

Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Santriwati Baru

Syarifah Masthura^{1*}, Vivi Safrida Askha², Sri Jumiati³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Aceh

*Corresponding Author E-mail: *masthuraazzahir_psik@abulyatama.ac.id,

vivisafridaaska@gmail.com, Srijumiati_psik@abulyatama.ac.id

Article History: Received: July 18, 2026; Accepted: September 10, 2026

ABSTRACT

Psychological well-being is an important aspect in the education of female students at Islamic boarding schools because it plays a role in supporting the adaptation process, emotional stability, and character formation of students to enable them to live mentally healthy and positive lives in the dormitory environment. One supporting factor that can influence psychological well-being is social support obtained from family, peers, and caregivers. This helps them adapt, cope with stress, and feel safe while living at the Islamic boarding schools. The purpose of this study was to determine the relationship between social support and the psychological well-being of new female students. This research type is descriptive correlation with a cross-sectional study design. The population in this study was all 62 new female students in grade VII with the sampling technique being total sampling. Data collection instruments used questionnaire test. The data analysis in this study used univariate and bivariate analysis with the Chi Square test. The research result, namely the relationship between social support and the psychological well-being of new female students, obtained a p-value of 0.651 ($p > 0.05$). The conclusion of this study is that there is no relationship between social support and the psychological well-being of new female students at Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah, Banda Aceh City.

Keyword: Students, Social Support, Psychological Well-Being

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam pendidikan santriwati di pesantren karena berperan dalam mendukung proses adaptasi, stabilitas emosi, serta pembentukan karakter santri agar mampu menjalani kehidupan secara sehat mental dan positif di lingkungan asrama. Salah satu faktor pendukung yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, teman sebaya, maupun pengasuh. Hal ini membantu mereka beradaptasi, mengatasi stres, dan merasa aman selama tinggal di pesantren. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif korelasi dengan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati baru kelas VII sebanyak 62 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu total *sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Penelitian ini telah dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh pada tanggal 2 - 9 Mei tahun 2026. Analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian yaitu hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru didapatkan *p value* 0,651 ($p > 0,05$). Kesimpulan penelitian ini yaitu tidak ada hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh.

Kata Kunci: Santriwati, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Psikologis

1. PENDAHULUAN

Santriwati merupakan sebutan peserta didik di pondok pesantren untuk mendalami ilmu agama. Pesantren yaitu suatu sistem pendidikan terpadu yang mengutamakan pendidikan akademis

dalam bentuk agama khususnya agama Islam. Pesantren berfokus pada pendidikan yang menekankan pada pengajaran untuk menghormati prinsip-prinsip kemanusiaan (Rohmah dkk, 2023). Pendidikan di pondok pesantren menekankan pengembangan karakter, menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan dan agama, serta memiliki gaya hidup sederhana yang ditandai dengan ketulusan tulus untuk menuntut ilmu agama (Ayu dkk, 2023).

Aktivitas didalam pondok pesantren sangat berbeda dengan kehidupan diluarnya. Seorang santriwati di pondok pesantren perlu menyesuaikan pola kehidupan, yang sebelumnya sering dilayani dan dekat dengan orang tua, kini dituntut untuk lebih mandiri (Yahya & Wulandari, 2023). Santriwati harus mampu beradaptasi dengan berbagai aktivitas serta aturan yang berlaku di lingkungan pesantren. Perubahan yang dihadapi meliputi aturan-aturan baru, pindah tempat tinggal, adaptasi dengan lingkungan baru hingga transisi dari tinggal di rumah ke asrama (Hanani dkk, 2026).

Kemampuan beradaptasi serta memahami lingkungan baru merupakan hal yang sangat penting bagi santriwati (Ayu dkk, 2023). Banyaknya santriwati pendatang menghadapi berbagai rintangan mengadaptasikan diri terhadap orang-orang yang sebelumnya tidak dikenal. Salah satu permasalahan yang sering terjadi adalah santriwati gangguan kesehatan mental seperti kesejahteraan psikologis pada santriwati (Mu'ti dkk, 2023).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* tahun 2024 secara global, diperkirakan bahwa satu dari tujuh (14,3%) anak berusia 10–19 tahun mengalami kondisi kesehatan mental, namun kondisi ini sebagian besar tidak dikenali dan tidak diobati. Remaja dengan kondisi kesehatan mental sangat rentan terhadap pengucilan sosial, diskriminasi, stigma (yang mempengaruhi kesediaan untuk mencari bantuan), kesulitan pendidikan, perilaku berisiko, kesehatan fisik yang buruk, dan pelanggaran hak asasi manusia (WHO, 2024).

Di Indonesia sendiri, kondisi kesehatan mental remaja menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Hal ini sesuai data *Survei Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) 2022 menunjukkan bahwa sekitar 34,9% remaja Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental, setara dengan sekitar 15,5 juta remaja, dengan 5,5% di antaranya mengalami gangguan mental berat. Isu tersebut tidak hanya terjadi dalam konteks umum remaja, tetapi juga tercermin dalam dunia pendidikan. Tekanan akademik, isolasi sosial, dan dinamika lingkungan belajar berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pelajar, termasuk mereka yang berada di institusi pendidikan berbasis *boarding school* seperti pesantren (I-NAMHS, 2022).

Badan Kependudukan dan Keluarga Bencana Nasional, (BKKBN) Aceh menyebutkan bahwa masih banyak pelajar yang memiliki gangguan kesehatan mental seperti gangguan psikologis (BKKBN Aceh, 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Septiana dkk (2025),

mengatakan bahwa tingkat depresi, kecemasan dan stres pada remaja di Banda Aceh memasuki kategori sedang dengan jumlah persentase depresi (39,4%), kecemasan (52,1%) dan stres (36,2%).

Kesehatan mental merujuk pada kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sehingga berfungsinya aspek-aspek psikologis secara positif dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini tidak hanya ditandai dengan ketiadaan gangguan mental, tetapi juga tercermin dari kemampuan individu dalam mengembangkan potensi diri serta menjalankan peran sosial dan personal secara efektif (Abshar, 2025).

Kesejahteraan psikologis mencakup beberapa dimensi utama yaitu penerimaan terhadap diri sendiri, kemampuan menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian dalam mengambil keputusan, penguasaan terhadap lingkungan, kejelasan tujuan hidup, serta adanya proses pertumbuhan pribadi. Keseluruhan dimensi tersebut menggambarkan kompleksitas aspek subjektif dan fungsional kesejahteraan psikologis yang berperan penting dalam kualitas hidup individu ketika menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Mulyati dkk, 2023).

Kesejahteraan psikologis tidak semata-mata dimaknai sebagai kondisi merasa bahagia, tetapi juga mencakup pengalaman personal individu dalam menghadapi berbagai perubahan diri, membangun relasi sosial yang positif, serta mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya (Suprananto dkk, 2024). Secara fenomenologis kesejahteraan psikologis remaja merupakan perpaduan antara pengalaman emosi yang positif, penilaian kognitif terhadap kehidupan, serta kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara sosial (Pedhu, 2022).

Salah satu faktor penting yang membantu remaja menghadapi masa transisi untuk kesejahteraan psikologis yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berupa perhatian, bantuan emosional, penghargaan, maupun bantuan nyata yang diperoleh dari orang tua, teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah. Dukungan sosial yang dirasakan dengan baik mampu memberikan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, serta membantu individu dalam mengelola tekanan psikologis yang muncul selama proses penyesuaian diri (Anisa dkk, 2024).

Dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis remaja. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil, merasa dihargai, serta mampu menjalin hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko munculnya stres, kecemasan serta perasaan tidak nyaman dalam lingkungan baru (Nuraini & Fitriani, 2023). Dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam proses adaptasi santriwati karena dapat mencegah perasaan kesepian dan keterasingan. Santriwati memerlukan dukungan emosional, instrumental, informasional, serta afirmasi guna meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mendukung proses pertumbuhan serta perkembangan diri (Christanti & Lisa, 2023).

Proses pembelajaran pendidikan di madrasah, dukungan sosial tidak hanya berasal dari keluarga, tetapi juga dari ustadz dan ustadzah, teman sesama santri, serta sistem pembinaan yang diterapkan oleh lembaga pendidikan. Lingkungan pesantren yang menekankan kebersamaan dan kedisiplinan dapat menjadi sumber dukungan sosial yang kuat apabila dijalankan secara optimal. Namun, bagi santriwati baru, proses adaptasi terhadap budaya dan rutinitas pesantren tetap membutuhkan dukungan sosial yang konsisten agar kesejahteraan psikologis mereka tetap terjaga (Rohmah dkk, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anita dkk (2026), menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dengan nilai $p < 0,000 < 0,05$. Nilai koefisien regresi sebesar 1,506 menunjukkan bahwa setiap peningkatan dukungan sosial akan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Penelitian lain oleh Rohmah dkk (2023), diperoleh hasil uji statistik $p \text{ value } (0,000) < 0,05$ artinya terdapat hubungan dukungan sosial dengan adaptasi psikologis santriwati. Berdasarkan uraian permasalahan diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Santriwati Baru”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif korelasi dengan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati baru kelas VII sebanyak 62 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu total *sampling*. Teknik pengambilan data terdiri dari data sekunder yaitu jumlah santriwati kelas VII tahun 2026 dan data primer diambil dengan cara membagikan kuesioner.

Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner tentang dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Kuesioner dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan kusioner baku dari Gregory D. Zimet yang dikembangkan oleh Sulistiani dkk (2022), untuk mengukur dukungan dari keluarga, teman sebaya dan ustadz/ustadzah, sebanyak 12 item soal menggunakan skala Likert dengan 7 jawaban. Skor 7 = Sangat Setuju, skor 6 = Setuju, skor 5 = Agak Setuju, skor 4 = Netral, skor 3 = Agak Tidak Setuju, skor 2 = Tidak Setuju, skor 1 = Sangat Tidak Setuju. Tingkat dukungan sosial menurut Gregory D. Zimet dapat dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi.

Kuesioner kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini menggunakan kusioner baku dari Ryff yang dikembangkan oleh Revelia (2019), untuk mengukur kondisi kesejahteraan psikologis sebanyak 43 item soal menggunakan skala Likert dengan 7 jawaban. Skor 7 = Sangat Setuju, skor 6 = Setuju, skor 5 = Agak Setuju, skor 4 = Netral, skor 3 = Agak Tidak Setuju, skor 2 = Tidak Setuju,

skor 1 = Sangat Tidak Setuju. Kesejahteraan psikologis menurut Ryff dapat dikategorikan menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah.

Penelitian ini telah dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh pada tanggal 2 - 9 Mei tahun 2026. Proses pengolahan data yaitu *editing*, *coding*, *entry* dan *tabulating*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisa univariat dan bivariat. Analisis data univariat untuk menggambarkan frekuensi data dan persentase serta bivariat untuk melihat hubungan antar variabel menggunakan uji *Chi-Square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kategori karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
12 tahun	14	22,6
13 tahun	45	72,6
14 tahun	3	4,8
Total	63	100,0
Daerah Asal		
Kota Banda Aceh	16	25,8
Luar daerah Kota Banda Aceh	46	74,2
Total	63	100,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari total 62 responden, sebagian besar berusia 13 tahun sebanyak 45 responden (72,6%), disusul oleh usia 12 tahun sebanyak 14 responden (22,6%) dan sebagian kecil berusia 14 tahun sebanyak 3 responden (4,8%). Kemudian sebagian besar responden berasal dari luar daerah sebanyak 46 responden (74,2%) dibandingkan dari Kota Banda Aceh sebanyak 16 responden (25,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial

Dukungan Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	3	4,8
Sedang	13	21,0
Tinggi	46	74,2
Total	62	100,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari total 62 responden, sebagian besar memiliki dukungan sosial yang tinggi sebanyak 46 responden (74,2%) dibandingkan dengan sedang sebanyak 13 responden (21,0%) dan rendah sebanyak 3 responden (4,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	29	46,8
Tinggi	33	53,2
Total	62	100,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari total 62 responden, sebagian besar memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sebanyak 33 responden (53,2%) dibandingkan rendah sebanyak 29 responden (46,8%).

Tabel 4. Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Santriwati Baru

Dukungan Sosial	Kesejahteraan Psikologis						p value
	Rendah		Tinggi		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Rendah	2	66,7	1	33,3	3	100,0	0,651
Sedang	5	38,5	8	61,5	13	100,0	
Tinggi	22	47,8	24	52,2	46	100,0	
Total	29	46,8	33	53,2	62	100,0	

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari total 62 responden, sebagian besar yaitu 46 responden yang memiliki dukungan sosial tinggi lebih banyak mendapatkan kesejahteraan psikologis tinggi yaitu 24 responden (52,2%). Kemudian dari 13 responden yang memiliki dukungan sosial sedang juga lebih banyak mendapatkan kesejahteraan psikologis tinggi yaitu 8 responden (61,5%). Namun dari 3 responden yang memiliki dukungan sosial rendah lebih banyak mendapatkan kesejahteraan psikologis rendah yaitu 2 responden (66,7%).

Hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,651 ($p > 0.05$) sehingga hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini tidak ada hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh. Hal ini dikarenakan kesejahteraan psikologis santriwati diduga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar dukungan sosial yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini berkaitan dengan penelitian Li dkk (2023), menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dukungan sosial dalam kesejahteraan emosional antara siswa *boarding* dan siswa *day school*. Bentuk dukungan sosial dapat memberikan hasil yang berbeda tergantung pada sumber dukungan dan kondisi siswa. Dukungan dari teman sebaya lebih berkaitan dengan kesejahteraan emosional dibandingkan dukungan dari orang tua.

Hasil penelitian ini tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurrohmah dkk (2023), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan adaptasi psikologis pada santriwati dengan nilai $p\text{-value} < 0,001$. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu santriwati beradaptasi dengan lingkungan pesantren, mengatasi berbagai kesulitan yang dihadapi, serta meningkatkan kemampuan dalam menghadapi perubahan dan tuntutan kehidupan di lingkungan pesantren.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membantu individu menghadapi berbagai permasalahan dan tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari (Ruzilawati & Hanifah, 2024). Dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman sebaya, guru, maupun lingkungan sekitar dapat memberikan rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang dibutuhkan individu dalam menghadapi berbagai tantangan (Nuraini & Fitriani, 2023).

Dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu fungsi ikatan sosial yang mencakup dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, serta pemberian nasihat dan informasi yang berkembang dalam hubungan dengan teman sebaya (Yu, 2019). Dukungan sosial ustadzah kepada santri yang berasal dari lingkungan dapat diberikan secara efektif, dengan memberikan perhatian yang cukup, bantuan nyata, dorongan dari orang sekitar, penghargaan, dan kasih sayang yang membuat santri merasa diperhatikan, dicintai, dan dihargai oleh orang lain (Christanti dkk, 2023).

Kekhawatiran dan ketidaknyamanan yang dialami saat menyesuaikan diri dapat diatasi oleh santri baru yang mendapatkan dukungan sosial dari ustadzah dan teman sebayanya (Rana, 2020). Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan keterlibatan positif yang dapat meningkatkan interaksi sosial serta menurunkan tingkat perilaku bermasalah bagi remaja dalam menyesuaikan diri (Bethel, 2020).

Individu yang memperoleh dukungan sosial yang baik cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres, membangun hubungan positif dengan orang lain, serta meningkatkan penerimaan diri dan kepuasan hidup sehingga menimbulkan kesejahteraan psikologis (Hanani dkk, 2026). Kesejahteraan psikologis merupakan realisasi penuh dari potensi individu sehingga individu mampu menjalani kehidupan secara lebih bermakna. Kesejahteraan psikologis difokuskan pada aspek penerimaan diri yang merupakan kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya secara positif tanpa adanya penolakan terhadap dirinya

sendiri. Adapun ciri-ciri kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi (Yu, 2019).

Kesejahteraan psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti kemampuan *coping*, religiusitas, kondisi keluarga, hubungan interpersonal, stres akademik, beban kegiatan pesantren, serta kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan (Prasetyaningrum dkk, 2022). Oleh karena itu, meskipun santriwati memperoleh dukungan sosial yang tinggi, kesejahteraan psikologis yang rendah masih dapat ditemukan apabila faktor-faktor tersebut belum dapat dikelola dengan baik (Ayu dkk, 2023).

Peneliti berasumsi bahwa, santriwati memiliki cara yang berbeda dalam menerima dan merasakan dukungan. Ada yang lebih terbuka untuk bercerita kepada orang tua atau teman ketika mengalami masalah, sementara ada pula yang cenderung menyimpan masalah sendiri. Oleh karena itu, meskipun dukungan dari lingkungan sebenarnya tersedia, belum tentu setiap santriwati merasakan dukungan tersebut dalam tingkat yang sama. Hasil ini berbeda dengan sebagian besar penelitian terdahulu yang melaporkan adanya hubungan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Hal ini mungkin terjadi karena dukungan sosial yang diterima santriwati berasal dari keluarga, teman, maupun pengurus pesantren. Oleh karena itu, tingginya dukungan sosial yang diterima belum tentu menunjukkan bahwa kondisi psikologis seseorang dalam keadaan baik, tetapi bisa saja karena individu tersebut sedang membutuhkan lebih banyak perhatian dan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Kesejahteraan psikologis tidak hanya berhubungan dengan dukungan sosial, tetapi juga oleh faktor lain seperti kemampuan menghadapi masalah, stres dalam belajar, proses penyesuaian diri di lingkungan pesantren, hubungan dengan teman sebaya, dan kondisi keluarga.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu dari hasil uji statistik didapatkan *p value* 0,651 sehingga tidak ada hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis santriwati baru di Madrasah Tsanawiyah Swasta Babun Najah Kota Banda Aceh.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian yang berbeda dengan penelitian ini seperti memperluas cakupan subjek, menggunakan metodologi yang berbeda, dan menginvestigasi variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

Abshar, U. (2025). Kesejahteraan Psikologis Santri Dalam Perspektif Budaya dan Indigenous Psychology. *Al Irfan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Penelitian*, 1 (2), 139-144. <https://doi.org/10.64877/alirfan.v1i2.38>

- Anisa, W. W., Geraldo, M., & Wijaya, E. (2024). Peran Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *Jurnal Edunity: Studi Sosial dan Pendidikan*, 3(12), 1255–1261. DOI:10.57096/edunity.v3i12.355
- Anita, A, S., Arjoni, Alfi Rahmi, & Linda Yarni. (2026). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Seich M. Djamil Djambek Bukittinggi. *EDU RESEARCH*, 7(2), 3782-3787. <https://doi.org/10.47827/jer.v7i2.3037>
- Ayu, N. R. A., Wahyuni, A. S., & Suryaningsih, Y. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Adaptasi Psikologis Santriwati di Pondok Pesantren Al-Azhar Kaliwates Jember. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1–8. <https://digitalscience.pubmedia.id/index.php/phms>
- Bethel, A. (2020). Cross-Cultural Transition and Psychological Adaptation of International Students: The Mediating Role of Host National Connectedness. *Frontiers in Education*, 5. <https://doi.org/10.3389/educ.2020.539950>
- BKKBN Aceh. (2025). *Kesehatan Mental Remaja di Aceh*. Perwakilan BKKBN Provinsi Aceh, Aceh.
- Christanti, A., & Lisa, S. W. C. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau yang Berdomisili di Dormitory Unika Atma Jaya. *Psikoedukasi: Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Konseling*, 21(2), 106–122. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i2.4947>
- Hanani, R, B., Mafruhah., Yuliana, A, T. (2026). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Adaptasi Santriwati di Pondok Pesantren Nurul Islam Daerah Al-Kautsar Karang Cempaka Bluto. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6 (12). DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v16i2.15969>
- I-NAMHS. (2022). *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Ringkas*. Pusat Kesehatan Reproduksi FKMK UGM, Yogyakarta.
- Li, H., Law, W., Zhang, X., & Xiao, N. (2023). Social Support and Emotional Well-Being Among Boarders and Day School Students: A Two-Wave Longitudinal Study. *Children and Youth Services Review*, 155, 107217. DOI:10.1016/j.childyouth.2023.107217
- Mu'ti, A., Sururin., Latief. R. Y, M Robbany. T & Muslim. M. (2023). Psikologi Santri (Analisis) Proses Adaptasi dan Penyesuaian Diri Santri di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12 (2). <https://doi.org/10.30868/ei.v12i02.4067>
- Mulyati., Mashabi, N. A., & Ciptianingsih, R. A. (2023). Self-Adjustment and Psychological Well-being of Santri at the Asshiddiqiyah 2 Islamic Boarding School, Tangerang, Banten. *Journal of Family Sciences*, 35–50. <https://doi.org/10.29244/jfs.vi.49829>
- Nuraini & Fitriani. A. (2023). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyim Besuki Situbondo. *Jurnal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2 (2), 131-142. DOI:10.35719/psychospiritual.v2i2.29

- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan Psikologis Dalam Hidup Membiara. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10 (1).
<https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/622>
- Prasetyaningrum, J., Fadjaritha, F., Aziz, M, F., Sukarno, A. (2022). Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia. *PROFETIKA, Jurnal Studi Islam*, 23 (1).
<https://doi.org/10.23917/profetika.v23i1.16796>
- Rana, M. (2020). Measurement of Cultural Intelligence and Its Impact on Psychological Adaptation of International Students in India. *Vision*, 24 (4), 452–459.
<https://doi.org/10.1177/0972262920939789>
- Revelia, M. (2019). Uji Validitas Konstruk pada Instrumen Ryff's Psychological Well-Being Scale dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 8–14. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i1.12103>
- Rohmah, A, A, N., Asih, S, W., Suryaningsih, Y. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Psikologis Santriwati di Pondok Pesantren Al-Azhar Kaliwates Jember. *Health & Medical Sciences*, 1 (2). <https://doi.org/10.47134/phms.v1i2.39>
- Ruzilawati, C. M., & Hanifah, I. R. U. (2024). Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santriwati Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 5 (2).
<https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/rosyada/article/view/9392>
- Septiana, N., Liza, S. Z., & Kamaly, N. (2025). Mental Health Problems Among Adolescents in Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 11(1), 389–396.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v11i1.4884>
- Sulistiani, W., Fajrianthi, F., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of The Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch model approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89–103. DOI: <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Suprananto, S., Samudera, A., & Hamdi, M. D. F. (2024). Psychological Well-Being Santri scale (PWBSs): Construct validity with Confirmatory Factor Analysis. *Tazkiya Journal of Psychology*, 12(2), 213–227. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v12i2.36772>
- World Health Organization. (2024). *Adolescent Health*. World Health Organization.
- Yahya, H., & Wulandari, D. (2023). Hubungan antara Efikasi Diri Dengan Penyesuaian Diri pada Santriwati Baru SMP Boarding School. *Jurnal*, 1(1), 35–43.
<https://doi.org/10.69875/cer.v1i1.194>
- Yu, B. (2019). Language and Interpersonal Resource Predictors of Psychological and Sociocultural Adaptation: International Students in Hong Kong. *Journal of Studies in International Education*, 23(5), 572–588. <https://doi.org/10.1177/1028315318825336>