

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah kebutuhan dasar yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Perannya sangat penting dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas untuk mendukung kemajuan pembangunan negara yang lebih maju. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah upaya yang terencana dan disadari untuk menciptakan lingkungan serta proses belajar yang kondusif, sehingga peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi mereka. Pendidikan bertujuan membentuk kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian yang tangguh, kecerdasan, akhlak yang baik, serta keterampilan yang diperlukan bagi diri mereka sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara.¹ Pendidikan tak terlepas dari peran lembaga pendidikan, tempat berlangsungnya proses belajar mengajar, yang disebut sekolah. Sekolah adalah sarana untuk menyalurkan ilmu pengetahuan serta menjadi tempat di mana kegiatan memberi dan menerima pelajaran terjadi. Di dalam lembaga pendidikan, terdapat beberapa unsur penting, seperti kepala sekolah, guru, siswa, kurikulum, serta sarana dan prasarana, yang semuanya berperan dalam mendukung keberhasilan pendidikan.

Individu yang berada dalam suatu lembaga pendidikan merupakan bagian yang tak terpisahkan, karena keberadaan mereka adalah syarat agar

¹ Republik Indonesia, *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78, Pasal 1 Ayat (1) dan Pasal 3.

proses pendidikan dapat berjalan dengan baik. Peralihan dari jenjang SD ke jenjang SMP bukanlah hal yang mudah bagi siswa. Masa SD biasanya diwarnai dengan kurangnya keseriusan dalam belajar, namun begitu memasuki SMP, siswa mulai dihadapkan pada tanggung jawab yang lebih besar dan diharapkan untuk lebih serius dalam hal akademik.

Masa peralihan ini identik dengan pencarian identitas “*trial and error*”, sehingga seringkali remaja terlibat pada perbuatan yang tidak sesuai atau bahkan melanggar norma agama maupun norma masyarakat sekitarnya. Karenanya remaja perlu mendapatkan kesejahteraan psikologis yang positif guna menjalani tahap perkembangannya. *Psychological well-being* mengindikasikan kesehatan psikologis pada individu, ditandai dengan maksimalnya fungsi dari aspek-aspek psikologis untuk menuju aktualisasi diri.

Menurut Ryff, *psychological well-being* merujuk pada pencapaian psikologis individu, di mana mereka dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri mereka, membangun hubungan positif dengan lingkungan sekitar, bersikap mandiri, mampu membuat keputusan, mengelola lingkungan mereka, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan merasa berkembang. *Psychological well-being* adalah keadaan psikologis yang positif yang berlangsung secara kontinu sepanjang hidup seseorang, memungkinkan individu untuk mengembangkan potensi mereka sepenuhnya, serta mencapai kematangan dan kesehatan mental yang baik.² Konsep ini mencerminkan kebahagiaan dan perkembangan psikologis yang diperoleh melalui pengalaman hidup, sehingga individu dapat

² Carol D. Ryff, “Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being,” *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989): 1069–1081.

mengoptimalkan kemampuannya. Berdasarkan pengertian ini, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi di mana seseorang dapat mencapai fungsi psikologis yang optimal sebagai hasil dari pengalaman hidup yang dijalani.

Psychological well-being menurut Ryff terdiri atas beberapa aspek, antara lain: Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*), Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relationship with Others*), Otonomi (*Autonomy*), Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*), Tujuan Hidup (*Purpose in Life*), dan Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*). Selain itu, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*, antara lain: faktor demografis (yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya), Dukungan Sosial Teman Sebaya, evaluasi terhadap pengalaman hidup dan *locus of control*.³

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Sausanuz Zakiyyah Hamibawani, Hambali dan Indreswari, menunjukkan bahwa 25,86% siswa di SMP Swasta Malang berada pada kategori rendah.⁴ Pada penelitian oleh Sulistiyana dkk, menunjukkan bahwa 67% siswa SMP bantaran Sungai Banjarmasin berada pada kategori sedang.⁵ Pada penelitian oleh Rukmini dan Saman, menunjukkan bahwa setelah intervensi bibliokonseling, PWB meningkat secara signifikan

³ C. D Ryff, *Psychological Well-Being in Adult Life. Current Directions in Psychological Science*, vol. 4, (1995): 99-10

⁴ Sausanuz Zakiyyah Hamibawani, IM Hambali dan H Indreswari. Profil Psychological Well-Being Siswa dari Keluarga Broken Home. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2024), 859-866.

⁵ Sulistiyana, dkk. Analysis of the Psychological Well Being Profile of Middle School Students around the Riverbanks of Banjarmasin City. *International Jurnal of Social Science and Human Research*, 7(2024)

dari kategori sangat rendah menjadi tinggi.⁶ Hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan konsistensi *psychological well-being* siswa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 25 september 2024 untuk pengambilan data awal kepada siswa-siswi di SMPIT Bina Insani Kota Kediri.⁷ Diperoleh data sebagai berikut, pada aspek Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relationship with Others*) dapat digambarkan bahwa siswa merasa sulit membangun hubungan positif dengan orang lain. Karena siswa terlibat perselisihan antar teman, hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan orang lain.

Pada aspek Tujuan Hidup (*Purpose in Life*) dapat digambarkan bahwa siswa masih bingung terhadap tujuan hidupnya, hal ini terlihat dari sikap kurang antusias terhadap masa depan dan keraguan dalam merencanakan langkah-langkah akademis. Serta siswa juga terlihat lebih dominan untuk melancarkan hafalan terlebih dahulu, sehingga belum ada pandangan/rencana di masa depan. Individu yang mempunyai perasaan tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dalam masa lalu di kehidupannya, dan tidak mempunyai kepercayaan yang dapat membuat hidup lebih berarti.

Pada aspek Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*) dapat digambarkan bahwa siswa memiliki Penguasaan Lingkungan yang baik. Hal ini ditunjukkan siswa merasa mampu mengelola tuntutan akademik dan sosial

⁶ Gusti Ayu R, Abdul Saman. Pengaruh Teknik Bibliokonseling terhadap Psychological Well-being Siswa di SMP Negeri 20 Makassar. ResearchGate & OJS UNM, (2023)

⁷ Wawancara, Siswa SMPIT Bina Insani Kota Kediri. 25 September 2024

dengan baik. Siswa mampu menyeimbangkan waktu antara belajar dan aktivitas ekstrakurikuler.

Pada aspek Otonomi (*Autonomy*) dapat digambarkan bahwa siswa memiliki otonomi yang baik. Hal ini ditunjukkan siswa memiliki perkembangan kemandirian dalam membuat keputusan pribadi, seperti memilih cara belajar yang efektif dan memilih kegiatan ekstrakurikuler sesuai yang di minati.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri memiliki *Psychological Well-Being* yang berbeda-beda. Beberapa siswa membutuhkan dukungan tambahan untuk mencapai keseimbangan yang lebih baik antara aspek-aspek *Psychological Well-Being*, seperti dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain serta menemukan tujuan hidup, sementara beberapa lainnya sudah menunjukkan kemampuan mandiri dalam mengelola tantangan akademik dan sosial.

Secara teoritis *Psychological Well-Being* dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik itu internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah religiusitas.

Religiusitas menurut Glock dan Stark adalah tingkat konsepsi seseorang terhadap agama dan tingkat komitmen seseorang terhadap agamanya.⁸ Tingkat konseptualisasi merujuk pada pemahaman seseorang terhadap agamanya, sedangkan tingkat komitmen berkaitan dengan sejauh mana individu berkomitmen untuk memahami dan menghayati agamanya secara mendalam.

⁸ Glock dan Strak (dalam Sari, Yunita dkk 2012: 312)

Dengan demikian, ada berbagai cara bagi individu untuk menjadi religious. Siswa yang memiliki religiusitas tinggi maka akan berpengaruh positif dalam meningkatkan *psychological well-being* yang lebih baik. Oleh karena itu adanya religiusitas memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan diri siswa.⁹

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haditiya Pratama dan Zulian Fikri, dengan judul “Pengaruh Religiusitas terhadap *Psychological Well Being* pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang”. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara religiusitas terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa.¹⁰

Dalam proses meningkatkan *psychological well-being* selain religiusitas dibutuhkan juga Dukungan Sosial Teman Sebaya. Menurut Sarafino Dukungan Sosial adalah segala bantuan kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diberikan orang lain kepada individu atau kelompok.¹¹ Dukungan Sosial Teman Sebaya yang diterima individu dari lingkungannya, berupa dorongan, perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang, akan membuat remaja merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang-orang di sekitarnya. Dukungan Sosial ini bisa diperoleh dari pasangan, anak-anak, anggota keluarga lainnya, teman, profesional, komunitas, masyarakat, atau

⁹ Anisa Fitriani, Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well-being, *Jurnal Studi Lintas Agama*, Vol 11(2017)

¹⁰ Haditiya Pratama dkk, Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang, *jurnal pendidikan tambusai*. Vol 7 (2023)

¹¹ E.P Sarafino, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7 ed. (New York: John Wiley & Sons, Inc., 2011). 81

kelompok sosial lainnya.¹² Individu yang memperoleh Dukungan Sosial Teman Sebaya akan merasa diterima dan dihargai secara positif. Hal ini mendorong individu untuk mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri, lebih mampu menerima dan menghargai dirinya, serta mengoptimalkan potensi yang dimilikinya, sehingga dapat mencapai *psychological well-being*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asifa Mufidha dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor *Psychological Well-Being* Pada Remaja”. Hasil dari penelitian yaitu bahwa Dukungan Sosial Teman Sebaya memiliki pengaruh positif terhadap *psychological well-being* pada remaja, Dukungan Sosial Teman Sebaya berkontribusi sebanyak 42,4% terhadap *psychological well-being* pada remaja.¹³

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Psychological Well-Being* pada Siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri”**.

B. Rumusan Masalah

Untuk mempermudah dalam penelitian ini, maka diperlukan untuk merumuskan masalah yang akan menjadi fokus dalam penelitian. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

¹² Triana Indrawati, Peranan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka di Cirebon, *Jurnal Pendidikan Islam* Vol 2 (2017) Hal 70-88

¹³ Asifa Mufidha, Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai *Prediktor Psychological Well-Being* Pada Remaja, *Acta Psychologia* Vol, 1 (2019). Hal. 34

1. Adakah pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri?
2. Adakah pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri?
3. Adakah pengaruh religiusitas dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri.
2. Untuk mengetahui pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri.
3. Untuk mengetahui pengaruh religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan referensi mengenai religiusitas, dukungan sosial teman sebaya, serta *psychological well-being*, sehingga dapat memperkaya khazanah ilmu dalam psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat secara praktis

a. Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pihak sekolah mengenai pengaruh religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *psychological well-being* siswa, serta menjadi acuan dalam menangani berbagai masalah yang berkaitan dengan proses belajar mengajar siswa di sekolah.

b. Guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengaruh religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *psychological well-being* pada siswa.

c. Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu menunjukkan bahwa dengan terbentuknya religiusitas pada siswa dan adanya Dukungan Sosial Teman Sebaya, maka siswa dapat mencapai *psychological well-being* atau Sejahtera secara psikologis yang baik sehingga masa depan mereka dapat terwujud sesuai dengan harapan dan cita-cita.

d. Penelitian selanjutnya

Dalam ranah akademis, penelitian ini dapat memperluas wawasan bagi rekan-rekan mahasiswa serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merujuk pada rangkuman hasil-hasil penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya, yang memiliki kaitan langsung dengan topik

yang akan dibahas. Uraian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai penelitian yang sudah ada dan relevansinya dengan isu yang sedang diteliti.¹⁴ Peneliti menemukan beberapa penelitian yang hampir memiliki kesamaan dengan judul yang diangkat oleh penulis, yaitu:

1. Dalam penelitian dengan judul “Hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 semarang” yang ditulis oleh Rusda Aini Linawati dan Dinie Ratri Desiningrum, mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hasil dari penelitian yaitu bahwa religiusitas memiliki pengaruh positif terhadap *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang, semakin tinggi tingkat religiusitas, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being*. Religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 57% terhadap *psychological well-being* siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang, sementara sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.¹⁵ Perbedaan dengan penelitian terdahulu adalah terletak pada judul, disini peneliti menggunakan 3 variabel yang mana X₂ (Dukungan Sosial Teman Sebaya) dan penelitian terdahulu menggunakan 2 variabel. Sedangkan persamaannya pada variabel X₁ yaitu religiusitas dan variabel Y yaitu *psychological well-being*.
2. Pada penelitian dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa Menengah Pertama (SMP)” yang

¹⁴ Tim Penyusun IAIN Kediri, *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah*,(Kediri : LPPM IAIN Kediri, 2020), Hal. 60.

¹⁵ Rusda Aini Linawati dkk, Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*, Vol.7 (2017). Hal. 105

ditulis oleh Muhammad Dimyathy dan Hazim, mahasiswa program studi psikologi, fakultas psikologi dan ilmu Pendidikan, universitas Muhammadiyah sidoarjo Indonesia. Hasil dari penelitian yaitu bahwa hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa SMP Unggulan Al-falah siwalanpanji sebesar 20,6% menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kedua faktor tersebut. Siswa dengan religiusitas tinggi cenderung mempunyai *psychological well-being* tinggi dan siswa dengan religiusitas rendah maka memiliki *psychological well-being* yang rendah.¹⁶ Perbedaan dengan penelitian terdahulu adalah terletak pada judul, disini peneliti menggunakan 3 variabel yang mana X₂ (Dukungan Sosial Teman Sebaya) dan penelitian terdahulu menggunakan 2 variabel. Sedangkan persamaannya pada variabel X₁ yaitu religiusitas dan variabel Y yaitu *psychological well-being*.

3. Pada penelitian dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor *Psychological Well-Being* Pada Remaja” yang ditulis oleh Asifa Mufidha, mahasiswi jurusan psikologi fakultas ilmu pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Hasil dari penelitian yaitu bahwa Dukungan Sosial Teman Sebaya memiliki pengaruh positif terhadap *psychological well-being* pada remaja, Dukungan Sosial Teman Sebaya berkontribusi sebanyak 42,4% terhadap *psychological well-being* pada remaja. Sumbangan tertinggi adalah dimensi hubungan yang positif dengan orang lain, yaitu sebesar 35,77% dan sumbangan terendah adalah

¹⁶ Muhammad Dimayathy dkk, Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 8(2024), Hal. 1307.

dimensi tujuan hidup sebesar 9,27%.¹⁷ Perbedaan pada penelitian terdahulu adalah pada judul, disini peneliti menggunakan 3 variabel yang mana variabel X₁ (religiusitas) dan penelitian terdahulu menggunakan 2 variabel. Sedangkan persamaannya pada variabel X₂ yaitu Dukungan Sosial Teman Sebaya dan variabel Y yaitu *psychological well-being*.

4. Pada penelitian dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Remaja di Panti Asuhan Kecamatan Gajahmungkur” yang ditulis oleh Rohhun Normadhone dan Eni Rindi Antika mahasiswa di Universitas Negeri Semarang. Hasil penelitian yaitu menunjukkan bahwa Dukungan Sosial berkontribusi sebesar 37,1% terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan Kecamatan Gajahmungkur. Dengan kata lain, semakin tinggi Dukungan Sosial yang diterima oleh remaja, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki mereka.¹⁸ Perbedaan pada penelitian terdahulu adalah pada judul, disini peneliti menggunakan 3 variabel yang mana variabel X₁ (religiusitas) dan penelitian terdahulu menggunakan 2 variabel. Sedangkan persamaannya pada variabel X₂ yaitu Dukungan Sosial dan variabel Y yaitu *psychological well-being*.
5. Pada penelitian dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah” yang ditulis oleh Festi Wulandari dan Rini Lestari

¹⁷ Asifa Mufidha, Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai *Prediktor Psychological Well-Being* Pada Remaja, *Acta Psychologia* Vol, 1 (2019). Hal. 34

¹⁸ Rohhun normadhone dkk, Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Remaja di Panti Asuhan Kecamatan Gajahmungkur. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol, 20 (2023) Hal. 161

mahasiswa program studi psikologi, fakultas psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil penelitian yaitu menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa di provinsi jawa Tengah. Sumbangan efektif yang diberikan oleh religiusitas dan Dukungan Sosial kepada *psychological well-being* masing-masing adalah 9,08% dan 75,32%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah memiliki tingkat religiusitas dan *psychological well-being* yang sedang dan tingkat Dukungan Sosial yang tinggi.¹⁹ Perbedaan pada penelitian terdahulu adalah pada objek yang di teliti. Sedangkan persamaannya yaitu sama-sama meneliti 3 variabel pada X₁ yaitu religiusitas, variabel X₂ yaitu Dukungan Sosial, dan variabel Y *psychological well-being*.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu pengertian yang memiliki dasar suatu sifat dalam hal yang bisa diteliti.²⁰ Dalam penelitian ini, definisi operasional yang menjadi acuan sebagai berikut:

1. Religiusitas

Religiusitas adalah tingkat keterlibatan individu dalam keyakinan, praktik, dan nilai-nilai agama yang tercermin dalam aspek keyakinan, ibadah, pengalaman religius, pengetahuan agama, serta penerapan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari.

¹⁹ Festi Wulandari dkk, *Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah*, (2024) Hal. 1.

²⁰ Tim Penyusun IAIN Kediri, *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah*,(Kediri : LPPM IAIN Kediri, 2020), Hal. 60.

2. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah persepsi individu terhadap ketersediaan dan kualitas bantuan emosional, instrumental, dan informasional yang diberikan oleh keluarga, teman, atau komunitas dalam menghadapi stres dan tantangan hidup.

3. *Psychological well-being*

Psychological well-being adalah kondisi kesejahteraan mental yang ditandai dengan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, serta perkembangan pribadi.