

Hubungan Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Awal di Panti Asuhan Grace

Tengku Nuranasmita¹ Afia Leonita Saragih²

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia^{1,2}

Email: tengkunuranasmita@staff.uma.ac.id¹

Abstrak

Remaja yang tinggal di panti asuhan sering menghadapi tantangan psikologis akibat keterbatasan dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja awal di Panti Asuhan Grace. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive dengan jumlah responden sebanyak 32 orang, dan data dikumpulkan melalui skala dukungan sosial dan skala *subjective well-being*. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* ($r = 0,667$, $p < 0,05$), dengan kontribusi sebesar 65,8% ($r^2 = 0,658$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja, maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang mereka rasakan. Disarankan agar pihak panti asuhan memperkuat sistem dukungan sosial bagi remaja agar kesejahteraan psikologis mereka dapat meningkat.

Kata Kunci: *Subjective well-being*, Dukungan Sosial, Remaja Awal

Abstract

Adolescents living in orphanages often face psychological challenges due to limited emotional support from their environment. This study aims to examine the relationship between social support and subjective well-being in early adolescents at Grace Orphanage. This research employed a quantitative method using a survey approach. The sampling technique was purposive, involving 32 respondents, and data were collected using the Social Support Scale and the Subjective Well-Being Scale. Data were analyzed using the product moment correlation technique. The results showed a significant positive relationship between social support and subjective well-being ($r = 0.667$, $p < 0.05$), with a contribution of 65.8% ($r^2 = 0.658$). These findings indicate that the higher the social support received by adolescents, the higher their level of subjective well-being. It is recommended that orphanage caregivers strengthen social support systems to enhance the psychological well-being of adolescents.

Keywords: *Subjective Well-Being*, Social Support, Early Adolescents



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Setiap individu mendambakan keluarga yang utuh dan merasakan kasih sayang dari orang tua. Namun, tidak semua orang memiliki keberuntungan dalam hidupnya. Beberapa remaja tidak tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarganya sendiri. Mereka dihadapkan dengan pilihan untuk dipisahkan dari keluarganya dengan berbagai alasan, seperti mereka tidak memiliki ayah atau ibu, yatim piatu, perceraian orang tua, mengalami kekerasan dalam rumah tangga, pengabaian, mengalami masalah ekonomi, tidak memiliki sanak saudara yang mau dan mampu merawat mereka. Beberapa anak diasuh oleh lembaga pemerintahan atau lembaga swasta yang sering kita dengar, yaitu panti asuhan. Panti asuhan adalah lembaga yang bertujuan membantu anak-anak yang sudah tidak memiliki keluarga atau anak-anak yang tidak bisa tinggal bersama keluarga, baik karena keluarga tidak ingin atau tidak mampu merawat mereka. Panti asuhan hadir untuk memberikan perlindungan dan menciptakan lingkungan

yang baik dan aman bagi mereka. Tinggal di panti asuhan sering kali bukan pengalaman yang mudah bagi remaja. Pada masa remaja, seharusnya mereka mengeksplorasi dunia dan menemukan jati diri, banyak dari mereka justru harus mengalami realita yang berat (Burke et al., 2024). Salah satu tantangan terbesar adalah perasaan kehilangan. Banyak remaja yang tinggal di panti asuhan datang dari latar belakang yang sulit, seperti ditinggalkan orang tua atau mengalami situasi keluarga yang tidak stabil. Hal ini membuat mereka merindukan kehangatan rumah dan perhatian yang biasanya didapatkan dari keluarga. Selain itu, kehidupan sehari-hari di panti asuhan bisa terasa monoton. Keterbatasan dalam hal kebebasan bertindak dan pilihan membuat mereka merasa terkurung. Mereka tidak bisa sesuka hati pergi ke mana pun atau melakukan aktivitas yang mereka inginkan. Banyak remaja merasa sulit untuk beradaptasi dengan aturan yang ada, yang bisa menambah rasa frustrasi mereka. Dalam interaksi sosial juga menjadi tantangan tersendiri. Meski ada teman sebaya di panti asuhan, tidak jarang hubungan yang terjalin terasa dangkal. Rasa saling memahami sering kali kurang, karena setiap individu memiliki cerita dan latar belakang yang berbeda (Sulaiman et al., 2023). Ini dapat membuat remaja merasa terasing, seolah-olah mereka tidak sepenuhnya diterima. Ditambah lagi, stigma dari masyarakat luar tentang panti asuhan juga dapat membuat mereka merasa berbeda atau tidak layak.

Berada dalam kondisi seperti itu bukanlah perkara yang mudah. Peralihan yang tiba-tiba dari kehidupan normal bersama orangtua ke kehidupan tanpa kehadiran orangtua membuat anak mengalami guncangan yang sangat kuat. Perubahan ini sering kali memicu tekanan baik secara fisik dan psikologis. Misalnya, banyak dari mereka yang mengalami gangguan kesehatan yang sering kali muncul dengan tiba-tiba, seperti penyakit fisik yang muncul akibat stres berkepanjangan atau sistem kekebalan tubuh yang melemah (Hidalgo-Fuentes et al., 2024). Sebagai seorang anak yang sedang dalam proses perkembangan, mereka seringkali belum memiliki kematangan emosional dan kemampuan berpikir yang cukup untuk menghadapi berbagai tekanan dalam hidup. Kondisi ini seringkali membuat anak-anak di panti asuhan rentan terhadap berbagai masalah psikologis, baik dalam menghadapi diri mereka sendiri maupun dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka. Tekanan psikologis yang mereka alami dapat berupa stress, kesedihan yang mendalam, tenggangnya emosi, perubahan sosial dan penyesuaian diri dengan situasi baru. Remaja diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi di panti asuhan, termasuk peraturan atau kegiatan yang diterapkan di panti asuhan, yang tentunya berbeda dengan peraturan atau kegiatan ketika tinggal di rumah dengan keluarga (Friedman, 2011). Mereka juga perlu beradaptasi dengan teman-teman dan pengasuh di panti asuhan. Jika remaja tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di panti, maka kemungkinan remaja mengalami perasaan tertekan yang dapat memicu sikap negatif, ketidakpuasan dalam hubungan sosial, serta ketidakpuasan terhadap kehidupan mereka, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan ketidakbahagiaan. Perasaan kebahagiaan atau ketidakbahagiaan ini disebut dengan istilah kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*).

Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) menurut Diener (dalam Maddux, 2018) *subjective well-being* adalah evaluasi dan cara seseorang menjalani hidupnya dengan sikap positif. Orang dengan *subjective well-being* yang tinggi cenderung sering merasakan emosi positif, jarang merasakan emosi negatif, dan menilai kehidupan mereka secara keseluruhan dengan baik. Individu dengan *subjective well-being* yang tinggi menunjukkan sejumlah karakteristik positif yang mencerminkan kesejahteraan emosional dan psikologis yang baik. Mereka memiliki rasa percaya diri yang kuat, terlihat dalam berbagai aspek kehidupan seperti hubungan sosial. Selain itu, individu dengan *subjective well-being* tinggi mampu beradaptasi secara efektif dalam situasi yang menekan (Dewi & Nasywa, 2019). Individu yang tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain dan sering menarik diri dari lingkungan

sekitarnya cenderung merasa rendah diri, tidak berharga, diabaikan dan berbeda dengan anak-anak lain yang masih memiliki orang tua. Perasaan ini sangat umum dialami oleh remaja yang tinggal di panti asuhan, yang seringkali menghadapi tantangan emosional dan sosial. Oleh karena itu, remaja yang tinggal di panti asuhan juga membutuhkan dukungan sosial dari lingkungannya. Dukungan sosial berupa penghargaan, perhatian, bantuan dan kasih sayang yang membuat remaja yang tinggal di panti asuhan merasa bahwa orang lain menyayangi, menghargai dan peduli dengan dirinya. Dukungan sosial didefinisikan oleh Sarafino (2011) sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan dan bantuan yang dirasakan oleh individu dari orang lain atau kelompok. Ketika seseorang menerima dukungan dari lingkungannya, segala sesuatu akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai dan dihormati, serta menjadi bagian dari jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama (Taylor, 2018).

Dari hasil observasi yang peneliti temukan pada remaja di Panti Asuhan Grace, bahwa mereka tidak memiliki kebebasan yang cukup. Kegiatan yang dilakukan di panti asuhan seringkali terbatas dan tidak cukup bervariasi untuk mendukung perkembangan diri remaja. Sebagian besar kegiatan yang ada berfokus pada rutinitas harian dan pengasuhan dasar, sementara kegiatan yang mengembangkan minat dan bakat remaja, seperti seni, olahraga, atau keterampilan khusus, tidak selalu tersedia. Hal ini mengakibatkan remaja merasa terbatas dalam mengeksplorasi potensi diri mereka, yang pada gilirannya memengaruhi persepsi mereka terhadap kebahagiaan dan pencapaian pribadi. Ketika pengasuh memberikan arahan atau hukuman, beberapa remaja menunjukkan sikap menunduk, tidak berani menatap pengasuh dan terlihat gelisah, hal ini menunjukkan ketidaknyaman. Lingkungan panti asuhan terlihat kurang nyaman, dengan fasilitas yang sederhana. Beberapa remaja terlihat tidak nyaman dengan tempat tidur atau ruang bermain yang terbatas, yang dapat mempengaruhi suasana hati mereka.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan pengasuh panti asuhan Grace, pengasuh kesulitan dalam memberikan perhatian emosional yang cukup kepada setiap anak-anak, mengingat jumlah anak yang banyak dan keterbatasan waktu serta tenaga. Pengasuh seringkali merasa terjebak dalam rutinitas pengasuhan dasar, seperti memberikan makan, mengatur jadwal kegiatan dan memastikan kebutuhan fisik remaja terpenuhi, sementara aspek emosional dan psikologis mereka sering terabaikan. Hasil wawancara awal peneliti dengan beberapa remaja di panti asuhan Grace juga menemukan bahwa beberapa dari mereka merasakan kekurangan perhatian dari figure pengasuh. Meskipun ada pengasuh, relasi antara mereka seringkali tidak sekuat hubungan orangtua-anak yang memberikan rasa aman dan penerimaan tanpa syarat. Mereka juga merasa bahwa tinggal di panti asuhan kurang bebas karena menganggap peraturan terlalu ketat dan kegiatan yang terlalu banyak dan lebih nyaman tinggal di rumah tanpa peraturan.

Dengan berbagai tantangan psikologis yang dialami remaja di panti asuhan, seperti rasa kehilangan, keterbatasan dalam pengembangan diri, hingga kurangnya relasi emosional yang mendalam, maka penting untuk memahami faktor-faktor yang dapat mendukung kesejahteraan psikologis mereka (Tandon, 2024). Namun, hingga saat ini masih terdapat research gap mengenai sejauh mana hubungan antara dukungan sosial dan subjective well-being pada kelompok remaja yang tinggal di lingkungan non-keluarga seperti panti asuhan, khususnya di konteks lokal seperti Panti Asuhan Grace. Banyak penelitian sebelumnya lebih menekankan pada populasi remaja umum atau remaja dari keluarga utuh. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena memberikan kontribusi empiris terhadap pemahaman kondisi psikologis remaja panti asuhan serta menawarkan solusi

intervensi berbasis sosial yang dapat mendukung pengasuhan mereka. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program pembinaan yang lebih humanistik dan berorientasi pada penguatan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan. di panti asuhan sering merasa terpinggirkan dan tersigma oleh masyarakat di luar panti asuhan. Banyak dari mereka yang merasa rendah diri dan merasa sedih karena berasal dari panti asuhan dan sering kali dianggap berbeda dari teman-teman seusianya. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh dan beberapa remaja panti, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja awal di Panti Asuhan Grace”.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif sebagai metode penelitian. Penggunaan metode kuantitatif karena mampu mengukur hubungan antar variabel secara objektif dan memberikan hasil yang dapat dianalisis secara statistik (Creswell & Creswell, 2022). Metode ini dipilih karena lebih tepat dibandingkan pendekatan kualitatif dalam menguji hipotesis secara terukur. Penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu dimana pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Penelitian ini menggunakan metode survei. Survei adalah metode riset dengan menggunakan kuisioner sebagai instrumen pengumpulan datanya. Tujuannya untuk memperoleh informasi tentang sejumlah responden yang dianggap mewakili populasi tertentu. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut (Sugiyono, 2018), *purposive sampling* merupakan pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti. Adapun yang menjadi karakteristik sampel penelitian yaitu : remaja awal yang tinggal selama 1-3 tahun di panti asuhan Grace yang berjumlah 32 orang. Penelitian ini menggunakan skala likert. Skala ini digunakan guna mengukur pandangan, perbandingan, dan tanggapan seseorang ataupun sekelompok orang tentang fenomena sosial. Peneliti sudah menetapkan fenomena secara spesifik dalam penelitian ini sebagai variabel dalam penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Statistik

Uji Normalitas

Adapun maksud dari uji normalitas sebaran ini adalah untuk membuktikan penyebaran data penelitian yang menjadi pusat perhatian setelah menyebarkan berdasarkan prinsip kurva normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test. Berdasarkan analisis tersebut, maka diketahui bahwa data variabel overweight dan body image, mengikuti sebaran normal yang berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal. Sebagai kriterianya apabila $p > 0,05$ sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya dinyatakan apabila $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan tidak normal (Sujarweni, 2014).

Tabel 1. Tabel Hasil Perhitungan Uji Normalitas

| Variabel | Rerata | K-S | SD | Sig | Ket |
|------------------------------|---------------|------------|-----------|------------|------------|
| Dukungan Sosial | 60,00 | 0,501 | 4,558 | 0,963 | Normal |
| <i>Subjective well-being</i> | 70,47 | 0,927 | 6,744 | 0,357 | Normal |

Dimana

Kriteria $P(\text{sig}) > 0.05$ maka dinyatakan sebaran normal

Keterangan:

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standart Deviasi

K-S : Nilai *Kolmogorov-Smirnov*

P (Sig) : Peluang Terjadinya Kesalahan

Uji Linearitas

Uji linieritas yang dimaksudkan untuk mengetahui apakah derajat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini artinya apakah hubungan dukungan sosial mempengaruhi *subjective well-being*. Berdasarkan uji linieritas dapat diketahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini dapat atau tidak dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa antara variabel dukungan sosial mempunyai hubungan yang linier terhadap variabel *subjective well-being*. Dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan korelasi product moment atau tidak, jika kedua variabel memiliki nilai $p > 0,05$ maka dinyatakan hubungan linear. Hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil Perhitungan Uji Linearitas

| Korelasional | F beda | P beda | Keterangan |
|--------------|--------|--------|------------|
| x-y | 0,901 | 0,578 | Linear |

Dimana

Kriteria : P beda > 0.05 maka dinyatakan linear

Keterangan:

X : Dukungan Sosial

Y : *Subjective well-being*

F : Koefisien Linearitas

P (sig) : Peluang Terjadinya

Uji Reliabilitas

Selanjutnya, setelah dilakukannya uji validitas aitem dilanjutkan dengan analisis reliabilitas. Indeks reliabilitas yang diperoleh dari skala dukungan sosial yakni sebesar 0,831 yang artinya skala dukungan sosial sebagai alat ukur dikategorikan reliable atau handal. Indeks reliabilitas yang diperoleh dari skala *subjective well-being* yakni sebesar 0,840 yang artinya skala *subjective well-being* sebagai alat ukur dikategorikan reliable atau handal. Berikut dilampirkan tabel reliabilitas pada skala dukungan sosial dan skala *subjective well-being*.

Tabel 3. Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas

| Skala | Cronbach Alpha | Keterangan |
|------------------------------|----------------|------------|
| Dukungan Sosial | 0,831 | Reliable |
| <i>Subjective well-being</i> | 0,840 | Reliable |

Hasil Analisis r Product Moment

Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis korelasi r Product Moment, diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being*, dimana $r_{xy} = 0,667$ dengan signifikan $p = 0,000 < 0,05$ artinya hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial individu maka semakin tinggi pula *subjective well-being*

individu tersebut, demikian pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial individu maka semakin rendah pula *subjective well-being* individu tersebut. Berdasarkan hasil penelitian ini maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,667$. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi terhadap *subjective well-being* sebesar 65,8%. Tabel dibawah ini menunjukkan rangkuman hasil perhitungan analisis r Product Moment.

Tabel 4. Uji Korelasi Product Moment koefisien Determinan

| Statistik | Koefisien (r_{xy}) | Koefisien Determinan (r^2) | BE % | P | Ket |
|-----------|------------------------|--------------------------------|-------|-------|-----|
| X-Y | 0,667 | 0,658 | 65,8% | 0,000 | Sig |

Keterangan:

X : Dukungan Sosial

Y : *Subjective well-being*

r_{xy} : Koefisien Korelasi antara variabel X terhadap Y

r^2 : Koefisien Determinan X terhadap Y

P : Peluang terjadinya kesalahan

BE% : Bobot sumbangan efektif X terhadap Y dalam persen

Mean Hipotetik

Untuk variabel dukungan sosial jumlah aitem yang valid adalah sebanyak 20 aitem yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(26 \times 1) + (26 \times 4)\} : 2 = 65$. Variabel *subjective well-being* jumlah aitem yang valid adalah sebanyak 31 aitem yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(33 \times 1) + (33 \times 4)\} : 2 = 82,5$.

Mean Empirik

Berdasarkan analisis data mean hipotetik, diketahui bahwa mean empirik variabel dukungan sosial adalah = 60,00 dan *subjective well-being* sebesar = 70,47 pada 32 remaja di Panti Asuhan Grace. Kriteria berdasarkan analisis data seperti yang terlihat dari analisis perhitungan mean hipotetik dan mean empirik diketahui bahwa mean empirik variabel dukungan sosial adalah = 60,00 dan *subjective well-being* sebesar = 70,47 pada 32 remaja awal di Panti Asuhan Grace.

Tabel 5. Mean Hipotetik & Empirik

| Variabel | SD | Hipotetik | Empirik | Ket |
|------------------------------|-------|-----------|---------|--------|
| Dukungan Sosial | 4,558 | 65 | 60,00 | Rendah |
| <i>Subjective well-being</i> | 6,744 | 82,5 | 70,47 | Rendah |

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik *product moment* ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi $r^{xy} = 0,667$, $p = 0,000 < 0,05$ sehingga hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* berjalan searah, begitu juga dengan nilai koefisien determinan (r^2) yang memiliki nilai 0,658 atau setara dengan 65,8%, maka dukungan sosial memberikan kontribusi sekitar 65,8% terhadap *subjective well-being*. Kemudian berdasarkan hasil data empirik penelitian, terdapat dukungan sosial sebesar 60,00 dan *subjective well-being* sebesar 70,47. Dengan mean hipotetik yang diamsusikan dengan dukungan sosial sebesar 65 dan *subjective well-being* sebesar 82,5. Maka dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa remaja

di Panti Asuhan Grace memiliki *subjective well-being* yang tergolong rendahdikarenakan dukungan sosial yang rendah.

Pembahasan

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa *subjective well-being* yang tergolong sangat tinggi dan dukungan sosial yang sangat tinggi. Pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif pada remaja di panti asuhan karena hasil penelitian tersebut juga selaras dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Menurut (Ohara & Rohmadoni, 2021) yang mengidentifikasi hubungan dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi *subjective well-being* pada remaja panti asuhan. Hal ini dibuktikan dengan melihat nilai korelasi positif ($r = 0,487$, $p < 0,05$). Korelasi positif menandakan bahwa apabila dukungan sosial tinggi, maka kesejahteraan subjektif tinggi. Menurut penelitian (Zhang & Sun, 2024), kesejahteraan subjektif adalah konsep yang mencakup emosi positif, rasa senang, tingginya rasa puas terhadap kehidupan dan minimalnya emosi negatif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada remaja di panti asuhan. Berdasarkan uji korelasi pearson sebesar 0,407 dengan nilai $p < 0,001$, yang mengidentifikasi adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada remaja di panti asuhan. Selain itu, hasil ini juga mendukung penelitian (Ohara & Rohmadoni, 2021) dan Rohmah (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar—baik dari pengasuh, teman sebaya, maupun tokoh signifikan lainnya—berkontribusi terhadap peningkatan rasa bahagia dan kepuasan hidup remaja di panti asuhan. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa dukungan sosial merupakan aspek penting yang perlu ditingkatkan dalam sistem pengasuhan panti.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, data diperoleh menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Dapat dikatakan bahwa dukungan sosial yang dimiliki remaja di panti asuhan Grace dapat mempengaruhi *subjective well-being* yang dialami, yang artinya semakin tinggi *subjective well-being*. Begitu juga sebaliknya. Temuan ini menjawab masalah utama yang diajukan dalam pendahuluan, yaitu rendahnya *subjective well-being* pada remaja panti yang berkaitan dengan kurangnya dukungan emosional, perhatian, dan relasi sosial yang bermakna. Hasil ini juga memberikan arah solusi, yakni pentingnya meningkatkan kualitas dukungan sosial melalui pelatihan bagi pengasuh, program mentoring, dan aktivitas sosial yang melibatkan masyarakat luas agar remaja merasa dihargai dan tidak terpinggirkan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkuat dasar teoritis yang ada, tetapi juga memberikan rekomendasi aplikatif bagi pengembangan praktik pengasuhan yang lebih berorientasi pada kesejahteraan psikologis remaja.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* pada remaja awal yang tinggal di Panti Asuhan Grace. Analisis korelasi menghasilkan nilai $r = 0,667$ dengan $p < 0,05$, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh remaja, maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang mereka rasakan. Koefisien determinasi sebesar 65,8% mengindikasikan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap kesejahteraan subjektif mereka. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini terjawab secara jelas: rendahnya *subjective well-being* pada remaja panti berkaitan erat dengan minimnya dukungan sosial yang mereka terima dari lingkungan sekitar, baik dari pengasuh, teman sebaya, maupun masyarakat. Penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa dukungan sosial merupakan

faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja yang berada di lingkungan panti asuhan. Kesimpulan ini sekaligus menguatkan pentingnya peran lingkungan sosial yang suportif dalam membentuk emosi positif dan rasa puas dalam hidup remaja panti. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar untuk merancang intervensi yang tepat dalam bentuk program dukungan sosial dan pembinaan psikologis yang berkelanjutan di lingkungan panti asuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Burke, P. F., Rose, J. M., Fifer, S., Masters, D., Kuegler, S., & Cabrera, A. (2024). A new subjective well-being index using anchored best-worst scaling. *Social Science Research*, 120, 103013. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2024.103013>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2022). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 54. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15129>
- Friedman, H. S. (2011). *The Oxford Handbook of Health Psychology*. Oxford University Press.
- Hidalgo-Fuentes, S., Martínez-Álvarez, I., Sospedra-Baeza, M. J., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Toledano-Toledano, F. (2024). Emotional Intelligence and Perceived Social Support: Its Relationship with Subjective Well-Being. *Healthcare*, 12(6). <https://doi.org/10.3390/healthcare12060634>
- Maddux, J. E. (2018). Subjective well-being and life satisfaction: An introduction to conceptions, theories, and measures. In *Subjective Well Being and Life Satisfaction*. Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781351231879>
- Ohara, S., & Rohmadoni, Z. V. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Subjektif Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions (7th ed.)*. John Wiley & Sons, inc.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Bisnis : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi dan R&D*. Alfabeta. <https://books.google.co.id/books?id=aFHZzwEACAAJ>
- Sulaiman, S., Abu Bakar, N., Tun Ismail, W. N. A., Mohd Pauzi, H., & Tuan Sembok, T. M. Z. (2023). Poverty And Well-Being: The Subjective Well-Being Status Of Poor Children In Kuala Lumpur, Malaysia. *Planning Malaysia*, 21(30 SE-Article). <https://doi.org/10.21837/pm.v21i30.1400>
- Tandon, S. (2024). How difficult is it to interpret subjective well-being questions during crises? Evidence from the onset of conflict in Yemen. *Oxford Economic Papers*, 76(2), 291–313. <https://doi.org/10.1093/oep/gpad028>
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology*. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*.
- Zhang, Y., & Sun, L. (2024). The health status, social support, and subjective well-being of older individuals: evidence from the Chinese General Social Survey. *Frontiers in Public Health*, Volume 12-2024. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1312841>