

Hubungan antara kebahagiaan dengana kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal

by Turnitin

Submission date: 19-Aug-2025 09:30AM (UTC+0300)

Submission ID: 2731770559

File name: WYJCYiC49MVyZBnMbjRF.pdf (769.61K)

Word count: 7184

Character count: 46996

◀ BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Orang tua tunggal merupakan suami atau istri yang menjalani tanggung jawab sebagai orang tua seorang diri, mengasuh dan membesarkan anaknya tanpa adanya bantuan atau dukungan pasangan hidup. Kondisi ini dapat disebabkan karena adanya perceraian atau kematian pasangan. Orang tua tunggal bertanggung jawab penuh atas kehidupan mereka termasuk kehidupan anak-anaknya baik pemenuhan kebutuhan fisik, emosi, dan finansial. Hidup sebagai orang tua tunggal bisa menjadi tantangan karena harus mengatur banyak hal sekaligus, seperti bekerja, mengurus rumah, dan merawat anak-anak.

Salah satu faktor penyebab individu ⁷⁴ menjadi orang tua tunggal adalah karena kematian pasangan. Kehilangan orang yang dicintai karena kematian, terutama jika orang tersebut adalah pasangan hidup seringkali menimbulkan rasa sedih yang mendalam. Papalia (Nurfitri & Waringah, 2019) menjelaskan bahwa kehilangan seseorang yang dicintai dapat menyebabkan kesedihan yang mendalam, frustrasi, ⁵⁵ dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk pulih kembali. Hurlock (Sari, Ifdil & Yendi, 2019) juga menyatakan bahwa kehilangan pasangan hidup dalam pernikahan adalah suatu kenyataan yang tidak bisa dihindari.

Faktor lain yang menyebabkan individu menjadi orang tua tunggal juga ialah perceraian. Menurut Hayati dan Damaryanti (2020) perceraian adalah peristiwa dimana pasangan suami istri secara resmi berpisah dan memutuskan untuk tidak lagi menjalankan peran serta tanggung jawab sebagai suami istri. Penelitian ini juga menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan perceraian diantaranya yaitu, sering mengabaikan kewajiban, tidak adanya kedekatan emosional dengan pasangan dan anak, masalah finansial, kekerasan fisik, perselingkuhan, ketidakcocokan dalam hubungan, adanya keterlibatan campur

tangan dari pihak kerabat, kurangnya waktu bersama dan perhatian, serta tuntutan yang dirasa terlalu berat. .

² Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa pada tahun 2021, 10,25% perempuan berstatus cerai mati, sementara laki-laki hanya 2,66%, menunjukkan bahwa persentase perempuan yang cerai mati lebih tinggi. Pada tahun 2022, BPS mencatat ⁸² bahwa 12,72% kepala rumah tangga di Indonesia adalah perempuan, turun 1,66% dari 14,38% di tahun sebelumnya. Laporan tersebut juga menyebutkan bahwa ²⁶ kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334 pada tahun 2022, meningkat 15,31% dibandingkan dengan 447.743 kasus di tahun 2021.

Veronika, Azhar dan Sugma (2022) menyatakan bahwa perceraian dapat memberikan berbagai dampak pada perkembangan anak. Bagi sebagian anak perceraian orang tua bisa menjadi pengalaman yang penuh luka emosional karena ⁵⁰ merasa kehilangan kasih sayang dan perhatian dari kedua orang tuanya. Penelitian ini juga mengatakan terdapat juga anak yang mampu berkembang dengan ⁸³ baik secara sosial dan emosional setelah perceraian karena ⁹ anak tetap mendapatkan perhatian, perlindungan dan kasih sayang dari kedua orang tuanya. Meskipun begitu, ¹⁵ anak tetap menjadi pihak yang paling merasakan dampak emosional ketika orang tua memutuskan untuk bercerai.

Peneliti melakukan wawancara terhadap FT pada tanggal 11 Desember 2024 melalui via telepon. FT merupakan seorang single father selama 8 tahun. FT berpisah dengan pasangan dengan status cerai hidup dan kini ia hidup bersama satu orang anaknya. FT bercerita bahwa ia harus memperjuangkan, merawat dan membesarkan anaknya dan suatu ketika timbul sebuah pertanyaan dalam dirinya apakah ia akan mampu merawat anaknya. FT pernah berpikir untuk mengakhiri hidupnya dan ketika ia berupaya untuk melakukan bunuh diri, ia tersadar ketika membaca satu kisah tokoh yang mengutarakan bahwa seorang single father juga harus mampu menghidupi anak-anaknya dan membuat anak-anaknya berhasil.

Hal tersebutlah yang menyadarkan FT bahwa Tuhan itu baik dan tidak pernah meninggalkan anak nya. FT juga mengatakan pernah meninggalkan pekerjaannya demi menjaga anaknya. FT mendapatkan support dari orang tua, adik serta anaknya yang menjadi lebih bahagia, lebih kuat dan semangat dalam menjalani hidup sebagai single father.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap IS pada 11 Desember 2024 melalui via telpon, ia merupakan single mother kurang lebih 10 bulan dengan status cerai mati. IS hidup bersama dengan 4 orang anaknya dan ketika melahirkan anak ke-4 IS harus kehilangan suami nya yang meninggal dunia karena sakit. Selama ditinggal suami, IS merasa kesepian dan histeris karena tidak ada yang menemani sampai merasa putus asa dan ingin mengakhiri hidupnya. Awal menjalani hidup sebagai single mother IS berkata banyak kesulitan yang dialami, namun lama kelamaan kemudahan akan datang bermunculan seperti ketika IS harus menjaga anak bayi nya namun di sisi lain ia juga harus mencari nafkah. IS merasa sedih dan pasrah akan hal tersebut dan hanya bisa berdoa berserah pada Tuhan. Sampai suatu ketika tetangga IS menawarkan diri untuk mengasuh, merawat anak bayi nya dengan sukarela dan hal itu sangat membantu IS dalam melakukan pekerjaannya. Selama menjalani hidup sebagai single mother, IS mendapatkan dukungan baik psikis maupun finansial dari keluarga, tetangga, teman hingga orang lain yang tidak dikenal sebelumnya sampai kini menjadi sahabat IS dan hal itu membuat IS menjadi lebih kuat dan ada rasa kebahagiaan tersendiri ketika ia mendapatkan perhatian lebih dari orang sekitar nya.

Berdasarkan hasil wawancara dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis orang tua tunggal sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dari orang sekitar. Dukungan ini memberikan rasa aman, nyaman dan kebahagiaan bagi meeka. Penelitian yang dilakukan Woda & Pontoan (2024) juga mendukung hal ini, mereka menjelaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, tetangga, serta lembaga sosial berperan

penting dalam membantu single parent menghadapi berbagai tantangan. Responden dalam penelitian tersebut mengungkapkan bahwa betapa pentingnya keberadaan orang-orang disekitar yang dapat memberikan dukungan emosional, praktis dan moral dalam menghadapi situasi yang sulit. Hal tersebut akan mempengaruhi emosi atau kebahagiaan single parent ketika mendapat dukungan, perhatian dan kasih sayang dari orang terdekat.

Berdasarkan hasil wawancara di atas juga bahwa kesejahteraan psikologis di pengaruhi adanya religiusitas dimana orang tua tunggal selalu melibatkan dan berserah kepada Tuhan dalam kehidupan dan permasalahan yang mereka alami. Penelitian Syarafina dan Satriadi (2023) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa salah satu faktor kesejahteraan psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang adalah faktor religiusitas. Penelitian Stavrova, Fetschenhauer, dan Schlosser (Syarafina & Satriadi, 2023) menunjukkan bahwa individu yang religius cenderung merasa lebih bahagia dan puas dengan hidupnya dibandingkan dengan individu yang tidak religius. Menurut Dister (Rini, 2022) religiusitas adalah sikap batin individu dalam hubungannya dengan Tuhan yang berhubungan dengan totalitas pribadi manusia.

Penelitian Cahyani (2016) mengatakan orang yang memiliki keluarga lengkap tentu nya memiliki masalah dan kebutuhannya tersendiri, mereka bisa berbagi beban dengan pasangan, saling membantu dan menghadapi masalah bersama-sama sehingga akan terasa lebih ringan. Berbeda dengan orang tua tunggal, mereka harus harus menghadapi dan menyelesaikan masalah serta kebutuhan keluarga sendiri tanpa adanya dukungan dari pasangan. Penelitian literatur Amethysa dan Nur Eva (2021) menyatakan beberapa faktor yang bisa menjadi hambatan bagi orang tua tunggal antara lain perilaku anak yang sulit dikendalikan, masalah ekonomi, dan stigma sosial terhadap status janda atau duda. Kesejahteraan orang tua tunggal dilihat dari tercapainya kebutuhan keluarga, mulai dari kebutuhan ekonomi hingga kesejahteraan anak.

Penelitian Amethysa dan Nur Eva (2021) juga menyatakan bahwa orang tua tunggal, khususnya yang dialami oleh seorang ibu sering disebut sebagai ibu tunggal atau single mother. Selain kesejahteraan, ibu tunggal sering menghadapi berbagai kesulitan dan mengatasi masalah tersebut, ibu tunggal perlu memiliki kondisi psikologis yang baik, karena kesehatan mental yang baik akan mempengaruhi perilaku, pandangan hidup, dan emosi mereka dan penting untuk memahami kesejahteraan ibu tunggal secara menyeluruh. Menurut Amethysa dan Nur Eva (2021), ibu tunggal merasa sejahtera secara psikologis jika mereka bisa menerima diri apa adanya, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, bersikap mandiri, mampu mengendalikan lingkungan sekitar, tahu tujuan hidupnya, dan mengembangkan potensi diri. Penelitian ini juga menyebutkan faktor-faktor seperti status sosial ekonomi dan dukungan sosial yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Selain itu, ibu tunggal yang kehilangan pasangan karena kematian cenderung mengalami stres lebih berat dibandingkan yang bercerai.

Penelitian (Nurfitri & Waringah, 2019) menjelaskan bahwa perempuan yang menjadi ibu tunggal menghadapi banyak tantangan baru dalam hidup mereka karena mereka harus mengurus segalanya seorang diri. Maka dari itu, ibu tunggal atau single mother seringkali mengalami stress psikologis, emosional fisik serta kebutuhan untuk diri sendiri, menurut Kisworowat (Sari dkk., 2019). Salah satu masalah yang sering muncul adalah masalah finansial. Masalah finansial ini dapat mempengaruhi kebahagiaan dan kesejahteraan individu. Menurut Olson, Defrain, dan Skogrand (Nurfitri & Waringah, 2019) orang tua tunggal yang menghadapi permasalahan finansial cenderung lebih rentan mengalami depresi dan kurang percaya diri. Salah satu penyebabnya adalah karena penghasilan perempuan yang bekerja umumnya lebih rendah dibandingkan penghasilan laki-laki.

Seperti yang sudah dijelaskan Badan Pusat Statistik (BPS) diatas bahwa jumlah ayah tunggal jauh lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah ibu tunggal. Memiliki peran sebagai

pengasuh anak cukup sulit bagi seorang ayah dikarenakan ayah tidak banyak menghabiskan waktu dengan anak-anaknya dibandingkan dengan ibu. Putri dan Lestari (Lestari & Amaliana, 2020) menjelaskan bahwa di lingkungan masyarakat yang masih memegang teguh budaya patriarki, peran keluarga biasanya terbagi yakni ayah bertanggung jawab mencari nafkah, sedangkan ibu mengurus anak-anak dan tugas-tugas rumah lainnya. Maka dari itu, seringkali ayah dianggap kurang terlibat dalam merawat anak-anak atau menangani tugas rumah tangga. Brooks (Lestari & Amaliana, 2020) menyatakan bahwa ayah yang mendapat hak asuh sering mengalami banyak kesulitan saat merawat anak. Biasanya, stress muncul karena ayah harus menanggung semua tanggung jawab dalam mengasuh, apalagi jika mereka belum terbiasa memahami perasaan dan kebutuhan emosional anak terutama ketika mereka masih kecil.

Kesejahteraan psikologis biasa juga dikenal dengan *psychological well being*. Gracia dan Alandate (Rahama & Izzati, 2021) menyatakan bahwa *psychological well-being* adalah ketika individu merasa hidupnya bermakna dengan menerima diri sendiri, penguasaan lingkungan, hubungan interpersonal yang baik, berkembang secara pribadi dan otonomi atau kemandirian. Menurut penelitian Sukmana dan Hanami (2023) menyatakan bahwa kehilangan seseorang yang berharga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya *psychological well-being* sehingga sulit bagi individu untuk berkembang secara maksimal. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa orang dewasa yang janda karena perceraian atau kematian pasangan, cenderung memiliki *psychological well-being* lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang berstatus menikah.

Kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal mengacu pada kondisi mental dan emosional mereka. Menurut Pickhardt Octaviani, Herawati & Tyas (2018) keputusan menjadi orang tua tunggal bisa menyebabkan stres karena mereka harus menyesuaikan diri dengan perubahan, perasaan kehilangan, dan kesulitan menghadapi masalah. Hal ini

mencakup bagaimana orang tua tunggal menangani stres, kecemasan, dan tekanan saat merawat anak-anak tanpa bantuan pasangan. Suprihatin Pangestu dan Tohari (2024) menjelaskan bahwa stres pada orang tua tunggal adalah tekanan yang mereka alami akibat situasi sulit seperti perceraian atau kematian pasangan. Menurut Furnham (Primada & Fadhillah, 2016) kebahagiaan adalah bagian dari kesejahteraan, mencakup kepuasan hidup, dan bebas dari tekanan psikologis. Kebahagiaan memiliki pengaruh besar dan berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis menurut Demirbatir (Atikasari, 2021). Semakin tinggi kebahagiaan seseorang, semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat kebahagiaan seseorang, maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya.

Menurut Argyle (Prabowo & Laksmiwati, 2020) kebahagiaan adalah hal terpenting dalam kehidupan manusia dan ingin dirasakan semua orang dari berbagai umur. Seligman (Rienneke & Setianingrum, 2018) mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah tentang emosi positif dan aktivitas positif yang dirasakan tanpa adanya perasaan negatif. Taufik (Anggraheni, 2016) menyatakan terdapat penelitian yang mengungkap bahwa pernikahan memiliki peranan penting dalam meningkatkan kebahagiaan seseorang.

Pada penelitian (Anggraheni, 2016) mengatakan bahwa dalam kenyataannya, pernikahan tidak selalu membuat seseorang bahagia. Yang membuat bahagia ialah pernikahan yang sehat. Namun, pernikahan yang tidak sehat bisa menimbulkan dampak negatif dan mempengaruhi kesehatan secara fisik dan mental dan dapat berujung pada kegagalan pernikahan atau perceraian. Menurut Pollman-Schult (Azizah, Puspitawati & Herawati., 2022) ketidakbahagiaan keluarga tunggal seringkali disebabkan oleh masalah kehidupan pekerjaan, terlalu banyak tekanan sehingga memiliki tingkat stress yang tinggi, dan kurangnya waktu yang dihabiskan bersama antara orang tua dan anak.

Selain menghadapi kesulitan dalam hal ekonomi, keluarga tunggal juga sering mengalami masalah sosial seperti stigma negatif oleh masyarakat yang membuat keluarga tunggal merasa tidak bahagia, tidak puas, serta kesulitan menerima keadaan hidup mereka menurut Widyastuti & Fajarwati (Azizah dkk., 2022). Orang tua tunggal mungkin mengalami tantangan yang unik dalam menjalani peran ganda sebagai orang tua dan pengasuh. Meskipun mungkin ada tekanan dan stress yang terkait dengan tanggung jawab tersebut, kebahagiaan dapat tetap tercapai melalui rasa bangga dan kasih sayang terhadap anak-anak mereka, pencapaian pribadi, dan dukungan dari keluarga dan orang sekitar. Widyastuti & Fajarwati (Azizah dkk., 2022) meningkatkan kebahagiaan orang tua tunggal dapat melibatkan Upaya untuk memperkuat jaringan dukungan, mengelola stress dengan efektif, merawat kesehatan fisik dan mental, serta menemukan keseimbangan antara tanggung jawab keluarga dan kebutuhan pribadi.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti ingin lebih memahami dan mengkaji lebih dalam tentang kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal. Peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kebahagiaan dengan psychological well-being pada orang tua tunggal.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

C. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang psikologi klinis dan psikologi positif, terutama tentang hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

b. Manfaat Teoritis

1) Manfaat Bagi Peneliti

Dengan dilakukannya penelitian ini dapat mengembangkan keterampilan penelitian pada peneliti dan menerapkan ilmu yang sudah diterima selama di perkuliahan. Serta melatih kemampuan berpikir kritis dalam mengidentifikasi permasalahan terkait hubungan kebahagiaan terhadap kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

2) Manfaat Bagi Orang Tua Tunggal

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan informasi kepada orang tua tunggal terkait hubungan kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

3) Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menyumbangkan informasi tambahan bagi penelitian berikutnya yang memiliki ketertarikan pada variabel kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian ini digunakan guna sebagai pembeda dari penelitian terdahulu. Penelitian ini memiliki karakteristik yang hampir sama dalam segi topik penelitian, namun memiliki kriteria penelitian yang berbeda, seperti subjek, variabel penelitian dan metode yang digunakan. Berikut ini penelitian terkait dengan kebahagiaan dan psychological well-being pada orang tua tunggal.

Penelitian yang dilakukan oleh Pradana dan Kustanti (2017) menguji hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial suami dan kesejahteraan

psikologis ibu dengan anak autisme. Populasi yang diteliti adalah 117 ibu dari siswa SLB yang memiliki gangguan autisme. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster random sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamida dan Izzati (2022) menguji hubungan antara kepribadian hardiness dan kesejahteraan psikologis (psychological well-being). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kedua hal tersebut pada karyawan di instansi X. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampel jenuh yang melibatkan 60 karyawan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kepribadian hardiness dan kesejahteraan psikologis pada karyawan di instansi X.

Penelitian Kawuryan dan Pramono (2021) menguji hubungan antara optimisme dan keterlibatan mahasiswa (*student engagement*). Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kebahagiaan berdasarkan optimisme dan keterlibatan mahasiswa. Alat yang digunakan untuk mengukur dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan, skala optimisme, dan skala keterlibatan mahasiswa. Subjek penelitian ini adalah 147 mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara optimisme dan keterlibatan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Lengkang dan Saerang (2019) menguji hubungan antara kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kebahagiaan di tempat kerja mempengaruhi kinerja karyawan KFC di Manado. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini terdiri dari 45 karyawan KFC. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan KFC di Manado.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dan Ambarwati (2023) menguji hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada wanita single parent. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek penelitian berjumlah 40 orang yang dipilih dengan teknik cluster sampling dan insidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis..

1. Keaslian Topik

Penelitian oleh Pradana dan Kustanti (2017) tentang dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis pada ibu dengan anak autisme, Hamida dan Izzati (2022) tentang hubungan kepribadian hardiness dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan, Kawuryan dan Pramono (2021) tentang kebahagiaan mahasiswa dari optimisme dan keterlibatan, Lengkong dan Saerang (2019) tentang kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan KFC di Manado, serta Kurniawan dan Ambarwati (2023) tentang religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada wanita single parent di Kecamatan Juwana, menunjukkan bahwa penelitian ini berbeda karena fokusnya adalah "Hubungan antara Kebahagiaan dengan Kesejahteraan Psikologis pada Orang Tua Tunggal".

2. Keaslian Teori

Penelitian oleh Hamida dan Izzati (2022) mengacu pada teori Ryff dan Keyes (1995), sementara penelitian oleh Kawuryan dan Pramono (2021) mengacu pada teori Argyle (2001). Peneliti dalam studi ini menggunakan teori Ryff (1989) untuk variabel kesejahteraan psikologis dan teori Martin Seligman (2002) untuk variabel kebahagiaan.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini memanfaatkan alat ukur skala *psychological well being* yang dibuat oleh Razanah dan Savira (2023) dan akan dimodifikasi oleh peneliti sesuai

dengan teori Ryff (1989). Sedangkan skala kebahagiaan peneliti menggunakan alat ukur yang dibuat oleh Sabila dan Rosellawati, (2023) dan akan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan teori Martin Seligman (2002).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Karakteristik responden pada penelitian sebelumnya yaitu, remaja, mahasiswa, karyawan dan wanita *single parent*. Sedangkan penulis menggunakan subjek orang tua tunggal.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian yang sudah pernah dikaji terkait salah satu variabel yang serupa, sehingga terdapat perbedaan yaitu subjek penelitian yaitu orang tua tunggal, kemudian belum ada judul yang sama persis dengan peneliti terkait hubungan kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis orang tua tunggal. Penelitian ini juga merupakan penelitian yang asli dan murni dilakukan dengan harapan mampu memberikan manfaat pada berbagai pihak khususnya bagi orang tua tunggal.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini yang digunakan terdiri dari :

1. Variabel Tergantung (Y) : Kesejahteraan Psikologis
2. Variabel Bebas (X) : Kebahagiaan

B. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana seseorang mencapai potensi psikologis optimal, ditandai dengan penerimaan diri, tujuan hidup yang jelas, serta hubungan positif dengan orang lain. Individu dalam kondisi ini memiliki kemandirian, bisa mengatur lingkungan untuk mencapai tujuan, dan terus berkembang secara pribadi. Menurut Ryff (2013) terdapat 6 dimensi Kesejahteraan psikologis mencakup otonomi, penguasaan lingkungan, pengembangan diri, hubungan positif, serta tujuan hidup dan penerimaan diri.

2. Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah kondisi di mana individu mengalami emosi positif, seperti rasa senang, puas, dan damai, yang dihasilkan dari kegiatan atau aktivitas yang disukai dan memberikan kepuasan bagi individu tersebut. Menurut Seligman (2002), kebahagiaan terdiri dari tiga aspek: hidup yang menyenangkan, hidup yang bermakna, dan keterlibatan diri.

C. Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan orang tua tunggal sebagai subjek. Teknik pengumpulan data menggunakan *purposive sampling*, yaitu peneliti memilih subjek berdasarkan kriteria tertentu yang relevan sesuai dengan tujuan penelitian :

1. Orang tua tunggal (*single parent*)
2. Laki-laki dan perempuan

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kuantitatif untuk mengukur kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis responden. Data dikumpulkan melalui skala yang dibagikan lewat *google form*, di mana responden akan menjawab serangkaian pertanyaan. Penelitian ini menggunakan skala likert. Menurut Azwar (2022), skala likert adalah metode pengukuran untuk menilai pandangan atau opini seseorang dengan lima pilihan jawaban: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

Tabel 1.1 Penilaian Kuesioner

Kategori	Skor Favorable (F)	Skor Unfavorable (UF)
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang didasarkan pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Ryff (1998), yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala

ini kemudian dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan skala yang dikembangkan oleh Razanah dan Savira (2023). Modifikasi digunakan pada penelitian ini berupa penyesuaian item pernyataan dan modifikasi pilihan jawaban netral digunakan. Jumlah item *favorable* 25 dan 11 item *unfavorable* sehingga jumlah item pada skala ini yakni 36 item.

Tabel 1.1 *Blueprint Skala Psychological Well Being*

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor Item	Jumlah	Nomor Item	Jumlah
Penerimaan Diri	1,2,3,4		26,27	
Hubungan Positif Dengan Orang Lain	5,6,7,8,9		28	
Penguasaan Terhadap Lingkungan	10,11,12,13		29,30	
Otonomi	14,15,15,17		31,32	
Tujuan Hidup	18,19,20,21		33,34	
Pertumbuhan Pribadi	22,23,24,25		35,36	
Total		25		11

2. Skala kebahagiaan

Skala kebahagiaan pada penelitian ini menggunakan aspek dari ¹² Seligman (2002) yaitu, kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*), kehidupan yang bermakna (*meaningful life*), keterlibatan diri (*engaged life*). Kemudian peneliti melakukan modifikasi skala yang terbuat oleh Sabila, Rahmadhani, Rosellawati, Rahmadhani dan Latifah (2023). Modifikasi digunakan pada penelitian ini berupa penyesuaian item pernyataan dan modifikasi pilihan jawaban netral digunakan. Jumlah item favorable 14 dan 14 item unfavorable sehingga jumlah item pada skala ini yakni 28 item.

Tabel 1.1 *Blueprint* Kebahagiaan

Aspek	Butir Favorable	Jumlah	Butir Unfavorable	Jumlah
Kehidupan yang menyenangkan	2		2	
Kehidupan yang bermakna	2		2	
Keterlibatan diri	2		2	
Total		14		14

E. Metode Analisis Data

Proses pengolahan data terdiri dari dua langkah, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Sebelum menguji hipotesis, langkah pertama adalah melakukan beberapa uji asumsi berikut :

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data yang ada memiliki distribusi normal atau tidak. Data dianggap normal jika nilai signifikansinya lebih dari 0,05 (Sugiyono, 2019). Jika nilai sig lebih dari 0,05, data memenuhi syarat normalitas dan bisa dianalisis dengan metode statistik parametrik. Namun, jika nilai sig kurang dari 0,05, data dianggap tidak normal, sehingga analisis perlu menggunakan metode statistik *non-parametrik* yang lebih sesuai.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara kedua variabel berjalan secara lurus atau searah. Hubungan linear ini penting karena membantu memastikan bahwa analisis data dapat dilakukan dengan cara yang tepat dan valid. Uji ini dapat dilakukan menggunakan SPSS 26. Jika nilai p atau signifikansi deviasi dari linearitas lebih dari 0,05, maka variabel dianggap

memiliki hubungan linear. Sebaliknya, jika nilai tersebut kurang dari 0,05, hubungan dianggap tidak linear (Raharjo, 2013)

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian ini, uji yang digunakan adalah korelasi Pearson. Uji ini dianggap valid jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05. Jika uji asumsi tidak terpenuhi, peneliti akan menggunakan analisis *Spearman's Rank* untuk menguji hipotesis (Sudrajat, 2020).

F. Kredibilitas

1. Uji Validitas

Validitas dalam penelitian ini akan diuji dengan metode validitas isi untuk memastikan bahwa kuesioner yang digunakan sesuai dan dapat dipercaya. Validitas bertujuan untuk memastikan bahwa alat ukur yang dipakai benar-benar mengukur apa yang dimaksud, sehingga data yang diperoleh akurat dan sesuai dengan tujuan pengukuran. Pengukuran validitas dilakukan menggunakan Aiken's-V. Sebuah item dianggap valid jika nilai mendekati 1,00, dan semakin tinggi nilai tersebut, semakin baik validitasnya (Azwar, 2021). Koefisien validitas Aiken's-V dihitung dengan memberikan penilaian angka antara 1 (tidak relevan) hingga 5 (sangat relevan). Berikut merupakan rumus dari Aiken's-V : $V = \sum s / [n(c-1)]$

Keterangan :

s : r-lo

lo : nilai dengan tingkat validitas rendah

c : nilai dengan tingkat validitas paling tinggi

r : nilai yang akan diberikan oleh pakar atau ahli

n : jumlah pakar dan ahli yang memberikan nilai

2. Uji Reliabilitas

⁵ Alat ukur dianggap reliabel jika memberikan hasil yang konsisten pada setiap penggunaan pada orang yang sama atau jika hasilnya sama ketika diujikan berulang kali. Nilai Alpha Cronbach yang baik biasanya berada di kisaran antara 0,7 hingga 1,0. Jika nilainya dibawah 0,7, maka dugaan bisa jadi alat ukurnya yang kurang baik dan tidak bisa digunakan dalam penelitian. Jadi, reliabilitas dalam penelitian menjadi tinggi jika nilainya tinggi (Azwar, 2022).

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

²⁵ Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antara dua variabel: kebahagiaan sebagai penyebab (variabel independen) dan kesejahteraan psikologis sebagai akibatnya (variabel dependen). ⁵⁶ Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS Statistic Version 26 (Azwar, 2021).

2. Prosedur Penelitian

a. Tahap Awal

Tahap persiapan dimulai dengan memilih topik yang akan diteliti, diikuti dengan pencarian dan pembacaan literatur yang relevan mengenai variabel yang akan diteliti. Peneliti melakukan kajian teoritis terlebih dahulu dengan memeriksa jurnal dan buku untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang topik tersebut. Setelah itu melakukan bimbingan ke dosen pembimbing skripsi secara rutin untuk penyusunan bab 1 sampai dengan bab 3, sekaligus Menyusun skala untuk digunakan dalam pengambilan data .

Setelah proposal skripsi selesai disusun dan mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing skripsi, langkah selanjutnya ialah mengikuti sidang proposal

skripsi. Setelah itu, peneliti memverifikasi Kembali kuisisioner yang akan digunakan dan jumlah partisipan yang akan ikut serta ⁵¹ dalam penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan skala, yaitu metode pengumpulan data yang melibatkan pernyataan untuk menggambarkan atribut tertentu berdasarkan respon dari responden. ⁹ Skala yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sehingga kuesioner yang disebarkan dapat dipastikan valid dan reliabel. Kuesioner disebarkan melalui *google form*. Kriteria subjek yang mengisi kuesioner adalah ⁷³ orang tua tunggal, baik laki-laki maupun perempuan. ⁸⁰ Setelah data terkumpul, langkah berikutnya adalah melakukan analisis menggunakan SPSS 26.

c. Tahap Akhir dan Evaluasi

Pada tahap akhir, peneliti telah mengumpulkan data dan menganalisisnya. Analisis mencakup uji normalitas untuk menilai distribusi data, uji linearitas untuk memeriksa hubungan linear antar variabel, serta ⁵⁴ pengujian hipotesis untuk mengetahui kebenaran uji asumsi yang diajukan dalam penelitian variabel, serta pengujian hipotesis untuk menguji kebenaran asumsi yang diajukan dalam ⁶³ penelitian.

BAB IV

ORIENTASI KANCAH DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah dan dan Persiapan

1. Orientasi Kancah

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 Juni hingga 9 Juli 2025. Peneliti menggunakan google form untuk pengambilan data yang disebarluaskan melalui platform media sosial tiktok, whatsapp, serta instagram. Penyebaran meliputi 27 provinsi, termasuk Kalimantan Barat, Kalimantan Selatan, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, DKI Jakarta, dan Nusa Tenggara Barat. Sebanyak 20 provinsi tidak termasuk dalam penelitian ini atau laporan mengenai subjek orang tua tunggal.

Google form yang disebar melalui platform media sosial mencakup beberapa bagian, yaitu persetujuan yang diinformasikan informed consent, identitas diri, kuisisioner mengenai kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan, serta bagian penutup. Penelitian ini khusus ditujukan bagi subjek orang tua tunggal.

2. Persiapan Penelitian

Langkah yang dilakukan sebelum peneliti memulai pengumpulan data, diantaranya :

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi pada penelitian ini yaitu menetapkan subjek yang akan berpartisipasi pada penelitian ini. Kriteria partisipan yang digunakan berupa orang tua tunggal atau *single parent* di Indonesia. Pengambilan data dilakukan secara online dengan memanfaatkan bantuan google form yang nantinya akan disebarluaskan melalui media sosial, sehingga peneliti tidak perlu memiliki perizinan dari instansi, akan tetapi peneliti menyediakan informed consent pada halaman

depan untuk responden isi sebagai persetujuan responden untuk terlibat dalam penelitian. Hal tersebut dilakukan sesuai dengan kode etik penelitian.

⁴⁵
b. Persiapan Alat Ukur

Alat ukur menggunakan dua skala yaitu ⁵ skala Kesejahteraan Psikologis dan skala Kebahagiaan.

1) Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala kesejahteraan psikologis yang digunakan disusun oleh peneliti menggunakan teori ⁴ Ryff (1989), yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Kemudian peneliti melakukan modifikasi dari skala yang telah dibuat oleh Razanah dan Savira (2023) yaitu menyesuaikan item dengan kriteria subjek sesuai kebutuhan peneliti. Jumlah item awal 21 item kemudian peneliti melakukan *expert judgment*. *Expert judgment* ini ditujukan pada 10 expert, setelah melakukan expert, peneliti melakukan uji validitas menggunakan *Aikens-V* dan tidak ada item yang gugur. Kemudian peneliti melakukan tryout pada orang tua tunggal dan setelah melakukan tryout peneliti melakukan uji reliabilitas dan terdapat 1 aitem yang gugur pada variabel kesejahteraan psikologi dimensi otonomi yaitu item 14 sehingga tersisa 20 item yang digunakan untuk penelitian.

2) Skala Kebahagiaan

Skala kebahagiaan yang digunakan disusun oleh peneliti menggunakan teori ¹² Seligman (2002) yaitu kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*), kehidupan yang bermakna (*meaningful life*), keterlibatan diri (*engaged life*). Kemudian peneliti melakukan modifikasi dari skala yang telah dibuat oleh Sabila, Rahmadhani, Rosellawati, dan Latifah (2023) yaitu

menyesuaikan item dengan kriteria subjek sesuai kebutuhan peneliti. Jumlah item awal 28 item kemudian peneliti melakukan *expert judgment*, expert ditujukan pada 10 expert. Setelah melakukan expert, peneliti melakukan uji validitas menggunakan *Aikens-V* tetapi tidak terdapat item yang gugur dan peneliti melakukan try out skala kebahagiaan pada subjek orang tua tunggal. Setelah melakukan try out peneliti melakukan uji reliabilitas dan terdapat 7 item yang gugur yaitu item 2,6,8,12,14,16, dan 20 sehingga tersisa 21 item yang digunakan untuk penelitian.

c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Sebelum digunakan untuk mengumpulkan data, alat ukur penelitian diuji terlebih dahulu untuk memverifikasi validitas dan reliabilitasnya. Pada tanggal 17 Juni 2025, peneliti menguji alat ukur tersebut pada 150 subjek yang memenuhi kriteria penelitian. Menurut Sugiyono (2016), jumlah minimal subjek yang diperlukan untuk uji coba skala adalah 30. Setelah dilakukan uji coba, alat ukur kemudian dianalisis validitas dan reliabilitasnya menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26.

d. Hasil Analisis Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Hasil dari pengujian dan analisis alat ukur diantaranya :

1) Skala Kesejahteraan Psikologis

Hasil uji coba skala kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa dari keseluruhan item, terdapat 1 item yang gugur dan 20 item dinyatakan valid atau reliabel. Item yang tidak valid adalah 14 pada dimensi otonomi. Nilai validitas item pada dimensi 1 yaitu bergerak dari 0,366-0,636 dengan nilai *Alpha Cronbach* untuk dimensi 0,707, nilai validitas dimensi 2 bergerak dari 0,724-0,824 dengan nilai *Alpha*

Cronbach 0,905, nilai validitas dimensi 3 bergerak dari 0,346-0,755 dengan nilai *Alpha Cronbach* dimensi 0,745, nilai validitas dimensi 4 bergerak dari 0,820-0,820 dengan nilai *Alpha Cronbach* dimensi 0,880, nilai validitas dimensi 5 bergerak dari 0,680-0,804 dengan nilai *Alpha Cronbach* dimensi 0,865, dan nilai validitas dimensi 6 bergerak dari 0,512-0,665 dengan nilai *Alpha Cronbach* dimensi 0,759.

☒ Tabel 4. 1. Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Uji Coba

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor Item	Jumlah	Nomor Item	Jumlah
Penerimaan Diri	1,2	2	3	1
Hubungan Positif Dengan Orang Lain	4,6	2	5,7	2
Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	8,9,11,12	4	10	1
Otonomi	13, 15	2		-
Tujuan Hidup	16,17,18,	3		-
Pertumbuhan Pribadi	20,21	2	19	1
Total		15		5

2) Skala Kebahagiaan

Hasil uji coba skala kebahagiaan mengungkapkan terdapat 21 item dinyatakan valid dan reliabel, sedangkan terdapat 7 item yang gugur yaitu item 2,6,8,12,14,16, dan 20 dengan nilai koefisien validitas bergerak dari 0,309-0,600, nilai *Alpha Cronbach* yakni 0,877.

Tabel 4. 2. Blueprint Skala Kebahagiaan Setelah uji Coba

Aspek	Butir Favorable	Jumlah	Butir Unfavorable	Jumlah
	Nomor Item		Nomor Item	
Kehidupan Yang Menyenangkan (<i>pleasant life</i>)	1,5,	2	3,4,7,	3
Kehidupan Yang Bermakna (<i>meaningful life</i>)	9,10,13	3	11,15	2
Keterlibatan Diri (<i>engaged life</i>)	17,18,21,22,25,26,	6	19,23,24,27,28	5
Total		11		10

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti mulai menyebarkan *google form* pada tanggal 24 Juni hingga 9 Juli 2025. *Google form* tersebut berisi *informed consent*, identitas diri, kuisioner mengenai kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan serta penutup. Peneliti menyebarkan tautan *google form* dengan memanfaatkan media sosial seperti *whatsapp*, *instagram* serta *tiktok* dengan kriteria responden yang berpartisipasi dalam peneliti adalah orang tua tunggal di Indonesia.

Terdapat kuisioner dari setiap skala dan petunjuk untuk mengisi di halaman *google form*, untuk membantu peserta mengisi formulir secara akurat dan efisien. Peneliti juga mencantumkan bahwa tidak ada unsur paksaan dalam pengisian kuisioner, oleh karena itu responden tidak berkewajiban untuk mengisi jika mereka tidak bersedia. Kemudian peneliti memantau kuisioner yang telah disebarkan untuk memastikan jumlah target peneliti apakah sudah terpenuhi dan didapatkan 84 responden.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

⁵⁹ Berdasarkan data hasil penyebaran kuesioner online melalui *google form*, terkumpul 84 responden yang telah mengisi kuesioner. Rincian lengkap mengenai profil para responden dapat ditemukan pada tabel berikut:

Tabel 4. 3. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase
Laki-laki	23	27,3%
Perempuan	61	72,6%
Total	84	100%

Berdasarkan data di atas tentang jenis kelamin responden, terlihat bahwa hanya ada 23 responden laki-laki yang berpartisipasi dalam penelitian, yang merupakan 27,3% dari total. Angka ini sangat kecil dibandingkan dengan jumlah responden perempuan yang mencapai 61 orang atau 72,6% dari total.

Tabel 4. 4. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Provinsi

Provinsi	N	Persentase (%)
Kalimantan Barat	74	88%
Kalimantan Selatan	1	1,1%
Jawa Timur	1	1,1%
Jawa Tengah	2	2,3%
Jawa Barat	1	1,1%
DKI Jakarta	1	1,1%
Nusa Tenggara Barat	4	4,7%
Total	84	100%

Berdasarkan tabel di atas mengenai provinsi asal responden penelitian, diketahui jumlah responden dari provinsi ⁶¹ Kalimantan Selatan, Jawa Timur, Jawa Barat, dan DKI Jakarta memiliki jumlah responden yang sama yaitu 1 responden masing-masing provinsi dengan persentase 1,1%. Selanjutnya pada provinsi Jawa Tengah memiliki jumlah 2 responden dengan persentase 2,3%, Nusa Tenggara Barat dengan jumlah 4 responden dengan persentase 4,7%, dan Kalimantan barat dengan jumlah responden 74 dengan persentase 88%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data dalam penelitian digunakan untuk memperoleh gambaran yang lebih lengkap dari data yang dikumpulkan oleh peneliti, sehingga membantu dalam menafsirkan data tersebut dengan lebih mudah.

Tabel 4. 5. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Kebahagiaan	21	105	63	14	62	88	75,89	5,33
Penerimaan Diri	3	15	9	2	7	15	10,67	1,64
Hubungan Positif dengan Orang Lain	4	20	12	2,6	10	18	14,53	1,94
Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	5	25	15	3,3	15	23	18,82	1,68
Otonomi	2	10	6	1,3	5	10	7,61	1,20
Tujuan Hidup	3	15	9	2	9	15	12,41	1,34
Pertumbuhan Pribadi	3	15	9	2	6	14	9,95	1,64

Keterangan :
Skor hipotetik : diperoleh berdasarkan skala
Skor empirik : diperoleh berdasarkan dari hasil penelitian

Berdasarkan tabel sebelumnya mengenai deskripsi penelitian, deskripsi data digunakan untuk mengelompokkan skor responden dalam variabel penelitian. Tujuannya adalah untuk mengkategorisasikan individu ke dalam kelompok berdasarkan tingkat atribut yang diukur (Azwar, 2019). Kategorisasi ini didasarkan pada rumus norma berikut ini:

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1	Sangat Rendah	$X < M - 1,8 \sigma$
2	Rendah	$M - 1,8 \sigma \leq X < M - 0,6 \sigma$
3	Sedang	$M - 0,6 \sigma \leq X < M + 0,6 \sigma$
4	Tinggi	$M + 0,6 \sigma \leq X < M + 1,8 \sigma$
5	Sangat Tinggi	$X > M + 1,8 \sigma$

Keterangan :
 X : total skor
 M : rata-rata
 σ : standar deviasi

Berdasarkan rumus norma kategorisasi di atas, langkah selanjutnya adalah mengelompokkan responden ke dalam lima kategori. Berikut adalah hasilnya :

Variabel	Kategorisasi				
	Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
Kebahagiaan	$X < 37,8$	$37,8 \leq X < 54,6$	$54,6 \leq X < 71,4$	$71,4 \leq X < 88,2$	$X > 88,2$
Penerimaan Diri	$X < 5,4$	$5,4 \leq X < 7,8$	$7,8 \leq X < 10,2$	$10,2 \leq X < 12,6$	$X > 12,6$
Hubungan Positif dengan Orang Lain	$X < 7,32$	$7,32 \leq X < 10,44$	$10,44 \leq X < 13,56$	$13,56 \leq X < 16,68$	$X > 16,68$
Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	$X < 9,06$	$9,06 \leq X < 13,02$	$13,02 \leq X < 16,98$	$16,98 \leq X < 20,94$	$X > 20,94$
Otonomi	$X < 3,66$	$3,66 \leq X < 5,22$	$5,22 \leq X < 6,78$	$6,78 \leq X < 8,34$	$X > 8,34$
Tujuan Hidup	$X < 5,4$	$5,4 \leq X < 7,8$	$7,8 \leq X < 10,2$	$10,2 \leq X < 12,6$	$X > 12,6$
Pertumbuhan Pribadi	$X < 5,4$	$5,4 \leq X < 7,8$	$7,8 \leq X < 10,2$	$10,2 \leq X < 12,6$	$X > 12,6$

Tabel 4. 8. Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Variabel	Kategorisasi/									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Kebahagiaan	-	-	-	-	19	22,6%	65	77,4%	-	-
Penerimaan Diri	-	-	2	2,4%	35	41,7%	38	45,2%	9	10,7%
Hubungan Positif dengan Orang Lain	-	-	-	-	22	26,2%	49	59,3%	13	15,5%
Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	-	-	-	-	7	8,3%	63	75%	14	16,7%
Otonomi	-	-	3	3,6%	14	16,7%	50	59,5%	17	20,2%
Tujuan Hidup	-	-	-	-	7	8,3%	44	52,4%	33	39,3%
Pertumbuhan Pribadi	-	-	8	9,5%	45	53,6%	26	31%	5	6%

Berdasarkan hasil kategorisasi data pada Tabel 4.8, diketahui bahwa sebagian besar responden menunjukkan tingkat kebahagiaan yang tinggi, yakni sebesar 77,4%, sedangkan 22,6% berada dalam kategori sedang, tanpa ada responden pada kategori sangat rendah, rendah, maupun sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori yang positif. Pada dimensi penerimaan diri, mayoritas responden berada dalam kategori tinggi (45,2%) dan sedang (41,7%), sementara 10,7% tergolong sangat tinggi dan hanya 2,4% yang rendah, yang mengindikasikan bahwa penerimaan terhadap diri sendiri tergolong baik di kalangan responden.

Selanjutnya, dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain, 59,3% responden berada pada kategori tinggi dan 15,5% pada kategori sangat tinggi, sementara sisanya berada di kategori sedang (26,2%). Tidak ditemukan responden dalam kategori rendah atau sangat rendah, yang menunjukkan kualitas hubungan interpersonal responden cenderung positif. Pada dimensi penguasaan terhadap lingkungan hidup, distribusi cenderung sangat positif, dengan 75% responden berada

dalam kategori tinggi dan 16,7% pada kategori sangat tinggi, serta hanya 8,3% dalam kategori sedang. Ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden merasa mampu mengatur dan merespons lingkungannya dengan baik.

Dimensi otonomi menunjukkan bahwa 59,5% responden memiliki tingkat otonomi yang tinggi dan 20,2% tergolong sangat tinggi. Meskipun demikian, terdapat 16,7% dalam kategori sedang dan 3,6% dalam kategori rendah, yang menunjukkan adanya keragaman dalam kemampuan mengambil keputusan secara mandiri. Pada dimensi tujuan hidup, lebih dari separuh responden berada dalam kategori tinggi (52,4%), dan 39,3% bahkan dalam kategori sangat tinggi, sedangkan hanya 8,3% yang tergolong sedang. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden memiliki arah dan makna hidup yang kuat.

Terakhir, pada dimensi pertumbuhan pribadi, sebanyak 53,6% responden berada dalam kategori sedang, 31% dalam kategori tinggi, dan 6% dalam kategori sangat tinggi. Namun, ditemukan pula 9,5% responden dalam kategori rendah, yang menunjukkan bahwa aspek pertumbuhan pribadi menjadi dimensi yang paling bervariasi dan mungkin memerlukan perhatian khusus dalam pengembangan ke depan. Secara keseluruhan, data ini menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis yang relatif baik pada responden, dengan beberapa aspek yang dapat dioptimalkan lebih lanjut.

3. Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi ini meliputi uji normalitas dan uji linearitas, yang keduanya saling berkaitan. Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data yang diperoleh memiliki distribusi normal, sedangkan uji linearitas digunakan untuk mengevaluasi apakah hubungan antara dua variabel bersifat linear atau tidak.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengecek apakah data penelitian memiliki distribusi normal. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26 dan metode Kolmogrov-Smirnov Test. Jika nilai signifikansi (Sig) yang didapat lebih dari 0,05, maka data dianggap memiliki distribusi normal, (Sugiyono, 2019).

Tabel 4. 9. Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov

Variabel	Sig.	Interpretasi
Kebahagiaan	0,083	Terdistribusi Normal
Penerimaan Diri	0,001	Terdistribusi Tidak Normal
Hubungan Positif dengan Orang Lain	0,001	Terdistribusi Tidak Normal
Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	0,000	Terdistribusi Tidak Normal
Otonomi	0,000	Terdistribusi Tidak Normal
Tujuan Hidup	0,000	Terdistribusi Tidak Normal
Pertumbuhan Pribadi	0,000	Terdistribusi Tidak Normal

Berdasarkan hasil normalitas yang telah dilakukan, maka diperoleh nilai Sig 0,083 dari variabel kebahagiaan, selanjutnya nilai Sig 0,001 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi penerimaan diri, kemudian nilai Sig 0,001 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi hubungan positif dengan orang lain, selanjutnya nilai Sig 0,000 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi penguasaan terhadap lingkungan hidup, selanjutnya nilai Sig 0,000 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi otonomi, selanjutnya nilai Sig 0,000 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi tujuan hidup, dan nilai Sig 0,000 dari variabel kesejahteraan psikologis dimensi pertumbuhan pribadi. Sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data pada penelitian adalah terdistribusi normal pada variabel kebahagiaan dan terdistribusi tidak normal pada variabel kesejahteraan psikologis

dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan terhadap lingkungan hidup, otonomi, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear antara dua variabel, untuk analisis data dalam penelitian ini, keberadaan hubungan linear dianggap penting. Uji linearitas dapat dilakukan menggunakan SPSS 26. Jika nilai p atau signifikansi deviasi dari linearitas $< 0,05$, maka hubungan dianggap tidak linear (Raharjo, 2013).

Tabel 4. 10. Hasil Uji Linearitas

Variabel	P (Deviation from Linearity)	R (Linearity)	Interpretasi
Kebahagiaan*Penerimaan Diri	0,925	0,099	Linear(tidak ideal)
Kebahagiaan*Hubungan Positif dengan Orang Lain	0,012	0,000	Linear (tidak ideal)
Kebahagiaan*Penguasaan Terhadap Lingkungan Hidup	0,635	0,000	Linear (ideal)
Kebahagiaan*Otonomi	0,172	0,541	Linear (tidak ideal)
Kebahagiaan*Tujuan Hidup	0,994	0,000	Linear (ideal)
Kebahagiaan*Pertumbuhan Pribadi	0,079	0,000	Linear (ideal)

Berdasarkan uji linearitas pada tabel di atas, terlihat bahwa kebahagiaan dengan dengan penerimaan diri memiliki nilai P dalam deviation from linearity sebesar 0,925, pada variabel kebahagiaan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain mendapatkan nilai p sebesar 0,012, pada variabel kebahagiaan dengan dimensi penguasaan terhadap lingkungan hidup mendapatkan nilai p sebesar 0,635, pada variabel kebahagiaan dengan dimensi otonomi mendapatkan nilai p sebesar 0,172, pada variabel kebahagiaan dengan dimensi tujuan hidup mendapatkan nilai p sebesar 0,994, dan pada variabel kebahagiaan dengan pertumbuhan pribadi

mendapatkan nilai p sebesar 0,079. Hasil uji linearitas dikatakan linear karena mendapatkan nilai $p > 0,05$.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan teknik *spearman rank* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis, hipotesis dianggap diterima jika nilai $p < 0,05$ (Sugiyono, 2019).

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Kesejahteraan Psikologis	0,496	0,000	Terdapat hubungan positif

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,496 dan nilai p 0,000 yang berarti nilai ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif antara variabel kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 12. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 1

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Penerimaan Diri	0,199	0,069	Tidak terdapat hubungan

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai variabel kebahagiaan dengan dimensi penerimaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan, ditunjukkan oleh nilai r sebesar 0,199 dan nilai p 0,069 sehingga hipotesis tidak terdapat hubungan kebahagiaan dengan dimensi penerimaan diri pada variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 13. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 2

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Hubungan Positif dengan Orang Lain	0,443	0,000	Terdapat hubungan positif

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,443 dan nilai p 0,000 yang berarti nilai ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif antara variabel kebahagiaan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain pada variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 14. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 3

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Penguasaan Terhadap Lingkungan	0,495	0,000	Terdapat hubungan positif

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan dimensi kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,495 dan nilai p 0,000 yang berarti nilai ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif antara variabel kebahagiaan dengan dimensi penguasaan terhadap lingkungan pada variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 15. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 4

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Otonomi	0,028	0,798	Tidak terdapat hubungan

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan dimensi otonomi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,028 dan nilai p 0,798 sehingga hipotesis tidak terdapat hubungan antara variabel kebahagiaan dengan dimensi otonomi pada variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 16. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 5

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Tujuan Hidup	0,434	0,000	Terdapat hubungan positif

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan dimensi tujuan hidup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,434 dan nilai p 0,000 yang berarti nilai ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif antara variabel kebahagiaan dengan dimensi tujuan hidup pada variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. 17. Hasil Uji Hipotesis Kebahagiaan dengan Dimensi 6

Variabel	R	P	Interpretasi
Kebahagiaan*Pertumbuhan Pribadi	0,392	0,000	Terdapat hubungan positif

Spearman rank digunakan untuk menguji hipotesis mengenai kebahagiaan dengan dimensi pertumbuhan pribadi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, yang dibuktikan dengan nilai r sebesar 0,392 dan nilai p 0,000 yang berarti nilai ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima dan terdapat hubungan positif antara variabel kebahagiaan dengan dimensi pertumbuhan pribadi pada variabel kesejahteraan psikologis.

D. Pembahasan

Tujuan dari uji hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk melihat sejauh mana kebahagiaan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis dan berbagai dimensi kesejahteraan psikologis. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa kebahagiaan memiliki hubungan signifikan dengan kesejahteraan psikologis dan beberapa dimensi

kesejahteraan psikologis memiliki hubungan signifikan dengan kebahagiaan, namun ada pula dimensi yang tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

Pada variabel kebahagiaan ditemukan ¹ hubungan positif yang signifikan dengan variabel **kesejahteraan psikologis**. Ryan dan Deci (Octaviani, Herawati & Tyas, 2018) menjelaskan bahwa penelitian tentang kesejahteraan manusia ⁴⁷ bisa dilihat dari dua sudut pandang. Pertama, sudut pandang yang fokus pada kebahagiaan, yang hasilnya disebut kesejahteraan subjektif. Kedua, sudut pandang yang fokus pada pengembangan dan pencapaian diri (aktualisasi diri), yang dikenal sebagai **kesejahteraan psikologis** atau *psychological well-being*. Berdasarkan hasil **penelitian** Iganingrat dan Eva (2021) ¹⁸ kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal bisa tercapai jika mereka **mampu menerima diri apa adanya**, menjalin hubungan baik dengan orang lain, mandiri, bisa mengendalikan ⁴ situasi di sekitarnya, memiliki tujuan hidup yang jelas, mengembangkan dan mewujudkan potensi yang dimiliki, serta berani mengekspresikan diri dan mencapai aktualisasi diri. Penelitian ini mengangkat tentang kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal.

Pada dimensi ²¹ penerimaan diri, hasil uji menunjukkan bahwa tidak terdapat **hubungan** antara kebahagiaan dengan penerimaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan responden tidak selalu sejalan dengan seberapa besar mereka menerima dan memahami diri mereka sendiri secara positif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Pratitis, dkk (2022) yang meneliti anak menyatakan jika kebahagiaan tidak berkorelasi dengan penerimaan diri, dan temuan Idhsa (2020) yang meneliti anak berkebutuhan khusus juga menghasilkan jika penerimaan terhadap diri tidak memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Akan tetapi, temuan ini bertentangan dengan temuan Vidya dan Joy (2023) ⁷⁶ yang menunjukkan jika terdapat korelasi yang signifikan antara kedua variabel. Perbedaan temuan ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik subjek penelitian,

konteks sosial budaya, serta pendekatan teoritik yang digunakan dalam masing-masing studi.

Selanjutnya, pada dimensi ⁴ hubungan positif dengan orang lain, ditemukan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa ¹ semakin tinggi kualitas hubungan interpersonal responden, maka semakin tinggi pula ³² tingkat kebahagiaan yang dirasakan. ³² Temuan ini sejalan dengan teori kesejahteraan psikologis Ryff (1989) dan teori kebahagiaan subjektif, yang menekankan pentingnya relasi sosial dalam membentuk kebahagiaan individu. Sejalan dengan hal tersebut, temuan Fantazilu dan Nurchayati (2022) yang meneliti orang miskin kota menjelaskan jika terjalannya relasi positif dengan lingkungan sekitar bahkan hingga tuhan diketahui berkorelasi dengan kebahagiaan. Sejalan dengan hal tersebut, diketahui jika hubungan sosial positif berkorelasi dengan tingkat kebahagiaan (Anas & Umar, 2021).

Pada dimensi penguasaan terhadap lingkungan, juga ditemukan hubungan positif yang signifikan dengan kebahagiaan. Artinya, individu yang merasa mampu mengatur, mengontrol, dan ⁷² menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Kebahagiaan dianggap berhubungan dengan konsep penguasaan lingkungan (Novaria, dkk, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa *sense of control* terhadap lingkungan merupakan faktor penting dalam mendukung kebahagiaan individu, terutama dalam konteks kehidupan dewasa. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Rusyda dan Siagan (2023) menyatakan bahwa kebahagiaan juga berkorelasi dengan keadaan lingkungan hidup.

Sementara itu, pada dimensi otonomi, tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan kebahagiaan. Hasil ini menunjukkan bahwa kemandirian individu atau ketahanan terhadap tekanan sosial tidak memiliki dampak langsung terhadap tingkat kebahagiaan responden dalam penelitian ini. Hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian

Utamiyanti dkk (2023) pada guru PAUD, bahwa otonomi diri merupakan faktor dari kebahagiaan. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya emosi positif pada diri individu seiring dengan meningkatnya otonomi diri (Kukita, dkk, 2022). Kesenjangan pada penelitian ini dapat terjadi karena faktor otonomi belum menjadi aspek dominan dalam membentuk kebahagiaan pada populasi ini, atau bisa jadi otonomi lebih berperan dalam jangka panjang dan tidak secara langsung dirasakan sebagai sumber kebahagiaan saat ini.

Pada dimensi ⁸⁵ tujuan hidup, ditemukan ³ hubungan positif yang signifikan dengan kebahagiaan. Temuan ini mendukung pandangan bahwa individu yang memiliki arah, tujuan, dan makna dalam hidup yang jelas cenderung merasa lebih bahagia. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Damon (Viljanen & Kuussisto, 2024) dalam bukunya yang menyatakan tujuan hidup dapat berkorelasi dengan tingginya tingkat kebahagiaan. Dalam membangun kebahagiaan, individu dapat membentuknya dengan membangun tujuan dalam kehidupannya (Yadav, dkk, 2023). Dengan demikian, diketahui jika tujuan hidup berkorelasi dengan kebahagiaan.

Berdasarkan pembahasan penelitian ini, peneliti menyadari jika masih terdapat beberapa keterbatasan penelitian. Pertama, metode ¹⁰ pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *Google Form* yang disebarluaskan di media sosial. Metode ini berisiko menimbulkan bias dalam proses pengumpulan data, karena hanya responden dengan akses internet dan ketertarikan terhadap topik yang kemungkinan besar akan berpartisipasi, sehingga kurang merepresentasikan populasi orang tua tunggal secara keseluruhan. Kedua, penelitian ini belum mengontrol secara kuantitatif variabel-variabel luar seperti religiusitas, dukungan sosial, dan kondisi ekonomi, padahal ketiganya memiliki potensi besar dalam memengaruhi baik kebahagiaan maupun kesejahteraan psikologis sebagaimana dijelaskan dalam kajian pustaka. Ketiga, responden dalam penelitian ini belum merata ke seluruh Indonesia, maka dari itu akan menjadi perhatian juga untuk penelitian selanjutnya.

▲ BAB V

▲ KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

²³ Berdasarkan penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ³ adanya hubungan positif antara kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi tingkat kebahagiaan semakin baik pula nilai kesejahteraan psikologis. Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa kebahagiaan tidak memiliki keterkaitan dengan ³⁰ dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi, dengan kata lain semakin tinggi kebahagiaan, semakin rendah nilai dimensi penerimaan diri dan otonomi. ⁷⁹ Penelitian ini juga menemukan bahwa adanya hubungan positif antara kebahagiaan dengan dimensi ²⁸ hubungan positif dengan orang lain, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Artinya, semakin tinggi tingkat kebahagiaan mereka semakin baik pula nilai ³ hubungan positif dengan orang lain, nilai penguasaan terhadap lingkungan, nilai tujuan hidup dan nilai pertumbuhan pribadi.

B. Saran

²⁷ Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam topik yang serupa. Salah satu saran adalah memperluas karakteristik responden mencakup variasi usia, jenis kelamin, latar belakang ekonomi dan durasi menjadi orang tua tunggal, agar hasil penelitian lebih representatif dan generalisabel. Selain itu, peneliti di masa depan disarankan ⁷⁰ dapat mengembangkan model analisis yang lebih kompleks dengan menambahkan variabel mediator atau moderator seperti resiliensi, religiusitas, atau dukungan sosial untuk memperkaya pemahaman hubungan antar variabel. Penggunaan pendekatan campuran (*mixed methods*) juga layak

dipertimbangkan, karena wawancara mendalam dapat mengungkap dinamika psikologis orang tua tunggal yang tidak tertangkap oleh data kuantitatif semata.

Kekurangan dalam penelitian ini juga ialah responden yang kurang merata di seluruh Indonesia, maka dari itu menjadi perhatian juga untuk penelitian selanjutnya agar lebih diupayakan respondennya menyeluruh di Indonesia. Kemudian penelitian-penelitian terdahulu yang akan dijadikan referensi dalam penelitian, lebih disarankan menggunakan penelitian-penelitian yang ada di Asia dibandingkan penelitian-penelitian Internasional. Karena mengingat budaya Indonesia dan budaya luar negeri sangat jauh berbeda.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Hubungan antara kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal

ORIGINALITY REPORT

24% SIMILARITY INDEX	22% INTERNET SOURCES	14% PUBLICATIONS	10% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repository.usd.ac.id Internet Source	2%
2	www.scribd.com Internet Source	1%
3	dspace.uii.ac.id Internet Source	1%
4	text-id.123dok.com Internet Source	1%
5	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%
6	repository.ubharajaya.ac.id Internet Source	1%
7	eprints.umm.ac.id Internet Source	1%
8	123dok.com Internet Source	1%
9	id.123dok.com Internet Source	1%
10	Akrom Daffa Ramadhan, Prima Aulia. "Hubungan Work Readiness dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa yang Mengikuti Program Magang", Al-DYAS, 2025 Publication	<1%

11	Internet Source	<1 %
12	repository.uhn.ac.id Internet Source	<1 %
13	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
14	Submitted to <i>Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II</i> Student Paper	<1 %
15	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	<1 %
16	Sarbani Sarbani, Saman Saman, Roslini Roslini. "Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Proyek terhadap Siswa pada Mata Pelajaran PAI di SMPIT Aulia Muara Bulian", <i>ISLAMIKA</i> , 2024 Publication	<1 %
17	e-journal.uajy.ac.id Internet Source	<1 %
18	jurnalkip.unram.ac.id Internet Source	<1 %
19	eprints.stainkudus.ac.id Internet Source	<1 %
20	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
21	repository.unair.ac.id Internet Source	<1 %
22	journal2.um.ac.id Internet Source	<1 %
23	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %

24	www.e-journal.unair.ac.id Internet Source	<1 %
25	Intan Injili Mumek, Arthur Huwae. "Hope dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Menjalani Long Distance Relationship", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024 Publication	<1 %
26	Submitted to Universitas Sanata Dharma Student Paper	<1 %
27	fr.scribd.com Internet Source	<1 %
28	Submitted to Sultan Agung Islamic University Student Paper	<1 %
29	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
30	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
31	scholar.archive.org Internet Source	<1 %
32	Rizky Ridhayanti, Sudijanto Kamsu, Indri Hapsari Susilowati, Utomo Wicaksono. "Tempat Tinggal dan Dampaknya terhadap Kebahagiaan Lansia: Perbandingan antara Panti Wreda dan Komunitas Sosial", JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI), 2025 Publication	<1 %
33	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
34	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	<1 %

35	ejournal-nipamof.id Internet Source	<1 %
36	Submitted to Universitas Negeri Makassar Student Paper	<1 %
37	ap.fip.um.ac.id Internet Source	<1 %
38	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	<1 %
39	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	<1 %
40	karyailmiah.unisba.ac.id Internet Source	<1 %
41	repositori.uma.ac.id Internet Source	<1 %
42	Susanti Faipri Selegi. "EVALUASI INPUT, PROSES, DAN HASIL MELALUI PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN LEARNING CYCLE", Open Science Framework, 2020 Publication	<1 %
43	adoc.tips Internet Source	<1 %
44	journal.aripafi.or.id Internet Source	<1 %
45	Submitted to Universitas Islam Indonesia Student Paper	<1 %
46	Submitted to Universitas Merdeka Malang Student Paper	<1 %
47	digilib.uinsgd.ac.id Internet Source	<1 %

48	ejournal.skpm.ipb.ac.id Internet Source	<1 %
49	konsultasiskripsi.com Internet Source	<1 %
50	repositori.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
51	Ahmad Hariandi, Brigita Novianti Butar-butur, Endang Juliana, Puput Wulandari, Tati Karyati. "THE ROLE OF ISLAMIC RELIGIOUS EDUCATION TEACHERS IN INSTRUCTING RELIGIOUS VALUE", AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan, 2020 Publication	<1 %
52	Gede Crisna Wijaya. "HAPPINESS AT WORK, WORK LIFE BALANCE, AND JOB SATISFACTION TERHADAP KINERJA KARYAWAN BAYANG CAFE JIMBARAN", Jurnal Riset Entrepreneurship, 2024 Publication	<1 %
53	Primalita Putri Distina. "Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi", MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN, 2019 Publication	<1 %
54	Submitted to Universitas PGRI Palembang Student Paper	<1 %
55	bogordaily.net Internet Source	<1 %
56	ejournal.stiewidyagamalumajang.ac.id Internet Source	<1 %

57	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1 %
58	eprints.uniska-bjm.ac.id Internet Source	<1 %
59	etheses.uinmataram.ac.id Internet Source	<1 %
60	jurnalprisanicendekia.com Internet Source	<1 %
61	kesehatan-post.blogspot.com Internet Source	<1 %
62	ojs.stikessaptabakti.ac.id Internet Source	<1 %
63	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1 %
64	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
65	repository.stei.ac.id Internet Source	<1 %
66	santricendekia.com Internet Source	<1 %
67	seminar.unmer.ac.id Internet Source	<1 %
68	www.semanticscholar.org Internet Source	<1 %
69	Bunga Fitri Rizkiyanti Ghozali, Hazim. "Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well Being Pada Santriwati", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2025 Publication	<1 %

70 Mu'Alimah. "Pengaruh Kemampuan Manajerial Kepala Sekolah dan Kompetensi Pedagogik Guru Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada MTs Darunnajah Ulujami Kecamatan Pesanggrahan Jakarta Selatan", Universitas Islam Sultan Agung (Indonesia)
Publication

<1 %

71 Samantha Elizabeth Jade de Kruyff, Anak Agung Istri Ngurah Marhaeni. "ANALISIS DETERMINAN LAMA BERMIGRASI PENDUDUK PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR DI KOTA DENPASAR", Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran, 2025
Publication

<1 %

72 Suryatiningsih, Lely Ika Mariyati, Eko Hardi Ansyah. "Resiliensi, Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Santri", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024
Publication

<1 %

73 [adoc.pub](#)
Internet Source

<1 %

74 [bustanova.wordpress.com](#)
Internet Source

<1 %

75 [digilib.isi.ac.id](#)
Internet Source

<1 %

76 [digilib.uin-suka.ac.id](#)
Internet Source

<1 %

77 [ejournal-jayabaya.id](#)
Internet Source

<1 %

78 [jurnal.unej.ac.id](#)
Internet Source

<1 %

[rp2u.unsyiah.ac.id](#)

79

Internet Source

<1 %

80

www.coursehero.com

Internet Source

<1 %

81

www.scilit.net

Internet Source

<1 %

82

Nissa Aulia, Ridha Ardina Makata, Lilly Suzana binti Haji Shamsu. "Peran Penting Seorang Ayah dalam Keluarga Perspektif Anak (Studi Komparatif Keluarga Cemara dan Keluarga Broken Home)", Socio Politica : Jurnal Ilmiah Jurusan Sosiologi, 2023

Publication

<1 %

83

Erlik Suryatin Erlik, Hadi Cahyono, Nurtina Irsad Rusdiani. "Dampak Broken Home Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini", Jurnal Kajian Anak (J-Sanak), 2024

Publication

<1 %

84

Siti Aisyah, Hasanuddin Hasanuddin, Saiful Akhyar Lubis. "Hubungan Dukungan Sosial Dan Lokus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Santri Wati di Pesantren Darul Arafah Raya", Jurnal Sains Sosio Humaniora, 2022

Publication

<1 %

85

Yoseph Pedhu. "Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara", Jurnal Konseling dan Pendidikan, 2022

Publication

<1 %

86

eprints.umpo.ac.id

Internet Source

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA