

GAMBARAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA GURU HONOR SMK REGENERASI TATELI KABUPATEN MINAHASA

Aquilina Y. R. Wodong

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : kettywodong104@gmail.com

Harol R. Lumapow

Program Studi Pendidikan Luar Sekolah Universitas Negeri Manado
Email : harolrlumapow@gmail.ac.id

Melkian Naharia

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : melkiannaharia@unima.com

Abstrak: Subjective well being merupakan penilaian kognitif serta afektif seorang tentang hidupnya. Evaluasi ini mencakup reaksi emosional terhadap berbagai peristiwa yang dialami. Penelitian ini bertujuan mengetahui dan mendeskripsikan gambaran subjective well-being pada guru honor SMK Regenerasi Tатели Kabupaten Minahasa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dengan melibatkan tiga partisipan berstatus guru honor yang sudah bekerja selama kurang lebih 2 tahun keatas. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses kognitif dan afektif pada ketiga guru honor ini, diketahui pendeskripsian gambaran mengenai subjective well being pada aspek kognitif yaitu informan-informan mampu mengelola kondisi yang mereka hadapi karena terdapat motivasi eksternal dan internal yang selalu mendorong mereka dan disisi lain, pada aspek afektif perubahan emosi sering dirasakan oleh informan baik dari segi relasi, kebutuhan ekonomi dan pekerjaan. Oleh karena itu penting memperhatikan kesejahteraan guru honor karena dari beberapa aspek yang diteliti pendapatan atau kondisi finansial ini sangat penting untuk memahami bagaimana faktor-faktor ini saling berinteraksi dan memengaruhi kesejahteraan emosional dan motivasi informan dalam menjalani pekerjaannya.

Kata Kunci: Gambaran *Subjective Well Being*, Guru Honor

Abstract: *Subjective well-being is a person's cognitive and affective assessment of their life. This evaluation includes emotional reactions to various events experienced. This research aims to find out and describe the subjective well-being picture of honorary teachers at the Tатели Regeneration Vocational School, Minahasa Regency. This research used a qualitative method with a phenomenological approach involving three participants with honorary teacher status who had worked for approximately 2 years. The data collection techniques used were observation, interviews and documentation. The results of the research show that the cognitive and affective processes of these three honorary teachers, it is known that the description of subjective well being in the cognitive aspect is that the informants are able to manage the conditions they face because there is external and internal motivation that always encourages them and on the other hand, in the Affective emotional changes are often felt by informants both in terms of relationships, economic needs and work. Therefore, it is important to pay attention*

to the welfare of honorary teachers because from several aspects studied, income or financial conditions are very important to understand how these factors interact with each other and influence the emotional well-being and motivation of informants in carrying out their work.

Keywords: *Subjective WellBeing Description, Honorary Teacher*

Setiap insan menginginkan adanya kesejahteraan dan kebahagiaan dalam keseharian hidupnya. Kebahagiaan merupakan salah satu bagian dari psikologi positif yang dipandang penting untuk diteliti sebab bisa menjadi indikator pelayanan kesehatan mental yang dibutuhkan individu. Lebih luas lagi, kebahagiaan artinya syarat yang sangat diidamkan setiap individu pada rentang kehidupannya (Carr, 2004). Dikenal juga dengan istilah *subjective well-being* (SWB) dalam psikologi positif.

Subjective well being adalah proses individu mengevaluasi atau mempersepsikan segala hal yang terjadi didalam kehidupan mereka, dalam hal ini meliputi evaluasi afektif atau evaluasi kognitif (Diener, 2013). Orang yang memiliki subjective well-being tinggi akan mendapatkan beberapa dampak positif, diantaranya yaitu manfaat terhadap kesehatan dan daya tahan tubuh, dimana orang yang bahagia cenderung lebih sehat, tidak mudah sakit, cenderung berumur panjang, dan dapat mengontrol diri (Diener & Chan, 2011). Saat individu memiliki subjective well being yang baik maka bisa memberikan energy yang positif seperti perasaan puas terhadap hidupnya, merasa bahagia dan lebih menjalin hubungan sosial.

Veenhoven menjelaskan bahwa subjective well-being merupakan tingkat di mana seseorang menilai kualitas kehidupannya sebagai sesuatu yang diharapkan dan merasakan perasaan yang menyenangkan (Veenhoven, 2011).

Compton berpendapat bahwa subjective well-being terbagi dalam dua variabel utama yaitu kebahagiaan dan kepuasan hidup (Compton, 2005).

Kebahagiaan berkaitan dengan keadaan emosional individu dan bagaimana individu merasakan diri dan dunianya. Kepuasan hidup cenderung disebutkan sebagai penilaian global tentang kemampuan individu menerima hidupnya.

Selain itu, peningkatan penghasilan taraf tertentu mampu meningkatkan subjective well-being individu. Dengan penghasilan (gaji) yang besar individu merasakan kepuasan hidup dan kebutuhan yang tercukupi.

Setiap individu baik laki-laki maupun perempuan pada dasarnya mendambakan kehidupan yang sejahterah. Berkerja merupakan sesuatu yang dibutuhkan oleh manusia. Tujuan bekerja yang lebih tinggi tingkatannya adalah untuk berkarir atau mengembangkan diri. Jenis pekerjaan yang dilakukan oleh manusia dapat mempengaruhi bagaimana manusia dapat memenuhi kebutuhan hidupnya itu. Seorang yang bekerja dan senang terhadap pekerjaannya akan memperlihatkan berbagai macam perilaku yang mencerminkan kesejahteraan (Munandar, 2008).

Guru adalah seorang pendidik yang memiliki tanggung jawab untuk memberikan pengajaran, membimbing, dan mendidik siswa. Tugas guru melibatkan penyampaian materi pelajaran, pengembangan keterampilan, dan memberikan bimbingan dengan harapan dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan siswa. Guru itu sendiri memiliki status kepegawaian yaitu guru pegawai sipil (PNS) dan guru tidak tetap (Honorar).

Guru honorar adalah guru yang bekerja tanpa status pegawai negeri sipil (PNS) dan mendapatkan gaji berdasarkan honor atau kontrak.

Beberapa peneliti menganggap guru honorer sebagai tenaga pendidik non-PNS yang umumnya bekerja dengan status kontrak atau harian. Seringkali, kondisi kerja dan status kepegawaian guru honorer menjadi perhatian dalam penelitian terkait.

Subjective well-being pada guru honorer dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti pengakuan profesional, dukungan sosial, tingkat kepuasan kerja, dan stabilitas ekonomi. Menurut asumsi peneliti beberapa mungkin merasakan kepuasan melalui kontribusi mereka dalam pendidikan, sementara yang lain mungkin merasa tertekan karena ketidakpastian pekerjaan dan kurangnya tunjangan. Perubahan kesejahteraan tidak berhubungan langsung dengan stres akademik (Rahasia et al, 2024). Faktor-faktor ini bersama-sama membentuk gambaran *subjektif well-being* mereka.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan pada salah satu guru honor di SMK Regenerasi diketahui bahwa individu mengakui belum merasa puas dengan honor yang didapatkan saat ini, apalagi individu sudah berumah tangga. Tentu tanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan adalah paling utama. Oleh karena itu selain menjadi seorang guru honorer ia juga membuka usaha bibit pala untuk pendapatan diluar sekolah.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Seligman, dalam praktik, SWB lebih ilmiah untuk mengartikan istilah kebahagiaan (Luthans, 2006). Setiap individu memiliki tingkat *subjective well-being* yang berbeda-beda ketika memiliki *subjective well-being* yang tinggi, individu merasakan *subjective well being* sebagai evaluasi kehidupan yang meliputi penilaian kognitif, seperti kepuasan hidup dan respon emosional

terhadap peristiwa, seperti merasakan emosi positif.

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *subjective well-being* pada guru honorer SMK Regenerasi Tateli dengan melihat pada aspek kognitif (Penilaian menyeluruh dari kepuasan hidup yang diartikan sebagai penilaian terhadap kepuasan hidup secara menyeluruh (lifestatisfaction), dan aspek afektif (pengalaman dasar pada peristiwa yang terjadi di dalam kehidupan individu yang tersusun dari beberapa respon yang berkesinambungan akan berbagai peristiwa yang pernah dilalui. Dalam aspek Afektif menggambarkan suasana hati atau emosi yang menyenangkan dan suasana yang tidak menyenangkan).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi. Penelitian kualitatif menekankan pada makna, yaitu bagaimana subjek memandang serta merasakan kehidupan dan pengalamannya (Creswell, 2003).

Model penelitian ini menggunakan penelitian fenomenologi yang merupakan pendekatan yang paling sesuai untuk melihat bagaimana seseorang megembangkan nilainya dan kepercayaan terhadap makna. Fenomenologi dipandang sebagai investigasi sistematis dari pengalaman kesadaran individu sebagai sebuah pengalaman (Steger et al, 2006).

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Metode purposive sampling ini adalah teknik pengumpulan sampel data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini misalnya orang tersebut

dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjeleajahi objek/situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2013).

Lokasi penelitian ini yaitu di SMK Regenerasi Tateli Kabupaten Minahasa, yang merupakan tempat bekerja dari subjek dengan melibatkan tiga partisipan berstatus guru honor yang sudah bekerja selama kurang lebih 2 tahun keatas. Subjek penelitian ini diambil berdasarkan kriteria usia 26 tahun keatas.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam sebuah penelitian, sebab tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data yang akurat, sehingga tanpa mengetahui teknik pengumpulan data penelitian tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar yang ditetapkan (Sugiyono 2016).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. (1) Observasi, Observasi adalah suatu metode atau cara untuk menganalisis dan melakukan pencatatan yang dilakukan secara sistematis. Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain (Sugiyono, 2018). (2) Wawancara merupakan percakapan dengan maksud tertentu, yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan diwawancari yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang telah diberikan (Moleong, 2014). (3) Dokumentasi, dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu.

Dokumen bisa dalam bentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, biografi, peraturan dan kebijakan. Dokumentasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan mengambil gambar berupa foto dan merekam hasil wawancara dengan informan terkait dengan audio (Sugiyono, 2013).

Teknik analisis data adalah proses pengumpulan data secara sistematis untuk mempermudah peneliti dalam memperoleh kesimpulan. Analisis data kualitatif bersifat induktif, yaitu analisis berdasarkan data yang diperoleh. Analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu : (1) Reduksi Data, diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa hingga kesimpulan-kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi. (2) Penyajian Data, yang merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. (3) Menarik Kesimpulan, menarik kesimpulan dan verifikasi. Adapun yang dimaksud dengan verifikasi data adalah usaha untuk mencari, menguji, mengecek kembali atau memahami makna atau arti, keteraturan, pola-pola, penjelasan, alur, sebab-akibat, atau preposisi (Miles & Huberman, 1992). Sedangkan Kesimpulan dapat berupa deskripsi atau

gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian kualitatif menurut Sugiyono (2019) meliputi empat tahap pengujian, diantaranya triangulasi data, triangulasi pengamat, triangulasi teori, triangulasi metode.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam melaksanakan penelitian tentunya ada persiapan-persiapan yang disiapkan oleh peneliti sebelum melaksanakan penelitian, beberapa hal penting seperti menentukan informan penelitian yang sesuai dengan kriteria informan seperti menentukan informan penelitian yang sesuai dengan kriteria informan yang telah ditentukan, menyiapkan waktu dan mengatur jadwal penelitian yang sesuai dengan informan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan kurang lebih selama 3 bulan dimulai dari bulan desember 2023 dengan pelaksanaan penelitian diawali dengan mencari informan untuk pengumpulan data dalam penelitian.

Proses wawancara kepada informan dilaksanakan pada tanggal 5 Februari 2024- 6 Februari 2024 di SMK Regenerasi Tateli Kabupaten Minahasa. Dalam proses wawancara peneliti tidak mengalami kesulitan, sehingga proses wawancara berlangsung dengan sangat baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dari ketiga informan ini bahwa gaji yang diterima tergantung berapa jam pelajaran yang diambil. Untuk gaji

dihitung 10 ribu per jam dan dibayar 3 bulan sekali. Secara umum, semua informan menghadapi kesulitan finansial dengan gaji yang tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari, sehingga beberapa dari mereka mencari sumber penghasilan tambahan. Motivasi utama mereka untuk menjadi guru adalah latar belakang pendidikan di bidang tersebut, dorongan dari orang tua, dan kebutuhan untuk bekerja setelah menikah. Meskipun mereka merasa profesi ini kurang memadai secara finansial, dedikasi dan komitmen mereka terhadap pendidikan tetap tinggi.

Informan Pertama (AR)

Dalam pembahasan kognitif terkait informan AR ada beberapa poin yang bisa dibahas yaitu Informan yang mampu mengatur keuangan dengan baik menunjukkan kemampuan kognitif yang tinggi, seperti kemampuan perencanaan, pengambilan keputusan yang bijaksana. Informan AR memiliki hubungan sosial yang lebih baik karena minimnya masalah yang bisa mempengaruhi interaksi sosial. Selain itu kurangnya dukungan dari keluarga disimpulkan bahwa kognitif informan dalam mengatur keuangan tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu tetapi juga oleh beban psikologis dan faktor-faktor eksternal seperti dukungan sosial.

Aspek afektif adalah bagian dari kehidupan emosional seseorang yang turut memengaruhi perilaku, persepsi, dan respon terhadap situasi tertentu. Kepuasan Emosional dari informan AR yaitu bertemu dengan siswanya yang dapat memberikan kepuasan emosional yang besar, terutama ketika melihat mereka berkembang dan belajar dengan

baik. Hal ini bisa meningkatkan suasana hati secara positif dan memperkuat motivasi untuk terus berdedikasi dalam pekerjaan. Di sisi lain, terdapat ketidakpastian terkait suasana hati dan beban kerja yang cukup besar terhadap informan AR. Misalnya, harus menggantikan tugas kepala sekolah atau menangani administrasi yang kompleks bisa menimbulkan stres dan kecemasan. Hal ini dapat berdampak negatif suasana hati dan mengurangi kualitas interaksi dengan siswa. Adapun salah satu beban dalam pekerjaan guru adalah kurangnya pendapatan. Jika pendapatan tidak mencukupi atau tidak sebanding dengan beban kerja dan tanggung jawab yang dimiliki, hal ini bisa menimbulkan stres, kecemasan, atau bahkan rasa tidak puas secara emosional. Dapat disimpulkan aspek afektif dalam kehidupan seseorang mempengaruhi perilaku, resepsi dan respon terhadap situasi tertentu. Kepuasan informan AR terkait dengan bertemu siswa yang berkembang baik. Namun beban kerja yang tinggi dan ketidakpastian dapat menyebabkan stress dan kecemasan, salah satu dalam pekerjaan adalah kurangnya pendapatan yang tidak sebanding dengan tanggung jawab.

Informan Kedua (IL)

Kemampuan informan IL dalam mengatur keuangan dengan baik sesuai dengan kebutuhan dan pengeluarannya menunjukkan kemampuan pengolahan pendapat dengan baik. Kognitif informan juga tercermin dari hubungannya yang terjalin harmonis dengan rekan kerja dan keluarga. Informan juga memiliki kendala atau adanya perasaan terbebani saat memiliki tugas dengan tengat waktu

yang dekat menunjukkan bahwa informan mungkin mengalami tekanan atau kesulitan dalam mengelola waktu dan stress. Selain itu pada aspek afektif mengacu pada perasaan, emosi, dan motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas atau menghadapi situasi tertentu. Informan IL merasa bahagia dalam menggeluti pekerjaannya ditunjukkan dengan informan IL merasa senang ketika bertemu dengan siswa dan melakukan aktivitas disekolah. Hal ini menunjukkan adanya perasaan positif dan kepuasan emosional yang diperoleh dari interaksi dengan siswa, yang dapat meningkatkan motivasi dan kesejahteraan secara keseluruhan. Informan juga merasakan bahwa pekerjaannya berjalan lancar dan bahagia. Meskipun demikian, adanya perasaan negatif terkait dengan gaji yang kecil dapat memengaruhi aspek afektif informan. Hal ini dapat menciptakan perasaan tidak puas, kekhawatiran, atau keinginan untuk meningkatkan situasi finansial. Meskipun menghadapi tantangan terkait gaji kecil, informan tetap bertahan karena memiliki motivasi untuk mengikuti pengangkatan guru. Ini menunjukkan adanya motivasi intrinsik yang kuat, seperti keinginan untuk mengembangkan karir atau mencapai tujuan pribadi.

Secara keseluruhan, informan menunjukkan kemampuan kognitif yang baik dalam banyak aspek kehidupan, tetapi masih perlu mengelola stres dan tekanan dengan lebih efektif untuk meningkatkan kinerja kognitifnya secara konsisten. Untuk aspek afektif informan mencakup perasaan senang dan bahagia dalam pekerjaan, pengaruh suasana hati positif, tantangan terkait gaji, motivasi

intrinsik yang kuat, dan pengaruh positif dari hubungan keluarga dalam pengalaman kerja dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Informan Ketiga (RS)

Dari aspek kognitif yang dijelaskan, beberapa poin yang dapat menggambarkan mengenai kemampuan informan dalam mengelola keuangan secara baik ditunjukkan dengan adanya kognisi yang matang dalam perencanaan keuangan, pengelolaan anggaran, dan pemahaman tentang pentingnya kestabilan finansial. Pada kategori manajemen waktu informan mampu membagi waktu secara efektif antara kehidupan pribadi dan kehidupan sebagai guru honor dengan seimbang, serta memprioritaskan tugas-tugas yang berkaitan dengan sekolah.

Selain itu informan juga mencerminkan hubungannya yang baik dengan rekan kerja, yang menunjukkan kemampuan untuk berkomunikasi, bekerja sama, dan membangun hubungan interpersonal yang positif. Adanya masalah terkait gaji yang menjadi perdebatan dalam keluarga dapat menunjukkan adanya ketegangan emosional dan tekanan psikologis, namun juga memperlihatkan pemahaman kognitif tentang pentingnya stabilitas keuangan dalam kehidupan keluarga. Dalam konteks aspek afektif, beberapa poin yang dapat dibahas adalah motivasi dan kepuasan dari pekerjaan informan merasa senang dengan pekerjaannya karena memiliki harapan dari keluarga dan motivasi untuk mengikuti pengangkatan guru. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan tujuan karir dapat menjadi sumber motivasi dan kepuasan dalam

pekerjaan. Suasana hati yang positif membuat informan merasa bahagia dalam melakukan pekerjaannya, terutama ketika bertemu dengan para siswa yang membuatnya senang. Keluarga juga menjadi faktor penting dalam pengalaman kerja informan karena memberikan dukungan emosional dan motivasi.

Secara keseluruhan, aspek kognitif informan mencakup kemampuan dalam manajemen keuangan, pembagian waktu yang efektif, hubungan yang baik dengan rekan kerja, pemahaman tentang tantangan dalam kehidupan keluarga, kebutuhan akan aktivitas yang menyenangkan, dan tantangan terkait dengan interaksi dengan siswa yang bermasalah. Dalam menghadapi tantangan-tantangan ini, penting untuk mengembangkan strategi dan dukungan yang sesuai untuk meningkatkan kesejahteraan dan kinerja kognitif informan. Terlihat juga bahwa aspek afektif informan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti motivasi, dukungan keluarga, suasana hati positif, interaksi dengan siswa, dan ketidakpuasan terkait dengan pendapatan. Penting untuk memahami bagaimana faktor-faktor ini saling berinteraksi dan memengaruhi kesejahteraan emosional dan motivasi informan dalam menjalani pekerjaannya.

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Informan AR memiliki aspek kognitif yang baik dalam mengatur keuangan yang di pengaruhi oleh beban psikologis dan faktor eksternal seperti dukungan sosial. Sedangkan pada aspek afektif memiliki relasi yang baik dan juga terdapat beban kerja yang tidak sesuai dengan pendapatan

2. Informan IL memiliki aspek kognitif yang menunjukkan kemampuan kognitif yang baik, tetapi masih perlu mengolah stress dan tekanan dengan lebih efektif sedangkan pada aspek afektif informan memiliki suasana hati positif dari hubungan keluarga selain itu terdapat tantangan terkait gaji.

3. Informan RS memiliki aspek kognitif yang mencakup kemampuan dalam manajemen keuangan, pembagian waktu yang efektif dan hubungan yang baik dengan lingkungan sosial. Sedangkan pada aspek afektif informan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti motivasi, dukungan dari keluarga dan ketidakpuasan terkait pendapatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian aspek kognitif dan afektif pada ketiga informan, diketahui pendeskripsian gambaran mengenai subjective well being pada aspek kognitif yaitu informan-informan mampu mengelola kondisi yang mereka hadapi walaupun terdapat kendala pada kondisi tertentu yang membuat informan-informan kehilangan motivasi seperti ketidakpuasan untuk gaji yang diterima, namun hal ini tidak menjadikan para informan putus asa dalam menggeluti pekerjaannya karena terdapat motivasi eksternal dan internal seperti dukungan dari keluarga dan bertemu para siswa yang membuat mereka bersemangat yang selalu mendorong mereka untuk menjalani pekerjaannya sesuai dengan tanggung jawabnya. Disisi lain, pada aspek afektif perubahan emosi sering dirasakan oleh informan baik dari segi relasi, kebutuhan ekonomi dan pekerjaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Carr, D. (2004). The desire to date and remarry among older widows and widowers. In *Journal of Marriage and Family*. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00078.x>
- Compton, W. C. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. Thomson Wadsworth.
- Creswell, J. W. (2003). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Diener, E. (2013). The Remarkable Changes in the Science of Subjective Well-Being. *Perspectives on Psychological Science*. <https://doi.org/10.1177/1745691613507583>
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Luthans, Fred, 2006. *Organizational Behaviour*. Tenth Edition. McGraw-Hill. Companies Inc.
- Miles, MB and AM Huberman. (1992). *Qualitative Data Analysis: A Sourcebook of New Methods*. Sage: Beverly Hills.
- Moleong, L.(2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Munandar. (2008). *Psikologi Industri dan Organisasi* Original. UI PRESS.
- Rahasia, T. R. Z. ., Lumapow, H. R. ., &

- Sengkey, M. M. (2024). Hubungan Stres Akademik Dengan Subjective Well Being Pada Mahasiswa Psikologi Yang Mengikuti Program Mbkm Mandiri. *Psikopedia*, 5(2), 57-66.
<https://doi.org/10.53682/Pj.V5i2.9095>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire. Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life.
- Veenhoven, R. (2011). Greater Happiness for a Greater Number: Is That Possible? If So, How? In *Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward*.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195373585.003.0026>