

HUBUNGAN ANTARA *INTOLERANCE OF UNCERTAINTY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Vivi Han¹ & Agoes Dariyo²

¹Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: vivi.705180103@stu.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: agoesd@fpsi.untar.ac.id

Masuk : 18-02-2023, revisi: 08-07-2023, diterima untuk diterbitkan : 12-07-2023

ABSTRACT

Students in the final stages of their studies have to face various challenges full of uncertainty, such as the process of preparing final assignments, career planning, completing courses, and others. When a person is faced with a situation full of uncertainty, he can develop intolerance of uncertainty, that is, the individual tries to avoid uncertain events. Therefore, in facing this uncertainty, a person's psychological well-being condition plays a big role in determining whether he can face various uncertainties. This research aims to examine the relationship between intolerance of uncertainty and psychological well-being in students who are writing their theses. This research is non-experimental correlation research with quantitative methods. The sampling technique is accidental sampling. The measuring tools used were the Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12) and the Psychological Well-Being Scale, and involved 100 respondents (54 women and 46 men). Data analysis using the Pearson correlation test resulted in a score of $r(100) = 0.029$; $p = 0.773$, $p > 0.5$. This means that there is no significant relationship between intolerance of uncertainty and psychological well-being.

Keywords: *Intolerance of uncertainty, psychological well-being, last year college students*

ABSTRAK

Mahasiswa pada tahap akhir studinya harus menghadapi berbagai tantangan yang penuh ketidakpastian, seperti proses penyusunan tugas akhir, perencanaan karir, penyelesaian mata kuliah, dan lain-lain. Ketidakpastian dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis seperti perasaan tidak menyenangkan, merasakan berbagai emosi negatif, stress, ketidakmampuan untuk mengambil keputusan, perubahan suasana hati, kecenderungan untuk menghindari situasi, meningkatnya rasa waspada, dan menganggap ketidakpastian sebagai hal yang negatif. Ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang penuh ketidakpastian, ia dapat mengembangkan intoleransi terhadap ketidakpastian, yaitu individu berusaha menghindari peristiwa yang tidak pasti. Oleh karena itu, dalam menghadapi ketidakpastian tersebut, kondisi kesejahteraan psikologis seseorang berperan besar dalam menentukan sanggupkah ia menghadapi berbagai ketidakpastian tersebut. Dalam menghadapi *intolerance of uncertainty* (IU), kesehatan fisik maupun psikologis memiliki peranan yang besar. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi non-eksperimental dengan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampelnya adalah Accidental Sampling. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Intoleransi Ketidakpastian (IUS-12) dan Skala Kesejahteraan Psikologis, serta melibatkan 100 responden (54 perempuan dan 46 laki-laki). Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson menghasilkan skor $r(100) = 0,029$; $p = 0,773$, $p > 0,5$. Artinya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dengan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: *Intolerance of uncertainty, psychological well-being, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi*

1. PENDAHULUAN

Setelah menyelesaikan pendidikan jenjang sekolah menengah atas, beberapa murid memilih untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi disebut dengan mahasiswa (Siswoyo, 2007). Mahasiswa pada umumnya menjalani perkuliahan selama kurang lebih empat tahun. Selama empat tahun tersebut mahasiswa akan melalui berbagai fase perkembangan dimulai dari menjalin relasi baru dengan mahasiswa lainnya, mengikuti berbagai organisasi dan kegiatan kemahasiswaan, mengikuti program magang, hingga pada akhir masa perkuliahan akan memfokuskan diri dalam penyesuaian tugas akhir.

Di dalam proses penyusunan tugas akhir, mahasiswa akan menemui berbagai tantangan baru, seperti mencari sumber literatur, menyamakan persepsi dengan dosen pembimbing, pengumpulan data, pengolahan data, dan menghadapi sidang skripsi. Selain tugas akhir, mahasiswa juga memiliki berbagai kekhawatiran dan tuntutan dari lingkungan maupun diri sendiri yang berbeda-beda pada setiap individu. Berbagai hal tersebut merupakan hal yang tidak dapat diprediksi apakah akan terjadi atau tidak dan juga apakah yang akan dihasilkan dari berbagai kejadian tersebut.

Ketidakpastian menurut Carleton (2007) adalah suatu kondisi dimana seseorang tidak mengetahui atau tidak dapat memprediksi tentang apa yang akan terjadi di masa depan dan konsekuensi yang diakibatkan oleh kejadian tersebut. Ketidakpastian dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis seperti perasaan tidak menyenangkan, merasakan berbagai emosi negatif, stress, ketidakmampuan untuk mengambil keputusan, perubahan suasana hati, kecenderungan untuk menghindari situasi, meningkatnya rasa waspada, dan menganggap ketidakpastian sebagai hal yang negatif (Diefenbach & Han, 2019). Cara seseorang menghadapi ketidakpastian dapat berbeda-beda, terdapat individu yang merasa bersemangat dalam menghadapi hal yang penuh dengan ketidakpastian dan menganggap hal itu sebagai tantangan dalam hidup, tetapi terdapat juga individu yang merasa tidak berdaya dan gelisah dalam menghadapi ketidakpastian terutama ketika individu merasa bingung dan tidak dapat mengendalikan masa depannya (Hammad, 2016).

Intolerance of uncertainty merupakan kecenderungan individu untuk mempertimbangkan kemungkinan terjadinya peristiwa negatif yang mengancam, terlepas dari kemungkinan hal tersebut terjadi atau tidak (Carleton, 2007). *Intolerance of uncertainty* dapat memberikan banyak dampak negatif terhadap individu, seperti mengganggu kemampuan pemecahan masalah, keadaan emosional yang tidak stabil, menghambat perilaku yang berfokus pada pemecahan masalah, dan keraguan dalam pengambilan keputusan (Freeston, 1994).

Di dalam menghadapi *intolerance of uncertainty* (IU), kesehatan fisik maupun psikologis memiliki peranan yang besar. *Psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi saat seseorang berperilaku positif terhadap orang lain maupun dirinya sendiri, mampu untuk menciptakan dan mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup yang ingin dicapai, mampu untuk membuat hidup mereka lebih bermakna, dan terus berusaha untuk mengembangkan diri (Ryff, 1989). Hasil penelitian Kurniasari, Rusmana, & Budiman (2019) menunjukkan bahwa 38% mahasiswa memiliki *psychological well-being* yang rendah, 46% mahasiswa memiliki *psychological well-being* rata-rata, dan 16% mahasiswa memiliki *psychological well-being* yang tinggi. Rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting dan harus ditangani secepatnya, karena berdampak buruk yaitu munculnya gejala kecemasan, depresi, dan berbagai gangguan psikologis lainnya (Ryff, 1995).

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik diharapkan dapat menghadapi berbagai ketidakpastian dalam hidup mereka dengan pandangan yang positif. Hal ini sangat penting bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi agar mereka dapat menghadapi tantangan baru yang penuh ketidakpastian secara positif dan tetap memperhatikan kesejahteraan psikologis mereka. Atas dasar pemikiran tersebut, maka dirumuskan masalah apakah terdapat hubungan antara *intolerance of uncertainty* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan metode statistik untuk mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi non eksperimental yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu *intolerance of uncertainty* yang diukur dengan alat ukur *Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12)* dengan variabel terikat yaitu *psychological well-being* yang diukur dengan menggunakan *Psychological Well-Being Scale*.

Pengukuran variabel *intolerance of uncertainty* diukur menggunakan alat ukur *intolerance of uncertainty scale* yang dibuat oleh Freeston et al. (1994) yang terdiri atas 27 item. Kemudian, Carleton (2007) mengembangkan IUS-12 yang merupakan versi lebih singkat dari alat ukur Freeston. Alat ukur ini terdiri atas 12 item yang dirancang untuk mengukur dimensi *prospective anxiety* yaitu apakah individu merasa takut dan cemas terhadap peristiwa yang tidak terduga di masa depan dan dimensi *inhibitory anxiety* untuk mengukur kemampuan individu mengambil tindakan saat berada dalam situasi yang penuh dengan ketidakpastian.

Semua item dalam alat ukur ini merupakan butir positif dengan 7 butir mengukur *prospective anxiety* dan 5 butir mengukur *inhibitory anxiety*. Setiap butir item dinilai dengan menggunakan skala *likert* yang terdiri atas 5 kontinum jawaban yaitu 1= Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Agak Sesuai, 4 = Sesuai, dan 5 = Sangat Sesuai. Alat ukur IUS-12 yang digunakan oleh peneliti merupakan versi IUS-12 yang sudah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Istiqomah, Helmi, & Widhiarso (2022) dalam penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa tingkat akhir jenjang pendidikan D3, D4, dan S1 di Indonesia. Selain itu, peneliti mengukur reliabilitas dari alat ukur IUS-12 dan memperoleh hasil *Cronbach's Alpha*= 0.797, selain itu juga tidak terdapat butir yang gugur dalam uji reliabilitas karena setiap butir memiliki nilai *corrected item total correlation* > 0.2.

Pengukuran *psychological well-being* dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *psychological well-being scale* yang dibuat oleh Bagian Riset dan Pengukuran Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara (2011) yang dibuat berdasarkan teori Ryff (dalam Papalia, 2012). Alat ukur ini terdiri atas 31 butir dengan 5 butir positif untuk mengukur dimensi penerimaan diri (*self acceptance*), 2 butir positif dan 3 butir negatif untuk mengukur dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), 4 butir positif untuk mengukur dimensi kemandirian (*autonomy*), 1 butir positif dan 4 butir negatif untuk mengukur dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), 6 butir positif dan 1 butir negatif untuk mengukur dimensi tujuan hidup (*purpose in life*), dan 5 butir positif untuk mengukur dimensi pengembangan diri (*personal growth*). Setiap butir item dinilai dengan menggunakan skala *likert* yang terdiri atas 5 kontinum jawaban yaitu 1= Sangat Tidak Sesuai, 2= Tidak Sesuai, 3= Agak Sesuai, 4= Sesuai, dan 5= Sangat Sesuai.

Partisipan penelitian ini, yaitu mahasiswa yang sedang aktif perkuliahan dan tidak sedang mengambil cuti akademik, memasuki tingkat akhir perkuliahan, sedang menyusun skripsi, serta rentang usia 21-25 tahun. Data partisipan dikumpulkan secara daring dengan menyebarkan kuesioner alat ukur melalui media social *Line*, *Instagram*, dan *WhatsApp*. Partisipan yang terkumpul sebanyak 100 orang partisipan dari berbagai universitas di Indonesia.

Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi yang dipilih menjadi sampel (Retnawati, 2017). Teknik *non probability sampling* yang digunakan dalam

pengambilan sampel adalah *accidental sampling*, yaitu teknik sampling yang mengandalkan keberadaan subjek untuk dijadikan sampel, sehingga siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dipandang cocok sebagai partisipan maka akan dijadikan sampel (Babbie, 2007). Teknik analisis data dengan menggunakan aplikasi statistika (IBM SPSS Statistics 26) dengan teknik analisis korelasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah $n = 100$ orang yang merupakan mahasiswa aktif yang sedang menyusun skripsi dan berada dalam rentang usia 21-25 tahun. Peneliti tidak membatasi pemilihan partisipan berdasarkan jenis kelamin, suku, ras, agama, etnis, dan atau budaya tertentu. Berdasarkan hasil yang diperoleh, subjek dalam penelitian ini terdiri atas 54 perempuan dan 46 laki-laki dengan $M = 2.00$; $SD = 0.501$.

Tabel 1

Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	54	54.0
Laki-laki	46	46.0
Jumlah	100	100

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang sudah memasuki semester 7 sampai dengan semester 10 dengan $M = 7.93$; $SD = 0.742$.

Tabel 2

Gambaran Partisipan Berdasarkan Semester Perkuliahan

Semester	Frekuensi	Persentase (%)
7	29	29.0
8	51	51.0
9	18	18.0
10	2	2.0
Jumlah	100	100

Subjek dalam penelitian ini berada pada rentang usia 21 tahun sampai dengan 25 tahun dengan $M = 22.04$; $SD = 1.414$.

Tabel 3

Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
21	53	53.0
22	21	21.0
23	8	8.0
24	5	5.0
25	13	13.0
Jumlah	100	100

Analisis hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa variabel *intolerance of uncertainty* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel *psychological well-being* yang ditunjukkan dengan nilai $r(100) = 0.029$ dan nilai $P = 0.773$, $P > 0.05$.

Tabel 4

Hasil Tes Korelasi antara Intolerance of Uncertainty dan Psychological Well-Being

<i>Intolerance of Uncertainty dan Psychological Well-Being</i>	
r	0.029
p	0.773

Peneliti juga melakukan uji korelasi antara variabel *intolerance of uncertainty* dengan dimensi *psychological well-being* yang menunjukkan hasil bahwa hanya terdapat hubungan negatif antara variabel *self acceptance* dan *inhibitory anxiety* dengan $r(100) = -0.212$ dengan nilai $p = 0.034 < 0.05$. Sedangkan untuk dimensi lainnya tidak memiliki hubungan yang signifikan antara satu sama lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *intolerance of uncertainty* dengan *psychological well-being* mahasiswa yang menyusun skripsi. Menurut Carleton (2007) *intolerance of uncertainty* sebagai situasi yang tidak pasti, tidak jelas, atau samar-samar yang sulit diperkirakan dalam kehidupan seseorang. Seseorang berada dalam situasi yang tidak menentu dan seolah-olah diombang-ambingkan oleh situasi yang benar tidak ada kepastian sama sekali. Sehingga, hal itu akan membuat seseorang merasa bingung, dan tidak tahu apa yang akan dilakukannya di masa mendatang. Jika seseorang berada dalam situasi yang ambigu, membingungkan atau tak menentu, maka ia justru mengalami kondisi yang tidak jelas dalam menghadapi masa depannya (Dugas et al., 2004). Jadi ia akan mengalami kehilangan orientasi kehidupan (*life-disorientation*). Dengan demikian, seseorang akan merasa cemas, kuatir atau takut untuk menghadapi kehidupan masa depannya (Donegan, & Dugas, 2012). Demikianlah, gambaran situasi kehidupan yang dialami oleh seorang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ia merasa pesimis apakah ia dapat menyelesaikan tugas skripsinya dengan baik, atau tidak.

Namun demikian, sebagai seseorang yang menghadapi situasi krisis akademik di perguruan tinggi, sebaiknya ia harus berani berpikir positif. Krisis akademik sebagai situasi yang menekan, mendesak dan merangsang seseorang untuk melakukan sesuatu yang bertujuan untuk mengatasinya dengan sebaik-baiknya. Idealnya, orang yang berada dalam situasi yang tidak menentu tersebut, maka ia membutuhkan kehidupan yang damai, tenang, dan sejahtera. Karena itu, seseorang sangat perlu mengembangkan sikap hidup yang damai, tenang dan tetap fokus dalam menghadapi situasi yang tak menentu, agar ia dapat menjalani kehidupan dengan bahagia. Dalam hal inilah, maka menurut Ryff (1989) dibutuhkan seseorang yang dapat merasakan kesejahteraan dalam kehidupannya (*psychological well-being*).

Ryff (1989) menyebutkan ada 6 dimensi yang membentuk kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri (*self-acceptance*), kemandirian (*autonomy*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), mempunyai tujuan hidup (*purpose in life*), kemampuan membangun hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), penguasaan lingkungan (*environment mastery*). Menurut Ryff (dalam Huppert, 2009) bahwa seseorang yang mempunyai kesejahteraan psikologis ditandai dengan kemampuan untuk dapat memahami dan menerima diri-sendiri apa adanya (*self-acceptance*). Kemampuan menerima kelemahan maupun kelebihan diri-sendiri tersebut, menjadi modal penting bagi seseorang untuk membangun rasa percaya diri, optimis dan sikap mandiri dalam kehidupannya (*autonomy*). Sikap mandiri merupakan sikap yang penting dimiliki oleh setiap orang, karena ia menyadari kekurangan dan kelemahannya, sehingga ia juga akan mampu memahami apa yang dibutuhkan untuk mengembangkan potensi dan kompetensinya (*personal growth*).

Selain itu, menurut Ryff (1989, dalam Zika & Chamberlain, 1992) bahwa orang yang sejahtera secara psikologis adalah orang yang mempunyai tujuan hidup yang jelas, yaitu tujuan yang akan dicapai secara konkrit dalam hidupnya (*purpose in life*). Tentu saja, setiap orang mempunyai tujuan hidup yang berbeda-beda antara satu dengan yang lain. Prinsipnya adalah tujuan hidup itulah yang menggerakkan (mendorong) seseorang untuk melakukan sesuatu yang positif dan bermanfaat bagi hidupnya. Karena itu, orang yang mempunyai tujuan hidup yang jelas dan terarah demi mencapai masa depan yang lebih baik. Hal tersebut juga menjadi dasar bagi seseorang untuk membangun hubungan sosial yang positif dengan orang lain di masyarakat (*positive relationship with others*), karena pencapaian tujuan hidup itu tak bisa dicapai secara individual, namun membutuhkan bantuan orang lain. Tujuan hidup juga menjadi dasar bagi seseorang untuk mengembangkan kemampuan menguasai lingkungan baik lingkungan sosial maupun lingkungan fisik (*environment mastery*). Lingkungan sosial terkait dengan lingkungan yang berhubungan dengan individu atau orang lain secara kelompok. Lingkungan fisik adalah lingkungan tempat tinggal, wilayah desa, kota, provinsi atau negara, bahkan dunia. Lingkungan tersebut menjadi bagian penting yang dipahami dan dikuasai oleh seseorang, karena ia juga bagian dari lingkungan tersebut.

Menurut Huppert (2009) bahwa kesejahteraan psikologis sebagai kondisi psikologis yang stabil yang mempengaruhi seseorang dapat merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Ia dapat mengendalikan aspek kognitif, afektif maupun konatif yang efektif demi mewujudkan tujuan tertentu dalam kehidupannya. Secara kognitif bahwa seseorang yang merasakan kesejahteraan hidup, maka ia akan dapat berpikir secara logis dan rasional dalam menghadapi setiap permasalahan hidupnya. Secara afektif, maka seseorang akan mampu merasakan ketenangan, kenyamanan dan kedamaian, walaupun dirinya mempunyai masalah yang harus diselesaikan sesegera mungkin. Karena itu, secara konatif pun, maka seseorang akan tetap mampu mengendalikan perilakunya secara konkrit untuk menyelesaikan masalahnya dengan sebaik-baiknya.

Meskipun secara konsep teori bahwa variabel *intolerance of uncertainty* dengan *psychological well-being* memiliki hubungan, namun ketika dilakukan uji empiris kedua variabel tersebut tidak ada hubungan sama sekali. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman teoritis yang bersifat ideal, belum tentu menggambarkan realitas yang sebenarnya. Jika kedua variabel utama tidak ada korelasi, maka uji tambahan yang dilakukan terkait dengan penelitian ini, tentu juga tidak akan memberi dukungan apapun terhadap penelitian ini.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *intolerance of uncertainty* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Saran yang berkaitan dengan penelitian serupa yaitu perlunya memahami dan memperbaiki konsep variabel *intolerance of uncertainty* dengan sebaik-baiknya. Mungkin perlu dilakukan penelitian dengan pengambilan data pada partisipan yang sama atau yang berbeda, untuk membuktikan hasil dari kedua variabel tersebut.

Ucapan Terimakasih (Acknowledgement)

Ucapan terimakasih disampaikan kepada para partisipan yang bersedia mengisi kuesioner ini dengan baik sehingga penelitian ini terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih juga

disampaikan kepada tim editor/reviewer JMISHS yang bersedia menerima dan memuat naskah ini dengan baik.

REFERENSI

- Babbie, E. R. (2007). *The practice of social research*. Thomson Wadsworth.
- Budiman, B. (2006). *Perkembangan peserta didik*. UPI Press.
- Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105–117. <https://doi.org/10.1016/J.JANXDIS.2006.03.014>.
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The Role of Intolerance of Uncertainty in Etiology and Maintenance. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (pp. 143–163). The Guilford Press.
- Donegan, E., & Dugas, M. J. (2012). Generalized anxiety disorder: A comparison of symptom change in adults receiving cognitive-behavioral therapy or applied relaxation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80(3), 490–496. <https://doi.org/10.1037/a002813>.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791–802. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90048-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90048-5).
- Hammad, M. A. (2016). Future Anxiety and its relationship to students' attitude toward academic specialization. *Journal of Education and Practice*, 7(15), 54–65. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1103253>.
- Han, P. K. J., Klein, W. M. P., & Arora, N. K. (2011). Varieties of uncertainty in health care: a conceptual taxonomy. *Medical Decision Making: An International Journal of the Society for Medical Decision Making*, 31(6), 828. <https://doi.org/10.1177/0272989X11393976>.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence Regarding Its Causes and Consequences. *Health and Well-being*. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>.
- Retnawati, H. (2017). *Teknik pengambilan sampel*. Pustaka Pelajar.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu pendidikan*. UNY Press.
- Zika, S. & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal on Psychology*. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02429.x>.