

---

## Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Optimisme Terhadap *Subjective Well-being* Pada Remaja Di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang

<sup>1</sup>Zidan Hidayat\*, <sup>2</sup>Titin Suprihatin

<sup>1,2</sup>Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

\*Corresponding Author:  
[zidanhidayat98@gmail.com](mailto:zidanhidayat98@gmail.com)

### Abstrak

*Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial dan optimisme terhadap subjective well-being pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Populasi pada penelitian ini adalah remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang yang bersekolah di SMP-SMA dengan sampel 63 remaja panti asuhan. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan 3 skala, yakni skala subjective well-being terdiri dari 34 aitem dengan koefisien reliabilitas senilai 0,876, skala optimisme memiliki 26 aitem dengan koefisien reliabilitas senilai 0,795, skala dukungan sosial memiliki 36 aitem dengan koefisien reliabilitas senilai 0,913. Teknik analisis data penelitian menggunakan analisis berganda dan korelasi parsial. Hasil dari uji hipotesis pertama didapatkan  $R = 0,777$  serta  $F = 45,717$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat peran dukungan sosial dan optimisme terhadap subjective well-being pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Hasil uji hipotesis kedua diperoleh  $r_{x1y}$  sebesar 0,474 dengan signifikansi senilai 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang berarti terdapat peran positif yang signifikan pada dukungan sosial terhadap subjective well-being pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Hasil uji hipotesis ketiga diperoleh skor  $r_{x2y}$  0,404 dengan signifikansi senilai 0,001 ( $p < 0,01$ ) yang berarti terdapat peran positif yang signifikan pada optimisme dengan subjective well-being pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang.*

**Kata Kunci:** Subjective Well-being, Dukungan Sosial, Optimisme

**Abstract**

*This study aims to determine the role of social support and optimism on subjective well-being in adolescents at the At-Taqwa Tembalang Orphanage. The population in this study were adolescents at the At-Taqwa Tembalang Orphanage who attended SMP-SMA with a sample of 63 orphanages. The sampling technique used random sampling. The measuring instrument used in this study used 3 scales, namely the subjective well-being scale consisting of 34 items with a reliability coefficient of 0.876, the optimism scale having 26 items with a reliability coefficient of 0.795, the social support scale having 36 items with a reliability coefficient of 0.913. The research data analysis technique used multiple analysis and partial correlation. The results of the first hypothesis test obtained  $R = 0.777$  and  $F = 45.717$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), which means that there is a role for social support and optimism towards subjective well-being among adolescents at the At-Taqwa Tembalang Orphanage. The second hypothesis test results obtained  $r_{1y}$  of 0.474 with a significance of 0.000 ( $p < 0.01$ ), which means that there is a significant positive role in social support for subjective well-being among adolescents at the At-Taqwa Tembalang Orphanage. The results of the third hypothesis test obtained a score of  $r_{2y}$  0.404 with a significance of 0.001 ( $p < 0.01$ ), which means that there is a significant positive role in optimism with subjective well-being in adolescents at the At-Taqwa Tembalang Orphanage.*

**Keywords:** Subjective Well-being, Social Support, Optimism

## 1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan orang dengan usia antara 12-18 tahun. Kesejahteraan subjektif termasuk sesuatu yang diperlukan remaja, karena hal tersebut akan menunjang kehidupan remaja yang sedang pada kondisi peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada kondisi tersebut remaja sering kali mengeksplorasi apa yang ada di sekitarnya dan sedang dalam masa pencarian jati diri (Retnowati, 1984). Sering kali remaja melakukan kegiatan untuk mencari kesenangan dalam hidup serta mencari *passion* nya, maka dari itu remaja selalu mencoba berbagai hal yang akan membuat dirinya senang dengan apa yang dilakukannya. Dalam mencari *passion* nya, remaja membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk orang tua itu sendiri. Namun tidak semua remaja mempunyai orang tua dan mendapatkan dukungan dari beragam pihak seperti kebanyakan remaja umumnya. Remaja pada panti asuhan tidak merasakan dukungan orang tua, mereka lebih sering mendapatkan dukungan dari sesama anggota panti asuhan lainnya.

Kesejahteraan subjektif termasuk kajian pada psikologi positif yang diartikan suatu fenomena yang mencakup evaluasi afektif serta kognitif pada kehidupan seseorang, contohnya rasa puas, tentram, serta bahagia. Melalui hal tersebut, kesejahteraan subjektif yakni konsep luas yang meliputi emosi positif, rasa senang, tingginya rasa puas terhadap kehidupan, serta minimnya emosi negatif (Diener et al., 2003).

Remaja dalam menjalankan kehidupan sehari-hari membutuhkan dukungan orang tua untuk memunculkan rasa kebahagiaan dalam hidupnya, hal tersebut sangat mempengaruhi remaja dalam menjalani kehidupan sehari-hari demi terwujudnya *subjective well-being* remaja. Kesejahteraan psikologis yang baik bisa timbul diakibatkan kondisi yang menyenangkan hadir pada lingkungan serta dalam keluarganya. Keluarga merupakan aspek yang memiliki dampak besar pada kesejahteraan psikologis anak, khususnya dalam hal rasa bahagia (Hassan et al., 2012).

Selain itu, terdapat berbagai faktor yang berpengaruh pada kesejahteraan subjektif oleh penelitian Compton (dalam Ariati, 2010), meliputi: (1) harga diri positif, (2) kontrol diri, (3) ekstrasversi, (4) optimis, (5) relasi sosial yang positif, (6) memiliki arti dan tujuan hidup.

Optimisme merupakan faktor yang penting dalam menjalani hidup masa remaja, remaja membutuhkan optimisme untuk terus maju dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang ada. Seligman (2006) menuturkan, optimisme yakni rasa yakin seseorang jika kegagalan ataupun kejadian buruk sifatnya sekedar sementara, tidak berpengaruh pada kegiatannya serta tidak selalu diakibatkan oleh dirinya sendiri namun bisa juga akibat nasib, keadaan, ataupun orang lain. Seseorang yang optimis beranggapan bahwa gagal datang dari suatu hal yang bisa diubah, yang membuat mereka terus berusaha dalam mendapatkan keberhasilan dan kesuksesan dimasa mendatang. Sedangkan individu pesimis menganggap bahwa kegagalan berasal dari diri sendiri yang mendarah daging dan tidak bis diubah (Safarina et al., 2019).

Menurut penelitian dari Hutz, perkembangan optimisme dalam diri individu dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, yang mempunyai peran krusial pada tumbuh kembang remaja seperti rasa aman, tempat bercerita, memberikan dukungan, serta optimisme dalam menjalani kehidupan remaja yang sedang dalam pencarian jati diri.

Selain optimisme, dukungan sosial merupakan faktor penting dalam perkembangan remaja, maka dari itu dukungan sosial sangat diperlukan bagi semua remaja, termasuk remaja di panti asuhan, baik dukungan pengasuh maupun sesama teman. Dengan dukungan sosial, remaja akan menjadi lebih percaya diri dan berkembang di dunia luar.

House (Smet, 1994) menuturkan, dukungan sosial yakni hubungan interpersonal mencakup pemberian bantuan berupa berbagai aspek meliputi bantuan instrumental, penghargaan, perhatian emosional, serta informasi yang didapatkan seseorang dari berinteraksi pada lingkungannya. Tiap dukungan itu bermanfaat untuk penerimanya di kemudian hari, bisa menolong remaja ketika menangani permasalahannya seperti kecemasan, stress, ataupun beragam tekanan lain. Bila remaja yang tinggal di panti asuhan mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari lingkungan, mampu membuat remaja tersebut menumbuhkan pandangan positif serta pribadi yang sehat. Kondisi tersebut membuat remaja mempunyai kapabilitas lebih guna menyesuaikan diri (Kumalasari et al., 2012).

## 2. METODE

### Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini yakni remaja Panti Asuhan At-Taqwa yang bersekolah di SMP-SMA dengan usia 12-18 tahun sejumlah 126 orang partisipan.

### Instrumen Penelitian

Peneliti menyusun skala *subjective well-being* berdasarkan aspek yang dinyatakan Diener (Eid & Larsen, 2008). Terdapat 2 komponen dalam skala ini yakni kepuasan hidup dan afeksi. Pada komponen kepuasan hidup terdapat 2 indikator, yaitu mempunyai kepuasan pada hidupnya dengan menyeluruh serta tercukupinya keinginan, harapan, serta kebutuhan pada hidup. Selain itu, pada komponen afeksi terdapat 3 indikator, yaitu optimisme, kebahagiaan, dan aktif. Skala *subjective well-being* memiliki 34 aitem, didalamnya terdiri dari masing-masing 17 aitem *favourable* dan *unfavourable*.

Skala optimisme dirangkai berdasar pada berbagai aspek yang dipaparkan Seligman (2006), yakni *permanence*, *pervasiveness*, serta *personalization*. Skala tersebut dimodifikasi dari skala milik Fiqih (2019) yang merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2015. Skala ini mencakup 26 aitem meliputi 11 aitem *favourable* serta 15 aitem *unfavourable*.

Skala dukungan sosial dirangkai berdasar pada berbagai aspek yang dipaparkan Sarafino & Smith (2012), yakni dukungan emosional, instrumental, informasi, serta persahabatan. Skala dukungan sosial ini merupakan modifikasi dari skala milik Putu Diana Wulandari yang merupakan mahasiswi Universitas Udayana Denpasar. Ada 36 aitem pada dalam dukungan sosial yang meliputi 18 aitem *favourable* serta 18 aitem *unfavourable*.

Aitem-aitem ketiga skala tersebut disusun dengan empat alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor untuk indikator aitem *favourable* yaitu SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1 sedangkan untuk aitem *unfavourable* adalah STS = 4, TS = 3, S = 2, dan SS = 1

### Prosedur Penelitian

Peneliti memilih Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang karena jumlah anak yang tinggal cukup banyak sehingga nantinya sampel dalam penelitian cukup mewakili populasi. Penelitian dilakukan di yang Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah membuat surat ijin penelitian kepada perusahaan yang dituju, selanjutnya ketika sudah diterima peneliti melakukan wawancara dengan remaja panti yang sudah ditentukan. Setelah itu, peneliti melakukan uji coba alat ukur dari tiga skala penelitian yaitu skala *subjective well-being*, skala dukungan sosial dan skala optimisme. Alat ukur diuji cobakan kepada 63 remaja panti. Pengisian dilakukan pada hari jumat setelah shalat dhuha. Setelah ditentukan daya beda aitem masing masing skala selanjutnya peneliti melakukan penelitian kepada 63 remaja panti asuhan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji coba skala dalam penelitian ini terhadap remaja panti asuhan yang berjumlah 63 orang menunjukkan hasil bahwa skala *subjective well-being* memiliki reliabilitas 0,876 dengan aitem gugur 5 dari 34 aitem. Skala optimisme memperoleh reliabilitas 0,795 dengan aitem gugur 9 dari 26 aitem. Skala dukungan sosial mendapatkan reliabilitas 0,913 dengan 4 aitem gugur dari 36 aitem.

Hasil dari uji normalitas menunjukkan skor K-SZ yang didapat dari variabel *subjective well-being* yakni 0,971 dengan signifikansi senilai 0,302 ( $p > 0,05$ ). Perolehan itu menyatakan distribusi normal. Uji normalitas pada variabel optimisme mendapatkan skor K-SZ 0,843 dengan signifikansi 0,476 ( $p > 0,05$ ) yang berarti distribusi pada variabel optimisme normal. Selanjutnya skor KS-Z pada variabel dukungan sosial menunjukkan angka 1,097 dengan signifikansi 0,180 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menyatakan variabel dukungan sosial terdistribusi secara normal.

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std.Deviasi	K-SZ	Sig.	<i>p</i>	Ket
<i>Subjective well-being</i>	Well- 90.62	12.018	0.971	0.302	$p > 0,05$	Normal
Optimisme	57.10	6.331	0.843	0.476	$p > 0,05$	Normal
Dukungan Sosial	100.10	12.139	1.097	0.180	$p > 0,05$	Normal

Perolehan dari uji linieritas yang didapatkan antara variabel optimisme dengan *subjective well-being* yakni  $F_{linier} 58,323$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) sehingga variabel optimisme dengan *subjective well-being* berhubungan linier. Uji linieritas diantara variabel dukungan sosial serta *subjective well-being* mendapatkan  $F_{linier} 67,890$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dengan kata lain diantara variabel dukungan sosial dan *subjective well-being* berhubungan secara linier.

Uji hipotesis yang dipergunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Teknik analisis berganda bertujuan melakukan uji apakah terdapat peran dukungan sosial dan optimisme pada *subjective well-being*. Perolehan uji korelasi yang dilakukan diantara dukungan optimisme serta dukungan sosial dengan *subjective well-being* didapatkan R senilai 0,777 serta  $F = 45,717$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Dengan kata lain ada peran dukungan sosial serta optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Sumbangan

yang diberikan variabel optimisme dan dukungan sosial pada *subjective well-being* yakni sejumlah 60,4%.

Tabel 2. Model Summary

<b>R</b>	<b>R Square</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
0,777	0,604	45,717	0,000

Selanjutnya mencari hubungan antara optimisme dengan *subjective well-being* serta mencari hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dengan menggunakan korelasi parsial. Perolehan hipotesis kedua yakni uji korelasi diantara variabel dukungan sosial dengan *subjective well-being* diperoleh skor  $r_{x1y}$  sejumlah 0,474 dengan signifikansi senilai 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya terdapat peran positif yang signifikan pada dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Uji hipotesis ketiga yakni korelasi diantara optimisme dengan *subjective well-being* diperoleh skor  $r_{x2y}$  0,404 dengan signifikansi senilai 0,001 ( $p < 0,01$ ) yang artinya terdapat peran positif yang signifikan pada optimisme dengan *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang.

Terkait dengan adanya peran dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being* dapat diperjelas dengan adanya kategorisasi kelompok.

Tabel 3. Kategori Distribusi Skor Skala *Subjective Well-being*

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
$98.6 < x$	Sangat Tinggi	18	28.57%
$81.2 < x \leq 98.6$	Tinggi	29	46.03%
$63.8 < x \leq 81.2$	Sedang	16	25.4%
$46.4 < x \leq 63.8$	Rendah	0	0 %
$x \leq 46.4$	Sangat Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>63</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *subjective well-being* dengan kategori sangat tinggi 28,57%, kategori tinggi 46,03%, kategori sedang 25,4%, kategori rendah 0% dan kategori sangat rendah 0%. Berdasarkan hasil tersebut remaja panti asuhan memiliki *subjective well-being* dalam kategori tinggi.

Tabel 4. Kategori Distribusi Skor Skala Optimisme

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
$57.8 < x$	Sangat Tinggi	32	50.7%
$47.6 < x \leq 57.8$	Tinggi	28	44.5%
$37.4 < x \leq 47.6$	Sedang	3	4.7%
$27.2 < x \leq 37.4$	Rendah	0	0 %
$x \leq 27.2$	Sangat Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>63</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki optimisme dengan kategori sangat tinggi 50,7%, kategori tinggi 44,5%, kategori sedang 4,7%, kategori rendah 0% dan kategori sangat rendah 0%. Berdasarkan hasil tersebut remaja panti asuhan memiliki optimisme dalam kategori sangat tinggi.

Tabel 5. Kategori Distribusi Skor Skala Dukungan Sosial

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$105,4 < x$	Sangat Tinggi	25	39,7%
$86,8 < x \leq 105,4$	Tinggi	30	47,6%
$68,2 < x \leq 86,8$	Sedang	8	12,7%
$49,6 < x \leq 68,2$	Rendah	0	0 %
$x \leq 49,6$	Sangat Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>63</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki dukungan sosial dengan kategori sangat tinggi 39,7%, kategori tinggi 47,6%, kategori sedang 12,7%, kategori rendah 0% dan kategori sangat rendah 0%. Berdasarkan hasil tersebut remaja panti asuhan memiliki dukungan sosial dalam kategori tinggi. Penelitian ini untuk membuktikan peran dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being*. Berdasarkan uji hipotesis pertama, didapatkan nilai korelasi R senilai 0,777 serta  $F = 45,717$  dengan  $p = 0,000$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peran dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja panti asuhan dengan sumbangan efektif 60,4% sisanya 39,6% dijelaskan faktor lain diluar penelitian yang dapat memengaruhi *subjective well-being*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *subjective well-being* termasuk dalam kategori tinggi. Hasil analisis deskriptif diketahui bahwa 18 responden (28,57%) menunjukkan *subjective well-being* yang sangat tinggi, 29 responden (46,03%) menunjukkan ukuran *subjective well-being* yang tinggi, dan 16 (25,4%) responden menunjukkan *subjective well-being* yang sedang. Seorang Individu dinyatakan memiliki tingkatan SWB tinggi apabila individu itu mengalami rasa puas pada hidupnya, kerap mengalami emosi positif meliputi kasih sayang serta kegembiraan, juga minim mengalami emosi negatif meliputi amarah serta kesedihan (Dewi & Utami, 2015).

Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan bahwa *subjective well-being* pada remaja panti dalam kategori tinggi. Hasil tersebut dapat dilihat dari mean empirik 90,62 dan presentase karyawan dengan loyalitas kerja tinggi sebesar 46,03%. Variabel optimisme pada penelitian ini berada pada kategori sangat tinggi, dapat dilihat dari mean empirik 57,10 dan presentase 50,7%. Sedangkan untuk hasil dukungan sosial berada pada kategori tinggi dengan mean empirik 100,10 dengan presentase karyawan terhadap keadilan kompensasi sebesar 47,6%.

Berdasarkan hasil uji korelasi parsial antara variabel dukungan sosial dan *subjective well-being* dengan mengontrol variabel optimisme diperoleh hasil  $r_{x1y}$  sejumlah 0,474 dengan signifikansi senilai 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat korelasi positif yang signifikan pada dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Hasil tersebut sejalan pada penelitian Lutfiyah (2017) mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada anak jalanan di wilayah Kota Depok. Berdasarkan hasil uji korelasi parsial antara variabel optimisme dan *subjective well-being* dengan mengontrol variabel dukungan sosial diperoleh hasil  $r_{x2y}$  0,404 dengan signifikansi senilai 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat korelasi positif yang signifikan pada optimisme dengan *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Tembalang. Kondisi tersebut didorong penelitian Nuzulia & Nursanti (2012) yang menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan pada

optimisme terhadap *subjective well-being* pada karyawan *outsourcing* PT Bank BRI Cabang Cilacap.

Kelemahan pada penelitian ini adalah subjek yang kurang banyak sehingga belum dapat mewakili populasi, beberapa teori yang digunakan pada penelitian ini sudah lebih dari 10 tahun. Selain itu, penelitian ini hanya menggunakan satu panti asuhan dikarenakan keterbatasan waktu.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat peran dukungan sosial dan optimisme terhadap *subjective well-being* pada remaja panti asuhan dengan sumbangan efektif 60,4% sisanya 39,6% dijelaskan faktor lain diluar penelitian yang dapat memengaruhi *subjective well-being*. Selain itu, terdapat terdapat peran positif yang signifikan pada dukungan sosial terhadap *subjective well-being*, serta terdapat peran positif yang signifikan pada optimisme dengan *subjective well-being*.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis berterimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini, Dosen pembimbing Ibu Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, pengetahuan, masukan, nasehat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini, serta seluruh teman-teman UNISSULA dan juga almamater penulis.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ariati, J. (2010). Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektif) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 8(2), 117–123. <https://doi.org/10.14710/jpu.8.2.117-123>
- Dewi, P. S., & Utami, M. S. (2015). Subjective Well-Being Anak Dari Orang Tua Yang Bercerai. *Jurnal Psikologi*, 35(2), 194–212. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7952>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Eid, M., & Larsen, R. J. (2008). The Science of subjective well-being. In *Choice Reviews Online* (Vol. 45, Issue 10). The Guilford Press. <https://doi.org/10.5860/choice.45-5867>
- Fiqih, F. T. N. (2019). *Peran dukungan sosial dan optimisme sebagai prediktor stressed-related growth pada santri di pondok pesantren askhabul kahfi semarang*. (Skripsi tidak diterbitkan).
- Hassan, A., Yusooif, F., & Alavi, K. (2012). The Relationship between Parental Skill and Family Functioning to the Psychological Well-Being of Parents and Children. *2012 International Conference on Huminity, History and Society*, 34, 152–158. <http://www.ipedr.com/vol34/030-ICHHS2012-H10053.pdf>
- Kumalasari, F., Pengajar, S., & Psikologi, F. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani*. 1(1).



- Nayana, F. N. (2013). *Kefungsian keluarga dan subjective well-being pada remaja. 01(434)*, 1–32.
- Retnowati, S. (1984). *Pengaruh suasana rumah terhadap kecendrungan neurotik pada remaja di Kotamadya Yogyakarta: Laporan Penelitian*. Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Safarina, N. A., Munir, A., & Nuraini, N. (2019). Hubungan Harga Diri dan Optimisme dengan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i1.273>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed). John Wiley & Son, Inc.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: how to change your mind and your live*. Vintage Books, A Division of Random House, Inc.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.