**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA RANTAU DI YOGYKARTA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN RANTAU STUDENTS IN YOGYKARTA***

**Monalisa**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Monalisa99088@gmail.com

190810338@student.mercubuana-yogya.ac.id

12089682384431

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau di Yogykarta. Subjek dalam penelitin ini berjumlah 126 responden mahasiswa rantau di Yogyakarta. Dalam penelitian ini, pengambilan data menggunakan metode *purposive sampling* dengan menggunaan skala kebersyukuran dan skala *subjective well-being*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil koefisien korelasi (rxy) = 0,619 (p $\leq $ 0,050). Hasil tersebut, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. Koefisien determinasi (R2) yang diperoleh sebesar 0,383 yang menunjukkan bahwa variabel kebersyukuran memberi sumbangan efekitf pada variabel *subjective well-being* sebesar 38,8 % dan 61,9 % sisanya di pengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci: Kebersyukuran,*Subjective Well-Being*, Mahasiswa Rantau**

***Abstract***

*This research aims to determine the relationship between gratitude and subjective well-being in overseas students in Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between gratitude and subjective well-being in overseas students in Yogykarta. The subjects in this research were 126 overseas student respondents in Yogyakarta. In this research, data collection used a purposive sampling method using a gratitude scale and a subjective well-being scale. Then, the data analysis technique uses product moment correlation analysis. Based on the results of data analysis, the correlation coefficient (rxy) = 0.619 (p ≤ 0.050) was obtained. These results show that there is a positive relationship between gratitude and subjective well-being in overseas students in Yogyakarta. The coefficient of determination (R2) obtained was 0.383, indicating that the gratitude variable made an effective contribution to the subjective well-being variable of 38.8% and the remaining 61.9% was influenced by other factors.*

*Keywords: Gratitude, Subjective Well-Being, Overseas Students*

# **PENDAHULUAN**

Mahasiswa merupakan individu yang sedang melaksanakan studi pada jenjang Perguruan Tinggi negeri atau swasta ataupun ada lembaga lain yang setingkat dengan pendidikan tinggi (Siswoyo, dalam Papilaya & Huliselan, 2016). Fakta bahwa kualitas pendidikan di seluruh Indonesia belum merata sehingga menjadi faktor yang melatarbelakangi keinginan mahasiswa untuk merantau (Halim & Dariyo, 2016). Pengertian mahasiswa rantau adalah individu yang mengikuti dan menjalani studi di suatu lembaga Perguruan Tinggi untuk mendapatkan suatu keahlian yang letaknya di luar daerah asal sehingga mengharuskan individu untuk menetap dengan jangka waktu tertentu (Harijanto & Setiawan, 2017).

Berdasarkan perhitungan 107 Perguruan Tinggi negeri dan swasta di Yogyakarta dan mengutip data BI, menunjukkan jumlah mahasiswa pascasarjana dan sarjana mencapai 357.554, dan 77% merupakan mahasiswa merantau (Sudjatmiko, dalam Bita, 2021). Tingginya jumlah mahasiswa rantau, sejalan dengan penjelasan bahwa individu cenderung meninggalkan rumah untuk bekerja atau melanjutkan pendidikan ke Universitas, meningkatkan relasi dan aktivitas dengan individu lain (Arnett, 2013). Dan fenomena tersebut adalah suatu usaha untuk membuktikan kualitas dari diri individu dan dapat bertanggung jawab dalam membuat keputusan (Santrock, 2002).

Tingginya jumlah mahasiswa rantau, sejalan dengan penjelasan bahwa individu cenderung meninggalkan rumah untuk bekerja atau melanjutkan pendidikan ke Universitas, meningkatkan relasi dan aktivitas dengan individu lain (Arnett, 2013). Di negara-negara maju individu di tandai mengalami transisi menuju kedewasaan dengan melanjutkan sekolah menengah atas ke perguruan tinggi. Umumnya, proses transisi yang lazim terjadi meliputi interaksi dengan teman baru yang berlatar belakang geologis, budaya, adat yang berbeda-beda dan termasuk performansi akademik (Santrock, 2012).

Bewick dkk (dalam Yuana, Kurnia & Qonitatin, 2010) mengungkapkan bahwa transisi pada kehidupan perkuliahan merupakan kondisi yang penuh tekanan dengan berbagai tuntutan akademik dan sosial ; Halim dan Dariyo (2016) juga menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa rantau merasakan kesepian; dan ketidakmampuan mahasiswa dan penyesuaian diri yang rendah dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang menekan akan berdampak pada rendahnya *subjective well-being* pada mahasiswa (Susilowati & Hasanat, 2011; Hasibuan, Anindhita, Maulida dan Nashori, 2018).

Pendapat Watson, Clark, dan Tellegen; Myers dan Diener (dalam Ayudahlya & Kusumaningrum, 2019) mengungkapkan bahwa tingkat *subjective well-being* yang rendah pada individu ditunjukkan dengan adanya perasaan cemas, kesal dan khawatir serta cenderung menilai situasi yang dialami tidak menyenangkan. Sebaliknya individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi memiliki ketahan terhadap tekanan stres dan depresi (utami, 2009). Maka dari itu, mahasiswa diharapkan memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi agar dapat menjalankan peran dan tanggung jawab dengan baik dan mampu mengatasi permasalahan tersebut (Sudjarwadi, dalam Fitriani, 2018).

Diener (2009) mengemukakan bahwa *subjective well-being* merupakan kondisi yang dialami oleh individu dengan komponen-komponen yang menyertai yaitu kepuasan hidup, kemudian afek yang didalamnya meliputi afeksi positif tinggi dan rendahnya afeksi negatif. Adapun Diener (2009) mengemukakan terdapat tiga komponen yang membentuk *subjective well-being* meliputi: komponen kognitif (kepuasan hidup), komponen afek positif, komponen afek negatif. Melalui penelitian Nugraheni (dalam Julika & Setiawati, 2019) memaparkan bahwa terdapat 31,8% mahasiswa pada tahun pertama memiliki tingkat *subjective well-being* yang sedang, dan sebesar 22,7% memiliki *subjective well-being* yang rendah. Selanjutnya data hasil penelitian Sutrisno (2019) didapatkan bahwa *subjective well-being* pada 199 mahasiswa, terdapat 41 subjek pada kategori rendah dengan persentase 20,6 %, kemudian 89 subjek pada kategori sedang dengan persentase 44,7%, 56 subjek pada kategori tinggi dengan persentase 28,1%. Sehingga, dapat disimpulkan *subjective well-being* pada mahasiswa berada dalam kategori “sedang” jumlah 89 subjek dengan persentase 44,7%.

Konsep *subjective well-being* yang diartikan sebagai suatu pengukuran tingkat kebahagiaan seseorang (Diener, 2009; Feldman, 2012: 239). Menurut Ariati (2010) *subjective well-being* merupakan pengukuran pengalaman positif yang terjadi dalam kehidupan individu yaitu semakin individu mengalami peristiwa yang menyenangkan maka individu akan semakin puas. Kemudian, tingginya *subjective well-being* pada seseorang memunculkan ada perasaan puas dan menerima seluruh peristiwa dalam hidupnya secara positif dan tidak membandingkan hidupnya dengan hidup orang lain (Kurnianita, 2018). Melalui tinjauan literatur Dewi dan Nasywa (2019) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* meliputi: dukungan sosial, spiritualitas, *forgiveness*, *personality,* *self-esteem*, dan kebersyukuran. Diener (1984) menyebutkan *subjective well-being* yang memiliki tiga komponen dasar didalamnya menunjukkan ada kaitan dengan rasa syukur. Karena itu dari keenam faktor-faktor *subjective well-being* peneliti memilih faktor kebersyukuran untuk melihat hubungan antara keberyukuran dengan *subjective well-being*.

Emmons dan McCullough (2003) mengemukakan bahwa bersyukur dapat memunculkan perasaan seperti ketenangan, hubungan interpersonal baik, kondisi nyaman dan juga kebahagiaan. Kemudian (Hefferon dan Boniwell, 2011) menjelaskan perasaan kebahagiaan memiliki keterkaitan dengan *subjective well-being* yang salah satu faktornya adalah rasa syukur. Sejalan hal itu, Eid dan Larsen (2008) menjelaskan emosi positif yang tinggi dibandingkan emosi negatif memiliki dampak yang positif pada *subjective well-being*. Rasa syukur sebagai emosi positif menjadi salah satu prediktor yang dapat menurunkan resiko depresi dan meningkatkan perasaan positif (Fredrickson & Losada, 2005).

Watkins dkk (2003) mennyatakan bahwa kebersyukuran mengindikasikan tingkat kebahagiaan (*well-being*)yang ditinjau dari rasa puas terhadap hidup (*satisfaction with life*) pada. Rasa syukur oleh (Emmons & McCullough, 2004) didefinisikan sebagai suatu keadaan yang menunjukkan kecenderungan sikap terima kasih individu dalam hal kebaikan, kemurahan hati, pemberian, menerima atau mendapatkan sesuatu tanpa perlu memberi imbalan kembali. Adapun komponen-komponen kebersyukuran meliputi: komponen memiliki rasa apresiasi (*sense of apprectiation*) terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan, komponen perasaan positf terhadap kehidupan yang dimiliki, komponen kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apreasiasi yang dimiliki (Fitgerald, 1998 & Watkins, 2003 dalam Listiyandini dkk, 2015).

Emmons & McCullough (2003) mengemukakan bahwa faktor kebersyukuran mempengaruhi *subjective well-being*. Selanjutnya, Fitzgerald (1998) mengungkapkan bahwa komponen yang membentuk rasa syukur memiliki kaitan yang tidak dapat dipisahkan, karena individu tidak melakukan perilaku bersyukur tanpa merasakan apresiasi didalam hatinya. Individu yang bersyukur memiliki kontrol diri yang tinggi terhadap lingkungan, memiliki tujuan hidup, perkembangan personal dan penerimaan diri, memiliki coping yang positif dalam menghadapi kesulitan, memiliki rencana dalam memecahkan masalah, mencari dukungan sosial dari orang lain dan memaknai pengalaman dengan perspektif yang luas (McCullough, Tsang & Emmons, 2004). Selanjutnya oleh Watkins, Woodward, Stone dan Kolts (2003) menyatakan bahwa kebersyukuran memiliki peran besar dalam rasa bahagia *(well-being)* yang ditinjau dari kepuasan hidupnya. Dan melalui penelitian Liyan dan Xiaohua (2010) juga menengaskan bahwa syukur sebagai nilai moral yang memacu perilaku prososial dalam pola positif psikologis mampu meningkatkan kebahagiaan dan *subjective well-being*.

Berdasarkan uraian di atas, karena itu peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta?

# **METODE**

 Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 126 orang responden. Dalam penelitian ini karakteristik responden yaitu mahasiswa aktif, mahasiswa rantau di Yogyakarta, dengan rentang usia 18 – 25 tahun.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala. Dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*. Dalam skala *likert* terdapat aitem yang berisi konsep perilaku yang mendukung atribut yang diukur disebut *favorable,* sedangkan aitem yang berisikan konsep keperilakuan tidak mendukung atribut yang diukur disebut *unfavorable* (Azwar, 2012). Kemudian dalam penelitian ini juga hanya menggunakan skala dengan aitem *favorable*. Aitem-aitem *favorable* dengan penyusunan skala diperbolehkan hanya dibagi dalam 1 kelompok yaitu *favorable* apabila isinya telah menggambarkan hubungan keberpihakan atau kesesuaian dengan deskripsi keperilakukan yang menunjukkan langsung atribut yang akan diukur (Azwar, 2016).

Untuk skala *subjective well-being* peneliti menggunakan dua skala yaitu skala PANAS *(positive affect negative affect schedule)* untuk mengukur komponen afek positif dan afek negatif. Kemudian skala SWLS *(satisfaction with life scale)* untuk mengukur komponen kepuasan hidup, kedua skala di susun oleh akthar (2019). Kedua skala tersebut di susun oleh Hanif Ak Adapun total aitem dari kedua skala tersebut adalah 25 aitem dengan alternatif skor yang berbeda dan perhitungan yang terpisah. Pada skala PANAS (*Possitvite Affect Negative Affect Schedule*) termuat atas 20 aitem dengan 6 alternatif jawaban yaitu Hampir Tidak Pernah (HTP) skor 1, Jarang (JR) skor 2, Kadang (KD) skor 3, Sering (SR) skor 4, Hampir Selalu (HSL) skor 5. Kemudian pada skala SWLS (*Satisffactiaon With Life Schale*) termuat 5 aitem dengan 7 alternatif jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 1, Tidak Sesuai (TS) skor 2, Agak Tidak Sesuai (ATS) skor 3, Netral (N) skor 4, Agak Sesuai (AS) skor 5, Sesuai (S) skor 6, Sangat Sesuai (SS) skor 7.

 Untuk skala kebersyukuran peneliti menggunakan skala kebersyukuran yang disusun oleh Listiyandini dkk (2015) berdasarkan aspek –aspek yang dikemukakan Fitzgerald (1998) dan Watkins, dkk., (2003). Pada pernyataan *favorable* skala keberyukuran terdiri atas enam pilihan jawaban yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai) skor 1, TS (Tidak Sesuai) skor 2, ATS (Agak Tidak Sesuai) skor 3, AS (Agak Sesuai) skor 4, S (Sesuai) skor 5, SS (Sangat Sesuai) skor 6. Kemudian pada pernyataan *unfavorable* skala kebersyukuran terdiri atas enam pilihan jawaban yaitu yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai) skor 6, TS (Tidak Sesuai) skor 5, ATS (Agak Tidak Sesuai) skor 4, AS (Agak Sesuai) skor 3, S (Sesuai) skor 2, SS (Sangat Sesuai) skor 1.

Pengujian data pada penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl Pearson untuk menguji hipotesis hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas (X) kebersyukuran dengan variabel tergantung (Y) *subjective well-being*, peneliti menggunakan rumus korelasi *product moment* yang didukung dengan program analisis *jamovi 2.3.28.0 for windows.*

# **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan data yang terkumpul dari skala kebersyukuran dan skala *subjective well-being* dalam penelitian diperoleh perhitungan skor empirik dan perhitungan skor hipotetik. Jumlah aitem pada skala kebersyukuran sebanyak 30 aitem. Skor terendah 1 dan skor tertinggi 6. Skor minimal hipotetiknya adalah (1x N aitem) 1 x 30 = 30 dan skor maksimal hipotetiknya adalah (6 x N aitem) 6 X 30 = 180. Rerata (Mean) hipotetiknya sebesar (180 + 30) : 2 = 105 dengan standar deviasi adalah (180 – 30) : 6 = 25.

Jumlah aitem pada skala *subjective well-being* sebanyak 25 aitem dari skala PANAS dan skala SWLS. Skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 7. Skor minimal hipotetiknya adalah (1 x N aitem) 1 x 25 = 25. Dan skor maksimal hipotetiknya adalah (7 x N aitem) 7 x 25 = 175. Rerata (mean) hipotetiknya skala SWB adalah (175 + 25) : 2 = 100 dengan standar deviasi adalah (175 – 25 ) : 6 = 25.

Hasil kategorisasai skala *subjective well-being* pada penelitian ini dari 126 respondensebanyak 8 responden dengan persentase 6.35 % berada pada kategori tinggi, sebanyak 110 responden dengan persentase 87.30 % berada pada kategori sedang, dan 8 responden dengan persentase 6.35 % berada pada kategori rendah. Artinya, *subjective well-being* mahasiswa rantau di Yogyakarta sebagian besar berada dikategori sedang dengan persentase 87.30%. Kemudian, hasil kategorisasi skala kebersyukuran pada penelitian ini dari 126 responden, sebanyak 109 responden dengan persentase 86.50 % berada pada kategori tinggi, 17 responden dengan persentase 13.50 % berada pada kategori sedang, dan sebanyak 0 responden berada pada kategori rendah. Artinya, kebersyukuran mahasiswa rantau sebagian besar berada pada kategori tinggi dengan persentase 86.50 % .

Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan yaitu teknik analisis model *Shapiro-Wilk*. Dari hasil uji normalitas untuk variabel kebersyukuran diperoleh Shapiro Wilk = 0,995 (p > 0,05) artinya sebaran data variabel kebersyukuran dan subjective well-being terdistribusi secara normal. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai F = 77.1 (p ≥ 0,050). Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hubungan antara variabel subjective well-being dengan kebersyukuran memiliki hubungan yang linear.

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) di atas diperoleh koefisien korelasi (rxy) =0,619 (p < 0,01). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel subjective well-being dengan kebersyukuran pada mahasiswa rantau di Yogyakarta, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan koefisien determinan atau (R2) yang diperoleh sebesar 0,383 hal tersebut menunjukkan bahwa variabel subjective well-being memberikan sumbangan efektifitas sebesar 38,3 % dan sisanya 61,7 % dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diketahui oleh peneliti.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel | N | Hipotetik | Empirik |
|  | Skor |  |  | Skor |  |
| Mean | Min | Max | SD | Mean | Min | Max | SD |
| Kebersyukuran | 126 | 105 | 30 | 180 | 25 | 150 | 94 | 180 | 19.1 |
| *Subjective well-being* | 126 | 100 | 25 | 175 | 25 | 100 | 36.3 | 141 | 17.5 |

Tabel 2. Kategorisasi Skala Kebersyukuran

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Rumus** | **Skor** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi  |  ($X \geq (μ +1σ$) | $X\geq $ 130 | 109 | 86.50 % |
| Sedang | $$(μ-1.σ)\leq (μ+1.σ)$$ | 80$\leq X<$130 | 17 | 13.50 % |
| Rendah | $$X<μ-1.σ$$ | $$X<80$$ | - | - |
|  |  | Total | 126 | 100 % |

Tabel 3. Kategorisasi Skala Subjective well-being

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Rumus** | **Skor** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi  |  ($X \geq (μ +1σ$) | $X\geq $ 125 | 8 | 6.35% |
| Sedang | $$(μ-1.σ)\leq (μ+1.σ)$$ | $$75\leq X<125$$ | 110 | 87.30% |
| Rendah | $$X<μ-1.σ$$ | $$X<75$$ | 8 | 6.35% |
|  |  | Total | 126 | 100 % |

**Tabel 4. Uji Normalitas**

| Normality Tests |
| --- |
|  | **Statistic** | **p** |
| Shapiro-Wilk |  | 0.995 |  | 0.954 |  |
| Kolmogorov-Smirnov |  | 0.0365 |  | 0.996 |  |
| Anderson-Darling |  | 0.139 |  | 0.974 |  |
| Note. Additional results provided by moretests |

Gambar 1. *Scatter plots* variabel kebersyukuran dengan *subjective well-being*



**Tabel 5. Uji Hipotesis**

| Correlation Matrix |
| --- |
|  |  | **Kebersyukuran** | **SWB** |
| Kebersyukuran |  | Pearson's r |  | — |  |   |  |
|   |  | df |  | — |  |   |  |
|   |  | p-value |  | — |  |   |  |
| SWB |  | Pearson's r |  | 0.619 |  | — |  |
|   |  | df |  | 124 |  | — |  |
|   |  | p-value |  | < .001 |  | — |  |

# **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) di atas diperoleh koefisien korelasi (rxy) =0,619 (p < 0,01). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel subjective well-being dengan kebersyukuran pada mahasiswa rantau di Yogyakarta, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya, Semakin tinggi tingkat kebersyukuran pada mahasiswa rantau di Yogyakarta maka tingkat subjective well-being pada mahasiswa rantau di Yogyakarta semakin tinggi. Begitu sebaliknya, semakin tinggi tingkat subjective well-being yang dimiliki mahasiswa rantau di Yogyakarta maka tingkat kebersyukuran pada mahasiswa rantau di Yogyakarta semakin tinggi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Akhtar, H. (2019). *Evaluasi Properti Psikometris Dan Perbandingan Model Pengukuran Konstruk Subjective Well-Being*. Jurnal Psikologi, 18(1), 29.

Arnett, J. J. (2009). *Adolescence And Emerging Adulthood*. Nj: Pearson Education, Inc.

Ayudahlya. R., & Kusumaningrum. A. F. (2019). *Kebersyukuran Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Sekolah Luar Biasa.* Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi, 24(1).

Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Santifik Menuju Kebahagiaan*. Pt Gramedia Pustaka Utama.

Azwar, Syaifudin. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi (Ed. Ii)*. Pustaka Pelajar.

Azwar, Syaifudin. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi* (Ii). Pustaka Pelajar.

Azwar, Syaifudin. (2019). *Reabilitas Dan Validitas.* Pustaka Pelajar

Badan Pusat Statistik. (2020).

Bartlett, M. Y., & Desteno, D. (2006). Kebersyukuran And Prosocial Behavior: Helping When It Costs You. *Psychological Science*, *17*(4), 319-325.

Bita, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Rantau Di Yogyakarta. Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Brajša-Žganec, A., Ivanovic, D., Dan Lipovcan, L.K. (2011). *Personality Traits And Socialdesirability As Predictors Of Subjectivewell-Being*.Psihologijsketeme,20(2):261-276.

Cahyono. W. E. (2019). *The Power Of Kebersyukuran*. Cv Budi Utama. Sleman.

Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, *1*(1), 54-62.

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, *95*(3), 542.

Diener. (2009). *The Science Of Well-Being.* Springer & Business Media.

Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.). (2008). *The Science Of Subjective Well-Being*. Guilford Press.

Emmons & Mccullough. (2004). *The Psychology Of Kebersyukuran*. New York, Ny: Oxford University Press.

Emmons. (2016) *The Little Book Of Kebersyukuran*. Hachette Uk.

Emmons, R. A., & Stern, R. (2013). Kebersyukuran As A Psychotherapeutic Intervention. *Journal Of Clinical Psychology*, *69*(8), 846-855.

Feldman, R. S. (2012). *Pengantar Psikologi.* Penerjemah: Petty, Gina Gayatri, Putri Nurdina Sofyan. Edisi 10. Jakarta. Salemba Humanika.

Fitzgerald, P. (1998). *Kebersyukuran And Justice*. Ethics, 109(1), 119-153.

Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive Affect And The Complex Dynamics Of Human Flourishing. *American Psychologist*, *60*(7), 678.Compton, W. C., & Hoffman, E. (2005). *Positive Psychology The Science Of Happiness And Flourishing.*

Fitri Dan Kustanti. (2018). *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang*. Jurnal Empati 7(2), 66-77.

Fitriana. N. (2018). *Perilaku Makan Dan Kesejahteraan Subjective Mahasiswa*. Insight, 20(2).

Halim Dan Dariyo. (2016). *Hubungan Psychological Well-Being Dengan Loneliness Pada Mahasiswa Yang Merantau.* Jurnal Psikogenesis 4(2), 170-181.

Harijanto Dan Setiawan (2017). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya*. Psychopreneur Journal: Universitas Ciputra.

Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive Psychology: Theory, Research And Applications*. Mcgraw-Hill Education (Uk).

Lopez, Pedrotti, & Snyder. (2006). *Positive Psychology: The Scientific And Practical Explorations Of Human Strengths.* Universitas Of Kansas, Lowrence.

Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being?. *Current Directions In Psychological Science*, *22*(1), 57-62.

Mccraty, R., & Childre, D. (2004). 12 The Grateful Heart The Psychophysiology Of Appreciation. *The Psychology Of Kebersyukuran*, *230*.

Megavitry, R. (2022). *Ilmu Pendidikan: Landasan-Landasan Pendidikan.* Hal. 12. Padang, Sumatera Barat. Pt. Global Eksekutif Teknologi.

Nurhuda (2022). *Landasan Pendidikan*. Editor: Novri Gazali. Cetakan Pertama. Ahli Media:Kota Malang

Santrock. (2012). *Life-Span Development: Perkembangan Masa-Hidup*. Penerjemah: Benedictine Widyasinta. Edisi: Ketigabelas, Jilid Ii. Penerbit: Erlangga.

Schiffrin, H. H., & Nelson, S. K. (2010). Stressed And Happy? Investigating The Relationship Between Happiness And Perceived Stress. *Journal Of Happiness Studies*, *11*, 33-39.

Telech & Roberts. (2019). *The Moral Psychology Of Kebersyukuran*. Rowman & Littlefield Internasional Ltd: London.

Veenhoven, R. (1988). The Utility Of Happiness. *Social Indicators Research*, *20*, 333-354.

Utami, M. S. (2009). Keterlibatan Dalam Kegiatan Dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, *36*(2), 144-163.

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). *Kebersyukuran And Happiness: Development Of A Measure Of Kebersyukuran, And Relationships With Subjective Well-Being.* Social Behavior And Personality: An International Journal, 31(5), 431–451.

Watkins. (2013). *Kebersyukuran And The Good Life.* Springer Science & Business Media.

Wibosono. M. (2017). Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Kesejahteraan Subjective Pada Mahasiswa*. Skripsi.* Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya.

Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Kebersyukuran And Well-Being: A Review And Theoretical Integration. *Clinical Psychology Review*, *30*(7), 890-905.