HUBUNGAN **ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN DAN KELUARGA DENGAN KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19**

***RELATIONSHIP BETWEEN FRIEND AND FAMILY SOCIAL SUPPORT WITH HAPPINESS IN UNIVERSITY STUDENT DURING THE COVID-19 PANDEMIC***

**Muhammad Gerald Al Fariz Sartono**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

17081346@student.mercubuana-yogya.ac.id

085156849127

**Abstrak**

Pandemi covid-19 menyebabkan mahasiswa merasa tidak bahagia karena terbatasnya interaksi dan aktivitas kuliah yang dilakukan secara daring untuk menekan penyebaran covid-19. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah dukungan sosial. Ketika individu mendapatkan dukungan sosial, ia akan merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh individu lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Subjek penelitian ini berjumlah 111 subjek yang merupakan mahasiswa yang terdampak pandemi covid-19. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala kebahagiaan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) dan skala dukungan sosial. Metode analisis yang digunakan adalah korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh korelasi sebesar rxy = 0,289 (p ≤ 0.001), hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Dalam penelitian ini diketahui dukungan sosial teman dan keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 8,3% terhadap kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber informasi dan referensi baru mengenai dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagaiaan, serta pentingnya hal tersebut untuk kebahagiaan seorang mahasiswa di masa pandemi covid-19.

**Kata Kunci**: covid-19, dukungan sosial teman dan keluarga, kebahagiaan, mahasiswa

***Abstract***

*The covid-19 pandemic causing students felt unhappy due to limited interaction and full-online learning in university for suppressing the spread of covid-19. One of factors that affecting happiness is social support. When an individual receives social support, he will feel loved, cared, and valued. This study aims to determine the relationship between friend and family social support with happiness in university student during the covid-19 pandemic. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between friemd and family social support and happiness in univesity student during the covid-19 pandemic. The subjects of this study amounted to 111 subjects who were university student affected the covid-19 pandemic. Data were collected using the Oxford Happiness Questinnare (OHQ), and social support scale. The analytical method used is Pearson Product Moment correlation test. Based on the results of the research, obtained a correlation of rxy = 0,289 (p ≤ 0.001), these results indicate that there is a positive relationship between friend and family social support with happiness in univesity student during the covid-19 pandemic. In this study, social support gave an effective contribution of 8,3% to happiness in univesity student during the covid-19 pandemic. This study expected to become a new reference for the next researcher about friend and family social support with happiness, and how impotants the friend and family social support for the happiness of university student during the covid-19 pandemic.*

***Keywords:*** *the covid-19 pandemic, friend and family social support, happiness, university student*

**PENDAHULUAN**

Dewasa ini kemajuan teknologi berkembang dengan pesat, dan salah satu bidang yang memiliki andil akan hal tersebut adalah pendidikan. Sebagaimana yang disampaikan oleh Tanis (2013) bahwa bidang pendidikan telah membawa dampak yang sangat luas dalam berbagai aktivitas umat manusia terutama dalam menghadapi era yang serba maju. Salah satu penggerak dibidang pendidikan adalah mahasiswa. Mahasiswa merupakan siswa yang belajar pada perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Santrock (2012) menyebutkan seorang mahasiswa mendapatkan tuntutan yang lebih berat serta adanya berbagai perubahan sistem pendidikan yang dirasakan, seperti dituntut untuk lebih aktif dan menentukan pilihan sendiri terutama untuk urusan akademiknya serta mampu beradaptasi dalam kondisi apapun dalam pembelajarannya. Namun, saat ini dunia sedang mengahadapi sebuah wabah kesehatan yang mengancam kesehatan masyarakat dunia yakni pandemi covid-19 (Santoso, 2020).

Dampak dari kebijakan di masa pandemi COVID-19 dirasakan oleh semua elemen masyarakat, yakni mengurangi interaksi dan kegiatan antar individu dan kelompok (Siahaan, 2020). Mahasiswa sebagai salah satu bagian dari masyarakat yang terdampak pandemi juga mengalami hal ini, dimana mereka tidak dapat melakukan aktivitas belajar seperti biasanya yakni di kelas atau di ruang lingkup universitas, melainkan melakukan pembelajaran secara daring (*online*) di tempat tinggal masing-masing (Rosa,2020). Pembelajaran daring selama COVID-19 sendiri menurut penelitian Argaheni (2020) memiliki dampak negatif kepada mahasiswa yaitu mengakibatkan kebingungan, mengalami stress, mengalami penumpukan informasi atau konsep belajar yang kurang bermanfaat serta membuat mahasiswa menjadi pasif, kurang produktif dan kreatif. Pendapat Argaheni juga didukung oleh Rayan (2020) yang menyebutkan bahwa para pelajar mengalami perubahan yang signifikan selama pandemi ini, baik dalam pelajaran maupun kegiatan lainnya sehingga membuat mereka merasakan kejenuhan, tidak senang dan tidak mengerti dengan pelajarannya. Hal tersebut sesuai dengan dengan survei pra-penelitian yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Oktober 2020 dengan media *Google Form* yang diisi oleh 105 responden yang merupakan mahasiswa untuk mengetahui apa yang dirasakan mahasiswa selama masa pandemi covid-19, ditemukan bahwa sebagian besar responden merasa tidak bahagia selama pandemi ini berlangsung dengan persentasi sebesar 78,1% dari 105 responden.

Kebahagiaan merupakan tujuan hidup individu yang dapat dicapai dengan membentuk persepsi positif terhadap segala sesuatu dalam kehidupannya dan diperjuangkan meskipun hambatannya seringkali diluar harapan individu tersebut (Maharani, Karini, & Agustin, 2015). Kebahagiaan dapat ditinjau dengan aspek kebahagiaan, seperti aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Argyle (2001) yakni 1) *Life Satisfaction* (Kepuasan Hidup) mencakup kepuasan individu terhadap kehidupannya, 2) *Joy* (Kesenangan) mencakup senangnya individu dengan hidupnya, 3) *Self-Esteem* (Harga Diri) mencakup pandangan individu terhadap kehidupannya, 4) *Calm* (Ketenangan) mencakup tercapainya ketehanan mental yang kuat dalam hidupnya, 5) *Control* (Kontrol) mencakup kontrol diri yang baik dalam kehidupan individu , dan 6) *Efficacy* (Efikasi) mencakup tercapainya keinginan dan harapan individu. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rayan (2020) mengemukakan bahwa pada masa pandemi COVID-19 salah satu aspek yang terdampak adalah kebahagiaan dikarenakan terbatasnya interaksi individu, kejenuhan, kesepian dan bahkan bagi seorang pelajar menyebabkan kurangnya pemahaman terhadap pembelajaran.

Banyak faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (Rayan, 2020). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Lyubomirsky, Sheldon dan Schkade (2005) yang menemukan bahwa terdapat delapan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yakni 1) pekerjaan dan kualitas kerja, 2) penghasilan, 3) keterlibatan organisasi, 4) keterlibatan dalam komunitas sosial, 5) hubungan sosial, 6) dukungan sosial, 7) pernikahan, dan 8) kesehatan (fisik dan mental). Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan kajiannya pada faktor dukungan sosial sebagai faktor prediktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Penelitian yang dilakukan oleh Santoso (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting untuk psikologis individu dalam menghadapi keadaan sulit seperti pandemi COVID-19. Semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan seseorang, maka kebahagiaan yang dirasakan seseorang semakin tinggi (Harijanto & Setiawan, 2017).

Menurut Rosa (2020) terdapat mahasiswa yang tidak memperoleh dukungan sosial dari orangtua dan teman-temannya selama pandemi covid-19, seperti tidak diberikan dukungan untuk memenuhi kuota internet dan teman-teman yang berperilaku sedikit tidak peduli. Berdasarkan survei YoungMinds (2020) terhadap 2.036 responden yakni pemuda di masa pandemi covid-19, 83% responden berpendapat bahwa kondisi mereka yang sudah ada menjadi lebih buruk akibat penangguhan kegiatan pendidikan yang bersamaan dengan hilangnya rutinitas, dukungan dan interaksi sosial. Menurut Sahrah & Yuniasanti (2018) istilah dukungan sosial secara umum digunakan untuk mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain dalam hidupnya. Dukungan sosial yang sesuai akan membantu individu untuk memenuhi kebutuhan saat mengalami kondisi yang sulit, Individu akan menemukan cara yang efektif untuk keluar dari masalah dan merasa dirinya dihargai serta dicintai sehingga akan meningkatkan kepercayaan pada dirinya untuk mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik (Rahmatina, Nugrahaningrum, Wijayaningsih, & Yuwono, 2021). Andarini dan Fatma (2020) yang mengatakan dukungan sosial adalah sumber emosional, informasional, dan pendampingan bantuan yang didapatkan dari orang lain, khususnya keluarga dan teman.

Berdasarkan uraian di atas peneliti maka, maka permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19?

**METODE**

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebahagiaan, sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang terdampak pandemi covid-19 sebanyak 111 orang. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada kriteria tertentu yang telah ditentukan sebelumnya (Sugiyono, 2008). Data dari penelitian ini diperoleh dari skala kebahagiaan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) dan skala dukungan sosial yang disesuaikan dengan karakteristik subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang terdampak pandemi covid-19.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert* dengan enam pilihan jawaban yaitu: SS (Sangat Setuju), CS (Cukup Setuju), AS (Agak Setuju), ATS (Agak Tidak Setuju), CTS (Cukup Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju) untuk skala kebahagiaan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) dan empat pilihan jawaban yaitu: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju) untuk skala dukungan sosial. Skala *likert* yaitu skala dalam bentuk pernyataan-pernyataan dan diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan (Azwar, 2013). Skala yang digunakan yaitu skala kebahagiaan memiliki 16 aitem yang koefisien daya beda bergerak dari 0,581 sampai dengan 0,797 dengan koefisien reliabititas *Alpha* sebesar 0,949 dan skala dukungan sosial memiliki 20 aitem yang koefisien daya beda bergerak dari 0,288 sampai dengan 0,915 dengan koefisien reliabititas *Alpha* sebesar 0,965. Untuk menguji hipotesis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, perhitungan ini dihitung menggunakan program SPSS versi 25 di Windows*.*

**HASIL**

Data penelitian ini diperoleh skala kebahagiaan dan skala dukungan sosial. Data penelitian digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis dengan menggunakan skor hipotetik dan empirik. Data skor hipotetik dan skor empirik yang dideskripsikan adalah nilai minimum, maksimum, standar deviasi dan rata-rata (mean). Berdasarkan hasil analisis skala kebahagiaan diperoleh data hipotetik dengan skor minimum subjek (1 x 16 = 16) dan skor maksimal subjek (6 x 16 = 96), skor *mean* hipotetik (µ) sebesar (16 + 96): 2 = 56 dan standar deviasi hipotetik sebesar (96-16): 6 = 13,33. Sedangkan hasil analisis pada data empirik skala kebahagiaan skor minimum empirik sebesar 25 dan skor maksimum empirik sebesar 96, skor *mean* empirik pada skala kebahagiaansebesar 68,95 dan standar deviasi empirik untuk skala kebahagiaan sebesar 11,9. Hasil analisis skala dukungan sosial diperoleh data hipotetik dengan skor minimum subjek (1 x 20 = 20) dan skor maksimal subjek (4 x 20 = 80), skor *mean* hipotetik (µ) sebesar (20 + 80): 2 = 50 dan standar deviasi hipotetik sebesar (80-20): 6 = 10. Sedangkan hasil analisis pada data empirik skala dukungan sosial skor minimum empirik sebesar 34 dan skor maksimal empirik sebesar 71, skor *mean* empirik pada skala dukungan sosialsebesar 56,14 dan standar deviasi empirik untuk skala dukungan sosial sebesar 9,181.

Kategorisasi data dalam penelitian ini untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang pada suatu kontinum berdasarkan pada atribut yang diukur (Azwar, 2015). Berdasarkan hasil skor skala kebahagiaan dan skala dukungan sosial ini dibuat menjadi tiga kategorisasi yaitu : tinggi, sedang dan rendah. Pada variabel Kebahagiaan kategori kebahagiaan rendah sebanyak 2 subjek (1,80%), kategori kebahagiaan sedang sebanyak 52 subjek (46,85%), dan kategori kebahagiaan tinggi sebanyak 57 subjek (51,35%). Sehingga dari hasil kategorisasi subjek berdasarkan skor variabel kebahagiaan yang di peroleh dapat disimpulkan bahwa sebagian subjek memiliki kebahagiaanyang cenderung sedang dan tinggi. Pada variabel dukungan sosial teman dan keluarga kategori dukungan sosial rendah sebanyak 6 subjek (5,4%), kategori dukungan sosial sedang sebanyak 60 subjek (54,1%), dan kategori dukungan sosial tinggi sebanyak 45 subjek (40,5%). Sehingga dari hasil kategorisasi subjek berdasarkan skor variabel dukungan sosial yang di peroleh dapat disimpulkan bahwa sebagian subjek memiliki dukungan sosialteman dan keluargayang cenderung sedang dan tinggi.

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas, linieritas. Hasil uji normalitas dilakukan dengan menggunakan pengukuran Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program SPSS secara komputerisasi. Data penelitian dikatakan normal jika memiliki p > 0,050. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa data penelitian pada kuesioner kebahagiaan sudah terdistribusi secara normal (z = 0,079 ; p > 0.050). Sedangkan, data penelitian pada kuesioner dukungan sosial tidak terdistribusi secara normal (z = 0,098 ; p < 0.050). Hasil uji linieritas variabel kebahagiaan dan dukungan sosial diperoleh nilai F = 10,366 dengan p = 0,002 (p<0,050) berarti hubungan antara kebahagiaan dan dukungan sosial merupakan hubungan yang linier. Berdasarkan hasil analisis korelasi diperoleh hasil analisis variabel kebahagiaan dan dukungan sosial adalah (rxy) = 0,289 dengan p = 0,001 (p<0,01) yang berarti ada hubungan positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Hasil tersebut menunjukkan tersebut sejalan dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman dan keluarga yang didapatkan maka semakin tinggi kebahagiaan yang dirasakan individu. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman dan keluarga yang didapatkan maka semakin rendah kebahagiaan yang dirasakan individu. Dari hasil analisis didapatkan nilai (R2) sebesar 0,083 artinya variabel dukungan sosial teman dan keluarga memberikan sumbangan sebesar 8,3% terhadap kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Hal tersebut berarti dukungan sosial mampu mempengaruhi tingkat kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19 dan 91,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian. Diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,289 dengan p = 0,001 (p<0,01) yang berarti ada hubungan positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman dan keluarga pada mahasiswa di masa pandemi maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada mahasiswa dimasa pandemi COVID-19. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman dan keluarga yang didapatkan mahasiswa maka semakin rendah pula kebahagiaan pada mahasiswa yang di masa pandemi COVID-19.

Dukungan sosial teman dan keluarga merupakan variabel yang memiliki sumbangan terhadap kebahagaiaan, dimana dukungan sosial teman dan keluarga yang tinggi dapat menghasilkan kebahagiaan yang tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harijanto dan Setiawan (2017) menunjukkan bahwa Kebahagiaan adalah perasaan positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya afek negatif yang dinilai secara subjektif dari sudut pandang individu tersebut. Temuan penelitian ini juga menekankan bahwa individu dengan dukungan emosional (*Emotional support)* dan dukungan infomasi (*informational support*) yang tinggi maka akan cendrung memiliki kebahagiaan yang tinggi. Hasil penelitian Khalif dan Abdurrohim (2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan dimana semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan individu maka semakin tinggi kebahagiaan seorang indvidu dan sebaliknya semakin rendah dukunan sosial yang didapatkan individu maka semakin rendah kebahagiaan individu tersebut.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,289 dengan p = 0,001 (p<0,01). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Semakin tinggi dukungan sosial teman dan keluarga yang didapatkan oleh mahasiswa di masa pandemi covid-19, maka semakin tinggi kebahagiaan yang dirasakannya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman dan keluarga yang didapatkan oleh mahasiswa di masa pandemi covid-19, maka semakin rendah kebahagiaan yang dirasakannya.

Berdasarkan Hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima yakni, terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman dan keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. Hasil kategori dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kebahagiaan yang tinggi dan dukungan sosial yang sedang.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abdulloh, T. (2018). *Gambaran tingkat kebahagiaan mahasiswa fakultas psikologi. [Skripsi].* Universitas Muhammadiyah Malang: Malang. Diakses tanggal 15 Mei 2021 dari <http://eprints.umm.ac.id/38276/>

Argyle, P. H. (2001). *The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. PERGAMON : Personality and Individual Differences*, 1073-1082.

Andarini, S. R., & Fatma, A. (2020). Hubungan Antara Distress dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *JURNAL TALENTA*, *2*(2), 159-179.

Argaheni, N. B. (2020). Sistematik review: dampak perkuliahan daring saat pandemi Covid-19 terhadap mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, *8*(2), 99-108.

Ariyanto & Anam, C. (2007). Peran Dukungan Sosial dan Self Efficasy Terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Pelajar Tingkat SMA/KDI Kota Yogyakarta. *Jurnal Humanitas*, *4*(2).

Azwar, S. (2013). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Depdiknas. (2012). *Kamus besar bahasa indonesia.* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Gani, I., & Amalia, S. (2015). *Alat analisis data: aplikasi statistik untuk penelitian bidang ekonomi dan sosial edisi 1.* Yogyakarta: CV Andi Ofset.

Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Harijanto, J., & Setiawan, J. L. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Surabaya. *Psychopreuneur Journal*, 1(1).

Hasibuan, A., D. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 10(1), 79-85.

<https://covid19.go.id/>. Diakses pada tanggal 15 Oktober 2020.

<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/>. Diakses pada tanggal 16 Oktober 2020.

Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.

Khalif, A., & Abdurrohim. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada narapidana di lapas perempuan kelas II A Semarang. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1(1).

Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, *1*(1), 19-28.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M., & Schkade, D. (2005). *Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. Review of general psychology*, 9(2), 111-131.

Maharani, K. D., Karini, S. M., & Agustin, R. W. (2015). Studi Kasus Proses Pencapaian Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Kandung Penyandang *Asperger’s Syndrome*. *Jurnal Wacana*, 7(1), 42-56.

Noorrahman, A. (2020). Bahagia dikala dunia tak sesuai ekspektasi (kala pandemi Covid-19). *Psyarxiv.* doi: [https://doi.org/](https://doi.org/10.31234/osf.io/eyax5) 10.31234/osf.io/7vek9.

Patnani, M. (2012). Kebahagiaan pada perempuan. *Jurnal Psikogenesis*, *1*(1), 56-64.

Rahardjo, W. (2007). Kebahagiaan sebagai suatu proses pembelajaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *12*(2), 127-137.

Rahmatina, Z., Nugrahaningrum, G. A., Wijayaningsih, A., & Yuwono, S. (2021). Dukungan Sosial Pada Keluarga yang Divonis Positif Covid-19. *Proceding of Inter-Islamic University Conference on Psychology,* 1(1), 1-8.

Rayan, M. D. N. (2020). Menurunnya Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Psyarxiv.* doi: <https://doi.org/10.31234/osf.io/eyax5>.

Rinaldi, M. R., & Yuniasanti, R. (2020). Kecemasan pada Masyarakat Saat Masa Pandemi Covid-19 di Indonesia. *COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif*, 137-150.

Rosa, N. N. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi belajar Daring Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Tanjak: Journal of Education and Teaching*. 1(2), 147-153.

Rovika, H. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri dalam Menjalankan Metode Pembelajaran Daring/*Online* di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh Asal Simeulue. *[Skripsi]*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry: Aceh. Diakses tanggal 20 Februari 2021 dari <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/16015>

Rusdiana, I. (2017). Konsep Authentic Happiness pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 2(1), 35-44.

Rusydi, A. C. (2007). Analisis faktor yang mempengaruhi kebahagiaan. *[Artikel Ilmiah]*. Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati: Bandung. Diakses tanggal 20 Januari 2021 dari <http://www.af.uinsgd.ac.id/wp-content/uploads/2013/05/53-60manusia-dan-kebahagian-dilah.pdf>

Sahrah, A., & Yuniasanti, R. (2018). Efektivitas pelatihan pemberian dukungan sosial pada walinapi dengan metode bermain dan permainan peran. *Jurnal Psikologi*, *45*(2), 151-163.

Santoso, M. D. Y. (2020). Dukungan sosial dalam situasi pandemi COVID-19. *Jurnal Litbang Sukowati,* 5(2), 11-26.

Santrock, J. W. (2012). *Life-span Development* : *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas jilid 2.* Jakarta : Penerbit Erlangga.

Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions 7th*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Sartika, S. 2018. Efektivitas pelatihan “*happiness program”* dalam meningkatkan *happiness* pada mahasiswa. *Schema,* 4(1), 11-22.

Seligman E. P, Martin. (2005). *Authentic happiness*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.

Sibua, R. U. R., & Silaen, S. M. J. (2020). Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional (*Emotional Quotient*) dengan Stres di tengah Pandemi Covid-19 pada Masyarakat Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(8), 187-193.

Siahaan, M. (2020). Dampak pandemi covid-19 terhadap dunia pendidikan. *Jurnal Kajian ilmiah.* 1(1), 73-80.

Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.

Sriyanti, L. (2014). *Psikologi anak: mengenal autis sampai hiperaktif.* Salatiga: STAIN Salatiga Press.

Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D.* Bandung: ALFABETA

Tanis, H. (2013). Pentingnya Pendidikan Character Building dalam Membentuk Kepribadian Mahasiswa. *Humaniora*, *4*(2), 1212-1219.

Veenhoven, R. (2012). *Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture?. International Journal of Wellbeing*, 333– 353.

World Health Organization. (2020). *Corona Virus Diasease (COVID-19) Pandemic*. Diakses 30 Oktober dari : <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.

YoungMinds. (2020). *Coronavirus: Impact on Young People with Mental Health Needs*. Diakses 10 September 2021 dari : <https://www.youngminds.org.uk/about-us/reports-and-impact/coronavirus-impact-on-young-people-with-mental-health-needs/>