

Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Faktor Penentu Kesejahteraan Psikologis Peserta Didik SMP Mekar Arum Bandung

The role of peer social support in enhancing the psychological well-being of students at SMP Mekar Arum Bandung

Belina Anggia Gustami*, Dedi Nugraha, Ihsan Nur Faiz, Iwan Sutia

Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Bandung, Indonesia

* belina.a.gustami@gmail.com (Primary Contact)

ABSTRACT

Psychological well-being is an important aspect of students' development and educational success, particularly during early adolescence. This study aims to analyze the role of peer social support in determining the psychological well-being of students at SMP Mekar Arum Bandung. This study employed a qualitative approach using a case study method. Data were collected through semi-structured interviews, observations, and documentation involving five informants, including students and school personnel. Data were analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldana through data collection, condensation, presentation, and conclusion drawing. The findings indicate that peer social support consists of emotional, appraisal, informational, and instrumental support. These forms of support contribute to students' psychological well-being by strengthening self-confidence, learning motivation, emotional regulation, adaptability, positive interpersonal relationships, and a sense of security. The study also highlights the strategic role of schools in fostering a supportive, inclusive, collaborative, and bullying-free environment. Thus, strengthening positive peer relationships and school-based support programs is essential for promoting students' psychological well-being.

Keywords

Social Support,
Psychological Well-being, Students,
Educational
Psychology

Article History

Received: 2026-08-01
Accepted: 2026-08-20

Copyright © 2026, Gustami et al.
Published by MAN 4 Kota Pekanbaru
DOI: [10.56113/takuana.v5i2.693](https://doi.org/10.56113/takuana.v5i2.693)

1. PENDAHULUAN

Kesejahteraan psikologis peserta didik merupakan salah satu indikator penting dalam mendukung keberhasilan proses pendidikan di sekolah. Pada masa remaja awal, khususnya jenjang Sekolah Menengah Pertama, peserta didik mengalami berbagai perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang menuntut kemampuan adaptasi yang baik. Berbagai tantangan, seperti tekanan akademik, tuntutan lingkungan, konflik keluarga, hingga dinamika pergaulan, dapat mempengaruhi kondisi psikologis peserta didik. Apabila

tantangan tersebut tidak diimbangi dengan dukungan sosial yang memadai, peserta didik berpotensi mengalami penurunan kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan rendahnya rasa percaya diri, kesulitan mengelola emosi, kecemasan, hingga menurunnya motivasi belajar (Aldi & Khairanis, 2025). Oleh karena itu, diperlukan perhatian terhadap faktor-faktor yang mampu menjaga dan meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik, salah satunya melalui dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya.

Fenomena tersebut juga terlihat dalam kehidupan peserta didik di lingkungan sekolah. Berbagai penelitian menemukan bahwa peserta didik yang memiliki hubungan positif dengan teman sebaya cenderung menunjukkan tingkat kebahagiaan, kepercayaan diri, kemampuan mengatasi stres, dan motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan peserta didik yang kurang memperoleh dukungan sosial (Faulintya dkk., 2025). Sebaliknya, peserta didik yang mengalami penolakan sosial, perundungan (*bullying*), atau kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya lebih rentan mengalami kesepian, stres akademik, bahkan gejala depresi. Kondisi tersebut menjadi semakin penting pada tingkat SMP karena pada fase ini teman sebaya mulai mengambil peran yang lebih dominan dibandingkan masa kanak-kanak dalam pembentukan identitas, konsep diri, dan penyesuaian sosial peserta didik (Annisa & Dewi, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis peran dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor penentu kesejahteraan psikologis peserta didik di SMP Mekar Arum Bandung. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai tingkat dukungan sosial yang diterima peserta didik serta ringkasan dengan kesejahteraan psikologis yang mereka miliki. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi sekolah dalam merancang program layanan bimbingan dan konseling serta kegiatan penguatan karakter yang mampu menciptakan lingkungan sosial sekolah yang lebih mendukung dan kondusif bagi perkembangan peserta didik.

Penelitian ini berlandaskan pada teori dukungan sosial yang menjelaskan bahwa individu memperoleh bantuan emosional, penghargaan, informasi, maupun bantuan instrumental dari lingkungan sosialnya sehingga mampu menghadapi tekanan kehidupan secara lebih efektif. Sementara itu, konsep kesejahteraan psikologis mengacu pada teori *Psychological Well-Being* yang dikembangkan oleh Carol D. Ryff, yang mencakup enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Mufidha, 2021). Dalam konteks remaja, dukungan sosial teman sebaya diyakini berkontribusi terhadap perkembangannya setiap dimensi kesejahteraan psikologis tersebut karena peserta didik memperoleh rasa diterima, dihargai, dan memiliki tempat untuk berbagi pengalaman, sebagaimana yang dikatakan oleh Ryff dalam Yuliani (2018), *psychological well-being* terus meningkat bersamaan dengan konsep kebahagiaan.

Meskipun penelitian mengenai dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada siswa, siswa sekolah menengah atas atau remaja secara umum. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Awwaliyah dkk (2025), bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan pengaruh positif yang cukup kuat terhadap kesejahteraan psikologis remaja, dan mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya, maka semakin baik kesejahteraan psikologis remaja. Sejalan dengan Jannah & Ariyanto (2025), menegaskan bahwa dukungan sosial bersifat ambivalen yaitu dapat memperkuat resiliensi dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini memiliki kesamaan pada penggunaan variabel

dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor yang memengaruhi kondisi psikologis individu. Akan tetapi, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui fokus pada peserta didik SMP sebagai kelompok remaja awal yang masih relatif jarang dikaji dalam penelitian mengenai kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, masih terdapat keselarasan penelitian yang perlu diisi agar diperoleh pemahaman yang lebih kontekstual mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis peserta didik SMP.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus analisis yang menempatkan dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor penentu kesejahteraan psikologis peserta didik pada konteks SMP Mekar Arum Bandung dengan karakteristik sosial dan budaya sekolah yang khas. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi tingkat hubungan antara kedua variabel, tetapi juga memberikan gambaran empiris mengenai bentuk-bentuk dukungan sosial yang paling berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik (Afrilianti Nabila, 2025). Oleh karena itu, hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi pendidikan, khususnya mengenai pentingnya hubungan antar teman dalam mendukung perkembangan psikologis remaja pada jenjang pendidikan menengah pertama.

Penelitian ini diharapkan memberikan dampak teoritis maupun praktis. Secara teoritis, hasil penelitian dapat memperkuat bukti empiris mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis peserta didik pada konteks pendidikan Indonesia. Secara praktis, temuan penelitian dapat menjadi acuan bagi sekolah, guru, wali kelas, dan konselor dalam merancang program penguatan hubungan sosial antar peserta didik, pencegahan perundungan, serta layanan bimbingan yang berfokus pada peningkatan kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan model intervensi berbasis dukungan sosial dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, inklusif, dan mendukung perkembangan peserta didik secara optimal.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai peran dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor penentu kesejahteraan psikologis peserta didik di SMP Mekar Arum Bandung. Metode studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti mengkaji fenomena secara komprehensif dalam konteks nyata sehingga dapat menggambarkan kondisi yang terjadi di lingkungan sekolah. Jenis data yang digunakan adalah data kualitatif berupa hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang berkaitan dengan bentuk dukungan sosial teman sebaya, kondisi kesejahteraan psikologis peserta didik, serta berbagai aktivitas sosial yang berlangsung di lingkungan sekolah. Data tersebut disajikan dalam bentuk deskripsi, narasi, dan interpretasi untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai fenomena yang diteliti.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder (Prawanti dkk., 2025). Data primer diperoleh secara langsung melalui wawancara mendalam dengan peserta didik, guru Bimbingan dan Konseling (BK), wali kelas, serta pihak sekolah yang memiliki informasi mengenai interaksi sosial peserta didik. Selain itu, observasi terhadap aktivitas peserta didik di lingkungan sekolah dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai bentuk-bentuk dukungan sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Siti Romdona dkk., 2025). Adapun data sekunder diperoleh dari

berbagai dokumen sekolah, seperti program bimbingan dan konseling, tata tertib sekolah, laporan kegiatan peserta didik, serta literatur ilmiah berupa buku, jurnal, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan dukungan sosial teman sebaya dan kesejahteraan psikologis.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara semi terstruktur digunakan untuk menggali pengalaman, persepsi, serta pandangan informan mengenai dukungan sosial teman sebaya dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik (Rachmawati, 2007). Observasi dilakukan secara langsung terhadap interaksi sosial peserta didik di lingkungan sekolah, baik dalam kegiatan pembelajaran maupun kegiatan di luar kelas, untuk memperoleh data yang sesuai dengan kondisi nyata. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk melengkapi informasi yang diperoleh melalui wawancara dan observasi dengan memanfaatkan berbagai dokumen sekolah, foto kegiatan, serta arsip yang berkaitan dengan pelaksanaan program pembinaan peserta didik. Ketiga teknik tersebut digunakan secara terpadu guna meningkatkan kelengkapan dan keakuratan data penelitian.

Teknik analisis data mengacu pada model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldana, yang meliputi empat tahapan, yaitu pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi Kesimpulan (Daniel & Taneo, 2019). Data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi terlebih dahulu direduksi dengan memilih informasi yang relevan sesuai fokus penelitian, kemudian dikelompokkan ke dalam tema-tema tertentu. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif sehingga memudahkan proses interpretasi. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan keterkaitan antar teman yang ditemukan di lapangan. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian menerapkan triangulasi sumber dan triangulasi teknik, yaitu membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai informan serta hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga temuan penelitian memiliki tingkat kredibilitas yang tinggi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil wawancara menunjukkan bahwa peserta didik memperoleh berbagai bentuk dukungan sosial dari teman sebaya, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan instrumental. Dukungan emosional menjadi bentuk dukungan yang paling sering dirasakan peserta didik. Informan pertama mengungkapkan bahwa ketika menghadapi masalah, teman temannya bersedia mendengarkan, memberikan semangat, dan menemaninya sehingga ia merasa lebih tenang dan tidak menghadapi masalah seorang diri. Informan menyatakan, *"Saya jadi lebih lega, lebih semangat belajar, dan tidak merasa sendirian"*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan emosional memberikan rasa aman dan membantu peserta didik mengelola tekanan yang dialami di lingkungan sekolah.

Selain dukungan emosional, peserta didik juga memperoleh dukungan informasi melalui kegiatan belajar bersama. Informan kedua menjelaskan bahwa teman-temannya sering membantu menjelaskan materi pelajaran ketika ia mengalami kesulitan memahami pembelajaran. Menurutnya, bantuan tersebut membuatnya lebih percaya diri dalam mengikuti proses belajar. Ia menyampaikan, *"Kalau saya tidak paham pelajaran, teman menjelaskan lagi sampai saya mengerti"*. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa teman

sebaya berperan sebagai sumber belajar yang membantu meningkatkan pemahaman akademik sekaligus memperkuat motivasi belajar peserta didik. Hasil wawancara dengan informan ketiga menunjukkan adanya dukungan instrumental dan dukungan yang diberikan. Informan menyatakan bahwa ia kerap sekali dibantu ketika mengalami kesulitan mengerjakan tugas serta memberikan semangat ketika merasa kurang percaya diri. Ia berharap seluruh peserta didik dapat saling menghargai dan tidak mengejek teman yang sedang mengalami kesulitan. Temuan tersebut menampilkan bahwa bantuan nyata dan penghargaan dari teman sebaya mampu meningkatkan rasa percaya diri serta kenyamanan peserta didik selama berada di lingkungan sekolah.

Ungkapan dari informan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara dengan Guru BK. Beliau menjelaskan bahwa pada masa remaja awal, teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan emosional, sosial, dan motivasi belajar peserta didik. Bentuk dukungan yang paling sering muncul adalah saling membantu dalam belajar, memberikan semangat, mendengarkan keluhan, mengajak bergaul, serta bekerja sama dalam berbagai kegiatan sekolah. Guru BK juga menjelaskan bahwa peserta didik yang memperoleh dukungan sosial cenderung lebih percaya diri, mampu mengendalikan emosi, memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Sebaliknya, peserta didik yang kurang memperoleh dukungan sosial cenderung menjadi lebih pendiam, kurang percaya diri, mudah cemas, dan menarik diri dari pergaulan. Hasil wawancara dengan Kepala Sekolah semakin memperkuat temuan penelitian. Kepala Sekolah menyampaikan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor penting yang mendukung perkembangan psikologis peserta didik. Menurutnya, sekolah berupaya membangun budaya saling menghargai dan kerja sama melalui kegiatan pembelajaran, program karakter, dan ekstrakurikuler.

Meskipun demikian, sekolah masih menghadapi tantangan berupa konflik antar teman, konflik dan pengaruh media sosial yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis peserta didik. Oleh karena itu, sekolah terus melakukan pembinaan agar tercipta lingkungan yang ramah, saling mendukung, dan bebas dari perundungan. Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa bentuk dukungan sosial teman sebaya di SMP Mekar Arum Bandung meliputi dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan instrumental. Ketiga bentuk dukungan tersebut memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik melalui peningkatan rasa aman, kepercayaan diri, motivasi belajar, kemampuan beradaptasi, dan kenyamanan dalam berinteraksi di lingkungan sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik di SMP Mekar Arum Bandung. Berdasarkan hasil wawancara dengan lima informan, ditemukan bahwa bentuk dukungan sosial yang paling dominan meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan instrumental. Keempat bentuk dukungan tersebut saling melengkapi dalam membantu peserta didik menghadapi tantangan akademik maupun sosial selama berada di lingkungan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai rekan belajar, tetapi juga sebagai sumber dukungan psikologis yang membantu peserta mengembangkan rasa aman, nyaman, dan percaya diri (Satria & Kurniawati, 2024).

Dukungan emosional menjadi bentuk dukungan yang paling banyak dirasakan oleh peserta didik (KolangNauli & Bui, 2025). Hasil wawancara menunjukkan bahwa peserta

didik merasa lebih tenang, lebih bersemangat, dan tidak merasa kesepian ketika memperoleh perhatian, empati, dan motivasi dari teman-temannya. Kondisi tersebut menampilkan bahwa hubungan emosional yang positif mampu membantu peserta didik mengurangi tekanan psikologis akibat masalah akademik maupun masalah pribadi. Temuan ini sejalan dengan teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh House (1981) dalam Aliyah dkk (2024), yang menjelaskan bahwa dukungan emosional berupa perhatian, kepedulian, dan kasih sayang mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan hidup. Pada masa remaja, kebutuhan untuk diterima oleh kelompok teman sebaya menjadi salah satu kebutuhan perkembangan yang penting sehingga keberadaan teman yang mampu memberikan dukungan emosional akan meningkatkan rasa aman dan memperkuat kesejahteraan psikologis peserta didik.

Selain dukungan emosional, penelitian ini menemukan bahwa dukungan informasi memiliki kontribusi yang besar terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik (Rambe & Widodo, 2024). Membantu teman dalam menjelaskan materi pelajaran, mengingatkan tugas, serta berbagi informasi akademik membuat peserta didik lebih mudah memahami pembelajaran dan lebih percaya diri dalam mengikuti kegiatan di kelas. Temuan ini menunjukkan bahwa teman sebaya berfungsi sebagai sumber belajar yang melengkapi peran guru. Hasil penelitian ini mendukung pendapat *Vygotsky* yang menekankan bahwa interaksi sosial merupakan unsur penting dalam perkembangan kognitif peserta didik (Syaifulloh, 2023). Melalui proses belajar bersama dan diskusi kelompok, peserta didik memperoleh kesempatan untuk membangun pengetahuan sekaligus mengembangkan kemampuan berpikir kritis. Dengan demikian, dukungan informasi tidak hanya berdampak pada peningkatan prestasi belajar, tetapi juga berpengaruh terhadap kondisi psikologis peserta didik karena mampu mengurangi kecemasan akademik.

Penelitian ini juga menemukan bahwa dukungan yang diberikan memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan konsep diri dan harga diri peserta didik. Ketika teman memberikan apresiasi terhadap kemampuan, pendapat, maupun usaha yang dilakukan, peserta didik merasa terinspirasi dan memiliki keyakinan yang lebih besar terhadap kemampuan dirinya (Satria & Kurniawati, 2024). Sebaliknya, hasil wawancara menunjukkan bahwa pengalaman dijauhi teman atau kesalahpahaman menyebabkan peserta didik kehilangan semangat belajar dan merasa kurang nyaman berada di sekolah. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa diberikan penghargaan dari teman sebaya yang memiliki peran penting dalam membangun identitas diri remaja (Awwaliyah dkk., 2025). Hal ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erikson dalam Khairunnisa Nazwa Kamilla dkk (2022), yang menyatakan bahwa remaja sedang berada pada tahap pencarian identitas, sehingga penerimaan dan penghargaan dari lingkungan sosial menjadi faktor yang sangat menentukan perkembangan kepribadian mereka.

Peran sekolah sangat penting dalam membangun budaya dukungan sosial antar peserta didik. Guru BK menjelaskan bahwa sekolah menyelenggarakan layanan bimbingan klasikal, konseling individu, konseling kelompok, serta berbagai kegiatan yang mendorong kerja sama dan kepedulian antar peserta didik (Danar Nanda Rachmawati dkk., 2026). Sementara itu, Kepala Sekolah menegaskan bahwa budaya saling menghargai, gotong royong, dan pendidikan karakter terus dikembangkan melalui kegiatan pembelajaran maupun ekstrakurikuler. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak terbentuk secara alami semata, tetapi juga dipengaruhi oleh kebijakan sekolah yang menciptakan iklim sosial yang positif (Jumadi, 2017). Lingkungan sekolah yang aman dan

bebas dari perundungan akan memberikan ruang bagi peserta didik untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat.

Jika dikaitkan dengan teori *Psychological Well-Being* yang dikemukakan oleh Carol D. Ryff dalam Hartati & Diki Arisandi (2025), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. Dukungan emosional membantu meningkatkan penerimaan diri, sedangkan hubungan yang harmonis dengan teman memperkuat dimensi hubungan positif dengan orang. Dukungan informasi membantu peserta didik mengembangkan penguasaan lingkungan karena mereka mampu menghadapi berbagai tuntutan akademik dengan lebih baik. Sementara itu, penghargaan yang diberikan kepada teman meningkatkan rasa percaya diri dan mendorong pertumbuhan pribadi. Dengan demikian, seluruh bentuk dukungan sosial yang ditemukan dalam penelitian ini berkontribusi terhadap terciptanya kesejahteraan psikologis peserta didik secara menyeluruh.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat secara psikologis. Temuan penelitian menampilkan bahwa peserta didik yang memperoleh dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan nyata dari teman sebayanya cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, motivasi belajar yang lebih tinggi, kemampuan beradaptasi yang lebih baik, serta hubungan sosial yang lebih positif. Oleh karena itu, sekolah perlu terus memperkuat program pendidikan karakter, pembelajaran kolaboratif, layanan bimbingan dan konseling, serta kegiatan *dukungan sejawat* sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor protektif yang berperan penting dalam perkembangan psikologis remaja di lingkungan sekolah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran yang sangat penting sebagai faktor penentu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik di SMP Mekar Arum Bandung. Hasil studi kasus yang melibatkan lima informan menunjukkan bahwa bentuk dukungan sosial yang diterima peserta didik meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan instrumental. Keempat bentuk dukungan tersebut memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan rasa percaya diri, motivasi belajar, kemampuan mengelola emosi, serta kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Selain itu, faktor faktor seperti kualitas hubungan interpersonal, intensitas interaksi sosial, komunikasi yang efektif, empati, dan budaya saling mendukung turut memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis peserta didik. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran strategis dalam membangun lingkungan yang kondusif melalui pendidikan karakter, layanan bimbingan dan konseling, pembelajaran kolaboratif, serta kegiatan ekstrakurikuler yang mendorong terciptanya hubungan sosial yang positif. Dengan demikian, sinergi antara peserta didik, guru, dan pihak sekolah dalam membangun budaya saling mendukung menjadi upaya yang efektif untuk mewujudkan lingkungan pendidikan yang aman, inklusif, dan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilianti, N. (2025). Integrasi nilai-nilai Islam dalam pembentukan niat dan motivasi belajar siswa melalui Pendidikan Agama Islam: Telaah psikologi pendidikan. *Ihsanika: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(3), 104–114. <https://doi.org/10.59841/ihsanika.v3i3.2853>
- Aldi, M., & Khairanis, R. (2025). Integrasi ilmu pendidikan Islam dan psikologi pendidikan dalam membentuk karakter dan kecerdasan spiritual siswa. *Akhlaq: Journal of Education Behavior and Religious Ethics*, 1(1). <https://doi.org/10.30998/jebg.v1i1.3723>
- Aliyah, N. A., Winta, M. V. I., & Erlangga, E. (2024). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap harga diri pada santri. *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (Online)*, 5(1), 158–165. <https://doi.org/10.36312/jcm.v5i1.2617>
- Annisa, W. T., & Dewi, E. M. P. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa berasrama di SMA Islam Athirah Bone. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 5(3), 3. <https://doi.org/10.17977/um065.v5.i3.2025.3>
- Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja di SMKN 4 Tasikmalaya. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1), 27–38. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i1.909>
- Danar Nanda Rachmawati, Niamah, K., & Nur Yanah. (2026). Strategi komunikasi guru bimbingan dan konseling berbasis nilai-nilai Islami dalam meningkatkan keterbukaan siswa di SMP Negeri 1 Sumbergempol Tulungagung. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 8(1), 41–63. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v8i1.5086>
- Daniel, F., & Taneo, P. N. L. (2019). Analisis kesulitan mahasiswa dalam penyusunan proposal penelitian pendidikan matematika. *JPMI (Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia)*, 4(2), 79. <https://doi.org/10.26737/jpmi.v4i2.956>
- Faulintya, G., Nurmalisa, Y., & Mentari, A. (2025). Pengaruh interaksi teman sebaya terhadap tindakan moral pada peserta didik di SMP Negeri 1 Belitang. *Jurnal Citizenship: Media Publikasi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/10.12928/citizenship.v8i1.733>
- Hartati, S., & Diki Arisandi. (2025). Studi pendahuluan: Psychological well-being dan positive education pada mahasiswa Generasi Z di era teknologi. *Journal of Sustainable Education*, 2(1), 9–18. <https://doi.org/10.69693/jose.v2i1.141>
- Jannah, N. A. I., & Ariyanto, M. S. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter life crisis pada Generasi-Z. *Peshum: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 5(1), 449–460. <https://doi.org/10.56799/peshum.v5i1.12757>
- Jumadi, J. (2017). Reaktualisasi nilai sosial budaya melalui pendidikan dan pembentukan karakter bangsa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Sejarah*, 4(2), 63–76. <https://doi.org/10.21009/jps.042.07>
- Khairunnisa Nazwa Kamilla, Alifia Nur Elga Saputri, Dayang Astri Fitriani, Sofie Aulia Az Zahrah, Putri Febiane Andryana, Istighna Ayuningtyas, & Indah Salsabila Firdausia.

- (2022). Teori perkembangan psikososial Erik Erikson. *Early Childhood Journal*, 3(2), 77–87. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>
- Kolangnauli, J., & Bui, T. C. (2025). *Motivasi dan emosional berperan penting dalam pembelajaran pendidikan bagi peserta didik*.
- Mufidha, A. (2021). Dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor psychological well-being pada remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>
- Prawanti, A. A., Kumala, I., Fadillah, M. N., Damanik, R. Y. S., & Lubis, R. N. (2025). Desain, jenis, dan metode dalam penelitian kualitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 4(1), 384–388. <https://doi.org/10.64464/tarbiyah.v4i1.186>
- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif: Wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40. <https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184>
- Rambe, A., & Widodo, J. (2024). *Integrasi etika pendidikan dan keterikatan sosial dalam pembelajaran holistik*, 8.
- Satria, J. G., & Kurniawati, M. (2024). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (studi pada mahasiswa perantau)*, 4.
- Siti Romdona, Silvia Senja Junista, & Ahmad Gunawan. (2025). Teknik pengumpulan data: Observasi, wawancara dan kuesioner. *JISOSepol: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik*, 3(1), 39–47. <https://doi.org/10.61787/taceee75>
- Syaifulloh, I. (2023). Relevansi teori konstruktivistik Vygotsky dengan Kurikulum Merdeka: Studi kepustakaan. *Jurnal Tinta*, 22(1), 5–16. <https://doi.org/10.1080/0305498960220101>
- Yuliani, I. (2018). *Konsep psychological well-being serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling*.