

**Pengaruh *Gratitude* Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Kuliah
Dan Bekerja Di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.**

***The Influence Of Gratitude On Subjective Well-Being In College Students
Working On Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda***

FRANS APRILLIO WINDY PANGGAGAS

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda

Email : windypanggagas@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini meneliti tentang pengaruh *gratitude* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa kuliah dan bekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 mahasiswa yang berasal dari 5 Fakultas di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Sampel dalam penelitian ini diambil dari seluruh populasi sesuai dengan kriteria penelitian. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *gratitude* terhadap *subjective well-being*. Hal ini dapat dilihat dari angka koefisien korelasi tersebut dapat diartikan bahwa variansi dalam *subjective well-being* (Y) dapat dijelaskan oleh *gratitude* (X) sebesar 13%, sedangkan sisanya 87% berasal dari faktor lain.

Kata Kunci : *Gratitude, subjective well-being.*

ABSTRACT

This research examines the influence of gratitude on subjective well-being in college students working on Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.. The research method used in this research is quantitative. The sample in this research were 100 students from 5 faculties at the Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. The sample in this research was taken from all populations according to the research criteria. The data analysis technique used in this research is simple linear regression analysis. The results showed that there was a positive and significant influence between gratitude for subjective well-being.. This can be seen from the number of correlation coefficients can be interpreted that the variance in subjective well-being (Y) can be explained by gratitude (X) of 13%, while the remaining 87% comes from other factors.

Keywords : *Gratitude, subjective well-being.*

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, berbagai jenis kebutuhan semakin meningkat dan beragam. Kuliah sambil bekerja bukanlah hal baru dikalangan mahasiswa. Pada studi awal yang telah dilakukan peneliti, mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dijumpai di berbagai perguruan tinggi di Kalimantan Timur. Berdasarkan data yang di peroleh dari pihak Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, peneliti menemukan mahasiswa kuliah sambil bekerja. Data tersebut di ambil dari tahun akademik 2016 hingga 2018. Pada tahun akademik 2016/2017 mahasiswa yang kuliah sambil bekerja berjumlah 527 orang, sedangkan di tahun akademik 2017/2018 mahasiswa yang

kuliah sambil bekerja berjumlah 304 orang dan di tahun akademik 2018/2019 mahasiswa kuliah sambil bekerja berjumlah 267 orang. Data ini meliputi seluruh fakultas yang ada di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 13 november 2018, peneliti menemukan fenomena yang terjadi pada mahasiswa kuliah sambil bekerja yang mereka alami antara lain kesulitan dalam mengatur waktu dengan baik, contohnya dalam hal mengerjakan tugas akademik

dengan tugas di pekerjaannya. Kemudian mulai dari masalah ekonomi sampai hanya karena ingin mengisi waktu luang, contohnya dalam hal meringankan beban orang tua serta mencari pengalaman. Waktu bekerja juga kadang mengurangi waktu istirahat, sehingga kegiatan sehari-hari pun terganggu, ditambahkan lagi bahwa mereka yang kuliah sambil bekerja sulit untuk membagi pikiran atau bermasalah dengan konsentrasi, sehingga yang terjadi mahasiswa seringkali mengalami kelalaian untuk mengerjakan atau melaksanakan sesuatu. Mahasiswa juga mengalami kelelahan fisik maupun kelelahan mental, karena mahasiswa merasa bahwa memprioritaskan kedua aktivitas yaitu kuliah dan bekerja merupakan tanggung jawab yang besar.

Pada mahasiswa yang bekerja, melakukan kegiatan akademis sekaligus mencari uang bukanlah hal yang mudah, karena dapat menyebabkan stress. Hal-hal tersebut diyakini adalah suatu usaha untuk mencapai kualitas hidup yang baik pada masing-masing individu. Setiap individu mempunyai kriteria yang berbeda-beda tentang kualitas hidup yang baik. Pengertian subjektif dari kualitas hidup yang baik mengarah pada sejauh mana individu dalam menentukan hidupnya, pengertian tersebut lebih dikenal dengan istilah kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* (Diener, 2000).

Salah satu penunjang *subjective well-being* yang tinggi adalah *gratitude*. Menurut Peterson dan Seligman (2004), salah satu kekuatan positif yang paling memberikan keuntungan bagi diri individu adalah *gratitude*. *Gratitude* membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti belum menemukan penelitian tentang pengaruh *gratitude* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Dalam penelitian ini peneliti ingin membuktikan bahwa *gratitude* mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Dengan demikian, masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh antara *gratitude* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Subjective Well-Being*

Menurut Diener (2009) definisi dari *subjective well-being* dan kebahagiaan dapat dibuat menjadi tiga kategori. Pertama, *subjective well-being* bukanlah sebuah pernyataan subjektif tetapi merupakan beberapa keinginan berkualitas yang ingin dimiliki setiap orang. Kedua, *subjective well-being* merupakan sebuah penilaian secara menyeluruh dari

kehidupan seseorang yang merujuk pada berbagai macam kriteria. Arti ketiga dari *subjective well-being* jika digunakan dalam percakapan sehari-hari, yaitu dimana perasaan positif lebih besar dari pada perasaan negatif.

Subjective well-being menurut Diener, Oishi & Lucas (2003) memiliki pengertian sebagai persepsi seseorang serta hasil evaluasinya terhadap afeksi diri sendiri yang termasuk didalamnya reaksi terhadap suatu hal sebagai hasil pemikiran terhadap kepuasan dan kebahagiaan. *Subjective well-being* merupakan pandangan subjektif seseorang terhadap evaluasi dalam hidup mereka, yang terdiri dari evaluasi kognitif maupun evaluasi afektif (Ariati, 2010).

Menurut Khairani (2014) *Subjective well-being* merupakan evaluasi seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari dimensi kognitif dan dimensi afektif, yang direpresentasikan dalam kesejahteraan subjektif individu. Evaluasi kognitif merupakan penilaian terhadap kepuasan hidup seseorang dan evaluasi afektif merupakan respon emosional yang timbul dari setiap pengalaman hidup seseorang. Kepuasan hidup terdiri dari kepuasan hidup secara global atau menyeluruh dan kepuasan hidup dalam domain khusus, seperti pendapatan, keluarga dan relasi sosial, pekerjaan dan kesehatan. Kemudian, respon emosional terdiri dari respon emosional positif

misalnya perasaan senang dan respon emosional negatif misalnya perasaan sedih atau cemas (Diener, Lucas, & Oishi, 2009)

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan persepsi seseorang terhadap seluruh pengalaman hidupnya baik itu secara kognitif (kepuasan hidup) maupun afektif (positif & negatif). Individu merasakan *Subjective well-being* yang tinggi atau baik ketika individu merasakan lebih banyak emosi yang menyenangkan, merasa senang, dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani.

B. *Gratitude*

Menurut *American Heritage Dictionary of the English Language* (Listiyandini, dkk, 2015), bersyukur (*gratitude*) berasal dari bahasa Latin, yaitu *gratus* atau *gratitude* yang artinya berterima kasih (*thankfulness*) atau pujian (*pleasing*). Dalam Bahasa Indonesia, rasa terima kasih bisa dipadankan dengan rasa syukur. Kata syukur itu sendiri berasal dari Bahasa Arab yang bermakna 'pujian atas kebaikan' dan 'penuhnya sesuatu'.

Listiyandini, dkk (2015) mendefinisikan *gratitude* merupakan perasaan berterima kasih, bahagia, serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, dan alam semesta, yang kemudian mendorong seseorang untuk

melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka definisi *gratitude* yang digunakan peneliti adalah perasaan berterima kasih serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup, baik dari Tuhan, manusia maupun alam semesta, yang kemudian mendorong seseorang untuk berperilaku positif dan melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan.

C. Mahasiswa Kuliah dan Bekerja

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia bekerja (2019) adalah kegiatan melakukan sesuatu yang sifatnya wajib (kewajiban) atau sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah (mata pencaharian) dan hasilnya berupa upah atau gaji.

Menurut Badan Pusat Statistik (2018) bekerja adalah kegiatan ekonomi yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan, paling sedikit 1 jam (tidak terputus) dalam seminggu yang lalu. Berdasarkan waktu jam kerja karyawan yang bekerja 6 hari dalam seminggu, jam kerjanya adalah 7 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam seminggu. Sedangkan untuk yang bekerja 5 hari dalam 1 minggu, kewajiban bekerja 8 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam 1 minggu.

METODE PENELITIAN

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif.

A. Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini meliputi seluruh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Populasi dalam penelitian ini meliputi 5 (lima) Fakultas di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling (random sample)* diambil dari seluruh populasi sesuai dengan kriteria penelitian. Sampel penelitian ini berjumlah 100 orang mahasiswa di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda yang berasal dari 5 fakultas yang berbeda.

B. Alat Ukur

Dalam penelitian ini menggunakan 2 alat ukur yaitu: Skala *Subjective Well-Being* yang diadaptasi dari Khairani (2014) dan skala *Gratitude* Versi Indonesia yang diadaptasi dari Listiyandini, dkk. (2015).

Skala *Subjective Well-being* mendefinisikan bahwa *subjective well-being* merupakan persepsi seseorang terhadap seluruh pengalaman hidupnya baik itu secara kognitif (kepuasan hidup) maupun afektif (positif & negatif). Individu merasakan *subjective well-being* yang tinggi atau baik ketika individu merasakan lebih banyak emosi yang menyenangkan, merasa senang, dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani. Alat ukur yang digunakan untuk

variabel *subjective well-being* ada dua skala yaitu kepuasan hidup (*life Satisfaction*) dan PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scales*). Jumlah aitem keseluruhan 19 dengan nilai reliabilitas 0,850 untuk kepuasan hidup (*Life Satisfaction*) dan 0,925 untuk PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scales*).

Skala *Gratitude* Versi Indonesia mendefinisikan bahwa *Gratitude* adalah perasaan berterima kasih serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup, baik dari Tuhan, manusia maupun alam semesta, yang kemudian mendorong seseorang untuk berperilaku positif dan melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan. Skala *gratitude* versi Indonesia ini memiliki tiga komponen yang diukur yaitu *sense of appreciation*/perasaan menghargai (SA), perasaan positif mengenai kehidupan (PP), dan ekspresi bersyukur (EB). Jumlah aitem keseluruhan 26 dengan nilai reliabilitas 0,915.

C. Teknik Analisis Data

Analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi linear sederhana ini bertujuan untuk menguji pengaruh antara variabel X (*gratitude*) terhadap variabel Y (*subjective well-being*). Data akan diolah dan dianalisis

dengan cara *computerized* menggunakan aplikasi SPSS 21.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan data yang diolah dan dianalisis dengan cara *computerized* menggunakan aplikasi SPSS 21 memperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 9. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

	<i>Gratitude</i>	<i>Subjective Well-Being</i>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.186	.875

Dari hasil analisis di atas terlihat bahwa semua nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *gratitude* (X) dan *subjective well-being* (Y) berdistribusi normal.

**Tabel 10. Uji Linearitas
ANOVA Table**

F	.1523
Sig.	.070

Dari hasil analisis di atas terlihat bahwa nilai *F* 1.523 dengan signifikansi 0,070. Jika nilai *Sig.* dari *F* hitung *F* tabel (0,05) maka hubungannya bersifat linear, tetapi jika nilai *Sig.* dari *F* hitung *F* tabel (0,05) maka hubungannya bersifat tidak linear. Dikarenakan nilai *Sig.* 0,070 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa variabel *gratitude* (X) dan *subjective well-being* (Y) memiliki hubungan yang bersifat linear.

**Tabel 11. Uji Regresi Sederhana
Model Summary**

R	.360 ^a
R Square	.130

Dari hasil analisis di atas terlihat bahwa angka koefisien korelasi *R* sebesar 0,360 dengan *R square* sebesar 0,130. Angka koefisien determinasi tersebut dapat diartikan bahwa variansi dalam *subjective well-being* (Y) dapat dijelaskan oleh *gratitude* (X) sebesar 13%, sedangkan sisanya 87% berasal dari faktor lain. Jadi besaran kontribusi variabel *gratitude* (X) terhadap *subjective well-being* (Y) sebesar 13%, dengan kata lain *gratitude* (X) menunjukkan pengaruh nilai korelasi positif terhadap *subjective well-being* (Y).

**Tabel 12. Uji Regresi Sederhana
ANOVA^a**

F	14.607
Sig.	.000 ^b

Dari hasil analisis di atas terlihat bahwa nilai *F* yang ditemukan sebesar 14.607 dengan signifikansi 0,000. Karena nilai *Sig.* tersebut 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa kontribusi tersebut signifikan. Artinya variabel *gratitude* (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *subjective well-being* (Y).

**Tabel 13. Persamaan Garis Regresi
Coefficients^a**

B ₀	37.140
B ₁	.191

Dikarenakan tidak terdapat nilai negatif dapat disimpulkan bahwa *gratitude* (X) terhadap *subjective well-being* (Y) bersifat positif. Artinya variabel *gratitude* (X) memiliki pengaruh yang positif terhadap variabel *subjective well-being* (Y).

PEMBAHASAN

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *gratitude* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja maka analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana diawali dengan uji linearitas untuk melihat korelasi antara *gratitude* dengan *subjective well-being* bersifat linear atau tidak.

Hasil korelasi antara *gratitude* dengan *subjective well-being* menunjukkan bahwa angka koefisien korelasi R yang ditemukan sebesar 0,360 dengan R square sebesar 0,130. Jadi besaran kontribusi variabel *Gratitude* (X) terhadap *Subjective Well-Being* (Y) sebesar 13%, dengan kata lain *Gratitude* (X) menunjukkan pengaruh nilai korelasi positif terhadap *Subjective Well-Being* (Y). Hal ini berarti *gratitude* dapat dijadikan variabel bebas atau prediktor untuk memprediksi atau mengukur *subjective well-being*.

Hal tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini mendukung hasil penelitian

terdahulu, yang menunjukkan *gratitude* berpengaruh terhadap *subjective well-being* diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Pramitasari (2015) ditemukan hubungan yang signifikan antara *gratitude* dengan *subjective well-being* pada guru SMA 1 Sewon Bantul. Semakin tinggi *gratitude* semakin tinggi pula *subjective well-being*. Penelitian yang dilakukan Wakhidah (2014) tentang hubungan antara dukungan sosial dan *gratitude* dengan *subjective well-being* pada semester akhir Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Hasilnya menunjukkan dukungan sosial dan *gratitude* tidak bisa secara bersamaan mempengaruhi *subjective well-being*. Hanya *gratitude* yang berhubungan dengan *subjective well-being*.

Dalam penelitian ini *gratitude* merupakan salah satu faktor dan bukan satu-satunya faktor yang mutlak mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini dapat dilihat dari angka koefisien korelasi tersebut dapat diartikan bahwa variansi dalam *subjective well-being* (Y) dapat dijelaskan oleh *gratitude* (X) sebesar 13%, sedangkan sisanya 87% berasal dari faktor lain. Dengan demikian masih ada 87% faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa kuliah sambil bekerja di Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan Khairani (2014) tentang dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa yang bekerja menunjukkan angka koefisien determinan diperoleh sumbangan efektif dukungan sosial terhadap *subjective well-being* adalah sebesar 26,9%. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* yang seharusnya dapat digali lagi, namun dikarenakan peneliti ingin memfokuskan tujuan penelitian, maka peneliti hanya mengangkat faktor *gratitude* dan *subjective well-being*.

Berdasarkan hasil analisis diatas, hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu ada pengaruh antara *gratitude* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Semakin tinggi *gratitude* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Semakin rendah *gratitude* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja maka semakin rendah pula *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

KESIMPULAN

Analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear

seederhana. Analisis regresi linear sederhana ini bertujuan untuk menguji pengaruh antara variabel X (*gratitude*) terhadap variabel Y (*subjective well-being*). Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *gratitude* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini dapat dilihat dari angka koefisien korelasi tersebut dapat diartikan bahwa variansi dalam *subjective well-being* (Y) dapat dijelaskan oleh *gratitude* (X) sebesar 13%, sedangkan sisanya 87% berasal dari faktor lain.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu ada pengaruh antara *gratitude* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Semakin tinggi *gratitude* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Semakin rendah *gratitude* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja maka semakin rendah pula *subjective well-being* yang dimiliki mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

dimiliki mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka berikut ini adalah saran yang dapat diberikan oleh peneliti :

1. Kepada Mahasiswa Kuliah dan Bekerja

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja diharapkan mampu menyadari arti penting *gratitude* dengan cara meluangkan waktu untuk mengevaluasi diri, berdoa dan bersyukur kepada Tuhan atas apa yang telah ia dapatkan untuk menunggang *subjective well-being* sehingga dapat meminimalisir hal-hal yang tidak diinginkan dan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja juga dapat merasakan dampak langsung dari *gratitude* untuk kehidupannya sendiri.

2. Kepada Instansi

Pihak instansi terkait setidaknya menyediakan ruang kepada mahasiswa kuliah sambil bekerja untuk mengevaluasi diri, misalnya memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berdoa dan bersyukur kepada Tuhan disaat sebelum dan sesudah perkuliahan itu berlangsung. Pihak instansi terkait juga disarankan untuk tidak mengadakan perkuliahan di hari ataupun disaat jam umat beragama beribadah.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik dengan tema *gratitude* dan *subjective well-being* diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dan berdasarkan hasil penelitian ini terdapat 87% faktor lain dapat mempengaruhi *subjective well-being* oleh sebab itu peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* misalnya seperti kebermaknaan hidup, dukungan sosial, *self-esteem*, dsb.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariati, J. (2010). *Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Psikologi Undip, 8(2).
- Azwar S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi II. Yogyakarta.
- Bryson, A., Forth, J., & Stokes, L. (2014). *Does Worker Wellbeing Affect Workplace Performance?*. UK : Department For Business innovation & Skills.
- Cahyono, W. E. (2014). *Pelatihan Gratitude (Bersyukur) untuk Penurunan Stres Kerja Karyawan di PT. X.Calyptra*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, 3(1).
- Daulay, S. F., & Rola, F. (2009). *Perbedaan self regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja*. Jurnal. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara.

- Diener, E. (2000). *Subjective Well-Being The Science Of Happiness And A Proposal Of A National Index*. The American Psychological Association. Vol. 55 No. 1. 34-43.
- Diener, E. (2009). *The Science of Subjective Well Being. The collected works of Ed Deiner. Social Indicators Research Series*. Vol. 37, New York, NY: Springer.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). *Subjective Well-Being :The Science Of Happiness And Life Satisfaction*. Handbook of Positive Psychology England : Oxford University Press, Inc.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2009). *Subjective Well-Being :The Science Of Happiness And Life Satisfaction*. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (eds.), Oxford Handbook Of Positive Psychology (pp. 187-194). New York : Oxford University Press.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). *Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluation of life*. Annual Reviews Psychology. Doi : 10.1146/annurev.psych.54.101601.145056.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. Psychological bulletin, 125(2), 276.
- Furr, R. S., & Elling, W. T. (2000). *The Influence Of Work On College Student Development*. NASPA Jurnal, Vol. 37, No. 2.
- Keyes, C. L. M., & Magyar-Moe, J. L. (2003). *The Measurement And Utility Of Adult Subjective Well-Being*. Pp. 411-425 In Positive Psychological Assessment : A Handbook Of Models And Measures. Washington, DC : American Psychological Association.
- Khairani, A. (2014). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Yang Bekerja*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2017). *Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia*. Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology, 2(2), 473-496.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). *Mahasiswa Bekerja Dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar Dan Prestasi Akademik*. Jurnal Economia, 13(2), 201-209.
- McCullough, M.E., Tsang, J., & Emmons, R.A. (2004). *Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual difference and daily emotional experience*. Journal of Personality and Social Psychology, 86, 295-309.
- Muhson, Ali. (2005). *Modul Aplikasi Komputer*. Yogyakarta.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification*. New York : Oxford University Press.
- Pramitasari, A. (2015). *Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru SMA Negeri 1 Sewon*. Skripsi.

Universitas Islam Sunan Kalijaga,
Yogyakarta.

Tim Penyusun, (2014). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas 17 Agustus 1945, Samarinda.

Wakhidah, M. (2015). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Bersyukur Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa Semester Akhir*. Skripsi. UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). *Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales*. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.

Watanabe, Lauren E. (2005). *The Effect of College Student Employment on Academic Achievement*. *The University of Central Florida Undergraduate Research Journal*, Vol. 1, 38-47.

Wibisono, M. (2017). *Hubungan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa*. Skripsi. Universitas Islam Indonesia.

Badan Pusat Statistik. (2018). *Tenaga Kerja*. Diunduh Pada Tanggal 20 Juli 2018 Jam 22:35 WITA dari <https://www.bps.go.id/subject/6/tenaga-kerja.html>

Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2019). *Kerja*. Diunduh Pada Tanggal 27 Januari 2019 Jam 19:27 WITA dari <https://kbbi.web.id/kerja>