

Peran *Social Capital* dalam Meningkatkan *Psychological Well Being* Mahasiswa Pengguna *Whatsapp* di Universitas Buana Perjuangan Karawang

Dwi Aeni^{1*} Nita Rohayati¹ Yuwono Pratomo¹

[1] Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Abstract

WhatsApp has become one of the mainstay social media of the people of Indonesia. For students, WhatsApp is very helpful in lecture activities, information about lectures, assignments, and materials can be easily accessed through the WhatsApp application. This study aims to look at the role of social capital in the psychological well-being of students who use WhatsApp for the benefit of lectures at Buana Perjuangan University of Karawang. Sampling using the convenience sampling method obtained 295 samples with a population of 11.950 students. The results of the study showed that the significance value of social capital was $0.000 < 0.05$ on psychological well-being, then H_a was accepted and H_0 was rejected, so it can be concluded that there is an influence of social capital on the psychological well-being of students who use WhatsApp for the benefit of lectures at Buana Perjuangan University of Karawang. Social capital affects the psychological well-being of students who use WhatsApp for lectures by 35.8%. Students with high levels of social capital tend to have good psychological well-being, have positive relationships with others in close and wide networks, emotional support in a good social sphere, and achieve a better life.

Keywords: Psychological Well Being; Social Capital; Whatsapp User Students; Lectures

Article Info

Artikel History: Submitted: 2024-08-15 | Published: 2024-12-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v14i4.10985>

Vol 14, No 4 (2024) Page: 843 – 851

(*) Corresponding Author: Dwi Aeni, Universitas Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia, Email: Ps20.Dwiaeni@mhs.ubpkarawang.ac.id



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Media sosial merupakan media yang memudahkan kita mencari informasi, berkomunikasi, dan menjalin pertemanan secara online salah satunya *WhatsApp* (Trisnani., 2017). *WhatsApp* (WA) menjadi salah satu media sosial yang sangat populer dan kebanyakan dipakai sebagai media sosial sehari-hari oleh warga Indonesia (Khusaini *et al.*, 2017),

karena berkomunikasi, mengirim pesan, gambar dan informasi lainnya sangat mudah (Napratilora *et al.*, 2020). Bagi mahasiswa *whatsapp* sangat membantu dalam perkuliahan, menyampaikan informasi menjadi lebih mudah dan cepat dengan membuat group *WhatsApp* antar mahasiswa maupun mahasiswa dan dosen (Chandra *et al.*, 2021). Penggunaan media sosial sangat erat kaitannya dengan status psikologis individu, seperti *psychological well being*, dukungan sosial, dan isolasi sosial (Chen & Li., 2017).

Diener *et. al* (dalam Dhanabhakym & Sarath., 2023) mendefinisikan *psychological well being* sebagai evaluasi subjektif yang melibatkan perasaan, keterlibatan, dan makna afirmatif termasuk kebahagiaan dan kepuasan. Menurut Seligman (dalam Dhanabhakym & Sarath., 2023) *psychological well being* adalah gabungan dari kegembiraan dan kepuasan, yang mengartikan kebahagiaan ditandai dengan emosi yang positif, kesenangan, mengandung makna dan tujuan hidup. Sedangkan menurut Ryff (dalam Yuliani., 2018) *psychological well being* merupakan kondisi individu yang memiliki kemandirian, penguasaan lingkungan efektif, menjalani hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan dan menjalankan arah dan tujuan hidup, mampu menerima diri secara positif, dan mampu mengembangkan potensi diri dari waktu-kewaktu.

Psychological well being memiliki beberapa aspek menurut Diener *et. al*, (dalam Dhanabhakym & Sarath., 2023) yaitu kepuasan hidup, emosi afirmatif, tingkat emosi negatif yang rendah, otonomi, tujuan dalam hidup, serta pertumbuhan pribadi. Sedangkan menurut Ryff (dalam Pedhu., 2022) aspek-aspek *psychological well being* yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*enviromtmental mastery*). tujuan hidup (*purpose in life*), serta pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Berdasarkan studi pendahuluan, peneliti melakukan wawancara kepada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang terkait pengalamannya menggunakan *WhatsApp* untuk kepentingan perkuliahan, diketahui bahwa menurut mereka sangat mudah mengakses informasi seputar perkuliahan dengan menggunakan *WhatsApp*, apalagi group antara mahasiswa dengan dosen mata kuliah selain fleksibel pengiriman informasi juga sangat efisien. Kemudian temuan dari pra-penelitian yang menyoroti aspek *psychological well being* dengan jumlah 60 responden tersebut didapat bahwa mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang yang menggunakan WA untuk kepentingan perkuliahan 52% mengetahui dan sadar akan batasan kemampuan juga kelemahan dirinya dalam menggunakan *WhatsApp*. 75% berinteraksi positif dengan orang lain di aplikasi *WhatsApp*. 83% mampu mengambil keputusan dan mempertanggungjawabkan kirimannya di media sosial *WhatsApp*. 78% mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan group baru yang dibuat dalam *WhatsApp*. 100% memiliki tujuan hidup dan merasa mampu mewujudkannya. 76,7% merasa berkembang dari informasi baru yang didapat melalui orang lain di *WhatsApp*.

Faktor - faktor yang dapat memengaruhi *psychological well being* individu menurut Ryff (dalam Rahama & Izzati., 2021) adalah dukungan sosial, kepribadian, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi. Sedangkan menurut Schmutte dan Ryff (dalam Akbar., 2014) faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* antara lain kepribadian, pekerjaan, kesehatan dan fungsi fisik. Selain itu menurut Williams (2006) *social capital* memengaruhi hubungan individu dengan orang lain yang berinteraksi melalui jejaring internet seperti *chat room*, *WA*, *email*, *game play* dan sebagainya menghasilkan dampak positif, seperti dukungan sosial secara emosional, hal ini berhubungan dengan *psychological well being* individu.

Cohen dan Prusak (dalam Rahman & Hartijasti., 2017) mengatakan bahwa *social capital* adalah suatu ikatan atas hubungan yang terjadi dalam bentuk kepercayaan(*trust*), saling pengertian (*mutual understanding*) dan nilai-nilai bersama (*shared value*) yang mengikat anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan bersama secara efektif dan efisien. Williams (2006) menjelaskan bahwa *social capital* merupakan jaringan hubungan sosial, norma saling menguntungkan yang terkait dengan jaringan tersebut, dan manfaat yang timbul dari hubungan-hubungan tersebut. Sedangkan Putnam (dalam Claridge., 2018) mengemukakan argumen bahwa *social capital* pada dasarnya adalah jumlah kepercayaan yang ada dan merupakan bekal utama yang menjadi ciri budaya politik masyarakat modern. Putnam mengikuti keyakinan Coleman bahwa *social capital* adalah kualitas yang dapat menjadi fasilitator kerjasama interpersonal.

Putnam (dalam Yamaguchi, 2013) mengemukakan tiga aspek-aspek *social capital* yaitu mengikat (*bonding*), menjembatani (*bridging*), dan menghubungkan (*linking*). Sedangkan Williams (2006) menyatakan aspek-aspek *social capital* diantaranya ikatan sosial (*bonding social capital*) hubungan erat dan kuat antar individu atau kelompok yang memiliki kesamaan tertentu contohnya keluarga, teman dekat, komunitas tertentu, serta jembatan sosial (*bridging social capital*) hubungan yang memperluas informasi dan sumber daya antar individu atau kelompok, contohnya group info loker, dan keanggotaan dalam organisasi berbagai kepentingan. Dalam penelitian Yamaguci (2013) *social capital* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *psychological well-being* di kalangan remaja berusia 12 hingga 17 tahun di Amerika Serikat. Bano *et al* (2019) menganalisis data 266 mahasiswa dari Islamabad, Pakistan dan menemukan efek positif dari penggunaan WA pada bentuk *social capital* dan efek positif dari *social capital* pada *psychological well being*, kemudian Pang (2018) mempelajari siswa Cina yang tinggal di Jerman dan menemukan efek positif dari penggunaan situs jejaring sosial pada *social capital* secara positif berkaitan dengan *psychological well being*.

Fenomena diatas menjabarkan bahwa *social capital* adalah faktor yang memengaruhi *psychological well being* individu. Namun, penelitian secara khusus yang meneliti peran *social capital* dalam konteks penggunaan WA untuk keperluan perkuliahan masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan dengan mengisi kesenjangan dalam literatur tersebut. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat memengaruhi *psychological well being* baik secara positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana media tersebut digunakan. Penelitian ini memperluas pemahaman tersebut dengan fokus pada aplikasi pesan instan yang digunakan untuk tujuan akademis.

Secara keseluruhan, *social capital* diharapkan berhubungan positif dengan *psychological well being* (Bano *et al.*, 2019). Kim dan Kim (2017) menekankan pentingnya memiliki jaringan kontak yang heterogen, yang pada akhirnya meningkatkan potensi *social capital*. Secara keseluruhan, hubungan nyata dan sosial antara orang-orang dari lingkaran sosial dekat (*bonding social capital*) dan dari lingkaran sosial yang jauh (*bridging social capital*) diperkuat ketika mereka meningkatkan komunikasi, dukungan sosial, dan berbagi minat, pengetahuan, dan keterampilan, yang dibagi dengan anggota lain. Ini terkait dengan efek positif pada interaksi, seperti penerimaan, kepercayaan, dan timbal balik, yang terkait dengan kesehatan dan *psychological well being* individu (Bekalu *et al.*, 2019).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *social capital* terhadap *psychological well being* mahasiswa pengguna *WhatsApp* untuk kepentingan perkuliahan di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : Ada pengaruh *social capital* terhadap

psychological well being pengguna *WhatsApp* pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian kausal. *Social capital* sebagai variabel independen, sedangkan *psychological well being* sebagai variabel dependen.

Partisipan

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *convenience sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif universitas buana perjuangan karawang angkatan 2017-2023 dengan jumlah keseluruhan yang diambil dari data bagian akademik berjumlah 11.950 mahasiswa. Jumlah sampel minimal yang dihitung menggunakan rumus isaac & michael $S = \lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q / d^2(N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q$ sehingga dapat diketahui bahwa $S = 2.660 \times 11.950 \times 0.5 \times 0.5 / 0.052 \times (11.950-1) + 2.660 \times 0.5 \times 0.5$ didapat hasil 260 sampel, dalam penelitian ini responden berjumlah 295 yang berarti jumlah responden tersebut telah melebihi minimal sampel.

Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data dengan skala psikologi. Skala yang digunakan untuk mengukur *psychological well being* diadopsi dari *Ryff Psychological Well Being Scale* (RPWB) yang dikembangkan oleh Ryff (1986) yang terdiri dari 18 item menyoroti aspek-aspek *psychological well being* Ryff (dalam Pedhu., 2022) diantaranya penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*enviromtmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), serta pertumbuhan pribadi (*personal growth*) dengan contoh aitem pernyataan yang telah ditranslasi dan dilakukan *expert judgement* serta uji keterbacaan diantaranya : “ketika saya melihat kisah hidup saya. Saya senang dengan apa yang terjadi sejauh ini” dan “orang akan menggambarkan saya sebagai seseorang yang suka memberi, bersedia berbagi waktu dengan orang lain”, pernyataan disusun dengan skala likert yaitu 1-7 yang diantaranya 1 sangat tidak setuju, 2 agak tidak setuju, sedikit tidak setuju, 4 tidak keduanya, 5 sedikit setuju, 6 agak setuju, 7 sangat setuju.

Skala yang digunakan untuk mengukur *social capital* diadopsi dari *Internet Social Capitas Scale* (ISCS) yang dikembangkan oleh Williams (2006) yang terdiri dari 20 item berdasarkan aspek-aspek *social capital* Williams (2006) diantaranya ikatan sosial (*bonding social capital*), dan jembatan sosial (*bridging social capital*) dengan contoh aitem pernyataan yang telah ditranslasi dan dilakukan *expert judgement* serta uji keterbacaan diantaranya : “berinteraksi dengan orang – orang membuat saya tertarik terhadap hal – hal yang terjadi diluar dari kota saya” dan “ada beberapa orang yang saya percayai untuk membantu menyelesaikan masalah saya”. model likert pada dua skala baku yaitu *psychological well being* dan skala *social capital*., pernyataan disusun dengan skala likert yaitu 1-5 diantaranya 1 sangat tidak setuju, 2 tidak setuju, 3 netral, 4 setuju, 5 sangat setuju.

Selanjutnya dilakukan uji coba skala dengan analisis aitem untuk melihat daya diskriminasi item menggunakan teknik *corrected item-total correlation* dengan *SPSS 24 for windows 64-bit*. Dikatakan valid jika mencapai koefisien korelasi ≥ 0.30 . Rentang nilai

validitas Skala *psychological well being* bergerak dari 0.334-0.606 dengan reliabilitas 0.852 yang berarti skala valid dan reliabel, serta rentang nilai validitas skala *social capital* bergerak dari 0.372-0.650 dan memiliki nilai reliabilitas 0.901 sehingga skala tersebut dikatakan valid dan reliabel.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis yang diantaranya uji normalitas, linearitas, uji regresi linier sederhana dan teknik analisis data tambahan yaitu uji koefisien determinasi. Dalam pengujian normalitas menggunakan teknik *kormogolov-Smirnov* untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak dikatakan normal jika $p > 0.05$. Setelah uji normalitas selanjutnya dilakukan uji normalitas, untuk mengetahui apakah dua variabel yang diuji mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan, dikatakan linear jika nilai probabilitas < 0.05 .

Pengujian hipotesis menggunakan uji regresi linier sederhana, hipotesis diterima apabila nilai signifikansi < 0.05 . Uji regresi linier sederhana digunakan untuk menguji hipotesis hubungan satu variabel independen dan satu variabel dependen. Pada penelitian ini dilakukan uji analisis tambahan menggunakan uji koefisien determinasi untuk mengetahui seberapa besar sumbangan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Pada semua pengujian analisis dalam penelitian ini menggunakan *SPSS 24 for windows 64-bit*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyebaran kuesioner penelitian yang didapat 295 responden dengan rentang usia 18-21 tahun sebanyak 125 orang, 21-24 tahun 148 orang, sedangkan responden dengan rentang usia >25 tahun berjumlah 22 tahun. Terdapat 137 orang responden dengan jenis kelamin laki-laki dan 158 orang responden dengan jenis kelamin perempuan. Dalam penelitian ini responden dengan jurusan manajemen sebanyak 35 orang, akutansi 12 orang, psikologi 88 orang, ilmu hukum 20 orang, PGSD 15 orang, PPKN 18 orang, farmasi 54 orang, teknik industri, 18 orang, teknik informatika 21 orang serta sistem informasi 12 orang. Dengan data sebagai berikut.

Tabel 1. Data Responden Penelitian

Klasifikasi	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
Rentang Usia	18-21 Tahun	125	42%
	21-24 Tahun	148	50%
	>25 Tahun	22	7%
	Total	295	100%
Jenis Kelamin	Laki-laki	137	46%
	Perempuan	158	54%
	Total	295	100%
Jurusan	Manajemen	35	12%
	Akutansi	12	4%
	Psikologi	88	30%
	Ilmu Hukum	20	7%
	PGSD	15	5%
	PPKN	18	6%

Farmasi	54	18%
Teknik Industri	18	6%
Teknik Informatika	21	7%
Sistem Informasi	14	5%
Total	295	100%

Tabel 2. Uji Normalitas

	Unstandardized Residual
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^c

Berdasarkan data tabel uji normalitas diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* $0.200 > 0.05$ yang diartikan bahwa variabel *social capital* dan *psychological well being* berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Linearitas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
PWB * SOCIAL CAPITAL	Between Groups	Linearity	7.533.550	1	7.533.550	246.823	.000

Uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada *linearity* $0.000 < 0.05$, maka disimpulkan bahwa adanya hubungan linear antara *psychological well being* (Y) dan *social capital* (X).

Tabel 4. Uji Hipotesis

Model		Unstandardized Coefficients B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
1	(Constant)	101.241	3.121		32.443	.000
	SOCIAL CAPITAL	-.736	.058	-.598	-12.787	.000

a. Dependent Variable: PWB

Berdasarkan hasil uji hipotesis diatas terdapat nilai signifikansi dari *social capital* (X) sebesar $0.000 < 0.05$, maka H_a diterima dan H_o ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *social capital* terhadap *psychological well being* pengguna *WhatsApp* pada mahasiswa universitas buana perjuangan karawang. Adapun persamaannya $Y = a + bX$ atau $Y = 101.241 - 0.736X$, persamaan tersebut mengidentifikasi bahwa perubahan *psychological well being* (Y) bergantung dari skor *social capital* (X), berarti bahwa *social capital* (X) meningkat bila skor *psychological well being* (Y) diturunkan atau semakin rendah.

Tabel 5. Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	.358	.356	6.78758

a. Predictors: (Constant), SOCIAL CAPITAL

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai 0.358 pada kolom *R square*, maka dapat terlihat besarnya pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat. Dari hasil diatas maka dapat disimpulkan bahwa pengaruh *social capital* sebesar 0.358 atau 35.8% terhadap *psychological well being* pengguna *WhatsApp* pada mahasiswa universitas buana perjuangan karawang serta 64.2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *social capital* untuk meningkatkan *psychological well being* mahasiswa pengguna whatsapp di universitas buana perjuangan karawang. Hasil uji hipotesis antara variabel *social capital* dengan *psychological well being* menunjukkan hasil signifikansi yaitu sebesar $0.000 \leq 0.05$ yang memiliki arti bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, sehingga terdapat peran *social capital* terhadap *psychological well being* mahasiswa pengguna *WhatsApp* untuk kepentingan perkuliahan di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Menurut Williams (2006) *social capital* memengaruhi hubungan individu dengan orang lain yang berinteraksi melalui jejaring internet seperti *chat room*, *WA*, *email*, *game play* dan sebagainya menghasilkan dampak positif, seperti dukungan sosial secara emosional, hal ini berhubungan dengan *psychological well being* individu. Sejalan dengan temuan Yamaguchi (2013) pada remaja berusia 12 hingga 17 tahun di Amerika Serikat, dalam penelitian tersebut *social capital* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *psychological well-being* di kalangan remaja. Bano et al. (2019) menganalisis data 266 mahasiswa dari Islamabad, Pakistan dan menemukan efek positif dari penggunaan *WhatsApp* pada bentuk *social capital* dan efek positif dari *social capital* pada *psychological well being*. Penelitian lain oleh Pang (2018) yang mempelajari siswa Cina yang tinggal di Jerman dan menemukan efek positif dari penggunaan situs jejaring sosial pada *social capital* secara positif berkaitan dengan *psychological well being*.

Selain itu peneliti melakukan uji analisis data tambahan yaitu uji koefisien determinasi. Adapun hasil uji koefisien determinasi secara parsial variabel *social capital* dan *psychological well being* didapatkan hasil 0.358 atau 35.8% pada mahasiswa pengguna *WhatsApp* untuk kepentingan perkuliahan di Universitas Buana Perjuangan Karawang dan selebihnya 64.2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Menurut Ryff (dalam Rahama & Izzati., 2021) faktor-faktor lain yang memengaruhi *psychological well being* seperti dukungan sosial, kepribadian, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, kepribadian, pekerjaan, kesehatan dan fungsi fisik.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa *social capital* berperan meningkatkan *psychological well being* pada mahasiswa pengguna *WhatsApp* untuk kepentingan perkuliahan di Universitas Buana Perjuangan Karawang dan berpengaruh sebesar 35.8%. Interaksi dalam platform ini ternyata mampu memberikan dukungan, rasa memiliki, dan akses informasi juga sumber daya yang penting bagi *psychological well being* mahasiswa. Saran bagi peneliti selanjutnya disarankan agar dapat meneliti faktor-faktor yang lain yang memengaruhi *psychological well being* menurut Ryff (dalam Rahama & Izzati., 2021) seperti dukungan sosial, kepribadian, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, kepribadian, pekerjaan, kesehatan dan fungsi fisik sehingga hasil penelitian selanjutnya akan semakin luas dan baik, melakukan pengambilan data yang lebih luas lagi sehingga dapat menjangkau partisipan lebih banyak sehingga mampu menginterpretasikan populasi lebih baik lagi.

REFERENSI

- Akbar, S. N. (2014). Hubungan psychological well being dengan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di panti Werdha Budi Sejahtera. *Jurnal Ecopsy*.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian untuk psikologi 4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). Penyusunan skala psikologi edisi-3. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bano, S., Cisheng, W., Khan, A. N., and Khan, N. A. (2019). WhatsApp use and student's psychological well-being: role of social capital and social integration. *Child. Youth Serv. Rev.* 103, 200–208.
- Bekalu, M. A., McCloud, R. F., and Viswanath, K. (2019). Association of social media use with social well-being, positive mental health, and self-rated health: disentangling routine use from emotional connection to use. *Health Educ. Behav.* 46(2 Suppl), 69S-80S.
- Chandra, M. R., Lubis, K., & Assalam, M. H. (2021, July). Kegunaan aplikasi whatsapp sebagai media pembelajaran pada mahasiswa prodi pendidikan bahasa dan sastra Indonesia UNIMED. In *Prosiding Seminar Nasional PBSI-IV Tahun 2021 Tema: Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia Berbasis Digital Guna Mendukung Implementasi Merdeka Belajar* (pp. 197-202). FBS Unimed Press.
- Chen, H.-T., and Li, X. (2017). The contribution of mobile social media to social capital and psychological well-being: examining the role of communicative use, friending and self-disclosure. *Comput. Hum. Behav.* 75, 958–965.
- Claridge, T. (2018). *Introduction to social capital theory*. New Zealand: social capital research.
- Dhanabhakya, D. M., & Sarath, M. (2023). Psychological wellbeing: asystematic literature review. *International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology (IJARSCT)*, 603-607.
- Gon, S., & Rawekar, A. (2017). Effectivity of e-learning through whatsapp as a teaching learning tool. *MVP Journal Of Medical Sciences*, 4(1), 19.
- Gong, S., Xu, P., & Wang, S. (2021). Social capital and psychological well-being of Chinese immigrants in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 547.
- Khusaini, K., Suyudi, A., Winarto, W., & Sugiyanto, S. (2017). optimalisasi penggunaan whatsapp dalam perkuliahan penilaian pendidikan fisika. *Jurnal Riset Dan Kajian Pendidikan Fisika*, 4(1), 1.
- Kim, B., and Kim, Y. (2017). College students' social media use and communication network heterogeneity: implications for social capital and subjective well-being. *Comput. Hum. Behav.* 73, 620–628.
- Napratilora, M., Lisa, H., & Bangsawan, I. (2020). using whatsapp as a learning media in teaching reading. *MITRA PGMI: Jurnal Kependidikan MI*, 6(2), 116–125.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 65-78.
- Rahman, D., & Hartijasti, Y. (2017). Peran social capital dalam memediasi pengaruh social media terhadap knowledge transfer dan week performance. *Jurnal Riset Bisnis dan Manajemen Tirtayasa*, 125-136.
- Siregar, S. (2013). Metode penelitian kuantitatif dilengkapi perbandingan perhitungan manual & SPSS. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta, CV
- Sugiyono, S. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D. *Bandung: Alfabeta*.

- Tjahjono, H. K. (2017). Modal sosial sebagai properti individu : konsep, dimensi, dan indikator. *Jurnal bisnis teori dan implementasi*, 184-189.
- Trisnani, T. (2017). Pemanfaatan whatsapp sebagai media komunikasi dan kepuasan dalam penyampaian pesan dikalangan tokoh masyarakat. *Jurnal Komunika: Jurnal Komunikasi, Media dan Informatika*, 6(3), 1-12.
- Widhiarso, W. (2010). Uji normalitas. Yogyakarta: Tidak dipublikasikan. Retrieved Desember, 2022, from <http://www.widhiarso.staf.ugm.ac.id>
- Williams, D. (2006). On and off the'net: scales for social capital in an online era. *Journal of computer-mediated communication*, 11(2), 593-628.
- Yamaguchi, A. (2013). Impact of social capital on the psychological well being of adolescents. *International Journal of Psychological Studies*, 100-109.
- Yuliani, I. (2018). Konsep *psychological well being* serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 51-56.
- Yuwono, H. D. (2016). *Social cavital* dan kinerja bisnis : studi kasus pada project bisnis mahasiswa universitas Ciputra. *PERFORMA: Jurnal Manajemen dan Start-Up Bisnis*, 331-338..