Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual
Vol. 11, No. 4, November 2026 pp. 872-881
E-ISSN: 2541-4224, P-ISSN: 2541-4216
DOI: http://dx.doi.org/10.28926/briliant.v11i4.2524

Dukungan Sosial sebagai Mediator Hubungan *Dispositional Hope* dan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Bekerja

Nurselvi Fajria[(1)], Najma Sana Nadhirah Hilman[(2)]

Universitas Negeri Semarang,
Jl. Sekaran, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

Email: [1]nurselvifajria88@students.unnes.ac.id, [2]najmasana@mail.unnes.ac.id

Tersedia Online di
http://www.jurnal.unublitar.ac.id/index.php/briliant

Sejarah Artikel
Diterima 01 September 2026
Direvisi 06 September 2026
Disetujui 14 Oktober 2026
Dipublikasikan 15 November 2026

Keywords:
Dispositional Hope; Final-Year University Students; Psychological Well-Being; Social Support

Abstract*: Working final-year university students face simultaneous academic and work demands that may be associated with psychological well-being. This study examined the relationship between dispositional hope and psychological well-being and tested the mediating role of social support. A quantitative explanatory-correlational design was applied to 140 Universitas Negeri Semarang students in semesters 8–14 who were working and had worked for at least three months. Data were collected using the Adult Dispositional Hope Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, and Psychological Well-Being Scale. Data were analyzed using Hayes PROCESS Model 4 with 5,000 bootstrap samples and a 95% confidence interval. Dispositional hope was positively related to social support (B = 0.873, p < 0.001) and psychological well-being (B = 2.161, p < 0.001), while social support was positively related to psychological well-being (B = 1.784, p < 0.001). The indirect effect was 1.558 with a 95% bootstrap confidence interval of [1.059, 2.109], indicating significant partial mediation. The findings indicate that psychological well-being is associated with both internal and social resources among working final-year students.*

Kata Kunci:
Dispositional Hope; Dukungan Sosial; Mahasiswa Tingkat Akhir; Mediasi; *Social Support*

***Corresponding Author*:**
Name:
Nurselvi Fajria
Email:
nurselvifajria88@students.unnes.ac.id

Abstrak: Mahasiswa tingkat akhir yang bekerja menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan yang dapat berkaitan dengan *psychological well-being*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan *dispositional hope* dengan *psychological well-being* serta menguji peran dukungan sosial sebagai mediator. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatori korelasional pada 140 mahasiswa Universitas Negeri Semarang semester 8–14 yang sedang bekerja dan telah bekerja sekurang-kurangnya tiga bulan. Data dikumpulkan menggunakan *Adult Dispositional Hope Scale*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, dan *Psychological Well-Being Scale*. Analisis dilakukan menggunakan Hayes PROCESS Model 4 dengan 5.000 bootstrap dan interval kepercayaan 95%. Hasil menunjukkan *dispositional hope* berhubungan positif dengan dukungan sosial (B = 0,873; p < 0,001) dan *psychological well-being* (B = 2,161; p < 0,001), sedangkan dukungan sosial berhubungan positif dengan *psychological well-being* (B = 1,784; p < 0,001). Efek tidak langsung sebesar 1,558 dengan interval kepercayaan 95% [1,059; 2,109] tidak mencakup nol, menunjukkan mediasi parsial. Temuan menunjukkan keterkaitan sumber daya internal dan sosial dengan *psychological well-being* mahasiswa tingkat akhir yang bekerja.

PENDAHULUAN

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang bekerja menjalankan tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Pada tahap akhir studi, mahasiswa perlu menyelesaikan tugas akhir dan berbagai persyaratan akademik, sementara pekerjaan menuntut waktu, energi, tanggung jawab, dan komitmen. Bukti empiris menunjukkan bahwa tahap akhir studi dapat disertai masalah pada aspek stres dan kesejahteraan. Penelitian Lane et al. (2020), pada 161 mahasiswa kedokteran tingkat akhir menemukan bahwa 65,2% responden berada di atas norma yang diterima pada *Perceived Stress Scale* 36,3% juga berada pada kategori stres subjektif tinggi. Responden melaporkan kekhawatiran mengenai ujian, masa depan, keseimbangan kehidupan dan pekerjaan, serta kelelahan. Pada konteks mahasiswa yang bekerja paruh waktu, Ramadhani & Ardelia (2025) pada 305 mahasiswa menemukan hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa tuntutan pada tahap akhir studi dan kondisi bekerja sama-sama relevan dalam pembahasan *psychological well-being* mahasiswa. Dalam konteks tersebut, *psychological well-being* penting karena menggambarkan keberfungsian psikologis positif, bukan sekadar ketiadaan gangguan psikologis (Khoirunnisa & Dewi Rosiana, 2023).

Psychological well-being mencakup enam dimensi, yaitu *self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life,* dan *personal growth* (Ryff, 1989). Bagi mahasiswa yang bekerja, keberfungsian tersebut relevan untuk menjalankan tuntutan akademik dan pekerjaan secara adaptif. Penelitian mengenai mahasiswa dan tugas akhir juga menunjukkan bahwa penyelesaian tugas akhir dapat berkaitan dengan tekanan dan tuntutan psikologis (Suhandiah et al., 2021). Karena itu, sumber daya psikologis yang dapat membantu mahasiswa mempertahankan fungsi positif selama menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan perlu diperhatikan.

Salah satu sumber daya internal yang relevan adalah *dispositional hope*. *Hope theory* memandang *hope* sebagai proses kognitif-motivasional yang melibatkan tujuan (*goals*), *pathways* atau kemampuan menemukan jalur untuk mencapai tujuan, serta *agency* atau motivasi untuk menggunakan jalur tersebut (Snyder, 2002). Dengan demikian, mahasiswa yang memiliki *hope* lebih tinggi memiliki dasar psikologis untuk mempertahankan tujuan dan mencari alternatif ketika menghadapi hambatan. Temuan empiris mendukung keterkaitan tersebut. Salsabila & Asyanti (2023) meneliti mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta dan menunjukkan bahwa *hope*, bersama *optimism* dan *gratitude*, berkaitan dengan *psychological well-being*. Hubungan tersebut juga terlihat pada populasi dewasa. Velez et al. (2024) meneliti 471 warga Portugal dan menguji hubungan *well-being* dengan *dispositional hope* dengan mempertimbangkan *mental health* sebagai mediator. Hasilnya menunjukkan hubungan positif antara *dispositional hope* dan beberapa bentuk *well-being*, sedangkan *mental health* menjelaskan sebagian hubungan tersebut. Temuan ini memperlihatkan bahwa *hope* tidak hanya berkaitan dengan satu indikator kesejahteraan, tetapi dapat berhubungan dengan kondisi *well-being* melalui mekanisme psikologis yang lebih luas. Berdasarkan rangkaian temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *dispositional hope* merupakan sumber daya internal yang relevan bagi *psychological well-being*, tetapi konteks mahasiswa tingkat akhir yang sekaligus bekerja masih memerlukan pengujian yang lebih spesifik.

Selain sumber daya internal, mahasiswa berada dalam lingkungan sosial yang dapat menyediakan perhatian, informasi, penghargaan, dan bantuan. Dalam penelitian ini, dukungan sosial dipahami sebagai persepsi terhadap ketersediaan dan kecukupan dukungan dari *significant others*, keluarga, dan teman (Zimet et al., 1988). Dalam menghadapi tuntutan dan tekanan, dukungan sosial dapat menjadi sumber daya yang membantu individu mempertahankan keberfungsian psikologis. Menurut *stress-buffering hypothesis*, dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi kondisi yang menimbulkan tekanan sehingga dampak negatif stres terhadap kesehatan dan keberfungsian psikologis dapat berkurang (Cohen & Wills, 1985).

Ruihua et al. (2025) melalui *systematic review* menunjukkan bahwa dukungan sosial secara umum berkaitan dengan *well-being* dan kesehatan mental mahasiswa. Temuan pada konteks mahasiswa yang bekerja juga mendukung pola tersebut. Ramadhani & Ardelia (2025) menemukan hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada 305 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Surabaya. Hardita (2024) menemukan hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dan *psychological well-being* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Sementara itu, Umari et al. (2024) menemukan hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

Secara keseluruhan, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya interpersonal yang relevan bagi *psychological well-being*. Namun, sebagian penelitian masih berfokus pada hubungan langsung antara dukungan sosial dan *psychological well-being* atau pada populasi mahasiswa secara umum. Hubungan antara *dispositional hope* dan dukungan sosial juga perlu diperhatikan karena individu yang berorientasi pada tujuan dan memiliki *agency* lebih kuat dapat lebih aktif mengenali, mencari, dan memanfaatkan sumber daya sosial ketika menghadapi hambatan. George-Levi et al. (2022) menunjukkan keterkaitan persepsi dukungan keluarga dan kampus dengan *hope* serta dukungan teman sebaya, sedangkan Guo et al. (2022) menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam menjelaskan *psychological well-being* mahasiswa. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa sumber daya personal dan sosial dapat saling berkaitan dalam proses adaptasi psikologis.

Penempatan dukungan sosial sebagai mediator menjadi penting karena hubungan *dispositional hope* dengan *psychological well-being* dapat berlangsung melalui jalur langsung dan tidak langsung. Yan et al. (2024) melalui *systematic review* merangkum bukti mengenai *resilience*, *dispositional hope*, dan *psychological well-being* pada mahasiswa dan menunjukkan bahwa *hope* merupakan salah satu sumber daya psikologis yang berkaitan dengan keberfungsian positif mahasiswa. *Review* tersebut juga menekankan pentingnya *support systems* dalam mendukung *well-being*. Namun, bukti mengenai dukungan sosial sebagai mediator secara spesifik belum menjadi fokus utama *review* tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini menguji apakah dukungan sosial menjelaskan sebagian hubungan antara *dispositional hope* dan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja. Konteks tersebut berbeda dari sebagian besar penelitian terdahulu karena menggabungkan tuntutan akademik dan pekerjaan pada kelompok mahasiswa yang spesifik.

Gap tersebut menjadi dasar rumusan masalah penelitian ini, yaitu: apakah dukungan sosial berperan sebagai mediator dalam hubungan antara *dispositional hope* dan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang bekerja? Tujuan penelitian adalah menganalisis peran dukungan sosial sebagai mediator dalam hubungan antara *dispositional hope* dan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang bekerja. Kebaruan penelitian terletak pada pengujian satu model yang mengintegrasikan *dispositional hope*, dukungan sosial, dan *psychological well-being* pada kelompok spesifik mahasiswa tingkat akhir yang bekerja di Universitas Negeri Semarang. Model ini tidak hanya menguji hubungan langsung antarkonstruk, tetapi juga menguji mekanisme hubungan tidak langsung melalui dukungan sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis eksplanatori korelasional. Variabel penelitian terdiri atas *dispositional hope* sebagai variabel independen (X), dukungan sosial sebagai mediator (M), dan *psychological well-being* sebagai variabel dependen (Y). Populasi penelitian adalah mahasiswa aktif Universitas Negeri Semarang semester 8 sampai dengan semester 14 yang sedang bekerja. Sampel dipilih menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi, bekerja secara paruh waktu atau penuh waktu, dan telah bekerja sekurang-kurangnya tiga bulan. Kriteria tersebut dipilih karena mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi berada pada tahap

akademik dengan tuntutan penyelesaian studi, sementara aktivitas bekerja menempatkan mahasiswa pada tuntutan peran tambahan di luar akademik. Dengan demikian, karakteristik tersebut sesuai dengan fokus penelitian yang mengkaji hubungan *dispositional hope*, dukungan sosial, dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang menjalankan tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Batas pengalaman kerja sekurang-kurangnya tiga bulan digunakan untuk memastikan responden telah memiliki pengalaman menjalankan peran kerja sehingga dapat memberikan respons yang sesuai dengan konteks penelitian. Jumlah data yang digunakan dalam analisis adalah 140 responden.

Dispositional hope diukur menggunakan versi Bahasa Indonesia *Adult Dispositional Hope Scale* (AHS) yang telah diadaptasi dan diuji properti psikometriknya oleh Novrianto & Menaldi (2022). Instrumen AHS terdiri atas 12 item, yang mencakup 8 item pembentuk subskala *agency* dan *pathways* serta 4 item filler yang tidak digunakan dalam penskoran. Delapan item yang diskor menggunakan rentang respons 1–8, sehingga skor total teoritis berkisar 8–64. Penelitian ini menggunakan versi adaptasi Bahasa Indonesia yang telah tersedia. Prosedur adaptasi bahasa tidak dilakukan ulang oleh peneliti. Dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang terdiri atas 12 item dengan rentang respons 1–7 dan mencakup sumber dukungan *significant others*, *family*, dan *friends*. Skor total teoritis berkisar 12–84. *Psychological well-being* diukur menggunakan *Psychological Well-Being Scale 42-item* yang mengacu pada enam dimensi Ryff yaitu *Self-Acceptance, Positive Relations with Others, Autonomy, Environmental Mastery, Purpose in Life*, dan *Personal Growth*. Setiap item *psychological well-being* diberi skor 1–7 sehingga skor total teoritis berkisar 42–294. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup.

Uji validitas empiris dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* antara skor item dan skor total. Dengan N = 140 dan $\alpha = 0{,}05$, r tabel sebesar 0,166. Seluruh 8 item *dispositional hope* memiliki r hitung 0,898–0,948. Seluruh 12 item dukungan sosial memiliki r hitung 0,920–0,953, dan seluruh 42 item *psychological well-being* memiliki r hitung 0,845–0,943, dengan $p < 0{,}001$. Seluruh item dinyatakan valid. Reliabilitas diuji menggunakan *Cronbach's Alpha* dan menghasilkan $\alpha = 0{,}979$ untuk *dispositional hope*, $\alpha = 0{,}986$ untuk dukungan sosial, dan $\alpha = 0{,}996$ untuk *psychological well-being*.

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS *Statistics* dan Hayes PROCESS *Macro Model* 4. Analisis meliputi statistik deskriptif, pemeriksaan asumsi, dan pengujian hubungan serta mediasi. Efek tidak langsung diuji menggunakan *bootstrapping* 5.000 sampel dengan interval kepercayaan 95%. Efek tidak langsung dinyatakan signifikan apabila interval kepercayaan *bootstrap* tidak mencakup angka nol (Hayes, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seluruh 140 data responden memenuhi kriteria analisis. Secara deskriptif, *dispositional hope* memiliki mean 39,99 (SD = 9,970), dukungan sosial 53,79 (SD = 14,214), dan *psychological well-being* 189,24 (SD = 49,480). Ketiga mean empiris berada pada kategori sedang berdasarkan norma hipotetik. Kategorisasi skor penelitian menggunakan norma hipotetik yang mengacu pada Azwar (2012), dengan mempertimbangkan nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik untuk menentukan kategori rendah, sedang, dan tinggi. Pembahasan selanjutnya difokuskan pada hubungan antarkonstruk dan peran mediasi dukungan sosial sesuai rumusan masalah dan tujuan penelitian.

Tabel 1. Statistik deskriptif variabel penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean (SD)
Dispositional Hope	140	13	64	39,99 (9,970)
Dukungan Sosial	140	17	84	53,79 (14,214)
Psychological Well-Being	140	42	294	189,24 (49,480)

Kategorisasi tingkat variabel menggunakan norma hipotetik yang ditetapkan berdasarkan skor teoritis instrumen. Perhitungan dilakukan dengan rumus mean hipotetik (μ) = (skor minimum teoritis + skor maksimum teoritis)/2 dan standar deviasi hipotetik (σ) = (skor maksimum teoritis − skor minimum teoritis)/6. Batas kategori kemudian ditentukan dengan μ ± 1σ, yaitu kategori rendah apabila $X < \mu - \sigma$, kategori sedang apabila $\mu - \sigma \leq X < \mu + \sigma$, dan kategori tinggi apabila $X \geq \mu + \sigma$. Pada *dispositional hope*, 8 item diberi skor 1–8 sehingga skor teoritis 8–64; μ = (8 + 64)/2 = 36 dan σ = (64 − 8)/6 = 9,33, sehingga kategori rendah <26,67, sedang 26,67–<45,33, dan tinggi ≥45,33. Pada dukungan sosial, 12 item diberi skor 1–7 sehingga skor teoritis 12–84; μ = (12 + 84)/2 = 48 dan σ = (84 − 12)/6 = 12, sehingga kategori rendah <36, sedang 36–<60, dan tinggi ≥60. Pada *psychological well-being*, 42 item diberi skor 1–7 sehingga skor teoritis 42–294; μ = (42 + 294)/2 = 168 dan σ = (294 − 42)/6 = 42, sehingga kategori rendah <126, sedang 126–<210, dan tinggi ≥210. Berdasarkan batas tersebut, mean empiris *dispositional hope* = 39,99, dukungan sosial = 53,79, dan *psychological well-being* = 189,24 seluruhnya berada dalam kategori sedang. Perhitungan ini menjelaskan dasar matematis rentang rendah–sedang–tinggi yang digunakan dalam interpretasi hasil.

Hubungan *Dispositional Hope* dengan *Psychological Well-Being*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *dispositional hope* berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* (B = 2,161; SE = 0,281; t = 7,689; p < 0,001; 95% CI [1,605; 2,717]). Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *dispositional hope* yang lebih tinggi cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi. Ringkasan hasil analisis disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan hasil hubungan *dispositional hope* dengan *psychological well-being*

Prediktor	B	SE	t	p	95% CI
Dispositional Hope	2,161	0,281	7,689	<0,001	1,605–2,717

Secara teoritis, pola tersebut dapat dipahami melalui *Hope Theory*. *Agency* berkaitan dengan energi untuk mempertahankan usaha menuju tujuan, sedangkan *pathways* berkaitan dengan kemampuan menemukan alternatif ketika menghadapi hambatan (Snyder et al., 1991). Pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, kedua komponen tersebut relevan karena mahasiswa perlu menjalankan beberapa tujuan secara bersamaan, seperti menyelesaikan skripsi, memenuhi tuntutan pekerjaan, mempertahankan relasi, dan mempersiapkan masa setelah lulus. Kemampuan mempertahankan arah tujuan dan mempertimbangkan alternatif dapat berkaitan dengan beberapa dimensi *psychological well-being*, terutama *purpose in life, environmental mastery, personal growth*, dan *self-acceptance* (Ryff, 1989).

Temuan ini sejalan dengan Muyan-Yılık dan Demir (2020) yang mengkaji *dispositional hope*, *cognitive flexibility*, dan *coping strategies* dalam kaitannya dengan *subjective well-being* pada mahasiswa universitas di Turki. Hasilnya menunjukkan bahwa *dispositional hope* merupakan bagian dari jalur yang berkaitan dengan *subjective well-being*. Salsabila dan Asyanti (2023) juga menemukan bahwa *hope*, bersama *optimism* dan *gratitude*, berkaitan dengan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hatun (2024), melalui penelitian terhadap 322 mahasiswa, juga menemukan bahwa *dispositional hope* berkaitan dengan *psychological well-being* dan berperan sebagai mediator bersama *self-efficacy* dalam hubungan *cyberostracism* dengan *psychological well-being*.

Kesamaan temuan tersebut memperkuat bahwa *hope* merupakan sumber daya psikologis yang relevan bagi *psychological well-being* mahasiswa. Kemampuan mempertahankan tujuan dan menemukan alternatif ketika menghadapi hambatan dapat membantu mahasiswa tetap memiliki arah dalam menghadapi tuntutan akademik maupun situasi yang tidak pasti. Namun, penelitian terdahulu belum secara khusus menguji mahasiswa tingkat akhir yang sekaligus bekerja. Penelitian ini memberikan konteks yang lebih spesifik dengan menunjukkan bahwa *dispositional*

hope tetap berkaitan dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan.

Hubungan *Dispositional Hope* dengan Dukungan Sosial

Dispositional hope berhubungan positif dan signifikan dengan dukungan sosial (B = 0,873; SE = 0,096; t = 9,103; p < 0,001; 95% CI [0,684; 1,063]; R^2 = 0,375). Model pertama menghasilkan R = 0,613 dan F(1,138) = 82,873; p < 0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *dispositional hope* yang lebih tinggi cenderung melaporkan dukungan sosial yang lebih tinggi. Ringkasan hasil analisis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Ringkasan hasil hubungan *dispositional hope* dengan dukungan sosial

Model	R	R^2	F	B	p
Hope → Dukungan Sosial	0,613	0,375	82,873	0,873	<0,001

Secara teoritis, *Hope Theory* menjelaskan bahwa *agency* berkaitan dengan energi untuk mempertahankan usaha mencapai tujuan, sedangkan *pathways* berkaitan dengan kemampuan menemukan alternatif ketika menghadapi hambatan (Snyder, 2002). Pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, orientasi terhadap tujuan dan kemampuan mencari alternatif dapat berkaitan dengan kecenderungan mahasiswa untuk mengenali sumber daya yang tersedia, mengomunikasikan kebutuhan, dan memanfaatkan relasi sosial ketika menghadapi hambatan akademik maupun pekerjaan. Dengan demikian, *dispositional hope* dan dukungan sosial dapat muncul sebagai dua sumber daya yang saling berkaitan, meskipun hubungan ini tidak menunjukkan bahwa *hope* secara kausal menyebabkan terbentuknya dukungan sosial.

Temuan tersebut memiliki kesesuaian dengan penelitian Ardebili et al. (2023) yang menunjukkan keterkaitan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* serta adanya hubungan tidak langsung melalui *hope*. Temuan ini menggambarkan bahwa sumber daya sosial dan *hope* dapat muncul secara bersamaan dalam proses adaptasi psikologis. George-Levi et al. (2022) juga mengkaji persepsi dukungan keluarga dan perguruan tinggi dalam kaitannya dengan *hope* dan dukungan teman sebaya, yang menunjukkan adanya keterkaitan antara sumber daya personal dan lingkungan sosial. Meskipun kedua penelitian tersebut tidak secara langsung menguji *dispositional hope* sebagai prediktor dukungan sosial, temuan keduanya memberikan konteks bahwa *hope* dan sumber daya sosial dapat saling berkaitan. Hal tersebut relevan dengan mahasiswa tingkat akhir yang bekerja karena kemampuan mempertahankan tujuan dan mencari alternatif dalam menghadapi hambatan dapat berjalan bersamaan dengan pemanfaatan sumber daya sosial yang tersedia.

Nilai R^2 = 0,375 menunjukkan bahwa *dispositional hope* menjelaskan 37,5% variasi dukungan sosial dalam model, sedangkan 62,5% lainnya berada di luar penjelasan model. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berkaitan dengan *dispositional hope*, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh kondisi relasional dan kontekstual, seperti kualitas hubungan dengan keluarga, teman, lingkungan kampus, dan lingkungan kerja. Temuan hubungan positif *antara dispositional hope* dan dukungan sosial tetap penting dalam penelitian ini karena menyediakan jalur X → M yang menjadi dasar pengujian peran mediasi dukungan sosial. Dengan demikian, kontribusi penelitian ini terletak pada pengujian hubungan tersebut dalam konteks mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, yang menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Karena desain penelitian bersifat cross-sectional, hubungan yang ditemukan dipahami sebagai pola statistik dan bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being*

Dukungan sosial berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* (B = 1,784; SE = 0,197; t = 9,048; p < 0,001; 95% CI [1,394; 2,173]). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan persepsi dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki psychological well-being yang lebih tinggi. Ringkasan hasil analisis disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Ringkasan hasil hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being*

Prediktor	B	SE	t	p	95% CI
Dukungan Sosial	1,784	0,197	9,048	<0,001	1,394–2,173

Secara teoritis, hubungan tersebut dapat dipahami *melalui stress-buffering hypothesis* Cohen dan Wills (1985), yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi kondisi yang menimbulkan tekanan sehingga dampak negatif stres terhadap keberfungsian psikologis dapat berkurang. Pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, dukungan dari keluarga, teman, dan *significant others* dapat memberikan sumber daya emosional, informasi, penghargaan, maupun bantuan praktis ketika mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Eva et al. (2020) yang melibatkan 354 mahasiswa dan menemukan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Umari et al. (2024) juga menemukan hubungan signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada 96 mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Pada konteks yang lebih spesifik, Hardita (2024) menemukan hubungan antara dukungan sosial keluarga dan *psychological well-being* pada 263 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Sementara itu, Park (2022) menunjukkan bahwa hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan psikologis dasar. Rangkaian temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berkaitan dengan keberadaan orang lain, tetapi juga dengan pengalaman individu memperoleh perhatian, penerimaan, penghargaan, dan bantuan dari lingkungan sosialnya.

Pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, pengalaman memperoleh dukungan tersebut dapat membantu mahasiswa menghadapi tuntutan penyelesaian tugas akhir sekaligus tuntutan pekerjaan tanpa merasa harus menghadapi seluruh permasalahan seorang diri. Dukungan yang diterima dapat berkaitan dengan kemampuan mempertahankan relasi positif, mengelola lingkungan, dan mempertahankan tujuan hidup yang merupakan bagian dari *psychological well-being* menurut Ryff (1989). Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya sekaligus memberikan kontribusi pada konteks yang lebih spesifik, yaitu mahasiswa tingkat akhir yang bekerja dan menjalankan tuntutan akademik serta pekerjaan secara bersamaan.

Peran Mediasi Dukungan Sosial

Pengujian Hayes PROCESS Model 4 menunjukkan bahwa *dispositional hope* berhubungan positif dengan dukungan sosial, sedangkan *dispositional hope* dan dukungan sosial secara bersama-sama berhubungan positif dengan *psychological well-being*. Pada model *psychological well-being*, $R = 0{,}852$, $R^2 = 0{,}725$, $F(2,137) = 181{,}032$; $p < 0{,}001$. *Dispositional hope* tetap signifikan (B = 2,161; SE = 0,281; t = 7,689; 95% CI [1,605; 2,717]) dan dukungan sosial juga signifikan (B = 1,784; SE = 0,197; t = 9,048; 95% CI [1,394; 2,173]). Efek tidak langsung *dispositional hope* terhadap *psychological well-being* melalui dukungan sosial sebesar 1,558 (BootSE = 0,268) dengan interval kepercayaan bootstrap 95% [1,059; 2,109] yang tidak mencakup nol. Karena efek langsung tetap signifikan setelah dukungan sosial dimasukkan ke dalam model, pola tersebut menunjukkan mediasi parsial. Artinya, dukungan sosial menjelaskan sebagian hubungan antara *dispositional hope* dan *psychological well-being*, sementara sebagian hubungan lainnya tidak melalui mediator.

Temuan mediasi dapat dipahami melalui keterkaitan sumber daya personal dan interpersonal. Dalam *Hope Theory*, *agency* berkaitan dengan energi untuk mempertahankan usaha menuju tujuan, sedangkan *pathways* berkaitan dengan kemampuan menemukan alternatif ketika menghadapi hambatan (Snyder, 2002). Pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, orientasi tujuan dan kemampuan mencari alternatif dapat membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan sekaligus mengenali serta memanfaatkan sumber daya sosial yang tersedia. Selanjutnya, sesuai *stress-buffering hypothesis*, dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi kondisi yang menimbulkan tekanan sehingga keberfungsian psikologis

lebih terjaga (Cohen & Wills, 1985). Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan *dispositional hope* dengan *psychological well-being* tidak hanya berkaitan dengan sumber daya internal, tetapi juga berkaitan dengan sumber daya sosial yang dipersepsikan.

Tabel 5. Koefisien jalur analisis mediasi Hayes PROCESS Model 4

Jalur	B	SE	t	p	95% CI	Keputusan
Hope → Dukungan Sosial	0,873	0,096	9,103	<0,001	0,684–1,063	Signifikan
Hope → *Psychological Well-Being*	2,161	0,281	7,689	<0,001	1,605–2,717	Signifikan
Dukungan Sosial → *Psychological Well-Being*	1,784	0,197	9,048	<0,001	1,394–2,173	Signifikan
Indirect effect X → M → Y	1,558	0,268	—	—	1,059–2,109	Mediasi signifikan

Pola tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menempatkan *hope* dan dukungan sosial sebagai sumber daya yang berkaitan dengan kesejahteraan mahasiswa. George-Levi et al. (2022) menunjukkan keterkaitan persepsi dukungan keluarga dan perguruan tinggi dengan *hope* serta dukungan teman sebaya, sedangkan Chih-Cheng et al. (2025) menemukan keterkaitan *perceived social support*, *perceived hope*, *perceived stress*, dan *subjective well-being* pada mahasiswa. Yan et al. (2024) melalui *systematic review* juga menempatkan *dispositional hope* dan *support systems* sebagai faktor yang relevan dengan *psychological well-being* mahasiswa, meskipun review tersebut tidak secara khusus menguji dukungan sosial sebagai mediator. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperluas bukti dengan menguji kedua sumber daya tersebut dalam satu model mediasi pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja, yaitu kelompok yang menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan.

Nilai $R^2 = 0,725$ menunjukkan bahwa *dispositional hope* dan dukungan sosial secara bersama-sama menjelaskan 72,5% variasi *psychological well-being* dalam sampel penelitian. Nilai tersebut menunjukkan daya jelaskan model yang kuat, tetapi tidak dapat diartikan sebagai bukti bahwa kedua variabel secara kausal menentukan 72,5% *psychological well-being*. Karena desain penelitian bersifat *cross-sectional*, mediasi yang ditemukan harus dipahami sebagai pola hubungan statistik, bukan bukti mekanisme sebab-akibat. Kontribusi penelitian terletak pada penunjukan dukungan sosial sebagai salah satu jalur yang secara statistik menjelaskan sebagian hubungan *dispositional hope* dan *psychological well-being* pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja. Temuan ini juga memberikan dasar bagi Bimbingan dan Konseling untuk mempertimbangkan penguatan *agency* dan *pathways* sekaligus pengembangan jejaring dukungan sosial dalam upaya mendukung *psychological well-being* mahasiswa.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *dispositional hope* berhubungan positif dengan *psychological well-being* dan dukungan sosial, sementara dukungan sosial juga berhubungan positif dengan *psychological well-being*. Efek tidak langsung *dispositional hope* terhadap *psychological well-being* melalui dukungan sosial sebesar 1,558 dengan interval kepercayaan bootstrap 95% [1,059; 2,109] yang tidak mencakup nol, sedangkan hubungan langsung tetap signifikan sehingga menunjukkan mediasi parsial. Kebaruan penelitian terletak pada pengujian hubungan ketiga konstruk tersebut dalam satu model pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja di Universitas Negeri Semarang. Temuan ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada kelompok tersebut berkaitan dengan keterpaduan sumber daya internal berupa dispositional hope dan sumber daya sosial. Secara praktis, layanan Bimbingan dan Konseling dapat mempertimbangkan penguatan agency dan pathways sekaligus jejaring dukungan sosial. Karena

desain penelitian bersifat cross-sectional, temuan perlu dipahami sebagai pola hubungan statistik dan tidak sebagai bukti sebab-akibat.

DAFTAR RUJUKAN

Ardebili, E., Golshani, F., & Javadi, M. (2023). Adolescent and Youth Psychological Studies. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, *4*(8), 77–86.

Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2. Pustaka Belajar. In *Pustaka Pelajar*. Pustaka pelajar.

Chih-Cheng, L., Wei-Sho, H., Yi-Hsin, L., & Yao-Chung, C. (2025). Exploring the Sequential Mediation Effects of Perceived Social Support, Perceived Hope, and Perceived Stress on the Subjective Well-Being of University Students: An Empirical Cross-Sectional Study From Taiwan. *Psychology in the Schools*, *62*(7), 2047–2059. https://doi.org/https://doi.org/10.1002/pits.23450

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. In *Psychological Bulletin* (Vol. 98, Number 2, pp. 310–357). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *5*(3), 122–131. https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122

George-Levi, S., Laslo-Roth, R., Bareket Bojmel, L., & Margalit, M. (2022). Perceptions of family support and college support: the mediating roles of hope and peer support. *Journal of Further and Higher Education*, *46*(2), 272–285. https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1906850

Guo, H., Kitcharoen, P., Phukao, D., & Poopan, S. (2022). The causal relationship between social support and psychological well-being among undergraduate students in North China. *Journal of Education and Health Promotion*, *11*(1). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_418_22

Hardita, K. (2024). Familial social support and psychological well-being among Indonesian university students: Dukungan sosial keluarga dan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa Indonesia. *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*, *6*(1), 10–21070.

Hatun, O. (2024). The Pathways from Cyberostracism, Dispositional Hope, and Self-Efficacy to Psychological Well-Being Among University Students: A Serial Mediation Study. *Kafkas Journal of Educational Research*, *11*, 453–468. https://doi.org/10.30900/kafkasegt.

Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation , Moderation , and Conditional Process Analysis*.

Khoirunnisa, A., & Dewi Rosiana. (2023). Pengaruh Perceived Social Support terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, *3*(2), 874–881. https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i2.7404

Lane, A., McGrath, J., Cleary, E., Guerandel, A., & Malone, K. M. (2020). Worried, weary and worn out: mixed-method study of stress and well-being in final-year medical students. *BMJ Open*, *10*(12), e040245. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-040245

Muyan-Yılık, M., & Demir, A. (2020). A Pathway Towards Subjective Well-Being for Turkish University Students: The Roles of Dispositional Hope, Cognitive Flexibility, and Coping Strategies. *Journal of Happiness Studies*, *21*(6), 1945–1963. https://doi.org/10.1007/s10902-019-00162-2

Novrianto, R., & Menaldi, A. (2022). The Adult Dispositional Hope Scale (AHS) pada Populasi Indonesia: Struktur Faktor dan Properti Psikometris The Adult Dispositional Hope Scale (AHS) in Indonesian Population: Factorial Structure and Psychometric Properties. *Jurnal Psikologi*, *18*(2), 163–170. http://dx.doi.org/10.24014/

Park, C. (2022). *Social support and psychological well-being in younger and older adults : The*

mediating effects of basic psychological need satisfaction. (November), 1–14. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1051968

Ramadhani, N. P., & Ardelia, V. (2025). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-being pada Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu The Relationship between Social Support and Psychological Well-Being among Part-Time Working College Students. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, *12*(03), 1144–1158. https://doi.org/10.26740.cjpp.1144-1158

Ruihua, L., Hassan, N. C., Qiuxia, Z., Sha, O., & Jingyi, D. (2025). A systematic review on the impact of social support on college students' wellbeing and mental health. *Plos One*, *20*(7 July), 1–20. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325212

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Salsabila, A. R., & Asyanti, S. (2023). Peran Optimisme, Kebersyukuran, dan Harapanterhadap Kesejahteraan Psikologis pada MahasiswaTingkat Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Edisi Desember*, *11*(2), 2023.

Snyder, C. R. (2002). TARGET ARTICLE: Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, *13*(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 60, Number 4, pp. 570–585). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570

Suhandiah, S., Ayuningtyas, A., & Sudarmaningtyas, P. (2021). Tugas Akhir dan Faktor Stres Mahasiswa. *JAS-PT (Jurnal Analisis Sistem Pendidikan Tinggi Indonesia)*, *5*(1), 65. https://doi.org/10.36339/jaspt.v5i1.424

Umari, T., Yakub, E., Munawir, M., & Hayati, I. R. (2024). Social Support and Psychological Well-being of Students who are Compiling their Final Assignments. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *6*(3), 1–9. https://doi.org/10.51214/002024061115000

Velez, M. J., Marujo, H. A., Charepe, Z., Querido, A., & Laranjeira, C. (2024). Well-Being and Dispositional Hope in a Sample of Portuguese Citizens: The Mediating Role of Mental Health. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, *14*(7), 2101–2115. https://doi.org/10.3390/ejihpe14070140

Yan, Z., Zakaria, E., Akhir, N. M., & Hassan, N. (2024). Resilience, Dispositional Hope, and Psychological Well-Being Among College Students: A Systematic Review. *The Open Psychology Journal*, *17*(1), 1–9. https://doi.org/10.2174/0118743501327198240918080833

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, *52*(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2