

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA SISWA SELAMA
BELAJAR DARING**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung**

Oleh :

GALUH DEFTIANTY WIBOWO

1531080127

PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H/2022 M**

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA SISWA SELAMA
BELAJAR DARING**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung**



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H/2022 M**

ABSTRAK

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA SISWA SELAMA BELAJAR DARING

Oleh

Galuh Deftianty Wibowo

1531080127

Kesejahteraan subjektif adalah penilaian hidup positif dan perasaan baik. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika individu sering mengalami kepuasan hidup dan kegembiraan, dan hanya sedikit mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja faktor- faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada siswa selama belajar daring.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor- faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada siswa selama belajar daring. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan cluster random sampling dengan menyebarkan skala kesejahteraan subjektif lewat google form pada siswa/i kelas XI SMA N 13 Bandar Lampung.

Hasil penelitian menunjukkan aspek kepuasan hidup masuk pada kategori sedang yang mana terdapat nilai persentase sebesar 58,7%. Yang berarti siswa ada yang merasa nyaman, senang dalam melakukan pembelajaran daring, ada pula yang merasa memiliki banyak waktu luang bisa berkumpul bersama keluarga, namun ada pula siswa yang merasa kurang senang dikarenakan terkendalanya jaringan internet yang buruk dan beberapa faktor lainnya, Sedangkan pada aspek afek positif dan negatif masuk dalam kategori tinggi dengan nilai presentase 45,7%.

Kata Kunci: *kesejahteraan subjektif, factor-faktor kesejahteraan subjektif*

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu 'alaikum wr.wb

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Galuh Deftianty Wibowo

NPM : 1531080127

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada siswa selama belajar daring.” Merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu 'alaikum wr.wb

Bandar Lampung, 28 Juli 2022

Yang menyatakan,



Galuh Deftianty Wibowo
1531080127



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat : Letkol H. Indro Suratmen Sukarame Bandar Lampung Telp(0721)703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif Pada Siswa Selama Belajar Daring**
Nama : **Galuh Deftianty Wibowo**
NPM : **1531080127**
Program Studi : **Psikologi Islam**
Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqsyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqsyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Abdul Qohar, M.Si
197103122005011005

Pembimbing II

Citra Wahyuni, M.Si
199303162019032016

Mengetahui

Ketua Prodi Psikologi Islam

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP.1963010119990310001



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Letkol H. Indro Suratmen Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

“Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif pada Siswa Selama Belajar Daring” Disusun oleh **Galuh Deftianty Wibowo**. NPM : **1531080127**. Prodi : **Psikologi Islam**. Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**, telah dimunaqsyahkan pada hari, tanggal : **Jum'at, 22 Juli 2022**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua : **Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**

Sekretaris : **Angga Natalia, M. IP**

Penguji Utama : **Annisa Fitriani, S. Psi, MA**

Penguji Pendamping I : **Abdul Qohar, M.Si**

Penguji Pendamping II : **Citra Wahyuni, M.Si**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama



Dr. Ahmad Isaeni, M.A
NIP. 1974030200031001

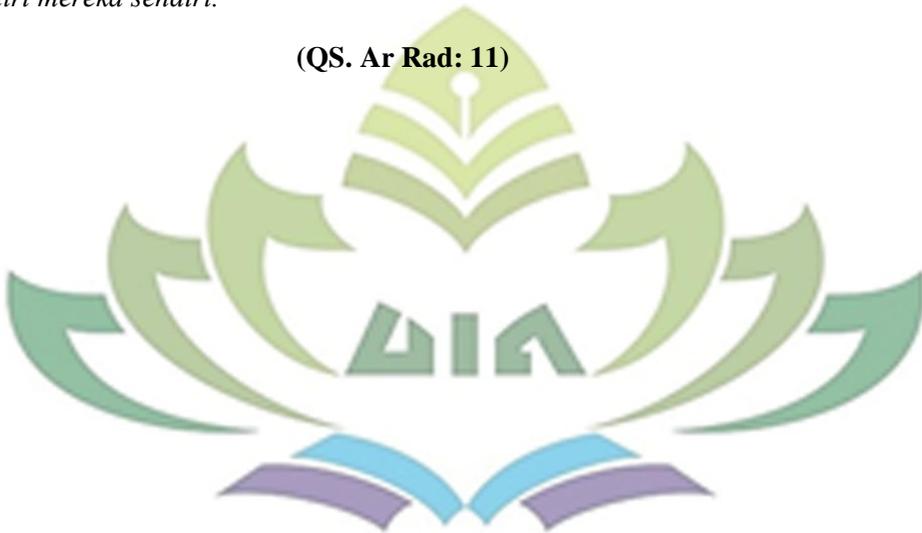
MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ بِأَنْفُسِهِمْ مَا يُغَيِّرُوا حَتَّىٰ بِقَوْمٍ مَا يُغَيِّرُ لَا اللَّهُ

Artinya : *Artinya: “Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”*

(QS. Ar Rad: 11)



PERSEMBAHAN

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Berkat rahmat, cinta dan kasih sayang dan hidayah-Nya telah memberikan kekuatan, membekali dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan tanggung jawab. Atas karunia serta kemudahan yang Allah SWT berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur kuucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti disekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka saya persembahkan untuk:

1. Untuk kedua orangtuaku yang sangat aku sayangi dan kucintai, Ayahanda Haribowo dan Ibunda Suyanti terimakasih atas cinta dan kasih sayang serta dukungan yang selalu mama dan papa curahkan, merawat serta mendidik, membimbing dan mengajarkan ilmu tentang kehidupan, serta do'a yang tak henti kalian berikan sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk Saudara-saudaraku tersayang, Dewi Millenia Wibowo dan Galih Kirana Wibowo terimakasih atas tawa kalian yang selalu bisa menghiburku serta memberikanku semangat untuk dapat menyelesaikan pendidikanku dengan baik, mendoakanku dan selalu memberikan kebahagiaan dan keceriaan kepadaku.
3. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, tempat menempuh studi dan menimba ilmu pengetahuan, semoga menjadi Perguruan Tinggi yang semakin baik untuk kedepannya.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Galuh Defianty Wibowo, dilahirkan di Surabaya pada tanggal 04 Januari 1998. Anak pertama dari tiga bersaudara, dengan ayah yang bernama Haribowo dan ibu yang bernama Suyanti. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. SD Negeri 1 Margorejo, Lulus tahun 2009
2. SMP Negeri 1 Adiluwih, Lulus tahun 2012
3. SMA Negeri 1 Sukoharjo, Lulus tahun 2015

Pada tahun 2015 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirohim

Alhamdulillahirobbil'alamin. Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, Ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Wan Jamaluddin., Ph.D selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaini, M.A selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S. Psi, MA selaku sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan arahan serta informasi penting dalam hal perkuliahan dan telah menyetujui skripsi saya untuk disidangkan.
4. Bapak Abdul Qohar, M. Si selaku Pembimbing I, dan sebagai Pembimbing Akademik yang telah memberikan waktu untuk membimbing, memberi motivasi dan nasehat serta doa kepada peneliti untuk menyusun skripsi ini.
5. Ibu Citra Wahyuni, M.Si selaku Pembimbing II, yang telah memberikan waktu untuk membimbing, memberi motivasi dan nasehat serta doa kepada peneliti untuk menyusun skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada penulis selama

- perkuliahan.
7. Kepala sekolah dan guru-guru SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang telah memberi izin pada penulis untuk melaksanakan penelitian.
 8. Siswa SMA Negeri 13 Bandar Lampung kelas XI yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi skala pada penelitian ini.
 9. Untuk Fitriyanti Setioningrum, Kurnia Maharani, dan Robitoh Intan Natika yang telah membantu penulis disaat membutuhkan bantuan.
 10. Untuk Kakak-kakakku Tercinta Ike Apriliani, M.Pd., Tresiya Pratiwi, M.Pd., dan Dian Lutfita Aini, S.Pd. yang selalu mensupport dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi.
 11. Sahabat- Sahabat Tercinta dari awal perkuliahan Hani Indah Putri, Rani Desmita, Nisa Ikhsanti, Ridho Noviriansyah Yusuf, Dede Prabowo Soedjono, Fitriyanti Setioningrum, Kurnia Maharani serta teman-teman sekelas Psikologi B yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang akan selalu kurindukan masa- masa waktu kuliah, terimakasih sudah mau bersama dan terimakasih atas dukungannya selama ini.
 12. Keluarga besar Resimen Mahasiswa Batalyon 202/Harimau Sumatera yang telah menjadi partner berjuang penulis.
 13. Warga Griya Kos Pertiwi Tercinta Amalia Kurniawati, Balqis Suci Afifah, Diah Mega Pratiwi, dan Mitha Mei Safitri yang telah menjadi partner suka dan duka penulis dalam menyelesaikan skripsi.
 14. Keluarga besar angkatan Psikologi Islam 2015 dan kakak-kakak yang telah memberikan kebersamaan, dukungan, dan motivasi.
 15. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelsaian skripsi.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT.Amin.

Bandar Lampung, 28 Juli 2022

Galuh Deftianty Wibowo
1531080127

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
ABSTRAK	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDU	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Kajian Penelitian yang Relevan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kesejahteraan Subjektif	9
1. Pengertian Kesejahteraan Subjektif	9
2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Subjektif	10
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif	11
B. Kerangka Berpikir	15
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel	17
B. Definisi Operasional	17

C. Subyek Penelitian	17
1. Populasi	17
2. Teknik Pengambilan Sampel	18
3. Sampel	14
D. Tehnik Pengumpulan Data	18
E. Validitas dan Reliabilitas	19
F. Metode Analisa Data	20

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan	21
1. Orientasi Kanchah	21
2. Persiapan Penelitian	23
3. Uji Validitas dan Reliabilitas	24
4. Penyusunan Skala Untuk Penelitian	25
B. Pelaksanaan Penelitian	25
1. Penentuan Subjek Penelitian	25
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	26
3. Skoring	26
C. Karakteristik Subjek	26
D. Hasil Penelitian	27
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	27
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	28
E. Pembahasan	32

BAB V PENUTUP

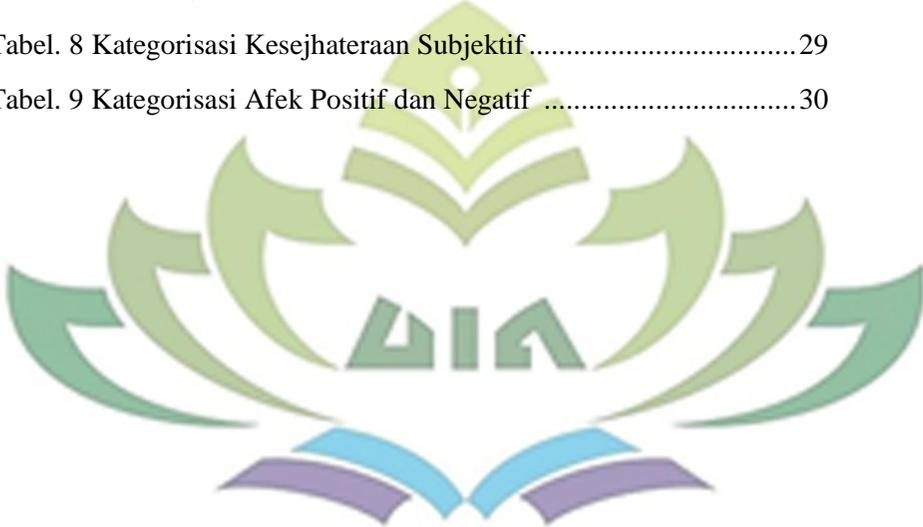
A. Kesimpulan	37
B. Saran	37
1. Bagi Siswa	37
2. Bagi Guru	37
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	38

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel. 1 Populasi Dalam Penelitian.....	17
Tabel 2 Distribusi Sampel	18
Tabel. 3 Blue Print Kesejahteraan Subjektif.....	19
Tabel. 4 Dstribusi Data Siswa	22
Tabel. 5 Distribusi Aitem Gugur Kesejahteraan Subjektif	25
Tabel. 6 Karakteristik Subjek Penelitian	26
Tabel. 7 Distribusi Data Penelitian.....	27
Tabel. 8 Kategorisasi Kesejahteraan Subjektif	29
Tabel. 9 Kategorisasi Afek Positif dan Negatif	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran. 1 Rancangan Skala Penelitian

Lampiran. 2 Distribusi Data Hasil Penelitian

Lampiran. 3 Validitas Dan Reliabilitas Data Hasil Penelitian

Lampiran. 4 Tabulasi Data Penelitian

Lampiran. 5 Data Siswa Kelas XI

Lampiran. 6 Deskriptive Statistik Dan Kategorisasi Skala

Lampiran. 7 Surat Perizinan Penelitian

Lampiran. 8 Kartu Konsultasi

Lampiran. 9 Lembar Tunitin



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID-19 yang dialami masyarakat di hampir seluruh belahan dunia sejak akhir tahun 2019 merupakan ancaman bagi seluruh masyarakat. Dampak pandemi covid 19 masih berkepanjangan dan sangat dirasakan terutama dalam dunia pendidikan. sistem pembelajaran di sekolah pada tahun ajaran 2020/2021 yang akan dimulai pada pertengahan juli 2020 pun belum berjalan normal. Dikarenakan masih banyak daerah yang tergolong zona merah, kuning, dan orange yang belum bisa melakukan sistem pembelajaran tatap muka.

Adanya kebijakan yang diambil oleh pemerintah dalam mengatasi pandemi seperti lockdown maupun Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), Kemendikbud memberikan alternatif dalam dunia pendidikan dengan melakukan pembelajaran daring. Dari peristiwa tersebut maka, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) Sri Wahyuningsih menilai, efek pandemi Covid-19 membuat sebagian siswa di Indonesia tidak maksimal melakukan kegiatan belajar daring. Menurutnya, dari 149 ribu jumlah sekolah baik negeri maupun swasta, semua kerap terkendala model belajar daring. (Dilansir dari Liputan6.com).

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada masa pandemi, selama pembelajaran daring siswa mengalami beberapa kendala, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktawirawan (2020) yang menunjukkan bahwa pemicu kecemasan siswa selama pembelajaran daring antara lain kesulitan memahami materi, kesulitan mengerjakan tugas-tugas, ketersediaan dan kondisi jaringan internet, kendala teknis, dan kekhawatiran akan tugas selanjutnya. Hal ini menimbulkan stress akademik siswa. Stres akademik berkaitan dengan kegagalan dalam akademik.

Stress merupakan salah satu reaksi atau suatu respon psikologis manusia agar dihadapkan pada hal yang dirasa telah

melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Akibat dari adanya tuntutan akademik yang banyak, terjadilah stress akademik yang disebabkan oleh adanya *academic stressor*. Suswandari, dkk (2022).

Hal ini berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Livana, dkk (2020) tentang “Tugas Pembelajaran” Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Hasil analisis menunjukkan beberapa tema dan hasil distribusinya yaitu”Tugas pembelajaran”(70,29%), ”Bosan dirumah aja” (57,8%), “Proses pembelajaran daring/online yang mulai membosankan” (55,8%), ”Tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi ”(40,2%), "Tidak dapat mengikuti pembelajaran online karena keterbatasan sinyal” (37,4%), ”Tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya” (35,8%), “Tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat“.

Penelitian tersebut mengacu pada siswa yang telah diteliti di SMA N 13 Bandar Lampung. Bahwa sebagian dari siswa mengatakan diantaranya ada yang merasa nyaman, senang dan memiliki waktu luang dengan keluarga. Tapi dari 138 orang 19 diantaranya mengatakan bahwa mereka merasa sulit memahami materi, koneksi jaringan yang buruk, tidak focus dirumah dan banyaknya tugas yang diberikan. Hal ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2021). Adanya pandemi covid-19 membuat mahasiswa mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Ruang gerak yang terbatas, tugas pembelajaran yang semakin banyak, pembelajaran daring yang membosankan, takut mengumpulkan tugas, menjadi salah satu hal yang membuat mahasiswa mengalami gangguan kesejahteraan psikologis. Akibatnya mahasiswa mengalami beberapa masalah kesejahteraan psikologis contohnya cemas dan stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara stres akademik dengan kesejahteraan psikologis di masa pandemi.

Kondisi ini membuat tidak hanya siswa yang memiliki kendala namun orang tua pun mengalami beberapa kendala selama pembelajaran daring di antaranya sesuai dengan penelitian yang

dilakukan oleh Utami (2020) menunjukkan berbagai kendala orang tua dalam pembelajaran daring diantaranya, sinyal internet yang terkadang susah, kuota yang mahal, orang tua kurang bisa membimbing dan memahami materi secara penuh, sehingga tidak bisa maksimal dalam mengajari anak, tidak adanya handphone, sehingga perlu bertanya kepada temannya secara langsung.

Peran serta orang tua sangat mendukung keberhasilan prestasi anak. Selalu memotivasi dan memberikan inovasi-inovasi dalam membimbing anak, agar anak tidak jenuh bahkan stres dalam belajar. Seperti yang dikemukakan oleh Nugroho, Shanty, Bayu (2021) Bentuk kontribusi orang tua selama proses pembelajaran meliputi: mendampingi (75%), menjadi fasilitator (75%), menjadi motivator (100%) dan menjadi director atau pengarah (100%).

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut dapat di tarik kesimpulan bahwa selama proses pembelajaran daring siswa mengalami banyak kendala, dan tidak hanya siswa yang mengalami hal tersebut, tetapi orang tua pun mengalami hal serupa. Jelas hal ini mengacu pada kesejahteraan subjektif siswa selama proses pembelajaran daring.

Menurut Diener & Ryan (2008) kesejahteraan subjektif adalah penilaian individu terhadap hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu. Individu dikatakan mempunyai kesejahteraan subjektif yang tinggi apabila mereka lebih banyak merasakan emosi yang menyenangkan daripada emosi yang tidak menyenangkan, ketika terlibat dalam kegiatan yang menarik, ketika mengalami banyak rasa senang dan sedikit rasa sakit, dan ketika telah merasa puas akan kehidupan mereka. Kesejahteraan subjektif terdiri tiga aspek pembangun yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup. Afek positif dan negatif merupakan aspek afektif, sedangkan kepuasan hidup merupakan aspek yang mempresentasikan aspek kognitif individu.

Adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Runi Rulangi, Jihan Fahera, Nanda Novira (2021) Fakultas Pendidikan

Psikologi Universitas Negeri Malang. Menyatakan bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Faktor internal yang terdiri dari kebersyukuran, forgiveness, kepribadian, harga diri, dan spiritualitas. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial dapat memengaruhi kualitas kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.

Kesejahteraan subjektif dalam Islam erat kaitannya dengan religiusitas. Agama dianggap memiliki peran penting dalam menjadi pedoman hidup, berdasarkan manfaatnya, maka perlu diketahui hal-hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pada individu agar dapat mengupayakan tercapainya kesejahteraan subjektif. Salah satu faktor yang terkait adalah kebersyukuran (Dewi & Nasywa, 2019).

Kebersyukuran yang terdapat dalam diri individu dapat mendukung peningkatan kesejahteraan subjektif, karena rasa syukur yang ada dapat memunculkan afek positif Panglewai, Pesau (2022).

Kesejahteraan subjektif dalam perspektif islam dapat kita temukan dan pahami dalam firman Allah pada Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 152, yang berbunyi:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ١٥٢

Artinya : *“Maka, ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku”*.

Dalam tafsir Kemenetrian Agama RI ayat tersebut menjelaskan bahwa Atas semua kenikmatan itu, Allah menyuruh kaum muslim untuk selalu mengingat-Nya. Maka ingatlah kepada-Ku, baik melalui lisan dengan melafalkan pujian, melalui hati dengan mengingat kekuasaan dan kebijaksanaan Allah, maupun melalui fisik dengan menaati Allah. Jika kamu mengingatku, Aku pun pasti akan ingat kepadamu dengan melimpahkan pahala, pertolongan, dan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bersyukurlah pula kepada-Ku atas nikmat-Ku dengan menggunakannya di jalan-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku, kepada nikmat-nikmatku, dan mempergunakannya untuk berbuat maksiat.

Berdasarkan wawancara singkat yang telah dilakukan dengan 5 subjek di SMA Negeri 13 Bandar Lampung menyatakan bahwa tidak semua dari mereka menyukai pembelajaran daring, beberapa dari mereka merasa cemas dan tertekan dengan banyaknya tugas deadline, kurangnya memahami materi yang diberikan serta terkendalanya koneksi jaringan yang buruk. Namun sebagian dari mereka menyatakan bahwa mereka merasa tidak memiliki masalah dengan adanya pembelajaran daring karena membuat mereka merasa lebih nyaman menghabiskan waktu dirumah karena dapat berkumpul bersama dengan keluarga dan memiliki banyak waktu luang.

Berdasarkan hal tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa perasaan cemas, tertekan, senang, dan nyaman yang dirasakan subjek selama proses pembelajaran daring terdapat dalam afek positif dan negatif dalam kesejahteraan subjektif.

Kesejahteraan subjektif terdiri dari dua dimensi yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif (Kansky, Jessica, Diener, 2017), Pada dimensi kognitif, kepuasan hidup dipandang sebagai hasil dari penilaian secara kognitif seseorang mengenai kehidupannya. Hal ini meliputi perasaan berkecukupan, damai, dan puas. Dimensi kognitif juga terdiri dari kepuasan individu pada berbagai bidang kehidupannya, antara lain diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang. Dimensi kognitif ini dapat dipengaruhi oleh afeksi. Pada dimensi afektif, di dalamnya meliputi afek positif dan afek negatif.

Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi dapat memperoleh manfaat yang positif, yaitu memiliki kondisi kesehatan yang baik dan produktivitas yang tinggi (Diener, Suh & Oshisi., 1997). Sebaliknya, tingkat kesejahteraan subjektif yang rendah dapat menimbulkan perasaan negatif pada individu sehingga memunculkan rasa cemas, kemarahan, dan risiko mengalami depresi (Diener, Oishi & Lucas, 2018).

B. Rumusan Masalah

Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif siswa selama belajar daring?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif siswa selama belajar daring.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam kajian psikologi, khususnya dalam bidang psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Secara Praktis, hasil penelitian ini dapat diharapkan untuk menyumbangkan pemikiran terhadap pemecahan masalah mengenai belajar daring pada siswa.

- a. Bagi siswa, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi yang positif mengenai kesejahteraan subjektif siswa selama belajar daring dimasa pandemi.
- b. Bagi tenaga pendidik, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi guru untuk meningkatkan semangat belajar agar dapat siswan mencapai kesejahteraan subjektif selama belajar daring dimasa pandemi.

E. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Agar dapat mendukung berbagai penjelasan serta pembahasan di atas, berbagai literature dalam penelitian sebelumnya yang masih berkaitan dengan penelitian ini:

1. Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 oleh Dwi Hardani Oktawirawan (2020). Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian siswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru membuat banyak siswa merasa stres dalam menjalani pembelajaran daring (Chaterine, 2020).
2. Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif pada Siswa MTs yang Tinggal di Pondok Pesantren oleh Nurmalita, Ayu (2021) Tesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hasil wawancara pada siswa dan guru dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif siswa kelas 7,8 dan 9 pada siswa MTs Ma'arif Darussolihin Yogyakarta yang tinggal di pondok pesantren masih tergolong rendah yaitu tidak merasakan kepuasan hidup, merasakan bahwa kondisi kehidupannya tidak berjalan dengan baik, banyak merasa sedih (afek negatif) dibandingkan merasa senang (afek positif).
3. Hubungan Antara Kelekatan Ayah Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa Universitas Yogyakarta oleh Anisa (2019). Memiliki dua aspek, yaitu aspek afektif dan kognitif. Aspek afektif terdiri atas afek positif dan negatif, serta aspek kognitif terdiri atas kepuasan hidup. Hasil penelitian ini, mengemukakan bahwa kelekatan ayah memiliki hubungan yang signifikan dan memiliki arah hubungan yang positif dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.
4. Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa yang Mengerjakan Tugas Akhir, Disertasi. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada yakni oleh Prakasita (2018) menemukan bahwa 6,57% responden penelitiannya memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah, dan 36,68% sedang.

5. Kontribusi Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Siswa Selama Masa Pandemi oleh Nugroho, Santhy, Bayu (2021) Mengemukakan bahwa keterlibatan dan kontribusai orang tua dalam pendidikan anak baik itu di rumah atau sekolah makin dirasa sebagai hal yang penting dalam rangka mendukung hasil pembelajaran anak yang lebih baik. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa bentuk dari kontribusi orang tua selama proses pembelajaran meliputi: mendampingi (75%), menjadi fasilitator (75%), menjadi motivator (100%) dan menjadi director atau pengarah (100%).

Dari berbagai penelitian terdahulu yang telah disebutkan adapun persamaan dan perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni, Pada penelitian ini sama- sama mengacu pada kesejahteraan subjektif dan pembelajaran daring dimasa pandemi, sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian lainnya adalah pada penelitian ini hanya mengacu pada satu variable yaitu kesejahteraan subjektif.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan Subjektif

1. Kesejahteraan Subjektif

Menurut Biswar (Prakasita, 2018) kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya yang berkaitan dengan komponen kognitif dan emosional, kesejahteraan subjektif mencakup tiga komponen utama, yaitu banyaknya mengalami afek positif atau afek yang menyenangkan seperti kegembiraan, kelegaan hati, kasih sayang; kedua sedikitnya mengalami afek negatif atau afek yang tidak menyenangkan seperti ketakutan, kemarahan, dan kesedihan; ketiga pendapat pribadimengenai kepuasan hidup.

Menurut Taylor (Putri, 2016) Kesejahteraan subjektif adalah keseluruhan kepuasan hidup dan kebahagiaan. Kepuasan hidup merupakan ukuran kognitif yang melibatkan penjumlahan penilaian kepuasan hidup dari beberapa domain kehidupan ataupun kepuasan hidup secara umum. Selanjutnya kebahagiaan dianggap sebagai tindakan afektif yang melibatkan emosi.

Menurut Diener (2000) Kesejahteraan subjektif adalah penilaian hidup positif dan perasaan baik. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika individu sering mengalami kepuasan hidup dan kegembiraan, dan hanya sedikit mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah jika individu tidak puas dengan kehidupan, mengalami sedikit kegembiraan dan kasih sayang dan sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Subjektif

Penelitian ini menggunakan aspek-aspek kesejahteraan subjektif dari Diener, dkk., (2000) yang membagi aspek dari kesejahteraan subjektif menjadi tiga, diantaranya adalah sebagai berikut:

a. *Life Satisfaction* atau kepuasan hidup

Kepuasan hidup merupakan penilaian secara umum terhadap kehidupan seseorang. Kepuasan hidup merupakan bentuk kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman disertai dengan kegembiraan. Penilaian kepuasan hidup dapat terdiri dari kepuasan yang dirasakan dalam berbagai bidang kehidupan seperti rekreasi, cinta, pernikahan, persahabatan, dan lain sebagainya.

Diener, dkk., (2017) membagi kepuasan hidup menjadi beberapa aspek, yaitu kehidupan yang ideal, kondisi kehidupan yang baik, merasa puas dengan kehidupan, mendapatkan hal-hal penting dalam kehidupan, tidak ingin merubah apapun jika terlahir kembali.

b. Afek positif atau menyenangkan

Afek positif dapat terbagi menjadi emosi positif khusus seperti kegembiraan, kasih sayang dan kebanggaan. Afek merupakan gambaran evaluasi langsung individu terhadap peristiwa yang terjadi dalam hidupnya (Putri & Sutarmanto, 2009). Individu akan bereaksi dengan afek positif jika mengalami sesuatu yang baik dalam hidupnya, begitu pula sebaliknya. Afek terdiri dari *mood* dan emosi. Afek terkait dengan penilaian seseorang terhadap kejadian dalam kehidupan seseorang tersebut (Diener, 2000).

Afek positif yang dominan cenderung direfleksikan sebagai kesejahteraan subjektif yang tinggi (Putri & Sutarmanto, 2009). Afek positif terkait dengan pengalaman emosi yang menyenangkan dan perasaan hati yang menyenangkan (Dinner, 2000).

Watson, dkk (1988) membagi afek positif menjadi antusias (Anthusiastic), tertarik dengan pekerjaan (Interasted), penuh tekad (Determined), gembira (Excited), penuh inspirasi (Inspired), waspada (Alert), aktif (Active), kuat (Strong), Bangga (Proud), penuh perhatian (Attantive).

c. Afek negatif atau tidak menyenangkan

Afek tersebut dapat dipisahkan menjadi emosi dan mood khusus, seperti malu, rasa bersalah, marah, sedih dan cemas. Perasaan negatif merujuk kepada rendahnya tingkat pengalaman emosi yang tidak menyenangkan (Diener, 2000). Watson, dkk., (1988) membagi rendahnya tingkat perasaan negatif menjadi takut akan sesuatu (*scared*), takut (*afraid*), kecewa (*upset*), tertekan (*distressed*), gelisah (*jittery*), gugup (*nervous*), malu (*ashamed*), bersalah (*guilty*), mudah marah (*irritable*), memiliki musuh (*hostile*).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif

Kesejahteraan subjektif pada siswa dipengaruhi oleh faktor situasi hidup, sumber finansial, transportasi dan yang terkait, kesehatan fisik, teman lama dan teman baru, dukungan, pelayanan, tugas-tugas akademis, dan dukungan keluarga, O'Connor (Anderson dkk., 2005). Diener (1997) menyebutkan faktor-faktor yang dapat memengaruhi Kesejahteraan subjektif, yakni:

a. Kepuasan Hidup

Kepuasan secara keseluruhan yang dinilai secara subjektif oleh individu. Kepuasan terhadap diri sendiri, di mana individu harus memiliki harga diri agar bisa puas dengan hidupnya yang merupakan korelasi tertinggi dengan kepuasan. Standar hidup yang dimiliki dan kehidupan keluarga juga berkorelasi dengan kepuasan hidup.

b. Faktor demografi

1.Usia Terdapat korelasi yang positif antara usia dengan kepuasan Awalnya studi berpendapat orang yang lebih bahagia terjadi pada orang yang masih muda daripada orang yang sudah tua Studi selanjutnya menjelaskan bahwa usia yang lebih muda merasakan kegembiraan yang lebih tinggi, tetapi orang tua cenderung lebih positif dalam menilai kehidupannya.

2. Gender Perempuan banyak yang melaporkan tentang afek negatif yang dialaminya, tetapi mereka juga mengalami kegembiraan yang lebih besar. Perempuan yang bekerja dengan tujuan untuk kesejahteraan diri sendiri maupun keluarga, di mana meskipun perempuan bekerja mereka diharapkan untuk tetap melakukan tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga sehingga kedua peran tersebut dapat menimbulkan konflik peran ganda dan perempuan lebih tinggi persentasenya daripada laki-laki.

3. Pengangguran adalah kelompok yang tidak bahagia, apalagi dengan orang yang mengalami kesulitan dalam keuangan. mengemukakan bukti bahwa pengangguran dapat memengaruhi kesejahteraan pria dan wanita. lapangan kerja merupakan kelembagaan penting di mana individu mencapai kebutuhan dasar psikologis. Individu yang menganggur atau kehilangan pekerjaan, maka individu tersebut akan merasa kekurangan dan akan

berdampak negatif pada Subjective well-being karena kebutuhannya tidak terpenuhi.

- c. Tujuan hidup Individu merasa bahagia ketika ia bisa mencapai tujuan hidup yang menurutnya tinggi.
- d. Kualitas hubungan sosial Kualitas hubungan sosial dinilai baik ketika individu mampu menjalin relasi positif dengan sebagian besar orang yang dikenalnya.

4. Kesejahteraan Subjektif Dalam Perspektif Islam

Kesejahteraan subjektif dalam Islam erat hubungannya dengan religiusitas. Agama dianggap memiliki peran penting dalam menjadi pedoman hidup, berdasarkan manfaatnya, maka perlu diketahui hal-hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pada individu agar dapat mengupayakan tercapainya kesejahteraan subjektif. Salah satu faktor yang terkait adalah kebersyukuran (Dewi & Nasywa, 2019).

Kesejahteraan subjektif dalam perspektif islam dapat kita temukan dan pahami dalam firman Allah pada Al-Qur'an surst Al Baqarah ayat 152, yang berbunyi:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُون ۝ ١٥٢

Artinya : *“Maka, ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku.”*

Dalam tafsir Kemenetrian Agama RI ayat tersebut menjelaskan bahwa Atas semua kenikmatan itu, Allah menyuruh kaum muslim untuk selalu mengingat-Nya. Maka ingatlah kepada-Ku, baik melalui lisan dengan melafalkan pujian, melalui hati dengan mengingat kekuasaan dan kebijaksanaan Allah, maupun melalui fisik dengan menaati Allah. Jika kamu mengingatku, Aku pun pasti akan ingat kepadamu dengan melimpahkan pahala, pertolongan, dan

kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bersyukurlah pula kepada-Ku atas nikmat-Ku dengan menggunakannya di jalan-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku, kepada nikmat-nikmatku, dan mempergunakannya untuk berbuat maksiat.

Kesejahteraan subjektif dalam perspektif islam dapat kita temukan dan pahami dalam firman Allah pada Al-Qur'an surst Al- Qasas ayat 73, yang berbunyi:

وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ
وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ٧٣

Artinya: *"Berkat rahmat-Nya, Dia jadikan untukmu malam dan siang agar kamu beristirahat pada malam hari, agar kamu mencari sebagian karunia-Nya (pada siang hari), dan agar kamu bersyukur kepada-Nya"*.

Dalam tafsir Kementerian Agama RI menjelaskan ayat tersebut menjelaskan adalah karena rahmat-Nya yang mencakup segala sesuatu, Dia jadikan untukmu malam dan siang secara bergantian. Dengan keduanya Allah menganugerahkan kepada kamu banyak manfaat. Dia menjadikan malam gelap gulita agar kamu beristirahat pada malam hari setelah sepanjang hari kamu bekerja sehingga memerlukan istirahat. Dan Dia jadikan siang terang benderang agar kamu bersungguh-sungguh mencari sebagian karunia-Nya pada siang hari yang terang itu, dan juga agar kamu bersyukur kepada-Nya atas segala nikmat yang dianugerahkan-Nya kepadamu.

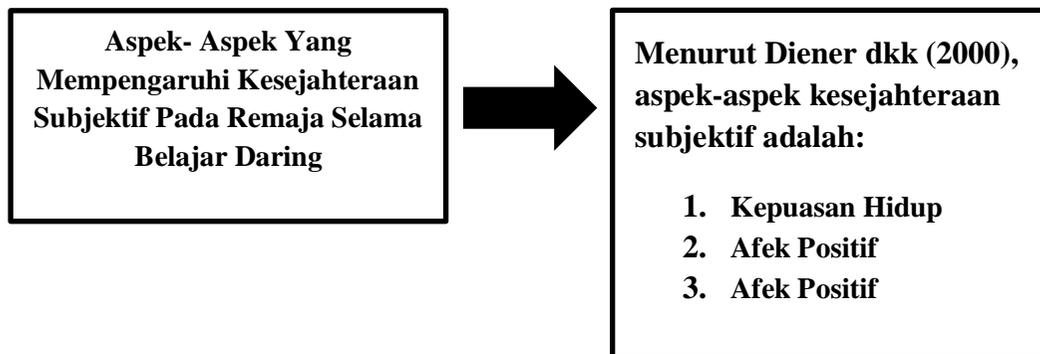
Hal ini sejalan dengan aspek pada Kesejahteraan subjektif yang meliputi kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif Diener, dkk., (2018). Sehingga dapat disimpulkan religiusitas benar berkaitan erat dengan kesejahteraan subjektif, diperkuat dengan penelitian yang dikemukakan oleh Panglewai, Pesau (2022) Kebersyukuran yang terdapat dalam diri individu dapat mendukung peningkatan kesejahteraan subjektif, karena rasa syukur yang ada dapat memunculkan afek positif.

B. Kerangka Berfikir

Kesejahteraan subjektif adalah penilaian hidup positif dan perasaan baik. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika individu sering mengalami kepuasan hidup dan kegembiraan, dan hanya sedikit mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Kesejahteraan subjektif tersebut meliputi evaluasi kognitif dan afektif yang dijabarkan dalam tiga unit yaitu kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif.

Individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah jika individu tidak puas dengan kehidupan, mengalami sedikit kegembiraan dan kasih sayang dan sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Dari hasil wawancara singkat yang peneliti lakukan didapat bahwa tidak semua dari mereka menyukai pembelajaran daring, beberapa dari mereka merasa cemas dan tertekan dengan banyaknya tugas deadline, kurangnya memahami materi yang diberikan serta terkendalanya koneksi jaringan yang buruk. Namun sebagian dari mereka menyatakan bahwa mereka merasa tidak memiliki masalah dengan adanya pembelajaran daring karena membuat mereka merasa lebih nyaman menghabiskan waktu dirumah karena dapat berkumpul bersama dengan keluarga dan memiliki banyak waktu luang.



DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, Syarifah N. (2019). *Kelekatan Ayaha Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa Di Yogyakarta*. Universitas Islam Yogyakarta
- Arikunto, S. (2011). *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktik* (Ed. Rev. V). Jakarta : Rineka Cipta 2011.
- Astuti, Monita. (2021). *Korelasi Stres Akademik Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Wellbeing) Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid 19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azwar, S. (1996). *Tes prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Dewi, & Nasywa. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjektive Wellbeing. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1).
- Diener, E, Suh, E., & Osishi, S. (1997). *Recent Findings On Subjective Well-Being*.
- Diener, Ed. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, Ed, Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 1–49. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, Ed, & Ryan, K. (2008). *Subjective well-being : a general overview*. 39(4), 391–406.

- Effendy, N. (2016). Konsep Flourishing dalam Psikologi Positif: Subjective Well-being atau Berbeda? *Seminar Asean Psychology & Humanity, 2004*, 326–333.
- Fahrnisa, Diah. (2017). *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Siswa MAN Waguwoharjo*. Universitas Islam Indonesia.
- Hamdani, A. (2020). Efektivitas Implementasi Pembelajaran Daring (Full Online) Di Masa Pandemi Covid 19 Pada Jenjang Sekolah Dasar Di Kabupaten Subang. *Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang.*, 1(1).
- Hastuti, R., Pamela, H., Soetikno, N. (2021). Gambaran Kesejahteraan Siswa Sekolah Menengah Di Jakarta: Studi Selama Pandemi Covid 19. *Seri Seminar Nasional III*. Universitas Tarumanegara.
- Livana, Mubin, MF., Basthomi Y. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208.
- Kansky, Jessica. Diener, E. (2017). Benefits of well-being: Health, social relationships, work, and resilience. *Journal of Positive School Psychology*.
- Martono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Nugroho, Santhy, & Bayu. (2021). Kontribusi Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Siswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(4).
- Nurmalita, A. (2021). *Hubungsan Antara Harga Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Siswa MTs Yang Tinggal Di Pondok Pesantren*.
- O'Connor, E. (2005). Student well-being: a dimension of subjective well-being. *Deakin University, Australia. School of Psychology*.
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor pemicu kecemasan siswa dalam melakukan pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(2), 541–544.

- Panglewai, H. (2022). Kebersyukuran dan Kesejahteraan Subjektif Warga Kota Makassar pada Masa Pandemi COVID-19. *Universitas Atma Jaya Makassar*, 7(2).
- Prakasita, U. (2018). *Peran Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Teman Terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Yang Mengerjakan Tugas Akhir*.
- Priasmora, M. R. (2021). Kemendikbutristek Sebut Tak Semua Siswa Bisa Maksimal Belajar Daring. Liputan6. <https://www.liputan6.com/news/read/4584222/kemendikbudristek-sebut-tak-semua-siswa-bisa-maksimal-belajar-daring>
- Putri, D. R. (2016). Peran dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 12–22.
- Putri, M. T., & Sutarmanto, H. (2009). Kesejahteraan subjektif waria pekerja seks komersial (PSK). *Jurnal Psikohumanika*, 2(2), 46–55.
- Rulangi, Jihan, & Novira. (2021). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Subjektive Well Being. *Buku Abstrak Seminar Nasional Universitas Negeri Malang*.
- Setiani, Mefta. (2022). *Hubungan Antara Self Compassion Dan Peer Group Influence Dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Pembelajaran Daring*. Universitas Islam Raden Intan Lampung.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Suswandari, Ika, & Hapsari. (2022). Dampak Pembelajaran Daring Dalam Motivasi Belajar Dan Tingkat Stres Akademi Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 31(1).
- Utami, E. W. (2020). Kendala Dan Peran Orangtua Dalam

Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19. *Seminar Nasional Pascasarjana*. Universitas Negeri Semarang.

Walpole, R. E. (1995). *Pengantar Statistika Edisi ke-3*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. . . *Journal of Personality and Social Development*, 54, 1063–1070.

Wijayanti, R., Euis, S., Diah, K. (2020). Peran Dukungan Sosial Dan Interaksi Ibu Anak Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen* 13(2), diener 125-136.

