hanya sekedar pertukaran ilmu dan keterampilan tertentu, dalam penelitian Farida, (2020) memberi tambahan di sekolah Islam tatap muka juga terdapat proses pembentukan dan penanaman karakter tertentu, khususnya karakter religius pada siswa.

Individu berada di pondok pesantren yang berasrama mendapati banyak pengalaman. Beberapa dari mereka ada yang menyangkal untuk tinggal di asrama pondok pesantren.

Terdapat kasus permasalahan pada sejumlah santri di Pesantren Ali Ma'sum Yogyakarta yang menyatakan tidak nyaman dengan kehidupannya ketika menjalani hari-harinya di pondok pesantren. Rata-rata santri cenderung lebih memilih sekolah negeri daripada pesantren. Santri tidak bisa menerima perpisahan dengan orang tuanya. Mereka percaya dan memiliki persepsi buruk jika didalam pesantren terdapat hukuman-hukuman bahkan penganiyaan dan tidak menyenangkan kelas dengan unsur keagamaan, yaitu keislaman. Namun, mereka akan menemukan kebahagiaan setelah mampu mengatasi masalah dan membuat pilihan berdasarkan apa yang diinginkan (Primada & Fadhillah, 2016).

Adapun peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap santri diantara pesantren yang terletak di kabupaten Jombang. Peneliti mewawancarai 10 santri terkait kehidupan di pesantren serta, 9 dari 10 santri menyatakan Bahwa anak muda yang harus bersekolah di sekolah pengalaman hidup membutuhkan pola pikir yang cekatan dan bebas untuk bisa bertahan di sekolah asrama. Ia juga mengatakan bahwa kelonggaran untuk pulang kampung, unsur kedatangan tamu, pergaulan dengan siswa perorangan, jadwal sekolah live-in yang padat, dan aturan sekolah pengalaman hidup yang ketat terkadang membuat siswa secara tidak langsung mengalami tekanan, terutama bagi mereka yang tidak memiliki kelompok khusus (Lukman Hakim, 2023). Bahkan, karena aturan dan pengawasan yang ketat dari figur orang tua, wajar saja jika beberapa siswa meluangkan waktu untuk memaafkan diri sendiri yang sedang sakit dan mengatur waktu untuk mendapatkan waktu istirahat.

Selain itu, mereka juga mengatakan bahwa kehidupan di sekolah tidak terlepas dari pentingnya memaksakan diri untuk belajar secara mandiri. Terkait dengan situasi di atas, siswa yang masih dalam usia remaja akan mengalami perasaan terikat oleh aturan dan berbagai kejadian menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Hal ini sangat bergantung pada bagaimana ia menyikapi kejadian-kejadian yang dialaminya. Apabila seseorang atau untuk hal ini seorang siswa tidak dapat menangani permasalahan yang dihadapinya, karenanya akan muncul perasaan-perasaan buruk dalam dirinya. Bahkan kondisi ini dapat menimbulkan kekecewaan dalam kehidupan sehari-hari dan depresi, hal ini menunjukkan bahwa adanya ciri-ciri Kesejahteraan Emosional yang mempengaruhi siswa di sekolah tatap muka Islam dalam menjawab tantangan kebebasan di sekolah tatap muka Islam.

*Subjective Well-Being* memiliki pengertian sebagai gambaran luas yang tertuju pada penilaian dari aktivitas individu (Diener, 2015). Santri harus memiliki kualitas *Subjective Well-Being* yang cukup, sebab ini sebagai faktor utama yang dapat berdampak pada individu dalam memberi kebahagiaannya. Ini mengacu pada seseorang yang memiliki kepercayaan atas hidupnya telah berjalan sesuai dengan keinginannya. Kondisi *Subjective Well-Being* individu dapat dikatakan tinggi jika kebutuhan dan kepuasan atas hidupnya tercapai. Sebaliknya, subjek dikatakan memiliki *Subjective Well-Being* yang rendah bila memiliki kepuasan hidup yang rendah serta cenderung kerap mengalami pengaruh negatif daripada positif dalam hidup.

*Subjective Well-Being* merupakan hal yang signifikan dan positif bagi kaum muda, dengan cara ini *Subjective Well-Being* sangatlah krusial untuk dimiliki. Ilmuwan

*Subjective Well-Being* sudah menghubungkan pemenuhan hidup dengan efek positif sebagai bagian yang saling terkait dari *Subjective Well-Being* (Diener, 2009). Satu lagi indikator yang bisa dihubungkan dengan *Subjective Well-Being* adalah Perceived Social Support. Tinjauan mereka yang meneliti *Subjective Well-Being* remaja di sekolah pengalaman hidup yang berada di bawah bahaya perang menemukan bahwa Perceived Social Support memengaruhi *Subjective Well-Being* daripada kemampuan kebijaksanaan. Kemudian lagi, mereka juga menyampaikan Perceived Social Support dari teman mungkin jauh lebih penting untuk remaja yang diserahkan ke sekolah oleh orang tua mereka dimana sebelumnya tinggal di rumah karena masalah di rumah.

Dahlem et al., (1991) mengkarakterisasikan Perceived Social Support sebagai data yang meyakinkan subjek untuk berpikir bahwa ia benar-benar diperhatikan dan dikagumi. Sarafino & Smith, (2014) mengkarakterisasikan Perceived Social Support sebagai suatu pertukaran aset diantara dua orang yang dirasakan penerima atau pemberi manfaat dan diharapkan dapat menjadikan kesejahteraan penerima manfaat meningkat. Perceived Social Support meliputi keyakinan orang lain peduli, menghargai, menyukai, dan percaya bahwa orang lain akan mencapai sesuatu dengan orang yang diberi Perceived Social Support. Remaja yang tidak mendapatkan Perceived Social Support akan lebih sering bersikap kurang prososial (contohnya, mendukung dan menghormati), mempunyai nilai akademis relatif rendah, serta lebih tertekan secara emosional (Sifers et al., 2016). Akhir-akhir ini, Perceived Social Support telah dianggap sebagai komponen yang memberi kontribusi pada meningkatnya kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial sebagaimana penjelasan Uchino mengacu kepada kenyamanan, perhatian, kepercayaan, munculnya dari seseorang terkasih, asosiasi, keluarga, sahabat, atau komunitas lokal (Sarafino & Smith, 2011).

Interaksi sosial dengan sesama santri memungkinkan mereka untuk berbagi pengalaman, saling memberikan motivasi, dan membangun rasa kebersamaan. Teman-teman yang saling mendukung dapat membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa solidaritas di antara mereka. Dukungan ini tidak hanya membantu santri dalam aspek akademik, tetapi juga dalam mengatasi masalah pribadi dan emosional. Disamping itu, pengajar atau ustadz dalam memberikan Perceived Social Support tidak bisa diabaikan. Pengajar yang peduli dan berinteraksi secara positif dengan santri dapat menjadi sumber inspirasi dan motivasi yang kuat. Melalui bimbingan dan nasihat yang bijaksana, pengajar membantu santri dalam mengembangkan kemampuan akademik dan moral. Pengajar yang mendukung juga mampu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif, sehingga santri merasa dihargai dan termotivasi untuk belajar lebih giat.

Memiliki *Perceived Social Support* merupakan fondasi penting bagi kesejahteraan santri. Memberikan dukungan emosional, material, dan moral dapat membantu santri merasa aman dan termotivasi dalam menjalani pendidikan di pesantren. Ketika santri merasa didukung oleh keluarganya, mereka cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dan bisa berhadapan dengan tantangan yang ada dengan sebaik mungkin. Sebaliknya, rendahnya *perceived social support* bisa menyebabkan santri merasa terisolasi dan stres, yang berdampak negatif pada kesejahteraan mereka.

Beberapa pemaparan yang peneliti angkat sebagai sebuah fenomena diatas seagai alasan peneliti melakukan studi ini dengan tujuan agar diketahui pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada santri.

### Metode

Penelitian tentang “Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada Santri” ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Metodologi penelitian kuantitatif mendorong penelitian yang bersifat matematis (sebagai angka dan data). Menurut (Prasetyo & Jannah, 2016) teknik studi ini memakai strategi penelitian kuantitatif kausal. Lokasi yang dikaji yakni salah satu pondok pesantren di kabupaten Jombang. Jumlah sampel yang dikaji sejumlah 127 orang. Tenik yang dipakai peneliti agar data bisa dikumpulkan yakni dengan kuesioner, serta menggunakan analisi regresi linier sederhana sebaai uji hipotesisnya. Kajian ini, penulis menggunakan instrumen estimasi MSPSS dari Dahlem et al., (1991). Instrumen penelitian adalah berbagai pertanyaan yang digunakan sebagai alat ukur kemampuan, informasi ilmiah, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok tertentu (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016). Penelitian ini melibatkan instrumen penelitian berupa skala kognitif dengan skala likert. Skala *Perceived Social Support* Instrumen yang diadaptasi yakni MSPSS.

**Tabel 1.** Skala *Perceived Social Support*

Dimensi	Indikator	Item	Jumlah	
Keluarga	-	Perasaan nyaman bersama keluarga	1,2,3,4	4
	-	Kebersamaan bersama keluarga		
	-	Dukungan dari keluarga		
	-	Perasaan bernilai bagi keluarga		
Teman	-	Perasaan nyaman bersama teman	5,6,7,8	4
	-	Dukungan dari teman		
	-	Perasaan bernilai bagi teman		
	-	Perhatian positif dari teman		
Pembina (Significant others)	-	Perasaan nyaman bersama pembina	9,10,11,12	4
	-	Saran dari pembina		
	-	Dukungan dari pembina		
	-	Perasaan bernilai bagi pembina		
Jumlah				12

Intrumen yang dipakai dalam penelitian *Subjective Well-Being* mencakup instrumen dari Diener et al., (1985) berupa *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) sebagai pengukur penilaian mental secara global, khususnya nilai pemenuhan hidup individu. Analisis juga memakai *Positive and Negative Affect Scale* (PANAS) dari Watson et al., (1988) yang ditujukan dalam rangka mengukur penilaian perasaan individu. Secara umum, instrumen SWLS dan PANAS akan digabungkan dan disesuaikan oleh para ilmuwan dengan menggunakan istilah instrumen estimasi *Subjective Well-Being*.

**Tabel 2.** Skala *Subjective Well-Being*

Dimensi	Indikator	Item	Jumlah
Afek Positif	- Merasakan perasaan positif atas diri sendiri	1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19	10
Afek Negatif	- Merasakan perasaan negatif atas diri sendiri	2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20	10
Kognitif	- Kepuasan hidup saat ini - Kepuasan hidup di masa lalu	21, 22, 23, 24, 25	5
Jumlah			25

### Hasil dan Pembahasan

Peneliti sudah melaksanakan tahapan penilaian terhadap kuesioner dua variabel yang sudah disebarakan kepada subjek penelitian, tahapan berikutnya yakni pengolahan informasi. Pengolahan informasi dilaksanakan dengan Dukungan SPSS 27.0 for Windows untuk mencari simpangan baku, mencari nilai mean, serta nilai terkecil dan terbesar. Merujuk hasil pengolahan informasi yang dilaksanakan, dimunculkan hasil yakni:

**Tabel 3.** Deskripsi data penelitian

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Dev
<i>Perceived Social Support</i>	127	27	48	39,8031	4,57050
<i>Subjective Well-Being</i>	127	55	100	81,5748	10,13208

Berdasarkan tabel di atas, sangat mungkin untuk melihat bahwa dari 127 subjek yang digunakan untuk kajian ini, nilai rata-rata hasil pemeriksaan untuk variabel *Perceived Social Support* Tampak adalah 39,8031 dengan nilai tertinggi 48 dan nilai terendah 27. Sementara itu, untuk variabel *Subjective Well-Being*, nilai rata-rata adalah 81,5748 dan memiliki nilai paling tinggi 100 dan nilai paling rendah 55. Disamping itu, nilai simpangan baku juga diperoleh sebesar 4,57 untuk variabel *Perceived Social Support* Tampak, sedangkan untuk variabel *Subjective Well-Being* yakni 10,13.

Uji Normalitas pada kajian ini memakai Kolmogorov-Smirnov, yang dalam situasi ini biasanya digunakan untuk memutuskan apakah contoh dari populasi dengan keterangan tertentu. Uji keumuman dalam kajian ini menggunakan adaptasi pemrograman SPSS 27.0 untuk windows. Informasi dianggap umum bila  $p > 0,05$  dan meskipun informasi dianggap ganjil bila nilai signifikansinya  $< 0,05$  (Sugiyono, 2013).

**Tabel 4.** Kategorisasi Uji Normalitas

Nilai Signifikansi	Interpretasi
Sig < 0,05	Distribusi data tidak normal
Sig > 0,05	Distribusi data normal

Uji normalitas yang dipergunakan peneliti dengan uji *Kolmogorov-smirnov* pada variabel *Perceived Social Support* dan *Subjective Well-Being* adalah 0,194, Hasilnya ini

menunjukkan faktor *Perceived Social Support* dan *Subjective Well-Being* pada studi ini memiliki sirkulasi informasi yang tersebar secara normal mengingat kedua faktor eksplorasi ini mempunyai nilai penting lebih dari 0,05.

Uji linieritas dipergunakan dalam rangka memutuskan apakah variabel bebas linier dengan variabel trikat. Data dianalisis dan ditentukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 16.0 dengan mempertimbangkan estimasi uji linearitas. Data dianggap langsung dengan asumsi nilai signifikansi kurang dari 0,05. Merujuk hasil uji linearitas pada studi ini yakni:

**Tabel 5.** Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	f	sig.
Subjective Well-Being * Perceived Social Support	Between Groups	(Combined)	4983,423	18	276,857	3,760	<,0.01
		Linearity	3628,485	1	3628,485	49,28	<,001
		Deviation from Linearity	1354,938	17	79,702	1,808	0,380
	Within Groups		7951,617	108	73,626		
	Total		12935,04	126			

Berdasarkan tabel di atas, konsekuensi uji linearitas seharusnya terlihat dalam nilai linearitas, sehingga cenderung terlihat bahwa konsekuensi uji linearitas tinjauan ini memiliki nilai kepentingan 0,000. Nilai ini di bawah 0,05 ( $p < 0,05$ ), untuk itu disebut faktor *Perceived Social Support* dan *Subjective Well-Being* memiliki hubungan linier.

Ulasan ini memiliki uji hipotesisi, khususnya ada pengaruh antara faktor bebas, khususnya pada variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Perceived Social Support* sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Subjective Well-Being*. Spekulasi yang akan dibuktikan dalam penelitian ini adalah adanya Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada santri. Hipotesis ulasan ini yakni metode uji regresi linier sederhana dengan menggunakan versi perangkat lunak SPSS 27.0 untuk windows. Variabel X dianggap berpengaruh jika nilai signifikansi  $< 0,05$ , yang berarti variabel X mempengaruhi variabel Y, dinyatakan tidak berpengaruh bila nilai signifikansi  $> 0,05$ . Berikut ini adalah hasil estimasi untuk menentukan spekulasi dalam ulasan ini, yakni :

**Tabel 6.** Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	30,652	6,487		4,725	0,000
	Perceived Social Support	1,279	0,162	0,577	7,901	0,000

Model persamaan regresi tersebut bermakna :

1. *Constanta (a) = 30,652* artinya apabila *perceived social support* itu constant atau tetap, maka *Subjective Well-Being* sebesar 30,652
2. Koefisien arah regresi/B (X) = 1,279 (bernilai positif) artinya, apabila *perceived social support* meningkat satu (1) satuan, maka *Subjective Well-Being* juga akan mengalami peningkatan sebesar 1,729

Hasil uji hipotesis regresi linier sederhana diatas membuktikan bahwa :

1. Nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$
2. Nilai t-hitung > t-tabel ( $7,901 > 1,666$ ) n-k

Melalui 2 dasar yang dipaparkan, bisa dinyatakan "*Perceived Social Support* memberi pengaruh positif dan signifikan pada *Subjective Well-Being*", artinya semakin tinggi tingkat *Perceived Social Support* yang dilakukan, maka semakin meningkat pula intensi *Subjective Well-Being* pada santri.

**Tabel 7.** Hasil Koefisien Determinan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,577 <sup>a</sup>	,333	,328	8,308

Tabel yang ada tampak nilai (R) yakni berskor 0,577. Merujuk output ini didapat koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,333 yang memuat makna pengaruh variabel bebas *Perceived Social Support* pada variabel terikat *Subjective Well-Being* yakni berskor 33,3%.

Studi yang dilaksanakan ini mempunyai tujuan agar diketahui pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada santri pondok pesantren. Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap hubungan antara *Perceived Social Support* dengan *Subjective Well-Being* pada santri pondok pesantren dengan menggunakan uji regresi linier sederhana memperoleh nilai signifikansi korelasi berskor 0,000 (sig < 0,05) antara variable *Perceived Social Support* dengan *Subjective Well-Being* yang memberi makna bebas itu memberi pengaruh yang signifikan dengan demikian hipotesis yang diusulkan oleh peneliti yakni "pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Subjective Well-Being* pada santri" diterima.

*Perceived Social support* merupakan elemen krusial dalam menentukan tingkat *Subjective Well-Being* seseorang. *Subjective Well-Being* mengacu pada bagaimana individu mengevaluasi kehidupan mereka secara keseluruhan, yang meliputi aspek emosional (kebahagiaan, kepuasan hidup) dan kognitif (penilaian kehidupan). Banyak penelitian memperlihatkan individu yang menerima *Perceived Social Support* yang kuat cenderung mempunyai tingkatan *Subjective Well-Being* yang lebih tinggi. Hal itu dikarenakan perasaan memiliki dukungan yang dapat diandalkan, yang berkontribusi pada stabilitas emosional dan rasa aman.

*Perceived Social Support* bisa datang dari berbagai sumber, termasuk keluarga, teman, dan komunitas. Interaksi positif dengan orang-orang ini memberikan rasa memiliki dan keterhubungan yang mendalam, yang penting bagi kesejahteraan psikologis. Ketika seseorang merasa didukung, mereka lebih mampu mengatasi stres dan tantangan

hidup. Penelitian memperlihatkan individu dengan jaringan sosial yang kuat lebih sedikit mengalami gejala depresi dan kecemasan, yang secara langsung berdampak positif pada *Subjective Well-Being* mereka.

Selain itu, *Perceived Social Support* juga mempengaruhi bagaimana seseorang melihat diri mereka sendiri dan kemampuan mereka dalam menghadapi masalah. Ketika seseorang tahu bahwa mereka memiliki orang-orang yang peduli dan siap membantu, hal ini membuat peningkatan harga diri dan rasa percaya diri mereka. Perasaan ini, pada gilirannya, memperkuat *Subjective Well-Being* karena individu merasa lebih mampu menghadapi tantangan hidup. Mereka juga merasa lebih dihargai dan diakui, yang penting bagi penilaian positif terhadap kehidupan mereka.

Interaksi sosial dengan sesama santri memungkinkan mereka untuk berbagi pengalaman, saling memberikan motivasi, dan membangun rasa kebersamaan. Teman-teman yang saling mendukung dapat membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa solidaritas di antara mereka. Dukungan ini tidak hanya membantu santri dalam aspek akademik, tetapi juga dalam mengatasi masalah pribadi dan emosional. Disamping itu, pengajar atau ustadz dalam memberikan *Perceived Social Support* tidak bisa diabaikan. Pengajar yang peduli dan berinteraksi secara positif dengan santri dapat menjadi sumber inspirasi dan motivasi yang kuat. Melalui bimbingan dan nasihat yang bijaksana, pengajar membantu santri dalam mengembangkan kemampuan akademik dan moral. Pengajar yang mendukung juga mampu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif, sehingga santri merasa dihargai dan termotivasi untuk belajar lebih giat.

### Simpulan

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa *Perceived Social Support* memberi pengaruh signifikan pada *Subjective Well-Being* santri. *Perceived Social Support* tidak hanya menyediakan Dukungan praktis dan emosional, tetapi juga membantu individu merasa lebih terhubung, dihargai, dan mampu menghadapi tantangan hidup. Dengan demikian, membangun dan memelihara hubungan sosial yang kuat adalah kunci untuk mencapai dan mempertahankan *Subjective Well-Being* yang tinggi. Untuk itu, *Perceived Social Support* merupakan elemen kunci dalam meningkatkan *Subjective Well-Being* santri. Keluarga, teman, pengajar, dan komunitas sekitar semuanya memiliki peran penting dalam memberikan dukungan untuk menciptakan lingkungan yang positif dalam mencapai perkembangan optimal bagi santri. Dengan adanya *Perceived Social Support* yang kuat, santri dapat menghadapi berbagai tantangan dengan lebih baik dan meraih kesuksesan dalam pendidikan serta kehidupan mereka di masa depan

### Referensi

- Dahlem, N. W., Zimet, G. D., & Walker, R. R. (1991). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: A confirmation study. *Journal of Clinical Psychology*, 6, 756–761. [https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199111\)47:6<756::AID-JCLP2270470605>3.0.CO;2-L](https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1097-4679(199111)47:6<756::AID-JCLP2270470605>3.0.CO;2-L)
- Diener, E. (2009). The science of well-being: The collected works of Ed Diener. *Springer Science + Business Media.*, 11–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-90->

481-2350-6\_2

- Diener, E. (2015). National Accounts of Subjective Well-Being. *American Psychologist*, 3, 234–242.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *J Pers Assess*, 1. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Farida, N. (2020). Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Discovery Learning Di Man 1 Lampung Timur. *Tesis*, 1–149.
- Kurniawan, A. W., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode penelitian kuantitatif*. Pandiva Buki.
- Lukman Hakim, D. P. (2023). Framing Analysis Of Reporting Klithih's Action In Online Media harianjogja. com. *J-KIs: Jurnal Komunikasi Islam*, 4(2), 217–236.
- Prasetyo, B., & Jannah, L. M. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif: Teori dan Aplikasi* (10th ed.). Rajawali Pers dan RajaGrafindo Persada.
- Primada, E., & Fadhillah, A. (2016). Hubungan antara psychological well-being dan happiness pada remaja di pondok pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 69–79.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7TH Edition)* (7th Edition (ed.)).
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions* (8th ed.). Wiley, John & Sons.
- Sifers, T. M., Raje, N., & Dinakar, C. (2016). Hemophagocytic lymphohistiocytosis: A concise review for the practicing physician. *Allergy Asthma Proc*, 3. <https://doi.org/10.2500/aap.2016.37.3948>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.CV.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *J Pers Soc Psychol*. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.54.6.1063>