

## Peran Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-Being* pada Remaja

Khairudin, Mukhlis

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
email: khairudinindonesia@gmail.com

### Abstrak

#### Artikel INFO

Diterima: 23 Mei 2019  
Direvisi : 19 Juli 2019  
Disetujui: 27 Juli 2019

DOI:

<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.7128>

*Subjective well-being* (SWB) merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis pada remaja. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan Religiusitas dan dukungan sosial merupakan faktor yang berkaitan *subjective well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran religiusitas dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 200 orang. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala psikologis yaitu skala religiusitas, skala dukungan sosial, skala kepuasan hidup, dan skala *Positive Affect and Negative Affect Schedule*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi ganda. Hasil analisis menunjukkan hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja. Ini berarti semakin tinggi religiusitas dan dukungan sosial maka semakin tinggi *subjective well-being* pada remaja. Sumbangan efektif religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* sebesar 3,2 %. Peran religiusitas dan dukungan sosial pada SWB akan diskusi dalam artikel ini

**Kata Kunci:** Religiusitas, dukungan sosial, *subjective well-being*

## The Role of Religiosity and Social Support to Subjective Well-Being on Adolescents

### Abstract

Subjective well-being (SWB) is one of the important aspect in psychological development in adolescents. There were researches showed that religiosity and social support related with subjective well-being. This study aims to examine the relationship of religiosity and social support with subjective well-being in adolescents. The subjects in this study were 200 people. Data collected by using the scale of religiosity, the scale of social support, the satisfaction with life scale, and Positive Affect and Negative Affect Schedule. Data analysis was performed using multiple regression. The results showed that there was a significant relationship between religiosity and support social with subjective well-being in adolescents. it means that the higher religiosity and social support is related with the higher subjective well-being in adolescents. The effective contribution of religiosity and social support to subjective well-being is 3.2%. The role of Religiosity and social support to SBW will be discussed in this article.

**Keywords:** Religiosity, social support, subjective well-being

### Pendahuluan

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Santrock (2007) yang mengatakan masa remaja (*adolescence*) sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan

biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Tidak terlalu berbeda dengan Santrock, Daradjat (2010) mengatakan perubahan-perubahan yang dialami pada masa remaja antara lain meliputi jasmani, rohani, pikiran, perasaan, dan sosial. Dan dengan perubahan itu dapat membuat remaja menunjukkan sikap dan perilaku berbeda dari masa sebelumnya (masa kanak-kanak).

Masa remaja juga merupakan tahap perkembangan kehidupan manusia yang paling unik, penuh dinamika, sekaligus penuh

dengan tantangan dan harapan. Masa remaja menurut Monks berlangsung antara usia 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun adalah remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun adalah masa remaja akhir (Monks dkk, 2006). Selama periode ini, remaja sudah ingin melepaskan semua identitas dan atribut masa kanak-kanak, namun mereka belum dapat dikatakan telah menjadi individu dewasa. Keadaan ini menurut Purwadi (2004) menempatkan remaja pada posisi transisional antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa.

Remaja meskipun belum bisa dikatakan menjadi individu yang dewasa, namun menurut Purwadi remaja memiliki keinginan untuk menunjukkan eksistensi dirinya kepada orang lain, ingin melepaskan ketergantungannya pada pihak lain, termasuk orangtua dan orang dewasa lainnya. Remaja juga ingin dilihat dan diakui sebagai dirinya sendiri, bukan sebagai duplikat (tiruan) dari individu lain, baik orangtua maupun orang dewasa lainnya (Purwadi, 2004). Keinginan remaja untuk melepaskan diri dari orangtua itu sebenarnya merupakan salah satu tugas dari perkembangan pada masa remaja, seperti dikemukakan oleh Hurlock (1980) bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya.

Selain itu, pada masa remaja ini mereka juga dituntut untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan. Seperti dikatakan Hurlock (1980), masa remaja identik dengan berkembangnya lingkungan sosial tempat beraktivitas sehingga membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif.

Berbagai situasi dan kondisi yang dihadapi pada masa remaja seperti telah dikemukakan di atas (terjadinya perubahan pada berbagai aspek, berada pada masa transisi, tuntutan memenuhi tugas perkembangan, dan tuntutan untuk melakukan penyesuaian diri pada lingkungan), dapat mengantarkan remaja mengalami kelabilan emosi. Hal ini seperti yang digambarkan Santrock (2007), remaja dapat merasa sebagai orang yang paling bahagia disuatu

saat dan kemudian merasa sebagai orang yang paling malang disaat lain.

Remaja bukan hanya mengalami kelabilan emosi, tetapi juga mengalami ketegangan emosi. Ini dikemukakan Nolen-Hoeksema (dalam Nisfiannor dkk, 2004) bahwa remaja memiliki level depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang dewasa. Dan menurut Arnett (1999) remaja merasakan *self-conscious* (pikiran tentang dirinya sendiri) dan kebingungan dua atau tiga kali lebih sering daripada orangtua mereka dan cenderung merasa kesepian, cemas, canggung, dan diabaikan. Dengan kondisi ini, menurut Hall remaja berada pada periode badai dan tekanan (*storm and stress*) yaitu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hall dalam Arnett, 1999).

Ketegangan emosi yang dialami remaja akan bisa membuat remaja merasa tidak puas dengan hidupnya. Ini seperti yang dikatakan Nisfiannor dkk, bila remaja tidak mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, maka akan timbul emosi yang tidak menyenangkan dalam dirinya. Bahkan keadaan ini dapat menyebabkan remaja yang bersangkutan merasa tidak puas dalam hidup dan tidak bahagia (Nisfiannor, dkk, 2004). Hal ini didukung oleh penelitian Aesijah, dkk (2016) yang menemukan bahwa kesejahteraan dan kepuasan yang dirasakan oleh remaja lebih banyak ditentukan oleh emosi. Kepuasan atau ketidakpuasan yang dirasakan seseorang terhadap hidupnya ini berkaitan dengan konsep *subjective well-being*. Hal ini dikarenakan *subjective well-being* (untuk selanjutnya disebut SWB) menurut Diener (2000) adalah kombinasi dari afek positif yang tinggi, afek negatif yang rendah, dan kepuasan hidup secara umum.

Seseorang dikatakan memiliki SWB tinggi bila memenuhi kriteria, yaitu memiliki perasaan sangat bahagia, sangat puas dengan hidupnya, dan memiliki tingkat neurotisme yang rendah (Nayana, 2013). Sementara itu, individu dengan SWB yang rendah cenderung menganggap rendah hidupnya dan memandang peristiwa yang terjadi sebagai suatu hal yang tidak menyenangkan

sehingga menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Myers & Diener, 1995).

SWB ini penting dimiliki oleh setiap orang, termasuk remaja. Hal ini dikarenakan SWB secara signifikan dapat meningkatkan empat area kehidupan. Keempat area kehidupan ini menurut Diener dan Ryan (2009) adalah kesehatan dan panjang umur; pekerjaan dan pendapatan; hubungan dan sosial; serta memberikan manfaat bagi lingkungan masyarakat.

Pada kenyataannya banyak remaja yang berada pada SWB yang rendah, ini dikemukakan Erikson (1968) bahwa remaja berada pada kondisi *psychological moratorium* yaitu kesenjangan antara rasa aman pada masa kanak-kanak dan otonomi pada masa dewasa. Kondisi inilah yang diduga turut menjadi pemicu cenderung rendahnya SWB pada remaja (Here dan Priyanto, 2014). Pendapat ini dikuatkan oleh hasil penelitian yang dilakukan Ehrlich dan Isaacowitz (2002) yang menemukan terdapat kecenderungan rendahnya tingkat kepuasan hidup pada orang-orang muda. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Cummins (2003), Stewart dan Podbury (2003), Vaez, Kristenson dan Laflamme (2004), menunjukkan bahwa tingkat kepuasan hidup mahasiswa (remaja akhir) lebih rendah dibanding orang dewasa pada populasi secara umum (dalam Utami, 2012). Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Khairani (2014) yang meneliti SWB pada mahasiswa di UIN Suska Riau yang bekerja menunjukkan bahwa hanya 15,6% mahasiswa yang merasa sangat bahagia, sementara 84,4% mahasiswa memiliki kecenderungan kurang bahagia. Ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa UIN Suska Riau cenderung tidak bahagia.

Untuk menghadapi situasi ini (kecenderungan mengalami SWB yang rendah), seorang remaja membutuhkan dukungan sosial. Hal ini dikarenakan seseorang yang menerima dukungan sosial dan aktif dalam berhubungan sosial dapat meningkatkan SWB (Samputri dan Sakti, 2015). Ini sesuai pula dengan hasil penelitian Chou (1999) yang menunjukkan bahwa

dukungan sosial dari teman sebaya lebih besar daripada dukungan sosial keluarga dalam memengaruhi SWB pada remaja Cina di Hongkong. Dan hasil penelitian Gurung, Taylor, dan Seeman (2003) juga menemukan bahwa dukungan sosial memberikan efek yang positif bagi kesehatan dan kesejahteraan individu. Kedua hasil penelitian ini sesuai pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ammar, Nauffal, dan Sbeity (2013) pada mahasiswa di Lebanon yang menemukan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang paling penting untuk memprediksi SWB pada remaja.

Dukungan sosial, meskipun secara teoritis memberikan efek positif terhadap SWB, namun terdapat pula beberapa hasil penelitian yang menunjukkan hasil yang berbeda, seperti yang ditemukan oleh Lee dkk (1995) dan Lepore dkk (2008) bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan SWB (dalam Siedlecki, dkk, 2013). Hasil yang sama juga ditemukan oleh Lakey, dkk (2010), hasil penelitian Lakey, dkk menemukan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan SWB. Salah satu kemungkinan terjadinya perbedaan hasil temuan adalah bagaimana para peneliti mengkonseptualisasikan dan mengoperasionalkan dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif yang keduanya sering digunakan sebagai istilah umum untuk konstruksi kompleks (Siedlecki, dkk, 2013).

Selain dukungan sosial, Diener dan Ryan (2009) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi SWB adalah religiusitas. Hal ini sesuai pula dengan pendapat Ryff yang mengatakan religiusitas merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kesejahteraan (Ryff dan Singer, 1996). Religiusitas merupakan suatu bentuk hubungan manusia dengan penciptanya melalui ajaran agama yang sudah terinternalisasi dalam diri seseorang dan tercermin dalam sikap dan perilakunya sehari-hari.

Hasil penelitian Myers (2000) berdasarkan survey yang diambil dari berbagai bangsa, orang yang aktif secara religius mengakui memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Artinya, kebahagiaan seseorang sangat bergantung pada keyakinan terhadap

Tuhan. Selain itu, penelitian Tiliouine, dkk (2009) yang bertujuan mengeksplorasi hubungan religiusitas Islam dan kepuasan hidup dengan 2909 responden di Algeria, menemukan religiusitas berhubungan positif yang kuat dengan SWB. Penelitian lain yang dilakukan oleh Setyawan (2014) juga menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dan SWB pada remaja.

Temuan penelitian antara SWB dengan religiusitas seperti yang telah dikemukakan di atas, ternyata tidak sesuai dengan temuan penelitian yang dilakukan Lewis, Maltby, dan Burkinshaw (2000). Hasil penelitian mereka menemukan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan kebahagiaan. Selanjutnya hasil penelitian Lewis, Maltby, dan Day (2005) juga menemukan tidak ada hubungan yang signifikan antara skor religiusitas dan skor kebahagiaan pada orang Inggris. Sementara hasil penelitian Retnowati (2007) dan Walker (2009) (dalam Mayasari, 2014) menyatakan tidak ada hubungan antara religiusitas dan *well-being*. Perbedaan hasil temuan ini bisa terjadi tergantung bagaimana peneliti mengoperasionalkan teori yang digunakan, penggunaan instrumen yang umum maupun pemilihan sampel dalam penelitian.

Ketidaksesuaian hasil penelitian yang ditemukan oleh beberapa peneliti terdahulu, baik berkaitan dengan hubungan antara religiusitas dengan SWB maupun hubungan antara dukungan sosial dengan SWB menimbulkan pertanyaan besar bagi peneliti "apakah benar tinggi rendahnya religiusitas dan dukungan sosial" berkaitan dengan SWB. Secara lebih spesifik pertanyaan itu dirumuskan menjadi: "*Pertama*, Apakah ada hubungan antara religiusitas dengan subjective well-being pada remaja?. *Kedua*, Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan subjective well-being pada remaja?." Pertanyaan ini pulalah yang mendasari peneliti mengaitkan SWB dalam penelitian ini dengan religiusitas dan dukungan sosial. Untuk itu, peneliti berupaya melakukan kajian empiris untuk melihat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB pada remaja di

UIN Suska Riau. Penelitian ini dikemas dalam sebuah judul "Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *Subjective Well-Being* Pada Remaja".

### **Subjective Well-Being**

Diener (2000) menyatakan bahwa SWB mengacu kepada evaluasi individu terhadap hidupnya, baik dari sisi afektif maupun kognitif. Secara lebih spesifik, Diener (dalam Snyder & Lopez, 2007) mendefinisikan SWB sebagai kombinasi dari afek positif yang tinggi, afek negatif yang rendah, dan kepuasan hidup secara umum.

Carr (2004) memberikan definisi yang sama bagi SWB dan *happiness*, yakni suatu kondisi psikologis positif yang khas dengan tingginya tingkat kepuasan hidup, tingginya tingkat afeksi positif, serta rendahnya tingkat afeksi negatif. Kim-Prieto, dkk (2005) mengungkapkan konsep SWB sebagai evaluasi individu, baik positif maupun negatif, tentang bagaimana individu menjalani kehidupannya. Penilaian subjektif ini meliputi dimensi kognitif dan afektif.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa SWB adalah penilaian seseorang terhadap pengalaman hidupnya, baik pada aspek kognitif maupun afektif, yang direpresentasikan dalam bentuk kepuasan hidup dan merasakan lebih banyak emosi yang menyenangkan, merasa senang, dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani.

### **Dimensi Subjective Well-Being**

Berkaitan dengan SWB ini, Diener (1994) menyatakan bahwa terdapat dua komponen umum dalam SWB, yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif, a) Dimensi kognitif, yang diidentifikasi sebagai kepuasan hidup, b) Dimensi afektif, terdiri dari afek menyenangkan dan afek tidak menyenangkan yang dikenal dengan afek positif dan afek negatif.

Keseimbangan SWB merujuk kepada banyaknya afek positif daripada afek negatif. Tinggi rendahnya SWB seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya religiusitas dan dukungan sosial.

## Dukungan Sosial

House dan Kahn (dalam Apollo & Cahyadi, 2012) menggambarkan bahwa dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya.

Selanjutnya, dukungan sosial menurut Cohen & Syme (dalam Apollo & Cahyadi, 2012) adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain terhadap individu yang dapat memengaruhi kesejahteraan individu bersangkutan. Lebih lanjut dukungan sosial menurut King (2012) adalah informasi ataupun umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Berdasarkan beberapa pendapat tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan tindakan yang bersifat membantu, baik dalam bentuk emosi, informasi, instrumen, maupun penilaian positif sehingga memberikan kenyamanan fisik dan psikologis pada individu pada saat menghadapi permasalahan.

Dukungan sosial menurut House (dalam Smet, 1994), dapat diwujudkan dalam empat bentuk, yaitu: a) Dukungan emosional, yang mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan (misalnya: umpan balik, penegasan). b) Dukungan penghargaan, yang terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang lain, seperti misalnya orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri). c) Dukungan instrumental, mencakup bantuan langsung, seperti kalau orang-orang memberi pinjaman uang kepada orang itu atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress. d) Dukungan informatif, yang mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

## Religiusitas

Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) berpendapat religiusitas adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi (*ultimate meaning*). Ancok dan Suroso (2004) mengartikan religiusitas sebagai keberagamaan yang berarti meliputi berbagai macam sisi atau dimensi yang bukan hanya terjadi ketika seseorang melakukan perilaku ritual (beribadah), tapi juga ketika melakukan aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan supranatural.

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah internalisasi nilai-nilai ajaran agama yang dihayati sebagai suatu hal paling maknawi dan diaktualisasikan dalam bentuk perbuatan dan tingkah laku sehari-hari.

Religiusitas yang mengacu kepada konsep Glock dan Stark dan kemudian didefinisikan dan disesuaikan dengan konsep Islam oleh Ancok & Suroso (2004) dapat dilihat dari lima dimensi, yaitu: *pertama*, Dimensi Keyakinan (Ideologis). Dimensi ini berisi pengharapan-pengharapan dimana orang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut. Dalam Islam dimensi ini berkaitan dengan rukun iman, yaitu iman kepada Allah SWT, iman kepada malaikat, iman kepada Nabi dan Rasul, iman kepada kitab-kitab Allah SWT, iman kepada hari kiamat, iman kepada qadha dan qadar.

*Kedua*, dimensi Praktik Agama (Ritualistik) Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Dalam Islam dimensi ini menyangkut pelaksanaan sholat, puasa, zakat, haji, membaca Al-Qur'an, do'a, zikir, ibadah kurban, iktikaf di masjid dibulan puasa.

*Ketiga*, Dimensi Pengalaman (Experensial)

Dimensi ini berisikan dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu. Dalam Islam dimensi pengalaman ini terwujud dalam perasaan dekat/akrab dengan Allah SWT, perasaan dikabulkannya do'a-do'a yang dipanjatkan, perasaan tenteram dan bahagia karena menuhankan Allah SWT, perasaan bertawakkal (pasrah diri secara positif) kepada Allah SWT, perasaan khusyuk ketika melaksanakan sholat atau berdo'a, perasaan tergetar ketika mendengar adzan atau ayat-ayat Al-Qur'an, perasaan bersyukur kepada Allah SWT, perasaan mendapat peringatan atau pertolongan dari Allah SWT.

*Keempat*, Dimensi Pengetahuan Agama (Intelektual) Dimensi ini mengacu kepada harapan bahwa orang-orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi. Dalam Islam dimensi ini menyangkut pengetahuan tentang isi Al-Qur'an, hukum-hukum Islam, sejarah Islam, rukun Islam, rukun iman.

*Kelima*, dimensi pengamalan (Konsekuensial) Dimensi ini mengacu kepada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman dan pengetahuan seseorang dari hari-kehari. Dimana menunjukkan seberapa tingkatan Muslim dalam berperilaku dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya, yaitu bagaimana individu berelasi dengan dunianya, terutama dengan manusia lain. Dalam Islam dimensi ini meliputi perilaku suka menolong, bekerjasama, berderma, berkelakuan jujur, memaafkan, menjaga lingkungan hidup, menjaga amanat, tidak mencuri atau melakukan sesuatu yang dilarang Allah SWT, mematuhi norma-norma Islam, berjuang untuk hidup sukses menurut ukuran Islam.

Penelitian ini menjadi sangat urgent dan menarik untuk diteliti, karena SWB pada remaja tidak dibentuk dari faktor dalam diri,

melainkan faktor luar seperti religiusitas dan dukungan sosial. Inilah yang melandasi mengapa penelitian ini dilakukan.

## **Metode**

### *Subjek Penelitian*

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 200 orang mahasiswa UIN Suska Riau yang berusia 18-21 tahun. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proportional random sampling*.

### *Pengukuran*

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan skala. Alat ukur yang digunakan untuk variabel *subjective well being* ada dua skala, yaitu: PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Schedule*) dan skala kepuasan hidup (*Life Satisfaction*). Variabel dukungan sosial diukur menggunakan skala dukungan sosial dan variabel religiusitas dalam penelitian ini diukur menggunakan skala religiusitas.

Sebelum alat ukur digunakan untuk penelitian terlebih dahulu dilakukan *try out* terhadap 100 orang. Dari hasil *try out* itu maka diperoleh keefisien reliabilitas sebesar 0,70 (bagus) untuk afek positif dan 0,76 (bagus) untuk afek negatif. Koefisien reliabilitas untuk skala kepuasan hidup adalah sebesar 0,70 (bagus). Skala dukungan sosial memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,74 (bagus). Sedangkan skala religiusitas memiliki reliabilitas sebesar 0,91 (bagus sekali).

Data yang diperoleh dari penelitian kemudian dijadikan skor murni (*true score*) yang merupakan hasil dari proses konversi *raw score* atau skor mentah. Nilai *true score* yang diperoleh dalam penelitian ini selanjutnya dianalisis menggunakan analisis regresi berganda.

## **Hasil**

Hasil analisis yang diperoleh dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis Korelasi Regresi**

Variabel	R Square	Adjusted R Square	F	Sig
Religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB	.041	.032	4.241	.016
Religiusitas dengan SWB	.038	.034	7.920	.005
Dukungan sosial dengan SWB	.026	.021	5.342	.022

Berdasarkan tabel 1 diketahui nilai signifikansi antara religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB adalah 0,016 dan nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $p = 0,016 < 0,05$ ). Dengan demikian, terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB pada remaja. Ini berarti secara bersama-sama tinggi rendahnya religiusitas dan dukungan sosial yang diterima remaja berkaitan dengan SWB yang dimilikinya.

Sementara itu, dari tabel 1 di atas diketahui bahwa berdasarkan hasil analisis antara religiusitas dengan SWB diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,005 dan nilai tersebut berada di bawah 0,05 ( $p = 0,005 < 0,05$ ). Dengan demikian, terdapat hubungan antara religiusitas dengan SWB pada remaja. Ini berarti bahwa tinggi rendahnya religiusitas yang dimiliki remaja berkaitan dengan SWB yang dimilikinya.

Kemudian, dari tabel 1 juga diketahui bahwa berdasarkan hasil analisis antara dukungan sosial dengan SWB diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,022 dan nilai tersebut berada di bawah 0,05 ( $p = 0,022 < 0,05$ ). Dengan demikian, terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan SWB pada remaja. Ini berarti bahwa tinggi rendahnya dukungan sosial yang diterima remaja berkaitan dengan SWB yang dimilikinya.

Berdasarkan tabel 1 juga dapat diketahui bahwa perolehan *Adjusted R square* dari religiusitas dan dukungan sosial terhadap SWB sebesar 0,032 atau 3,2%. Sedangkan secara sendiri-sendiri, nilai *R Square* untuk religiusitas terhadap SWB sebesar 0,038 atau 3,8% dan nilai *R Square* untuk dukungan sosial terhadap SWB sebesar 0,026 atau 2,6%.

Hasil analisis juga menemukan bahwa kebanyakan subjek penelitian memiliki tingkat SWB pada kategori cukup bahagia (44,5%). Hal ini karena subjek penelitian yang memiliki tingkat SWB pada kategori sangat bahagia hanya 28% dan 27,5% berada pada kategori kurang bahagia. Kemudian, terdapat lebih banyak subjek penelitian yang memiliki tingkat dukungan sosial pada kategori sedang (73%). Subjek penelitian yang memiliki tingkat dukungan sosial pada kategori tinggi sebanyak 11,5%, sedangkan yang berada pada kategori rendah sebanyak 15,5%.

Berdasarkan hasil analisis juga diperoleh data tingkat religiusitas pada subjek penelitian lebih banyak berada pada kategori cukup religius (68%). Hal ini karena subjek penelitian yang tingkat religiusitasnya berada pada kategori sangat religius hanya 13%, dan subjek penelitian memiliki tingkat religiusitas pada kategori kurang religius sebanyak 19%.

**Tabel 2. Uji Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin**

Variabel	Jenis Kelamin	Mean ( $\mu$ )	t	Sig. (2-tailed)	Keterangan
SWB	Perempuan	50.7541	1.134	0.258	Tidak Ada Perbedaan
	Laki-laki	47.9594			
Dukungan Sosial	Perempuan	52.0969	5.673	0.000	Ada Perbedaan
	Laki-laki	44.3305			
Religiusitas	Perempuan	51.7878	4.057	0.000	Ada Perbedaan
	Laki-laki	45.1662			

Pada tabel 2 diketahui bahwa tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan, dimana hasil analisis perbedaan menunjukkan signifikansi sebesar 0,258 (tidak memenuhi syarat  $p < 0,05$ ).

Kemudian analisis uji perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin menunjukkan adanya perbedaan antara dukungan sosial yang diterima subjek perempuan dan subjek laki-laki dengan signifikansi sebesar 0,000 (memenuhi syarat  $p < 0,05$ ). Subjek perempuan menerima dukungan sosial yang lebih tinggi dibanding subjek laki-laki (rata-rata perempuan  $\mu = 52,0969$  ; rata-rata laki-laki  $\mu = 44,3305$ ).

Sedangkan hasil analisis uji perbedaan religiusitas berdasarkan jenis kelamin juga menunjukkan terdapat perbedaan, dimana hasil analisis perbedaan menunjukkan signifikansi sebesar 0,000 (memenuhi syarat  $p < 0,05$ ). Religiusitas pada subjek perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan religiusitas pada laki-laki (rata-rata perempuan  $\mu = 51,7878$  ; rata-rata laki-laki  $\mu = 45,1662$ ).

## Pembahasan

Ditemukan hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB pada remaja. Ini berarti secara bersama-sama tinggi rendahnya religiusitas dan dukungan sosial berkaitan dengan SWB pada remaja. Dengan kata lain, semakin religius seorang remaja dan semakin besar dukungan sosial yang diterima mereka maka semakin tinggi pula SWB-nya, sebaliknya semakin kurang religius seorang remaja dan semakin kecil dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah pula tingkat SWB-nya.

Dengan religiusitas yang dimiliki, maka seorang remaja akan memiliki sebuah sistem nilai yang menjadi kerangka acuan dalam bersikap dan bertingkah laku agar sejalan dengan keyakinan yang dianutnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Jalaluddin (2012) yang menyatakan bahwa religiusitas mampu memberi kemantapan batin, rasa bahagia, rasa terlindung, rasa sukses dan rasa puas. Jalaluddin lebih lanjut menjelaskan bahwa berbagai perasaan ini akan memunculkan perasaan positif yang menjadi pendorong

untuk bersikap dan bertingkah laku. Selain itu, dengan dukungan sosial yang diterima remaja, baik dukungan yang berupa emosional, penghargaan, instrumental, maupun informatif, para remaja akan mampu menghadapi situasi yang penuh tekanan. Semua hal itu secara bersama-sama akan dapat mewujudkan SWB bagi para remaja.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pontoh dan Farid (2015), yang menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kebahagiaan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan SWB pada remaja. Ini berarti, tinggi rendahnya religiusitas pada remaja berkaitan dengan SWB yang mereka miliki. Dengan kata lain, semakin religius seorang remaja maka akan semakin tinggi pula tingkat SWB yang dimilikinya dan semakin kurang religius seorang remaja maka semakin rendah pula tingkat SWB yang dimilikinya.

Remaja yang memiliki keyakinan beragama yang tinggi akan meyakini ajaran agama yang dianutnya. Hal ini akan dapat memberikan rasa ketenteraman dan kenyamanan dalam dirinya. Perasaan tenteram dan nyaman yang muncul dalam diri remaja itu akan membuat remaja merasa bahagia dan merasakan kepuasan hidup. Semua hal itu akan dapat mewujudkan SWB bagi para remaja yang taat terhadap ajaran agamanya. Hal ini sesuai dengan pendapat Diener dan Seligman. Diener (2009) menyatakan bahwa secara umum orang yang religius cenderung memiliki tingkat *well being* yang lebih tinggi dan lebih spesifik. Sementara itu, Seligman (2005) mengemukakan bahwa orang-orang yang religius lebih bahagia dan puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Artinya semakin baik seseorang dalam beragama maka semakin baik pula tingkat SWB yang dimilikinya.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan temuan penelitian yang telah dilakukan oleh Tiliouine, dkk (2009) bahwa religiusitas berhubungan positif yang kuat dengan SWB. Selain itu, hasil penelitian yang sama

juga diperoleh dari penelitian Myers (2000) dan menemukan bahwa orang yang aktif secara religius mengakui memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Berbagai temuan penelitian ini semakin menguatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan menunjukkan bahwa religiusitas secara signifikan berhubungan dengan SWB pada remaja.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan SWB pada remaja. Ini berarti, tinggi rendahnya dukungan sosial yang diterima remaja berkaitan dengan SWB yang mereka miliki. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja, maka semakin tinggi pula SWB yang dimilikinya dan semakin rendah dukungan sosial yang diterima remaja maka semakin rendah pula SWB mereka.

Dukungan sosial sangat dibutuhkan remaja agar kestabilan SWB pada remaja dapat selalu terjaga. Remaja yang mendapatkan dukungan baik berupa emosional, penghargaan maupun berupa informasi akan merasakan dirinya diperhatikan oleh orang lain. Berbagai dukungan dan perhatian yang didapatkan remaja akan mengurangi perasaan negatif yang ada pada remaja dan menjadikan remaja merasa bahagia dan lebih puas terhadap hidup yang dijalani. Semua hal itu akan dapat mewujudkan SWB bagi remaja yang memperoleh dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Sagiv dan Schwartz (2000) yang mengatakan bahwa individu yang menerima dukungan sosial berkemungkinan besar mampu menguatkan dan meningkatkan pandangannya terhadap SWB yang dirasakan. Hal ini dibuktikan juga oleh penelitian yang dilakukan Samputri dan Sakti (2015) yang menemukan ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Senada dengan berbagai penemuan sebelumnya, Arygle (dalam Heady, Veenhoven, & Wearing, 1991) juga mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan variabel mayor yang menentukan SWB.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa mayoritas remaja yang menjadi subjek

dari penelitian ini memiliki tingkat religiusitas yang berada pada kategori cukup religius (68%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun remaja telah meyakini ajaran agamanya dan kemudian mempelajari ajaran-ajaran agama serta mendapatkan berbagai pengalaman keagamaan, namun mereka belum mampu secara sempurna melakukan kegiatan-kegiatan yang mengimplementasikan dari keyakinan dan pengetahuan yang mereka miliki, baik dalam bentuk ritual (praktik ibadah) maupun dalam bentuk pengamalan (konsekuensial). Hal ini dikarenakan pada usia ini remaja belum mencapai kematangan beragama. Ini sesuai dengan pendapat Daradjat (2010) yang menyatakan bahwa masa remaja adalah masa yang penuh kegoncangan jiwa. Pendapat Daradjat ini diperkuat oleh pendapat Jalaluddin (2012) yang menyatakan bahwa sikap dan minat remaja terhadap masalah keagamaan sangat kecil dan tergantung dari lingkungan agama yang memengaruhi mereka.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dimiliki remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini juga berada pada kategori sedang (73%). Ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian menerima dukungan sosial yang cukup dari orang-orang di sekitarnya. Dengan kata lain, mayoritas remaja dalam kesehariannya sudah merasa mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang yang memiliki hubungan dekat dengan dirinya, baik dalam bentuk dukungan yang bersifat emosional, penghargaan, instrumental, maupun informatif, meskipun dukungan tersebut belum dirasakan secara maksimal oleh remaja.

Sementara itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa SWB yang dimiliki remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini kebanyakan berada dalam kategori cukup bahagia (44,5%). Ini berarti kebanyakan remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat SWB yang cukup baik. Dengan kata lain, remaja dalam kesehariannya sudah mampu mengatasi perasaan-perasaan negatif dan merasakan kebahagiaan dalam hidupnya walaupun belum sempurna.

Kondisi itu dapat menyebabkan remaja pada suatu waktu dan kondisi tertentu merasa puas dengan kehidupan yang dijalannya, namun pada waktu dan kondisi yang lain merasa kurang puas dengan kehidupan yang dijalannya. Diener dan Ryan (2009) mengemukakan bahwa SWB secara signifikan mampu untuk memengaruhi empat area kehidupan, yaitu: kesehatan dan panjang umur; pekerjaan dan pendapatan; hubungan dan sosial; serta memberikan manfaat bagi lingkungan masyarakat.

Pada penelitian ini juga menunjukkan bahwasanya tidak ada perbedaan signifikan tingkat SWB jika ditinjau dari perbedaan jenis kelamin. Dapat dikatakan bahwa kondisi SWB laki-laki dan perempuan pada penelitian ini adalah sama. Ini sesuai dengan pendapat Diener (2009) yang menyatakan bahwa secara umum tidak terdapat perbedaan SWB yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Forest (1996) juga menemukan bahwa tidak ada perbedaan kesejahteraan subjektif antara laki-laki dengan perempuan. Forest menambahkan bahwa laki-laki dan perempuan lebih menunjukkan banyak kemiripan dalam memaparkan dan menanggapi peristiwa hidup yang tidak diinginkan.

Sementara itu, dari hasil analisis perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara dukungan sosial pada remaja laki-laki dan remaja perempuan. Pada penelitian ini, perempuan menerima dukungan sosial yang lebih tinggi daripada laki-laki. Hasil penelitian ini mendukung temuan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hum dan Falci (2016) yang menemukan bahwa perempuan memiliki dukungan sosial lebih tinggi daripada laki-laki. Hum dan Falci juga menjelaskan bahwa dukungan sosial yang dimiliki perempuan berupa dukungan emosional dan persahabatan.

Hasil analisis perbedaan religiusitas yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara religiusitas pada remaja laki-laki dan remaja perempuan. Religiusitas yang dimiliki

remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan religiusitas yang dimiliki remaja laki-laki. Artinya, subjek perempuan dalam penelitian ini lebih religius daripada subjek laki-laki. Ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Collet dan Lizardo (2008) bahwa wanita lebih religius dari pada laki-laki dan juga menjadi salah satu penemuan yang paling konsisten.

Temuan bahwa perempuan lebih religius dibanding laki-laki dinilai wajar karena mayoritas perempuan memiliki waktu luang yang cenderung lebih banyak dibanding laki-laki. Dengan waktu luang yang dimiliki, perempuan akan mengisinya dengan mempelajari ilmu-ilmu agama dengan membaca buku maupun mendatangi majelis-majelis ilmu. Ini sesuai dengan pendapat Zuraidah (2013) yang mengatakan bahwa kentalnya nuansa religius pada perempuan disebabkan karena mereka begitu aktif dalam kegiatan majelis taklim, kelompok pengajian dan juga kelompok - kelompok yasinan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis maka ada beberapakesimpulan yang dapat dikemukakan dari penelitian ini sebagai temuan. Penelitian ini menemukan bahwa secara bersama-sama, terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja. Dengan kata lain, tinggi rendahnya religiusitas dan dukungan sosial yang diterima oleh remaja berkaitan dengan tingkat *subjective well-being* mereka. Selain itu ternyata secara terpisah, baik religiusitas ataupun dukungan sosial, masing-masing memiliki hubungan yang signifikan dengan SWB. Dengan kata lain, tinggi atau rendahnya religiusitas yang dimiliki remaja berkaitan dengan tingkat *subjective well-being* mereka. Begitu juga halnya dengan dukungan sosial, tinggi atau rendahnya dukungan sosial yang diterima remaja berkaitan dengan tingkat *subjective well-being* mereka.

### **Daftar Pustaka**

Aesijah, Siti., Prihartanti, Nanik., & Pratisti, Wiwin Dinar. (2016). Pengaruh Pelatihan

- Regulasi Emosi Terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu. *Jurnal Indigenous*. Vol. 1 (1). 39-47.
- Ammar, Diala., Nauffal, Diane., & Sbeity, Rana. (2013). The Role of Perceived Social Support in Predicting Subjective Well-Being in Lebanese College Students. *The Journal of Happiness & Well-Being*, Vol. 1, No. 2, 116-130.
- Ancok, D dan Suroso, F. N. (2004). *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Apollo., & Cahyadi, Andi. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta*. No. 02. ISSN 0854-1981. 254-271.
- Arnet, J.J (1999) Adolescent Storm and Stres, Reconsidered. *American Psychologist*. 54(5). 317-326.
- Carr, A. 2004. *Positive Psychology; The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Chou, Kee-Lee. (1999). Social Support and Subjective Well-Being Among Hong Kong Chinese Young Adults. *The Journal of Genetic Psychology*. Vol. 160, No. 3, 319-331.
- Collett, Jessica L., & Lizardo, Omar. (2008). *A Power-Control Theory of Gender and Religiosity*. Department of Sociology: University of Notre Dame.
- Daradjat, Zakiah. (2010). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychological Association* Vol. LV (1), 34-43.
- Diener, Ed. (1994). *Assesing Subjective Well Being: Progress and Opportunities*. Netherlands: Kluwer Academic Publisher.
- Diener, Ed. (2009). *The Science of Well-Being*. New York: Springer Science + Business Media.
- Diener, Ed., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Review. *South African Journal of Psychology*, Vol. 39, No. 4, 391-406.
- Ehrlich, B. S. & Isaacowitz, D. M, (2002). *Does subjective well-being increase with age?*. Di akses 19 Desember 2017, <http://www.bespin.stwing.upenn.edu/~upsych/perspective/2002/ehrllich.pdf>.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton & Company, Inc.
- Forest, K. B. (1996). Gender and the pathways to subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 24 (1), 19-34.
- Gurung, Regan A. R., Shelley E. Taylor., & Teresa E. Seeman. (2003). Accounting for Changes in Social Support Among Married Older Adults: Insights From the MacArthur Studies of Successful Aging. *Psychology and Aging*, Vol. 18, No. 3, 487– 496.
- Heady, Bruce., Ruut Veenhoven., & Alex Wearing. (1991). Top-Down Versus Bottom-Up Theories of Subjective Well-Being. *Social Indicator Research*, Vol. 24, 81-100.
- Here, S.V & Priyanto, P.H. (2014). Subjective Well-Being Pada Remaja ditinjau dari Kesadaran Lingkungan. *Psikodinamika*. Vol 13 (1). 10-21.
- Hum, E.S., & Falci, C. (2016, August). Gender Differences in Social Support, Self-Salience, and Mental Health. *Poster session presented at Summer Research Fair of the University of Nebraska-Lincoln, Lincoln, NE*
- Hurlock, E.B. (1980). Penerjemah: Istiwidayanti, Soedjarwo, Sijabat. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Khairani, Ayu (2014). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa yang Bekerja*

- (Skripsi). Pekanbaru: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Kim-Prieto, Ch., Diener, E., Tamir, M., Scollon, CH., & Diener, M. (2005). Integrating the Diverse Definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 6(3), 261–300.
- Lakey, B., Orehek, E., Hain, K.L., & VanVleet, M. (2010) Enacted Support's Links to Negative Affect and Perceived Support Are More Consistent With Theory When Social Influences Are Isolated From Traits Influences. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Vol 36 (1). 132-142.
- Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. (2000). Religion and Happiness: Still No Association. *Journal of Beliefs & Values*. Vol 21 (2). 233-236.
- Lewis, C. A., Maltby, J., & Day, L. (2005). Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults. *Personality and Individual Differences*, Vol 38(5). 1193-1202.
- Mayasari, Ros. (2014). Religiusitas Islam dan kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Al-Munzir*. Vol 7(2). 81-100
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Harditono, S. R. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychology*. 55 (1). 56-67.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is Happy?. *Psychological Science*. Vol 6(1): 10-19.
- Nayana, F.N. (2013). Kefungsian Keluarga dan Subjective Well-Being Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 1(2). 230-244.
- Nisfiannor, M., Rostiana., & Puspasari, T. (2004). Hubungan Antara Komitmen Beragama dan Subjective Well-Being Pada Remaja Akhir di Universitas Taruna Negara. *Jurnal Psikologi*. Vol 2 (1): 74:93.
- Pontoh, Zaenab., & Farid, M. (2015). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. 4 (1). 100-110.
- Purwadi. (2004). Proses Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*. Vol 1 (1). 43-52.
- Ryff, Carol D., & Singer, B. (1996). Psychological Well Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychother Psychosom*. 65. 14-23.
- Sagiv, Lilach., & Schwartz, S.H. (2000). Value Priorities and Subjective Well Being: Direct Relations and Congruity Effects. *European Journal of Social Psychology*, Vol. 30, 177-198.
- Samputri S.K., & Sakti, H. (2015). Dukungan Sosial dan Subjective Well Being Pada Tenaga kerja Wanita PT. Arni Family Ungaran. *Jurnal Empati*. Vol. 4 (4). 208-216.
- Sanrock, J.W. (2007). *Remaja*, Edisi Kesebelas Jilid Satu. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Seligman, Martin E.P. (2005). *Authentic Happiness*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Setyawan, F.A. (2014). *Hubungan Antara Religiusitas dan Subjective Well-Being Pada Remaja Islam Salatiga*. Fakultas Psikologi: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Siedlecki, K.L., Salthouse, T.A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2013). The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age. *Springer Science*.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Snyder, C.R. & Lopez, Shane J. (2007). *Positive Psychology*. United States of America: Sage Publications, Inc.
- Tiliouine, H. Cummins, R. Adan Davern. (2009) Islamic religiosity, subjective well-being, and health. *Mental Health, Religion & Culture*. Vol. 12 (1). 55-74.
- Utami, Muhana S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. *Jurnal Psikologi*. Vol. 39 (1). 46-66.
- Zuraidah. (2013). Peran Perempuan dalam Membangun Masyarakat Religius di Kabupaten Indragiri Hilir. *Sosial Budaya*. Vol 10 (1). 38-46.