

BAB V

PENUTUP

Dukungan sosial merupakan faktor protektif utama bagi munculnya *well being* (Compton, 2005). Sebaliknya, kesepian merupakan salah satu faktor risiko utama bagi beragam simtom patologis (Nevid dkk, 2005). Seorang mahasiswa yang berhadapan dengan beragam stimulus yang berpotensi menjadi stresor perlu memiliki berbagai faktor protektif untuk mengelola stres. Salah satu faktor protektif yang bisa dimaksimalkan adalah dukungan sosial. Individu membutuhkan *social support*, yakni proses saat satu orang (atau kelompok) menawarkan kenyamanan dan saran kepada orang lain, yang dapat digunakan untuk mengatasi stres yang dialami (Duffy dan Atwater, 2005: 214).

Idealnya, seseorang memiliki lingkaran pertemanan yang hubungannya erat, tempat orang tersebut bisa melakukan *self-disclosure* dengan nyaman dan menerima timbal-balik *self-disclosure* dari orang lain pula. Namun dalam observasi di lapangan, para mahasiswa tampak masih memilih-milih teman (tidak menjalin pertemanan dengan sembarang orang). Memang, kuantitas (banyaknya jumlah teman) bukanlah ukuran pertemanan yang sehat. Seseorang yang memiliki segelintir teman dekat bisa jadi jauh lebih bahagia daripada seseorang yang sangat populer, memiliki banyak sekali teman, namun tidak memiliki teman dekat (Snyder & Lopez, 2006). Namun tetaplah menarik untuk mengeksplorasi alasan yang melatarbelakangi pemilihan teman tersebut karena bisa memberikan wacana teoretik bagi intervensi terhadap individu-individu yang pemalu dan sulit bergaul sehingga berisiko kurang mampu membentuk dukungan sosial yang dibutuhkan untuk mencapai kondisi *well being*.

Penelitian ini menghasilkan temuan mengenai tahap pertemanan di lingkungan kampus, yang prosesnya meliputi tahap perkenalan; pembentukan relasi; formasi, eskalasi dan solusi konflik. Berdasarkan analisis data, dapat diketahui alasan mahasiswa dalam memilih teman di kampus. Beberapa alasan individu memilih teman di kampus di antaranya adalah pertemuan yang tidak disengaja karena bertemu pada saat PPK (Pekan Pengenalan Kampus) yang kemudian berlanjut dengan saling menemukan kenyamanan dan kecocokan. Pertemuan tersebut berlanjut ke hubungan pertemanan yang berlangsung sampai sekarang (sampai pada saat wawancara ini berlangsung). Dalam tahap relasi interpersonal menurut DeVito (2001), tahap kontak pertama ini merupakan fase saat individu melihat, mendengar, dan membaca pesan dan membentuk gambaran awal mengenai orang lain. Ternyata acara “kontak awal” seperti PPK (Pekan Pengenalan Kampus) dapat menjadi sarana bagi mahasiswa untuk langsung mencari teman berdasarkan kenyamanan saat berelasi.

Sering bertemu bertemu di kelas saat perkuliahan berlangsung menjadi alasan berikutnya bagi mahasiswa dalam memilih teman. Frekuensi bertemu yang sering menimbulkan rasa nyaman dalam menjalin hubungan pertemanan. Zajonc (dalam Sarwono, 1999: 197) menjelaskan bahwa ketika individu bertemu dengan orang asing yang belum dikenal atau tidak familiar pasti respons yang muncul ialah rasa tidak nyaman, namun pertemuan yang berulang-ulang dapat mengurangi kecemasan dan pembiasaan terhadap orang asing. Konsep ini sebenarnya menyerupai *flooding* dalam ranah terapi behavioral. Ketika seseorang dihadapkan pada stimulus yang ditakutinya, maka lambat-laun ketakutan itu bisa mereda (Nietzel, Bernstein, Kramer, & Milich. 2002)

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya motivasi internal dari mahasiswa yang membuat mahasiswa mencari teman di lingkungan tempat

ia berada. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dariyo dan Widiyanto (2013), perasaan kesepian dapat menimbulkan dorongan untuk membina hubungan pertemanan. Secara naluriah, dorongan sebagai makhluk sosial membuat mahasiswa berusaha mengatasi perasaan sendiri dengan mencari teman, dan mengingat mahasiswa umumnya menghabiskan waktu yang cukup panjang di tempat kuliah, maka mitra komunikasi yang paling dapat dijangkau adalah teman kuliah. Sering bertemu dengan mahasiswa lainnya di lingkungan kampus menimbulkan rasa nyaman dan kecocokan yang dapat mengembangkan hubungan pertemanan sehingga muncul rasa kebersamaan. Menurut DeVito (2001), dalam tahapan *involvement*, rasa kebersamaan mulai muncul dan berkembang. Pada tahap ini individu belajar untuk mengenali kepribadian seseorang.

Dari ketiga informan, hal-hal yang menjadi faktor protektif dalam membangun hubungan pertemanan adalah adanya kesamaan sifat, kesamaan masa lalu, dan kesamaan kegiatan. Mahasiswa mencari teman yang memiliki sifat yang sama dengan dirinya, selain itu biasanya mahasiswa juga merasa cocok dengan orang yang memiliki kesamaan masa lalu. Hubungan pertemanan juga dapat berkembang ketika mahasiswa melakukan kegiatan yang sama dengan mahasiswa yang lain. Adanya kesamaan itulah yang membuat individu merasa cocok karena menganggap mitra komunikasinya juga dapat merasakan apa yang ia rasakan. Myers (1999: 428) mengemukakan bahwa memiliki kesamaan (*similarity*) merupakan faktor yang dapat memelihara rasa suka dan kasih yang dapat digunakan dalam hubungan pertemanan. Namun *similarity* ini juga berisiko menjauhkan seseorang dari orang lain yang dipersepsikan berbeda. Oleh karena itu, dalam praktik perkuliahan, penting untuk menekankan aspek *similarity* yang tidak berpatokan pada suku, agama, atau golongan. Sebagai contoh, *similarity* bisa diciptakan dengan bersama-sama menempatkan para

mahasiswa dalam beban kerja yang sama, yang harus diselesaikan secara kolektif. Cunningham (2006) tidak menyarankan agar identitas sosial yang unik (misalnya etnis atau agama) dipaksakan untuk dilebur. Alih-alih, identitas yang unik tersebut dibiarkan eksis sembari diciptakan adanya *identitas superordinat* (identitas umum) yang memayungi beragam identitas tersebut. Dengan kata lain, identitas superordinat tersebut merupakan suatu *similarity*. Identitas superordinat bisa berupa kesadaran sebagai civitas satu fakultas (atau bahkan satu universitas), yang masing-masing memiliki peran penting dalam keberhasilan bersama.

Sebuah temuan yang menarik ialah adanya pemaknaan spiritual informan bahwa menemukan teman ialah “takdir Tuhan”. Informan menganggap teman ibarat “jodoh” yang telah dikirim oleh Tuhan untuk informan. Spiritualitas sendiri merupakan perasaan, tindakan dan pengalaman individu dalam kesendirian mereka, sejauh mereka memahami diri mereka untuk mempertimbangkan apapun yang mereka dapat yang berkaitan dengan Ilahi (James, dalam Pargament, 2007: 30). Pemaknaan informan bahwa teman merupakan “takdir” ini merupakan konsep yang terkesan fatalistik (segala sesuatu sudah ditakdirkan Tuhan dan tidak mungkin diubah). Konsep fatalistik ini khas didapati dalam kultur yang unsur religiositasnya masih tinggi (Pargament, 2007). Konsep ini bisa bermakna positif maupun negatif. Positif, bila mampu menjadi bentuk *emotion-focused coping* khususnya terhadap hal-hal yang memang benar-benar di luar kendali informan. Negatif, bila membuat informan menjadi enggan atau malas untuk bersikap proaktif dalam hal-hal yang sebenarnya masih dalam kendalinya.

Dalam hubungan pertemanan, seringkali ada kriteria dalam menjalin hubungan pertemanan. Kecocokan, kenyamanan, dan memiliki sifat yang baik merupakan kriteria faktor yang dalam penelitian ini

mempengaruhi hubungan pertemanan. Selain itu individu yang memiliki kriteria “setia kawan” juga merupakan faktor terpenting dalam pemilihan teman. Individu yang dianggap setia kawan ialah individu yang tidak mementingkan kepentingan pribadi, namun kepentingan bersama. Menurut Adler (dalam Psikologi Kepribadian 1, 1993: 249) manusia dimotivasi oleh minat sosial bawaan yang menyebabkan ia menempatkan kepentingan umum di atas kepentingan pribadi, dalam artian minat kemasyarakatan menggantikan minat yang bersifat mementingkan diri sendiri sehingga muncullah sifat individu yang setia kawan. Informan menjelaskan bahwa “setia kawan” berarti peduli dengan temannya yang susah, ikut merasakan ketika dirinya tidak memiliki teman sehingga dapat saling berbagi, dan menyesuaikan diri dengan kemampuan temannya. Penjelasan ini senada dengan teori Adler bahwa manusia memiliki motivasi intrinsik untuk mementingkan sesamanya. Boleh jadi, motivasi ini berkembang dalam evolusi manusia saat keselamatan pribadi individu bergantung pada keselamatan kolektif (misalnya, saat manusia masih dalam era berburu dan meramu, maka keselamatan pribadinya juga bergantung pada keamanan komunitas tempat ia berada).

Temuan penelitian menunjukkan adanya apresiasi terhadap perbedaan yang membuat mahasiswa menghargai teman yang beragama atau pun beretnis lain. Temuan ini berbanding terbalik dengan temuan Sari & Setyanto (2014) yang dilakukan di Pasar Kliwon Surakarta. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa remaja etnis keturunan Arab cenderung hanya bergaul dan berkelompok dengan teman sesama etnis. Akan temuan penelitian ini menunjukkan bahwa informan dapat membaur dan mengapresiasi adanya perbedaan satu sama lain sehingga dapat menjalin hubungan dengan mahasiswa yang berbeda etnis maupun agama. Kemampuan mengapresiasi perbedaan ini, berdasarkan hasil analisis

tematik, merupakan karakteristik khas dari kepribadian para informan yang terbentuk karena para informan sejak kecil sudah terbiasa dengan perbedaan. Artinya, tidak semua mahasiswa memiliki karakteristik ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan mengapresiasi perbedaan merupakan faktor protektif yang sifatnya internal, dan bisa dibentuk melalui pembiasaan.

Berteman dengan individu yang berbeda dipersepsikan informan membuat pertemanan menjadi lebih “berwarna” sebab individu mengenal hal-hal baru dari agama dan etnis yang lain dan melatih individu melihat sudut pandang yang berbeda dari orang lain. Menjalin pertemanan dengan berbeda ras dan agama merupakan hal yang menyenangkan bagi informan, karena informan dapat mengetahui hal yang baru seputar agama lain, mendapat pengetahuan baru mengenai makanan khas yang berada di wilayah lain, dan mengetahui bahasa-bahasa lain selain bahasa yang individu gunakan sehari-hari.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media merupakan faktor protektif dalam hubungan pertemanan. Mahasiswa tetap menjalin komunikasi meskipun mereka tidak saling bertemu, misalnya *chat* melalui BBM atau LINE yang memiliki ruang obrolan secara personal. Meskipun berkomunikasi lewat dunia maya, namun menurut informan, intensitas *self-disclosure* yang terjadi juga sedalam ketika komunikasi tatap muka. Komunikasi yang lancar dan efektif, meskipun tidak dapat bertemu secara langsung, dapat membuat pertemanan tetap terjaga.

Di luar komunikasi lewat media sosial, informan sering berkumpul dengan teman-temannya selama perkuliahan (dalam lingkungan kampus) ataupun di luar kampus. Menurut informan, berkumpul dan saling bercerita dapat mengurangi stres. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Anastasia (2012), kegiatan sosial yang umumnya dilakukan para mahasiswa

ialah melakukan pertandingan, menonton film, belajar bersama, dan terkadang membicarakan masalahnya maupun pengalamannya pada teman-temannya. Kegiatan-kegiatan tersebut, selain dirasa dapat mengurangi stres, juga dipersepsikan menguntungkan dan bermanfaat untuk bersama. Para informan juga melakukan hal-hal tersebut. Selain hal-hal di atas, seorang informan menambahkan bahwa ia dan teman-temannya sering “berjualan bersama”. Tampaknya, kegiatan-kegiatan produktif yang dilakukan secara kolektif merupakan bentuk dukungan sosial yang penting bagi para informan.

Diener dan Dean (2007: 35) menjelaskan bahwa individu yang bahagia memiliki kesehatan dan kebiasaan yang baik, memiliki hubungan yang efektif, dan menggunakan gaya berpikir yang sehat. Dukungan sosial yang diberikan oleh teman menjadi faktor yang penting bagi mahasiswa karena dengan menceritakan masalah kepada teman dapat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan masalahnya. Sejalan dengan hal tersebut, dukungan sosial muncul dalam konteks hubungan yang akrab (Winnubust, dkk. dalam Smet: 1994). Meskipun terkadang teman tidak selalu dapat memberikan timbal balik berupa solusi atau nasihat, akan tetapi sekedar didengarkan tanpa disela saja sudah membuat informan merasa puas. Oleh karena itu, penting untuk membekali mahasiswa dengan keterampilan dasar untuk mendengarkan, karena mendengarkan merupakan bentuk dukungan sosial yang kuat bagi orang lain. Argumen ini diperkuat dengan pernyataan informan yang tidak ingin menceritakan masalahnya terhadap teman yang tidak dapat memberikan masukan yang dapat memotivasi dirinya, namun malah membuatnya merasa semakin terpuruk, sehingga mahasiswa akan lebih memilih untuk menceritakan masalahnya dengan Tuhan. Sebagian besar individu percaya dengan berdo'a kepada Tuhan perasaan akan lebih tenang dan dengan bantuan Tuhan masalah akan dapat terselesaikan. Begitu

juga yang dirasakan oleh salah satu informan. Sejalan dengan hal tersebut, seorang penulis (Gea, Rachmad, dan Wulandari, 2004: 165-166) menyebutnya dengan berkomunikasi dengan Tuhan, bahwa hubungan komunikasi dengan Tuhan berlangsung manakala individu dapat mengkomunikasikan perasaan-perasaannya dengan Tuhan termasuk perasaan-perasaan yang tidak pernah diungkapkan kepada siapapun. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nelfice, dkk. (2014) seseorang terkadang tidak memberikan dukungan kepada orang lain ketika ia sendiri tidak memiliki sumber daya untuk menolong orang lain, atau tengah menghadapi stres, harus menolong dirinya sendiri, atau kurang sensitif terhadap sekitarnya. Terdapat kebutuhan untuk membekali mahasiswa dengan kemampuan mendengarkan yang empatik dan tidak menghakimi.

Akhirnya, hubungan pertemanan yang terjalin tidak selalu berjalan baik dan menyenangkan. Konflik selalu terjadi dalam hubungan pertemanan. Menurut DeVito (2001) hal ini disebut tahap *deterioration*, yang merupakan tahap saat suatu hubungan menjadi lemah. Beberapa hal yang menurut informan dapat menimbulkan konflik dalam hubungan pertemanan adalah keterbatasan waktu yang menyebabkan individu menunda-nunda dalam melakukan sesuatu bersama teman, bercanda yang berlebihan, dan ketidakdisiplinan waktu. Selain itu “ceplas-ceplos” (berbicara secara spontan) juga merupakan faktor risiko yang menyebabkan konflik. Menurut tahap perkembangan Freud (dalam Hall & Lindzey, 1993: 91), tahun-tahun pertama kehidupan yang hanya beberapa itu memiliki peranan yang menentukan bagi pembentukan kepribadian. Pada tahap oral, sumber kenikmatan pokok yang berasal dari mulut adalah makanan. Makanan meliputi stimulasi sentuhan terhadap bibir dan rongga mulut, serta menelan, atau jika makanan tidak menyenangkan maka akan dimuntahkan keluar. Kemudian setelah gigi tumbuh, maka mulut akan dipakai untuk

menggigit dan mengunyah. Dua macam aktivitas oral ini, yakni menelan makanan dan menggigit, merupakan prototipe bagi banyak ciri karakter yang berkembang di kemudian hari. Menggigit atau agresi oral dapat dipindahkan kedalam bentuk sifat sarkastik dan suka perdebatan. Maka bentuk prototipe fungsi oral ini memberikan dasar bagi berkembangnya sikap dan ciri-ciri karakter individu yang berkaitan dengan gaya komunikasi verbal, salah satunya ialah sifat “ceplas-ceplos”.

Meski demikian, hal-hal tersebut tidak menimbulkan konflik besar dalam hubungan pertemanan. Menurut informan, konflik yang terjadi tidak berlangsung lama dan tidak menjadi konflik yang besar. Penyelesaian konflik yang terjadi menurut DeVito (2001) disebut tahap *repair*, yakni mencoba memperbaiki melemahnya suatu hubungan yang terjadi pada tahap *deterioration*. Apabila pada tahap ini gagal maka muncul tahap *dissolution* yang mana merupakan rusaknya suatu hubungan (DeVito, 2001: 255-259). Tahap inipun dijumpai dalam hubungan pertemanan informan. Manakala strategi penyelesaian konflik gagal, informan akan mencari teman lain dan kembali pada siklus awal proses pertemanan dengan mencari kecocokan dan kenyamanan pada mahasiswa lainnya. Akan tetapi informan yang mampu mempertahankan hubungan pertemanan dengan menyelesaikan konflik yang terjadi, akan menuai manfaat dari dinamika konflik tersebut. Hal ini disadari oleh para informan. Adanya *kepribadian reflektif* pada para informan menyebabkan informan dapat menyadari kesalahan, memaafkan, dan belajar dari kesalahan-kesalahannya. Kemampuan ini menjadi sarana bagi informan dalam memperbaiki hubungan sehingga konflik dapat mereda dan pertemanan dapat kembali seperti semula. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepribadian reflektif merupakan faktor yang bisa dilatih pada mahasiswa, yang akan membantu

mahasiswa dalam mengelola konflik yang dialaminya dalam relasinya dengan teman-temannya.

Hubungan sosial yang baik dapat meningkatkan harga diri, mengatasi stres, kesehatan yang baik, dan meminimalkan masalah psikologis (Compton, 2005: 52). Mahasiswa yang memiliki teman dekat di perkuliahan akan lebih menikmati masa-masa perkuliahan yang sedang dijalani. Sejalan dengan hal tersebut, Diener dan Dean (dalam *Positive Psychology Coaching*, 2007: 41) menjelaskan bahwa individu yang bahagia akan menjadi seseorang yang puas dengan hidupnya, merasakan emosi yang lebih dominan ke arah menyenangkan, mempunyai rasa bersalah yang sesuai, sedih, marah, dan takut. Individu yang berbahagia kemungkinan akan menikmati pekerjaannya, memiliki pertemanan yang berarti atau hubungan romantis, dan menjadi cukup sehat (Diener dan Dean, 2007: 41). Dengan kata lain, mahasiswa yang berbahagia juga memiliki relasi pertemanan yang bermakna, yang bisa menjadi dukungan sosial dalam menempuh masa-masa perkuliahan yang memang sarat dengan berbagai stimulus yang berpotensi menjadi stresor.

5.2. Kesimpulan

Pada penelitian ini, diketahui bahwa tidak mudah mencari teman yang benar-benar cocok, demikian pula halnya dengan mempertahankan hubungan pertemanan. Akan ada beberapa orang yang berpotensi menjadi teman, namun hanya sedikit yang akan menjadi teman. Pertemanan bisa terbentuk melalui perjumpaan secara tidak sengaja, namun lebih mungkin terbentuk karena adanya persepsi kesamaan dan kenyamanan dalam berkomunikasi. Terdapat faktor spiritual bahwa pertemanan dipandang sebagai takdir. Media menjadi faktor protektif dalam melanggengkan relasi karena memungkinkan informan tetap melakukan *self-disclosure* seakan-

akan dalam komunikasi tatap muka. Perbedaan agama dan etnis bukanlah masalah dalam membangun hubungan pertemanan, namun apresiasi terhadap perbedaan ini tampaknya cenderung dipengaruhi oleh adanya kepribadian yang mampu mentoleransi perbedaan, yang terbentuk melalui pembiasaan sedari masa kanak-kanak. Ketika konflik terjadi, informan lebih memilih bertahan dalam hubungan pertemanan daripada mencari orang lain dan membangun hubungan pertemanan yang baru. Informan merasa bahwa menemukan kecocokan dan kenyamanan serta telah memahami kebiasaan masing-masing individu bukanlah hal yang mudah. Individu melakukan beragam strategi mengelola konflik, namun salah satu elemen dasar dalam strategi tersebut ialah kepribadian reflektif, yang membantu informan menyadari, memaafkan, dan berempati. Identifikasi terhadap faktor-faktor protektif ini dapat memberikan sumbangsih bagi intervensi yang sesuai untuk individu-individu yang sulit bergaul dan sulit membentuk jejaring sosial yang sehat.

5.3. Refleksi

Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan teman. Namun manusia sendiri tampaknya juga tidak dapat berteman dengan sembarang orang. Ada alasan-alasan yang melatarbelakangi pemilihan teman, dan ada pula alasan-alasan yang melatarbelakangi terbentuknya relasi pertemanan yang langgeng.

Menurut penelitian, menjalin hubungan pertemanan dapat mengurangi tingkat stres, sejauh konflik dapat dikelola dengan baik. Sebagai mahasiswa, peneliti sendiri pun merasakan bahwa kebanyakan mahasiswa lebih memilih untuk berteman dekat dengan sesama etnis. Pada awalnya peneliti juga merasa minder sebab merasa berbeda dengan mayoritas mahasiswa yang berkuliah di Universitas Katolik Widya Mandala

Surabaya, akan tetapi mau tidak mau peneliti harus mencoba untuk membaur dengan mahasiswa lain, sebab dalam perkuliahan diharuskan dapat menjalin komunikasi dengan mahasiswa lain untuk mempermudah kegiatan perkuliahan.

5.2.1. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan antara lain:

- a. Peneliti kurang terampil dalam wawancara sehingga data yang didapatkan tidak terlalu mendalam dan pertanyaan yang ditanyakan berputar-putar.
- b. Peneliti kurang terbiasa untuk melakukan probing penjelasan dari informan sehingga ketika informan menjawab pertanyaan peneliti malah menanyakan hal yang lain dan menumpuk-numpuk pertanyaan.
- c. Peneliti terlalu kaku dalam menyampaikan pertanyaan dan ragu-ragu dalam bertanya sehingga data yang didapatkan tidak mendalam.
- d. Pengambilan data pada SO, peneliti mengambil data melalui BBM (*voice note*) sebab waktu yang dibutuhkan untuk mencari SO sangat terbatas dan SO sendiri pun sangat sibuk sehingga peneliti memutuskan untuk mengambil data melalui BBM.
- e. Data mengenai *wellbeing* cukup terbatas sehingga penjelasan mengenai *wellbeing* dan unsur psikologi klinisnya tidak terlalu terlihat.

5.4. Saran

- a. Bagi mahasiswa
Hasil penelitian menunjukkan bahwa apresiasi terhadap perbedaan merupakan hal yang bisa dilatih. Oleh karena itu, mahasiswa

hendaknya tidak menjauhi perbedaan (atau memandang perbedaan secara negatif), tetapi secara bertahap mulai membiasakan diri mengelola dinamika perbedaan dalam relasinya dengan orang lain. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kepribadian reflektif membantu mahasiswa dalam mengelola konflik. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengembangkan watak reflektif, misalnya dengan mulai membiasakan melakukan *journalling* (menulis buku harian). Hal-hal ini akan bermanfaat bagi mahasiswa itu sendiri.

b. Bagi institusi pendidikan

Institusi pendidikan bisa memfasilitasi dan mengakomodasi kemampuan mahasiswa untuk menerima, mengelola, dan memberdayakan perbedaan, dengan membiasakan watak reflektif (melalui tugas-tugas yang menuntut refleksi), memaparkan mahasiswa terhadap perbedaan, memunculkan identitas superordinat dengan memberikan mahasiswa tanggung jawab yang harus diselesaikan bersama. Hal ini sesuai salah satu tujuan pendidikan menurut UNESCO, yaitu melatih siswa untuk *learning to live together* (hidup bersama dengan rukun).

c. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini melibatkan informan yang kesemuanya perempuan. Penelitian selanjutnya bisa menggunakan informan laki-laki, atau lintas gender, untuk melihat apakah ada kekhasan proses pertemanan. Selain itu, penelitian lain juga dapat melibatkan mahasiswa di universitas-universitas lain, misalnya di universitas negeri atau universitas swasta lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2008). *Psikologi kepribadian (edisi revisi)*. Malang: UMM Press.
- Ayu, R.A. (2012). *Hubungan antara dukungan social dari teman sebaya dengan problem solving pada remaja*. Skripsi (tidak diterbitkan), Universitas Gunadarma. Diambil pada tanggal 9 Desember dari <http://publication.gunadarma.ac.id/bitstream/123456789/1600/1/>
- Baron, dan Byrne. (2003). *Psikologi sosial (edisi kesepuluh)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Christina, L. (2009). *Studi deskriptif mengenai ethnic identity pada remaja akhir suku batak toba di gereja "x" bandung* (Skripsi tidak diterbitkan), Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia. Diambil pada tanggal 6 Desember dari http://repository.maranatha.edu/7676/8/0330180_Cover.pdf
- Compton, W.C. (2005). *An introduction to positive psychology*. California: Thomson Wadsworth.
- Cunningham, G.B. (2006). The influence of group diversity on intergroup bias following recategorization. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 533-547.
- Dariyo, A. & Widiyanto, M.A. (2013, Desember). *Pengaruh kesepian, motif pertemanan, komunikasi on line dan terhadap penggunaan internet kompulsif pada remaja*, *Jurnal Psikologi Volume 11 Nomor 2*. Diambil pada tanggal 21 November dari <http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Psi/article/view/692>
- DeVito, J.A. (2001). *The interpersonal communication book (ninth edition)*. New York: Addison Wesley Longman.
- Diener, R.B. dan Dean, B. (2007). *Positive psychology coaching*. Hoboken, New Jersey. John Wiley & Sons.
- Duffy, K.G. dan Atwater. E. (2005). *Psychological for living: adjustment, growth, and behavior today - eighteen edition*. New Jersey: Pearson Educaton.
- Feldman, R. S. (1997). *Social psychology (second edition)*. Unites State of America: Prentice Hall.

- Feldman, R. S. (2006). *Understanding psychology (seventh edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Gea, A.A., Rachmad, N, dan Wulandari, A.P. (2004). *Character building III: Relasi dengan Tuhan*. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo.
- Hall, C.S & Lindzey, G. (1993). *Psikologi kepribadian 1: Teori-teori psikodinamik (klinis)*. Yogyakarta. Kanisius.
- Hidayat, Bahril. (2006, Januari). *Pluralisme dan aktualisasi diri*, JPS Vol. 12 No. 02.
- Moleong, L. J. (2011). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Myers, D.G. (1999). *Social psychology (sixth edition)*. United States of America. McGraw-Hill.
- Nelfice, dkk. (2014, Oktober). *Hubungan dukungan keluarga dengan harga diri remaja di lembaga pemasyarakatan*, JOM PSIK Vol. 1 No.3
- Nevid, J. S. Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal. Jilid 1 & 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nietzel, Bernstein, Kramer, & Milich. (2002). *Introduction to clinical psychology (sixth edition)*. New Jersey. Prentice Hall.
- Pargament, K. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy - Understanding and Addressing the Sacred*. Spring Street - New York. The Guilford Pres.
- Poerwandari, E.K. (1998). *Pendekatan kualitatif dalam penelitian psikologi*. Jakarta: Lembaga Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi UI.
- Prilleltensky, I. dan Prilleltensky, O. (2006). *Promoting well-being: liking personal, organizational, and community change*. Hoboken, New Jersey. John Wiley & Sons.
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi komunikasi*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Sari, P.S, Dan Setyanto, A.E. (2014). *Komunikasi antarbudaya remaja etnis keturunan arab dengan remaja etnis jawa di Surakarta*. Skripsi

(tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Sebelas Maret. Diambil pada tanggal 21 November 2014 dari <http://jurnalkommas.com/docs/jurnal%20kommas.doc>

- Sarwono, Sarlito S. dan Meinarno, Eko A. 2009. *Psikologi sosial*. Jakarta. Salemba Humanika.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (1999). *Psikologi sosial: individu dan teori-teori*. Jakarta. Balai Pustaka.
- Sears, D.O., Freedman, J.L., dan Peplau, L.A. (1999). *Psikologi sosial (edisi kelima: jilid satu)*. Jakarta. Penerbit Erlangga.
- Sekararum, A. (2012). *Interpersonal psychotherapy (IPT) untuk meningkatkan keterampilan sosial mahasiswa universitas indonesia yang mengalami distres psikologis*. Tesis (tidak diterbitkan). Depok: Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Profesi Peminatan Klinis Dewasa Universitas Indonesia. Diambil pada tanggal 7 Januari 2015 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20301342-T30583-Ayuningdyah%20Sekararum.pdf>
- Seligman, Martin. (2013). *Beyond authentic happiness*. Bandung. Penerbit Kaifa.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan mental: konsep, cakupan, dan perkembangannya*. Yogyakarta. CV Andi Offset.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta. PT. Grasindo.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. California: Sage
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kombinasi (mixed method)*. Bandung. Penerbit Alfabeta.
- Suryanto, Putra, M.G., Herdiana, I., Alfian, I.N., (2012). *Pengantar psikologi sosial*. Surabaya. Pusat Penerbitan dan Percetakan Unair.
- Wasito, dkk. (1990). *Pengantar metodologi penelitian: buku panduan mahasiswa*. Jakarta. Asosiasi Perguruan Tinggi Katolik – APTIK.

- Willig, C. (2001). *Introducing qualitative research in psychology: adventures in theory and method*. London: McGraw-Hill Education.
- Yin, R.K. (2002). *Studi kasus (desain dan metode) edisi revisi*. Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada.