

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA SISWA GENRUS NUSANTARA
*BOARDING SCHOOL***

NASKAH PUBLIKASI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

Puput Aulia Safa'atun Nisa

1500013314

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA**

2019

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA SISWA GENRUS NUSANTARA
BOARDING SCHOOL**

Yang disusun oleh:

Puput Aulia Safa'atun Nisa
1500013314

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

5 Agustus 2019

Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan

MENGESAHKAN NASKAH PUBLIKASI

Pada tanggal

2 September 2019

Dosen Pembimbing,



Fuadah Fakhruddiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN SUBJECTIVE *WELL-BEING* PADA SISWA GENRUS NUSANTARA *BOARDING SCHOOL*

Puput Aulia Safa'atun Nisa, Fuadah Fakhruddiana

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Jalan Kapas no 9 Semaki Yogyakarta 55166

psikoaulia@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Penelitian ini dilakukan di SMA Genrus Nusantara *Boarding School* (GNBS) Kendal.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Variabel dukungan sosial diukur menggunakan Skala Dukungan Sosial yang disusun oleh peneliti dengan reliabilitas sebesar 0,892. Variabel *subjective well-being* diukur menggunakan dua skala, yaitu untuk mengukur aspek kepuasan hidup digunakan modifikasi Skala *Satisfaction With Life Scale* yang dikembangkan oleh Diener, Sanvilk, Seidlitz, dan Diener (1993) dengan reliabilitas sebesar 0,846, sedangkan untuk mengukur afek positif dan afek negatif digunakan modifikasi Skala *Positive Affect Negative Affect Scale* (PANAS) yang dikembangkan oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) dengan reliabilitas sebesar 0,875.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Kelas X SMA Genrus Nusantara *Boarding School* yang berjumlah 59 siswa. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis *product moment* dengan bantuan SPSS 16.00 *For Windows*.

Hasil analisis data diperoleh skor $(r_{xy}) = 0,404$ dengan signifikansi sebesar $p = 0,01$ ($p < 0,05$), yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada siswa Genrus Nusantara *Boarding School*. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap variabel *subjective well-being* sebesar $r^2 = 0,163$ atau 16%.

Kata Kunci: *Boarding School*, Dukungan sosial, *Subjective Well-being*.

THE CORRELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SUBJECTIVE WELL-BEING OF STUDENTS IN GENRUS NUSANTARA BOARDING SCHOOL

Puput Aulia Safa'atun Nisa, Fuadah Fakhruddiana

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Jalan Kapas no 9 Semaki Yogyakarta 55166

psikoaulia@gmail.com

Abstract

The aim of this study is to determine the correlation between social support and subjective well-being. This research was conducted at Kendal's High School of Genrus Nusantara Boarding School (GNBS).

The research method used in this study is a quantitative method. The social support variable was measured using a Social Support Scale compiled by researchers with a reliability of 0.892. The subjective well-being variable was measured using two scales, namely to measure aspects of life satisfaction using the Satisfaction With Life Scale modification developed by Diener, Sanvilk, Seidlitz, and Diener (1993) with a reliability of 0.846, while to measure positive and negative affect used a Positive Affect Negative Affect Scale (PANAS) modification that was developed by Watson, Clark and Tellegen (1988) with a reliability of 0.875.

The subjects in this study were 59 class X students of the Genrus Nusantara Boarding School. The analysis technique used is product moment analysis with the help of SPSS 16.00 for Windows.

The results of data analysis are score $(r_{xy}) = 0.404$ with a significance of $p = 0.01$ ($p < 0.05$), which means there is a significant relationship between social support and subjective well-being in Genrus Nusantara Boarding School students. This shows that the research hypothesis was accepted. The effective contribution given by social support variable to subjective well-being variable is $r^2 = 0,163$ or 16%.

Keywords: Boarding School, Social support, Subjective Well-being.

PENDAHULUAN

Mencari kebahagiaan merupakan fitrah murni manusia, tidak memandang jenis kelamin, status sosial ekonomi maupun usia (Ryff, 1989). Dorongan manusia untuk mencari kebahagiaan merupakan topik yang menarik sehingga beberapa dekade lalu banyak peneliti melakukan penelitian terkait kebahagiaan. Awalnya, penelitian-penelitian terdahulu lebih berfokus pada patologi atau lebih banyak membahas tentang hal-hal negatif. Seiring munculnya aliran psikologi positif, penelitian saat ini lebih banyak membahas tentang cara seseorang mendapatkan dan merasakan kebahagiaan serta kebermaknaan dalam hidup (Froh, 2004).

Diener (2000) menjelaskan bahwa *subjective well-being* merupakan teori evaluasi akan kejadian yang telah terjadi atau dialami dalam kehidupan yang melibatkan proses kognitif dan afektif. Menurut Diener (2000) individu memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi ketika individu lebih banyak merasakan perasaan nyaman daripada perasaan tidak nyaman, individu lebih banyak melakukan kegiatan menarik, individu mengalami banyak kesenangan, serta merasakan kepuasan terhadap kehidupannya. Individu yang mengalami banyak pengalaman positif akan memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* rendah ditandai dengan ketidakpuasan terhadap hidup, mengalami sedikit kegembiraan, dan kerap merasakan emosi negatif seperti kemarahan dan kecemasan (Diener, 2000).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa dalam kehidupan tidak semua orang dengan mudah merasakan kebahagiaan, terlebih bagi orang-orang yang memiliki banyak tuntutan, peran atau tugas, misalnya para siswa yang bersekolah di *boarding school*. Menurut Susiyani dan Subiyantoro (2017) *boarding school* merupakan sistem sekolah berasrama yang mana guru, siswa, dan pengelola sekolah tinggal bersama di asrama dalam kurun waktu tertentu biasanya satu semester diselingi dengan berlibur satu bulan sampai menamatkan sekolahnya.

Salah satu sekolah yang menerapkan sistem *boarding school* yakni Genrus Nusantara *Boarding School* (GNBS) Kendal. Genrus Nusantara *Boarding School* (GNBS) Kendal merupakan lembaga pendidikan yang memadukan antara sistem pendidikan umum (sekolah) dengan model pesantren melalui model pendidikan sekolah berasrama (*boarding school*), yang mengharuskan siswa untuk tinggal di asrama selama 24 jam. Salah satu tujuan didirikannya Genrus Nusantara *Boarding School* (GNBS) Kendal yaitu mencetak generasi penerus yang profesional dan religius. Genrus Nusantara *Boarding School* (GNBS) Kendal beralamatkan di Kebonadem, Kb. Adem, Brongsong, Kab. Kendal, Jawa Tengah.

Tinggal dan hidup di *boarding school* bukanlah hal yang mudah bagi anak, khususnya remaja. Sarwono (2013) menuturkan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, peralihan tersebut termasuk perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja adalah gejala primer dalam

pertumbuhan remaja, sedangkan perubahan-perubahan psikis muncul akibat dari perubahan fisik (Sarwono, 2013).

Selain memiliki tugas perkembangan yang khas, remaja yang tinggal di *boarding school* juga dituntut untuk menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas, budaya, dan kebiasaan yang ada di lingkungan *boarding school*. Di sisi lain, mereka juga dituntut untuk menghafalkan Al-qur'an. Demi terciptanya lingkungan asrama yang harmonis dan kondusif juga diberlakukan peraturan yang rigid lengkap dengan sanksi bagi pelanggarnya, peraturan tersebut wajib ditaati oleh seluruh siswa yang tinggal di asrama. Selain itu, siswa juga memiliki tanggung jawab untuk belajar dan menuntaskan tugas-tugas sekolahnya. Adanya tuntutan tugas perkembangan, tuntutan akademik, dan sosial seperti tersebut di atas menjadikan tanggung jawab para siswa yang tinggal di *boarding school* meningkat. Meningkatnya tanggung jawab yang harus ditanggung oleh remaja ditambah dengan rutinitas yang monoton, serta terbatasnya waktu untuk bermain membuat sebagian siswa yang sekolah di *boarding school* jenuh, bosan, dan merasa terbebani.

Berdasarkan observasi dan wawancara pada hari Sabtu, 4 Mei 2019 kondisi emosional siswa terlihat lelah dan jenuh secara fisik maupun mental akibat banyaknya tuntutan yang diterima. Selain itu, siswa mengaku sering merasakan perasaan tidak menyenangkan karena banyak masalah dengan teman dan orang tua, serta tidak puas dengan wilayah kehidupan. Hal tersebut menjadi tantangan bagi siswa yang

tinggal di *boarding school*. Apabila tuntutan tersebut dikelola dengan baik maka hasilnya akan baik, akan tetapi jika siswa tidak mampu mengelola tuntutan tersebut maka akan berdampak negatif.

Adanya siswa merasa dituntut dengan tanggung jawab sekolah dan pesantren menimbulkan perasaan negatif yang memiliki efek terhadap kehidupan siswa di *Boarding Schol* seperti kemalasan, kecemasan dan depresi, siswa tidak dapat menerima materi sekolah dengan baik, tidak puas dengan kehidupan di dalam *boarding*. Tingkat kepuasan siswa apabila dinyatakan dalam rentang angka satu sampai dengan sepuluh, mayoritas siswa akan memberikan nilai lima. Dominannya pengalaman emosi negatif dibandingkan pengalaman emosi positif serta kurang puasnya terhadap kehidupan menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan *subjective well-being* yang rendah.

Menurut Park (2004) *subjective well-being* merupakan komponen inti dari hidup yang baik (*good of life*). Diener (2000) mengemukakan bahwa individu yang memiliki kualitas kehidupan yang mengagumkan umumnya memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Menurut Myers dan Diener (1995) seseorang yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan lebih mampu mengontrol emosinya serta mampu menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik.

Sebaliknya, menurut Myers dan Diener (1995) seseorang yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah akan memandang rendah hidupnya serta akan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai

sesuatu yang tidak menyenangkan sehingga juga akan menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi, dan kemarahan. Penelitian Hamdana dan Alhamdu (2015) menyatakan bahwa *subjective well-being* mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan prestasi belajar siswa. Artinya tinggi rendahnya tingkat *subjective well-being* akan berpengaruh pada prestasi belajar siswa.

Dalam rangka mewujudkan *subjective well-being*, terdapat faktor-faktor *subjective well-being* yang harus diperhatikan. Salah satu usaha yang diduga mampu mewujudkan dan meningkatkan *subjective well-being* adalah dukungan sosial. Menurut Fitrihanur, Situmorang, dan Tentama (2018) beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* di antaranya: pendapatan, religiusitas, kebersyukuran, kepribadian dan dukungan sosial. Menurut Sarafino (2008) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan yang dirasakan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima seseorang dari orang atau kelompok lain.

Brehm dan Kassin (Farhati & Rosyid, 1996) dalam penelitiannya juga mengemukakan suatu bukti bahwa dukungan sosial mampu meringankan beban hidup seseorang dan mampu membantu seseorang agar dapat berfungsi secara efektif. Adanya dukungan sosial orang tua, teman, dan guru diharapkan tingkat *subjective well-being* siswa juga meningkat. Tingkat *subjective well-being* siswa yang tinggi diharapkan mampu membuat siswa menjadi individu yang lebih positif dan sehat

secara mental, sehingga siswa mampu meminimalisir perilaku negatif dan prestasi belajarnya meningkat.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat diajukan rumusan masalah “apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada siswa Genrus Nusantara *Boarding School* Kendal”. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah menguji secara empiris adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada Siswa Kelas X SMA Genrus Nusantara *Boarding School* Kendal.

Berdasarkan rumusan masalah, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada Siswa Kelas X SMA Genrus Nusantara *Boarding School*. Semakin tinggi skor dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being* siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor dukungan sosial maka semakin rendah pula tingkat *subjective well-being* siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan bermaksud menguji hubungan antar variabel. Identifikasi variabel dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel tergantung dan satu variabel bebas, yaitu variabel tergantung (Y): *subjective well-being*, dan variabel bebas (X1): dukungan sosial. Subjek penelitian adalah seluruh Siswa Kelas X SMA Genrus Nusantara *Boarding School* Kendal sejumlah 59 subjek.

Teknik pengumpulan data menggunakan Skala Dukungan Sosial, Skala *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), dan Skala *Positive Affect Negative Affect Scale* (PANAS). Skala Dukungan Sosial disusun berdasarkan aspek dukungan sosial yaitu dukungan informasi, dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan jaringan, dan dukungan nyata. Peneliti menyusun skala dukungan sosial sebanyak 25 aitem. Skala SWLS dimodifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Diener, Sanvilk, Seidlitz, dan Diener (1993) yang terdiri dari 5 pernyataan yang mengukur pandangan kognitif seseorang tentang kehidupannya. Skala PANAS dalam penelitian ini mengacu pada Sari (2019) yang di modifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988).

Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi skala dapat diestimasi melalui *blue print* skala yang dilakukan oleh *professional judgement* (Azwar, 2015). Peneliti menggunakan teknik reliabilitas koefisien *alpha cronbach* yang merupakan formula konsistensi yang populer. Peneliti menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16 *for windows* untuk menguji reliabilitas.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik menggunakan metode analisis *product moment*. Penggunaan teknik analisis *product moment* mensyaratkan bahwa variabel-variabel penelitian harus terdistribusi normal dan hubungan antar masing-masing variabel yang diukur linear, sehingga perlu dilakukan uji

normalitas dan uji linearitas sebelum dilakukan uji asumsi. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan *software* pengolahan data statistik SPSS 16 *for windows* yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana variabel tergantung dapat diprediksikan melalui variabel bebas dan melihat seberapa besar kontribusi yang diberikan variabel bebas terhadap variabel tergantung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis *product moment* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*, artinya dukungan sosial memberikan peran terhadap *subjective well-being* Siswa Kelas X Genrus Nusantara *Boarding School* Kendal. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being*, begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan hasil kategorisasi *Subjective Well-being* diperoleh bahwa dari 59 subjek penelitian terdapat 8 subjek dengan proporsi 14% termasuk dalam kategori rendah, 42 subjek dengan proporsi 71% termasuk dalam kategori sedang, dan 9 subjek dengan proporsi 15% termasuk dalam kategori tinggi. Hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa secara umum Kelas X Genrus Nusantara *Boarding School* memiliki *Subjective Well-being* yang sedang. Apabila ditinjau dari jenis kelamin siswa-siswi Kelas X Genrus Nusantara *Boarding School*, antara siswa dan siswi memiliki perbedaan tingkat *Subjective Well-being* yaitu siswa laki-laki memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi daripada siswa

perempuan. Hal tersebut didasarkan pada hasil analisis tambahan menggunakan uji-t yang menunjukkan bahwa rata-rata *subjective well-being* siswa perempuan adalah 43,26, sedangkan rata-rata *subjective well-being* siswa laki-laki adalah 56,54. Artinya *subjective well-being* siswa perempuan Kelas X di SMA GNBS lebih rendah dari pada *subjective well-being* siswa laki-laki Kelas X di SMA GNBS.

Menurut Verduyn dan Brans (2012) perbedaan tingkat *subjective well-being* dipengaruhi oleh banyak faktor baik faktor eksternal maupun faktor internal. Adapun faktor eksternal yang diduga mempengaruhi *subjective well-being* menurut Diener, Sanvilk, Seidlitz, dan Diener (1993) di antaranya dukungan sosial yang diperoleh, budaya, pekerjaan atau pengangguran. Faktor internal atau faktor yang ada dalam diri individu salah satunya adalah kepribadian.

Menurut Sarafino (2008) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan yang dirasakan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima seseorang dari orang atau kelompok lain. Berdasarkan hasil kategorisasi Skala Dukungan Sosial diperoleh bahwa dari 59 subjek penelitian terdapat 7 subjek dengan proporsi 12% termasuk dalam kategori rendah, 45 subjek dengan proporsi 76% termasuk dalam kategori sedang, dan 7 subjek dengan proporsi 12% termasuk dalam kategori tinggi. Hasil kategorisasi Skala Dukungan Sosial diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki dukungan sosial pada kategori sedang. Dari hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa secara umum siswa

Kelas X Genrus Nusantara *Boarding School* memiliki persepsi yang sedang tentang dukungan, kenyamanan, kepedulian, penghargaan serta bantuan yang diberikan orang atau kelompok lain kepada dirinya. Artinya, subjek penelitian menganggap dirinya terkadang dekat dengan keluarga, teman, dan guru, subjek terkadang mendapatkan bantuan ketika menghadapi masalah, subjek terkadang didengarkan dan dikasihi ketika dalam kesulitan, subjek terkadang mendapatkan informasi ketika membutuhkan. Subjek terkadang mendapatkan bantuan secara nyata dari lingkungan sekitar, kadang juga tidak, subjek terkadang merasa puas terkadang juga tidak puas.

Menurut Sarason, Levine, Basham, dan Sarason (1983) ketepatan dukungan yang dirasakan individu akan mempengaruhi tingkat dukungan sosial seseorang. Dukungan sosial tidak cukup hanya dengan keberadaan seseorang yang dibutuhkan saja, akan tetapi perlu ketepatan seseorang dalam memberikan dukungan sosial. Dukungan sosial juga tidak sekedar memberi bantuan pada individu yang membutuhkan, melainkan termasuk pemaknaan individu terhadap dukungan yang diterima. Ketepatan dalam memberikan dukungan sangat perlu diperhatikan, agar individu yang menerima dukungan merasakan manfaat bantuan tersebut bagi dirinya.

Hasil analisis menggunakan teknik korelasi *product moment* yang dihasilkan dari hubungan kedua variabel tersebut diperoleh $r = 0,404$ dengan $p = 0,01$ ($p < 0,05$), yang artinya hubungan kedua variabel signifikan, sehingga hipotesis peneliti dapat diterima. Hasil analisis data

dalam penelitian ini juga menunjukkan *R square* 0,16. Artinya variabel dukungan sosial memberikan sumbangan sebesar 16% terhadap *subjective well-being*. Hal ini menunjukkan adanya faktor lain di luar dukungan sosial yang tidak diteliti dalam penelitian ini yakni sebesar 84%. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Fajarwati (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja SMPN 7 Yogyakarta.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, sehingga keterbatasan tersebut bisa dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya, yaitu hasil penelitian ini hanya dilakukan pada siswa Kelas X Genrus Nuantara *Boarding School* sehingga hasil yang didapat mungkin akan berbeda jika dilakukan pada siswa Kelas X di sekolah lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan *subjective well-being* siswa. Oleh karena itu, guru hendaknya memberikan dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan jaringan, dukungan penghargaan, dukungan nyata dengan wujud memberikan kasih sayang, motivasi, nasihat, penghargaan kepada murid-muridnya. Selain itu guru hendaknya meneruskan kepada orang tua, terkait pentingnya peran orang tua memberikan dukungan sosial kepada anaknya agar anak memiliki

subjective well-being yang tinggi. Di sisi lain, guru juga hendaknya memberikan informasi kepada siswa agar saling mendukung satu sama lain, agar bisa sama-sama sukses menyelesaikan tanggung jawabnya di *boarding*. Adapun saran untuk penelitian selanjutnya disarankan agar meneliti dengan variabel-variabel lain yang dapat memperkaya hasil penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat memberi peran terhadap *subjective well-being* pada siswa *boarding school* yang tidak diungkap dalam penelitian ini, di antaranya: religiusitas, kebersyukuran, kepribadian, dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T., dan Andayani, B. (1998). Peningkatan kepercayaan diri remaja pengangguran melalui kelompok dukungan sosial. *Jurnal Psikologi*, (2), 35-46.
- Agussalim, A. A. (2015). Subjective well-being pada individu yang komitmen bersedekah di kota Makasar. *Jurnal Psikologika*, 20(2), 143-156.
- Ariati, J. (2010). Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staff pengajar (Dosen) di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 8(2), 117-123.
- Arikunto. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Avivah, R. N. (2016). Pengaruh koping religius dan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada penghafal quran di pondok pesantren nurul furqon Malang. Skripsi. *tidak diterbitkan*, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang, Malang.
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago, IL: Aldine.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Compton, W. C. (2005). *An introduction to positive psychology*. Belmont, CA: Wadsworth, a Division of Thomson Learning, Inc.
- Dhamayantie, E. (2012). Peranan dukungan sosial pada interaksi positif pekerjaan-keluarga dan kepuasan hidup. *Jurnal Ekonomi dan Keuangan*, 18(2), 181-200.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., dan Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157. doi: 10.1007/bf01207052
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national Index. *American Psychological Association, Inc*, 55(1), 34-43. doi: 10.1037.0003-066x.55.1.34
- Diener, E., Oishi, S., dan Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.1
- Diener, E., Sanvik, E., Seidlitz, L., dan Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: relative or absolute?. *Social Indicators Research*, 28(3), 195-223. doi: 10.1007/bf01079018
- Diener, Ed. (2009). The science of well-being: the collected works of ed Diener. *Social Indicators Research Series 37*. doi: 10.1007/978-90-481-2350-6_2
- Ezzeden, S. R., dan K. G. Ritchey. (2009). Carees advancement and family balance strategies of executive women. *Gender in Management: An International Journal* 24(6): 388-411.

- Fajarwati, D. I. (2014). Hubungan dukungan sosial dan subjective well-being pada remaja SMP N 7 Yogyakarta. *Skripsi tidak diterbitkan*, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Farhati, F., dan Rosyid, H. F. (1996). Karakteristik pekerjaan, dukungan sosial, dan tingkat *burn-out* pada non human service corporation. *Jurnal Psikologi*, (1), 1-12.
- Filsafati, A. I., dan Ratnaningsih, I. Z. (2016). Hubungan antara subjective well-being dengan organizational citizenship behavior pada karyawan PT. Jateng Sinar Agung Sentosa Jawa Tengah & DIY. *Jurnal Empati*, 5(4), 757-764.
- Fitrianur, Situmorang, N. Z., dan Tentama, F. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being pada ibu jalanan. Temu Ilmiah Psikologi Positif I. Seminar dan *Call of Paper "Positive Psychology in Dealing with Multigeneration"*. Universitas Pertamina Jakarta.
- Froh, J. J. (2004). The history of positive psychology: truth be told. *NYS Psychologist*, 18-20.
- Fuad, M. (2015). Psikologi kebahagiaan manusia. *Jurnal Komunika*, 9(1), 112-130.
- Gottlieb, B. H., dan Bergen, A. E. (2010). Social support concept and measures. *Journal of Psychosomatic Research*, 69(5), 511-520. doi: 10.1016/j.jpsychores.2009.10.001
- Hamdana, F., dan Alhamdu. (2015). Subjective well-being dan prestasi belajar siswa akselerasi MAN 3 Palembang. *Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 115-124.
- Huppert, F. A., Baylis, N., dan Keverne, B. (2006). *The science of well-being*. New York: Oxford University Press Inc.
- Kamal, M. (2017). Pengaruh pelaksanaan program menghafal al-qur'an terhadap prestasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2).
- Lestari, A., dan Hartati, N. (2016). Hubungan self Efficacy dengan subjective well-being pada lansia yang tinggal di rumahnya sendiri. *Jurnal RAP UNP*, 7(1), 12-23.
- Linley, P. Alex dan Joseph, S. (2004). *Positive psychology in pract.* New York: John wiley & Sons Inc.

- Myers, D. G., dan Diener, E. (1995). *How is happy?. Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39. doi: 10.1177/0002716203260078
- Purnamasari, dkk. (2017). *"Pedoman penulisan proposal dan skripsi S-1 metode kuantitatif"*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan.
- Purwoko, D., (2007). Hubungan karakteristik santri sengan persepsi tentang kemandirian di pondok pesantren. *Jurnal Penyuluhan*, 3(2), 71-77.
- Ramadhan, Y. A. (2012). Kesejahteraan psikologis pada remaja santri penghafal al-quran. *Jurnal Psikologika*, 17 (1), 27-38.
- Rohmad. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. *tidak diterbitkan*, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- 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.
- Sarafino, E. P. (2008). *Heath psychology: biopsychososial interactions fifth edition*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., dan Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: the social support quuestionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Sari, A. K. (2019). Hubungan antara kebersyukuran dengan subjective well-being pada guru di Kabupaten Purworejo. Skripsi. *Tidak diterbitkan*, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi remaja* (Ed. revisi). Jakarta : Rajawali.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasrana Indonesia.

- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian dan pengembangan (research and development/R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Susiyani, A. S., dan Subiyantoro. (2017). Manajemen *boarding school* dan relevansinya dengan tujuan pendidikan Islam di Muhammadiyah *Boarding School (MBS) Yogyakarta*. *Jurnal Pendidikan Madrasah*, 2(2), 327-346.
- Tarigan, M. (2018). The relationship of social support with subjective well-being pada remaja yang memiliki orangtua tunggal. *Jurnal Diversita*, 4(1), 1-8.
- Verduyn, P., dan Brans, K. (2012). The relationship between extraversion, neuroticism and aspect of trait affect. *Personality and Individual Differences*, 52 (6), 664-669. doi: 10.1016/j.paid.2011.12.017
- Wallston, B. S., Alagna, S. W., DeVellis, B. M., dan DeVellis, R. F. (1983). Social support and psysical health. *Health Psychology*, 2(4), 367-391. doi: 10.1037/0278-6133.2.4.367
- Watson, D., Clark, L. A., dan Tellegen, A. (1998). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), 1063-1070. Diakses 17 April, 2019 dari *database PsychArtic*

