



Contents lists available at

Journal of Innovative Counseling : Theory, Research & Practice

ISSN: 2548-1738 (Print) ISSN: 2580-7153 (Electronic)

Journal homepage: https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Profil Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Tasikmalaya serta Implikasi terhadap Layanan Konseling

Agrissha Meidianty Rahayu¹, Gian Sugiana Sugara², Cucu Arumsari³

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya¹²³

Article Info

Article history:

Received Nov 20th, 2021

Revised Dec 27th, 2021

Accepted Jan 22th, 2021

Keyword:

Happiness,
Adolescence,
Orphanage,
Penn Resiliency Program

ABSTRACT

Research related to the profile of adolescent happiness aims to create a solution to increase adolescent happiness in the Tasikmalaya orphanage. The increasing cases of depression experienced by teenagers prompted the authors to conduct research on the profile of adolescent happiness in general. Therefore, this study uses quantitative research with descriptive studies. The data measurement tool uses a questionnaire that has been constructed based on Martin Seligman's latest Authentic Happiness Inventory. With a population of 92 orphanages in Tasikmalaya, the results of the study are as follows: in general, the happiness level of adolescents in social orphanages in Tasikmalaya city is in the moderate category; based on gender is in the moderate category and there is no difference between the two. Recommendations for administrators of social care homes in the city of Tasikmalaya is that the design of the implementation of guidance and counseling services based on penn resilience programs that have been listed in this study can be implemented by administrators of social care institutions in the city of Tasikmalaya to increase the happiness of adolescents in social care institutions.



© 2020 The Authors. Published by Departement of Guidance and Counseling

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Cucu Arumsari
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
Email: cucu.arumsari@umtas.ac.id

Pendahuluan

Kebahagiaan merupakan keinginan setiap manusia. Sebagaimana yang dikatakan oleh Headey & Wearing (Febrietta, 2016:1) yakni tidak ada yang menyangkal bahwa kebahagiaan merupakan salah satu hal yang diidamkan. Frey & Stutzer (Herbyanti, 2009:63) menjelaskan bahwa kebahagiaan akan terwujud apabila apa yang menjadi kebutuhan dapat terpenuhi. Mengenai hakikat manusia, Kurniasih dan Syaripudin menjelaskan (Karina, 2012:12) bahwa hakikat manusia adalah sebagai makhluk Tuhan yang Maha Esa. Manusia adalah kesatuan badani-rohani yang hidup dalam ruang dan waktu, memiliki kesadaran (*consciousness*) dan kesadaran diri (*self awareness*), mempunyai berbagai kebutuhan, dibekali naluri dan nafsu, serta memiliki tujuan hidup.

Pencapaian kebahagiaan merupakan representasi kualitas hidup manusia yang berkaitan erat dengan makna hidup. Menurut Sumanto (2006:119) kata makna hidup sudah dikembangkan

oleh salah satu tokoh yang bernama Victor Frankl yang dikenal dengan logoterapinya menyebutkan kebermaknaan hidup sebagai proses penemuan isi dunia sekitar yang bermakna intrinsik secara individual.

Berdasarkan riset kesehatan dasar yang kabarkan oleh jakartapost.com (Ramadhani dan Retnowati, 2013:74) bahwa pada tahun 2007, persentase masyarakat pada umur 15 tahun atau lebih di Indonesia dengan gangguan kecemasan dan depresi terdiri dari 11,6% atau sekitar 19 juta orang. Artinya dalam riset tersebut menyatakan bahwa remaja di Indonesia banyak yang mengidap gangguan kecemasan dan depresi. Riset tersebut memberikan penjelasan lain bahwa kualitas hidup dan kebahagiaan para remaja sangat rendah karena tingkat depresi yang tinggi hingga berujung pada kasus bunuh diri. Menurut Seligman (Karina, 2012:6) Individu yang depresi cenderung tidak bahagia.

Penelitian Hankin (Ramadhani dan Retnowati, 2013:74) menyatakan bahwa salah satu faktor kerentanan depresi pada remaja adalah kejadian hidup negatif yang menekan. Kurangnya kemampuan ketahanan diri dalam menyikapi berbagai peristiwa kehidupan akan menimbulkan dampak negatif pada kesehatan mental manusia. Santrock menyebutkan sebuah penelitian klasik yang dilakukan oleh Ainsworth,dkk (Husna, 2016:2) membuktikan bahwa keluarga adalah awal hubungan bagi remaja untuk kemudian dibawa terus ke titik lebih lanjut dalam perkembangan, untuk mempengaruhi semua hubungan selanjutnya. Orang tua merupakan sarana utama untuk mendukung anak-anaknya sehingga ia tumbuh dengan baik.

Menurut WHO (Wulandari, 2014:39) menyebutkan bahwa remaja adalah kelompok penduduk yang berusia 10-19 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja dibagi dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Salah satu tahap remaja adalah remaja madya (*middle adolescence*) yaitu tahapan usia sangat membutuhkan kawan-kawan dan adanya kecenderungan untuk narsistik. Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Wulandari mengenai tahap perkembangan remaja madya, maka dapat diartikan bahwasanya tahapan ini membutuhkan perhatian khusus yang disebabkan oleh ketidakstabilan pribadinya. masa remaja adalah masa kritis identitas atau masalah identitas- ego remaja.

Secara umum dalam Kepmensos No.50/HUK/2004 (Khoirunnisa, 2015:70) menjelaskan bahwa panti sosial asuhan anak adalah panti sosial yang mempunyai tugas yang memberikan bimbingan dan pelayanan bagi anak yatim, piatu, yatim piatu, anak yang kurang mampu, dan terlantar agar potensi dan kapasitas belajarnya pulih kembali dan dapat berkembang secara wajar.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Komisi Perencanaan Pendidikan di Amerika Serikat (Education Association) (Mustikawaty, 2007:2), secara individu seluruh remaja membutuhkan arti penting sebuah keluarga. Kenyataannya, tidak semua remaja yang berada di panti asuhan tidak mendapatkan peran ataupun kasih sayang selayaknya yang diberikan dari keluarga.

Kasih sayang atau sikap lainnya yang diterima remaja dari pengurus panti asuhan akan menjadi sebuah evaluasi atau penilaian pada dirinya. Hasil penilaian inilah yang biasa disebut dengan kesejahteraan psikologis. Menurut Mustikawaty (2007:4) kebahagiaan yang tidak dialami oleh para remaja panti asuhan menyebabkan seolah-olah mereka terpaksa untuk tinggal di panti asuhan dan tidak merasa bahwa mereka membutuhkan panti asuhan untuk menunjang kehidupan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Sahuleka (Rifai, 2015:4) ada beberapa hal positif dari panti asuhan, antara lain panti asuhan merupakan tempat bernaung bagi anak-anak maupun remaja yang terlantar dimana mereka mendapatkan bimbingan dalam bidang pendidikan dan pekerjaan maupun dalam pembentukan karakter dan penyesuaian diri di masyarakat, dan merupakan suatu lingkungan *therapeutic* bagi anak-anak serta remaja yang membutuhkan.

Penelitian yang lain yang dilakukan oleh Kristanti (Husna, 2016:20) menjelaskan bahwa di Panti Asuhan Nurul Abyadh menunjukan bahwa tingkat stres remaja ditinjau dari usia 15 tahun tergolong sedang yaitu (16%), pada usia 16 tahun stres pada remaja tergolong sedang yaitu 9

(18%), dan usia 17 tahun stres remaja tergolong sedang 6 (12%), dan juga pada usia 18 tahun stresnya tergolong sedang yaitu 6 (12%) Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat stress remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh yang berusia 15-18 tahun rata-rata tingkat stresnya berada kategori sedang. Perlu perhatian khusus untuk meningkatkan kebahagiaan agar tingkat stress pada remaja mengalami penurunan.

Menurut Puspita Dewi (2016) Panti asuhan sebagai pengganti dari orang tua harus memberikan pelayanan kepada anak terlantar dengan cara membimbingnya ke arah perkembangan pribadi yang wajar dan memiliki keterampilan sehingga mampu hidup bertanggungjawab baik terhadap dirinya sendiri, keluarga dan masyarakat. Kehidupan manusia tidak selamanya menunjukkan posisi yang menguntungkan. Seperti halnya kehidupan remaja, ada yang merasa beruntung karena memiliki keluarga yang utuh dan ada pula merasa tidak beruntung karena ia tidak memiliki keluarga sehingga terpaksa tinggal di panti asuhan yang belum jelas kualitas pelayanannya. Perawatan anak di yayasan belum diketahui kebenarannya, karena anak dipandang sebagai makhluk biologis bukan sebagai makhluk psikologis dan makhluk sosial. Hal ini memungkinkan bahwa anak yang tinggal di panti asuhan tidak mendapatkan pelayanan ataupun kasih sayang yang selayaknya.

Brunwasser dan Jane Gillham (2009) mengatakan bahwa *Penn Resiliency Program* (PRP) adalah program kognitif perilaku berbasis kelompok. Program ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor inkonsisten dalam diri manusia. Diharapkan program ini dapat menanamkan aspek resiliensi untuk menekan dampak negatif dari faktor inkonsisten dalam diri manusia. Beberapa studi menilai efek pada gaya kognitif yang terkait dengan depresi, dan beberapa studi lainnya meneliti efek pada gejala kecemasan. Studi ini menjelaskan bahwa PRP dapat mencegah dan mengurangi gejala depresi dan kecemasan (ppc.sas.upenn.edu).

Resiliensi merupakan salah satu dimensi dalam kehidupan manusia yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Holaday dan McPhearson (dalam Issacson, 2002: 29) menyatakan beberapa karakteristik individu yang resilien yang dapat mempengaruhi adalah kemampuan untuk bangkit kembali, *good-natured personality*, fokus pada bakat, otonomi, tanggung jawab, kesabaran, optimisme, kemampuan memecahkan masalah, tujuan di hidup, kreativitas, moral, rasa ingin tahu, *coping skills*, empati dan religiusitas.

Kebahagiaan individu ditandai oleh emosi positif yang dimiliki oleh dirinya sendiri. Sebagaimana aspek kebahagiaan yang dijelaskan oleh Seligman (Husna, 2016:10) menyebutkan bahwa terjalannya hubungan positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam keseharian, optimisme yang realistis, serta resiliensi menjadi sumber kebahagiaan individu. Salah satu aspek sumber kebahagiaan yang disebutkan Seligman yaitu resiliensi. Maka pelaksanaan program bimbingan resiliensi menjadi salah satu efektifitas untuk meningkatkan kebahagiaan.

Layanan bimbingan resiliensi dibutuhkan sebagai pendampingan untuk para remaja yang tinggal di panti asuhan. Layanan bimbingan dan konseling yang relevan dengan konsep resiliensi ialah layanan bimbingan kelompok dari *Penn Resiliency Program* yang mana merupakan layanan bimbingan resiliensi atau program latihan yang telah didemonstrasikan untuk membangun ketahanan, kesejahteraan dan optimisme.

Menurut Noddings (Karina, 2012:13) Kebahagiaan harus menjadi tujuan pendidikan dan pendidikan yang baik harus berkontribusi secara signifikan terhadap kebahagiaan personal dan kolektif. Sehingga upaya pendidikan layanan bimbingan dan konseling dapat membantu individu lebih optimal dalam bidang pengembangan sosial, intelektual, emosional, spiritual yang terwujud sebagai pribadi yang mandiri dalam menentukan arah kehidupannya termasuk kebahagiaan dirinya.

Penn Resiliency Program Untuk Meningkatkan Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan perasaan positif yang menjadi tujuan dari setiap manusia. Dalam pencapaiannya, manusia perlu memenuhi kebutuhan dirinya untuk mendapatkan kebahagiaan.

Reivich dan Shatte (Ruswahyuningsih dan Afiatin, 2015:100) menyatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup, yang berupa: kemampuan membedakan resiko yang realistis dan tidak realistis; memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupannya. Kemampuan resiliensi dapat membantu manusia dalam mencapai kebahagiaan. Dalam proses pencapaian kebahagiaan, terdapat dinamika kehidupan yang membutuhkan ketahanan manusia dalam melewati setiap situasi serta bertahan dalam kehidupan.

Carr (Setyowati, 2017:49) mengungkapkan bahwa Kebahagiaan (*subjective well being*) didefinisikan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif. Dilanjut dengan penjelasan Dunn, Beard dan Fisher (Setyowati, 2017:49) menjelaskan beberapa keadaan positif yang mendeskripsikan kebahagiaan.

Seligman menjelaskan bahwa kebahagiaan (*well-being*) (Setyowati, 2017:49) meliputi lima komponen pembentuk yaitu emosi positif (*Positive Emotion/P*), keterlibatan (*Engagement/E*), hubungan sosial positif (*Positive Relationship/R*), kebermaknaan hidup (*Meaning/M*) dan prestasi (*Accomplishment/A*). Kelima komponen ini disingkat sebagai PERMA.

Penn Resiliency Program (PRP) adalah kurikulum yang dikembangkan oleh tim psikolog di Universitas Pennsylvania. Tujuan awalnya adalah untuk mencegah depresi remaja. Challen, dkk menjelaskan bahwa PRP adalah intervensi manual yang terdiri dari 18 jam lokakarya yang berdasarkan komponen kognitif Ellis yang bermodelkan ABC nya. Di bawah ini terdapat tema-tema pembelajaran selama 18 jam proses program dilaksanakan yakni menghubungkan antara pikiran dan perasaan (*link between thoughts and feelings*), Gaya berpikir (*thinking styles*), Keyakinan yang menantang (*challenging beliefs*), Mengevaluasi pikiran dan menempatkannya dalam sebuah perspektif, Mengulas kembali pembelajaran pertama hingga pembelajaran ke empat, Assertiveness and negotiation, Strategies coping, Penilaian tugas dan pelatihan keterampilan sosial, Pengambilan keputusan dan ulasan dari pembelajaran keenam hingga kesembilan, Penyelesaian masalah sosial dan Ulasan pembelajaran pertama hingga akhir dalam bentuk pengaplikasian terhadap contoh sebuah kasus yang dialami oleh anggota kelompoknya.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif yang menggunakan data sebagai bahan analisis dalam penelitian ini. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel yang menjadikan semua anggota populasinya sebagai sampel (Sugiyono, 2007:68). Penelitian dilaksanakan di Panti Sosial Asuhan Anak se-kota Tasikmalaya dengan populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 15-18 tahun yang secara administratif terdaftar dan tinggal di masing-masing Panti Sosial Asuhan Anak se-kota Tasikmalaya. Penyebaran angket dilakukan selama kurang lebih dua bulan. Berdasarkan hasil angket, diperoleh data bahwa terdapat beberapa kategori yaitu tinggi, rata-rata, rendah. Dan kategori yang cenderung tinggi berdasarkan test ialah kategori rata-rata yang artinya kebahagiaan remaja di panti asuhan Tasikmalaya telah mencapai indikator kebahagiaan yang cukup.

Pengukuran untuk mengetahui kondisi kebahagiaan remaja panti asuhan di Tasikmalaya menggunakan Instrumen yang telah dikonstruksi berdasarkan *Authentic Happiness Inventory*. Instrumen pengungkap profil kebahagiaan memuat 45 pernyataan yang meliputi aspek *positive emotion, engagement, relationship, meaning of life, accomplishment*. Responden diminta untuk merespon item pernyataan sesuai dengan apa yang dirasakannya dengan menggunakan skala likert di mana 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (sesuai), dan 4 (sangat sesuai).

Uji realibilitas *Alpha Cronbach's* dilakukan dengan bantuan *software* SPSS versi 25. Berdasarkan uji reliabilitas terhadap instrument kebahagiaan remaja dengan menggunakan

bantuan *Software* SPSS 25 menunjukkan reliabilitas sebesar 0,924. Hal ini menunjukkan tingkat derajat keterandalan instrumen kebahagiaan setelah dilakukan uji reliabilitas sangat tinggi.

Metode statistika deskriptif digunakan untuk menganalisis profil umum kebahagiaan remaja di panti asuhan Tasikmalaya. Gambaran umum kebahagiaan pada remaja di panti asuhan se-kota Tasikmalaya dijawab dengan menggunakan persentase dari jawaban remaja panti asuhan mengenai kebahagiaan yang menghasilkan lima kategori, yaitu tinggi, rata-rata, redah. Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan, diperoleh kategori kebahagiaan remaja yang tinggal di panti sosial asuhan anak yang berada di Tasikmalaya.

Sedangkan mengenai perbedaan kebahagiaan antara remaja panti laki-laki dan perempuan dijawab dengan mengolah data menggunakan SPSS 25. Hasil dari perhitungan dengan menggunakan rumus *One-Way* ANOVA memperoleh hasil bahwa tidak ada perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan. Maka, dibentuklah rancangan program layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kebahagiaan dengan rancangan layanan dasar *penn resilience program*.

Hasil dan Pembahasan

Dari 92 remaja yang tinggal di beberapa panti di kota Tasikmalaya terdapat 18,5% (17 orang) yang memiliki kebahagiaan pada kategori tinggi, artinya remaja panti pada level ini telah berhasil atau maksimal mengembangkan 5 pilar kebahagiaan, yaitu positive emotion, engagement, relationship, meaning, accomplishment. Hal lain yang ditunjukkan pada tabel di atas yaitu remaja yang memiliki kebahagiaan rata-rata terdapat 81,5% (75 orang) artinya remaja panti pada level ini telah cukup mengembangkan 5 pilar kebahagiaan, yaitu positive emotion, engagement, relationship, meaning, accomplishment. Sedangkan remaja yang memiliki kebahagiaan pada tingkatan rendah, dalam hal ini tidak ditemukan persentase yang menunjukkan ketidakhahagiaan remaja panti asuhan. Terdapat 0% (tidak ada orang yang menempati kategori rendah), artinya remaja cenderung merasakan kebahagiaan daripada ketidakhahagiaan. Maka dapat disimpulkan dari keseluruhan remaja panti asuhan yang berada di kota Tasikmalaya berada pada kategori cukup. Maka perlu diberikan bantuan agar remaja tersebut dapat mengoptimalkan kebahagiaan.

Gambaran Per Aspek dan indikator Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Se-Kota Tasikmalaya

Aspek	Persentase	Indikator	Persentase
Positive Emotion	34,55%	Menikmati kondisi dalam hidup	32,80%
		Senang menjalani kehidupan sehari-hari	36,30%
		Merasa positif dalam hidup	33,90%
Engagement	35,35%	Menghabiskan waktu dalam melakukan aktivitas	35,33%
		Gembira dan tertarik untuk melakukan aktivitas	34,70%
		Terlarut dalam melakukan aktivitas	36,75%
Relationship	33,18%	Merasa dicintai orang lain	34,03%
		Merasa puas dalam menjalin hubungan	31,83%

		Mendapatkan dukungan orang lain	33,29%
Meaning	34,32%	Memiliki tujuan hidup	32,74%
		Merasa hidupnya bernilai dan berharga.	32,47%
		Mampu mengarahkan hidupnya	34,03%
Acomplishment	33,18%	Adanya kemajuan dalam mencapai tujuannya	33,29%
		Mencapai tujuan yang telah ditentukan.	32,74%
		Mampu bertanggungjawab dalam hidupnya.	33,69%

Untuk mengetahui perbedaan gender kebahagiaan dalam penelitian ini diukur dengan uji *One-Way* ANOVA dan dengan bantuan SPSS 25. Dengan ketentuan nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 artinya terdapat perbedaan antara kebahagiaan remaja laki-laki dan perempuan. Jika signifikansi (Sig.) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan kebahagiaan antara laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil perhitungan perbedaan kebahagiaan antara laki-laki dan perempuan, menunjukkan hasil Sig 0,141 > 0,05 yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kebahagiaan pada remaja laki-laki dan perempuan.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai tingkat kebahagiaan remaja di Panti Sosial Asuhan Anak yang berada di kota Tasikmalaya dihasilkan beberapa kesimpulan sebagai berikut: Profil kebahagiaan remaja di Panti Sosial Asuhan secara umum menunjukkan tingkat kebahagiaan remaja di panti asuhan tersebut berada pada kategori rata-rata. Profil kebahagiaan berdasarkan remaja di Panti Sosial Asuhan cenderung berada dalam kategori rata-rata dan menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan di antara remaja perempuan dan laki-laki. Berdasarkan hasil penelitian, maka implikasi terhadap bimbingan dan konseling ialah melakukan layanan kelompok berdasarkan Penn Resiliency Program. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan Tasikmalaya

Rekomendasi

Rancangan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang dibuat pada penelitian ini dapat diimplementasikan oleh pengurus panti sosial asuhan anak untuk meningkatkan kebahagiaan pada remaja di panti sosial asuhan, peneliti selanjutnya dengan populasi yang bervariasi, remaja panti asuhan dan program studi Bimbingan dan Konseling.

Referensi

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Asdi Mahastya
Arief, Mochamad Fahmy & Habibah, Nur. (2015). *Pengaruh Strategi Aktivitas (Bersyukur dan Optimis) Terhadap Peningkatan Kebahagiaan Pada Mahasiswa SI Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Jurnal. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan

- Anggara, Feri. Dkk. (2016). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Modeling Dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Dalam Menghadapi Ujian*. Jurnal UNP
- Brunswasser, Stevan M. Gillham, Jane E. Kim, Eric S. (2009). *A Meta Analytic Review Of The Penn Resiliency Program's Effect On Depressive Symptoms*. Jurnal
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology. The Science Of Happiness And Human Strengths*. New York: Brunner Routledge
- Clark, Andrew E., dan Andrew J. Oswald. (1994). "Unhappiness and unemployment.". *The Economic Journal* 104 (424): 648–59.
- Diponegoro, Ahmad Muhammad & Mulyono. (2015). *Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Suku Jawa Di Klaten*. Jurnal Psikopedagogia, Vol.4, No.1
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (2005). *Subjective WellBeing: Three Decades of Progress*. *Psychological bulletin*, 125, 276302.
- E Yulianto, S Santika, C Arumsari and Turmudi. (2019). *Trends for 'wiskunde' or 'wiskunst'? the case of students' problem solving on elementary math problem (a little practical review from 'revisiting mathematics education')*. IOP Conf. Series: Journal of Physics: Conf. Series 1315 (2019) 012038. <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1315/1/012038/meta>
- Effendy, Nurlaila. (2016). *Konsep Flourishing Dalam Psikologi Positif: Subjective Wellbeing Atau Berbeda?*. Jurnal. Seminar Asean: 2nd Psychology & Humanity
- Eid, M. and Larsen R.J. (2008). *The Science of Subjective Well-Being*. London: The Guilford Press.
- Easterlin, Richard A. 1974. "Does economic growth improve the human lot? In nations and households in economic growth: Essays in honor of moses abramovitz". Academic Press, 89–125.
- Frey, Bruno S., dan Alois Stutzer. (2000). "Happiness, economy and institutions." *The Economic Journal* 110 (466): 918–38.
- Dunn, Dana S. et al. (2011). *The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction On Happiness: Introducing Students to Positive Psychology*.
- Febrieta, Ditta. (2016). *Kebahagiaan*. Buletin Konsorium Psikologi Ilmiah Nusantara: Vol.2, No.2
- Herbyanti, Deni. (2009). *Kebahagiaan (Happiness) Pada Remaja Di Daerah Abrasi*. Jurnal Ilmiah Indiginous: Vol.11, No.2
- Husna, Qisti Nurul. (2016). *Profil Tingkat Kebahagiaan Remaja Di Panti Asuhan Serta Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesi
- Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Penerjemah: Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga
- Jane, Gillham. Reivich, Karen. Seligman, Martin. *Resilience In Children*. Artikel. Diakses ppc.sas.upenn.edu/empirical-evaluations-prp
- Issacson, B. (2002). *Characteristics And Enhancement Of Resiliency In Young People. A Research Paper*. The Graduate School, University of Wisconsin-Stout
- Karina, T. (2012). *Efektivitas Program Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Siswa*. (Skripsi). Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Kristanti. (2013). *Stress Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
- Khoirunnisa, Sella. Dkk. (2015). *Pemenuhan Kebutuhan Pendidikan Anak Asuh Di Panti Asuhan*. Prosiding KS: Riset & PKM, Vol.2, No.1

-
- Khoirunnisa, Sella. Dkk. *Pemenuhan Kebutuhan Pendidikan Anak Asuh Di Panti Sosial Asuhan Anak*. Jurnal. Universitas Padjajaran
- Lewi, Natanael & Sudarji, Santi. (2015). *Faktor-Faktor Pendukung Kebahagiaan Pada Tempat Narapidana Wanita Di Lapas Wanita Kelas II A*. Jurnal UBM
- Mustikawaty, Rahayu. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan Di Kota Bndung*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung
- Oktavianey, Novaviva. (2016). *Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Ditinjau Dari Status Pendidikan Remaja Di Daerah Pertambangan Kecamatan Monterado Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Patnani, Miwa. (2012). *Kebahagiaan Pada Perempuan*. Jurnal: Psikogenesis Fakultas Psikologi Universitas YARSI, Vol.1, No.1
- Reivich, K. Shatter, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Book
- Ramadhani, Aprilia & Retnowati, Sofia. (2013). *Depresi Pada Remaja Korban Bullying*. Jurnal Psikologi: Vol.9, No.2
- Rifai, Nuqman. (2015). *Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan (Studi Kasus Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Yatim Piatu Muhammadiyah Klaten)*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahmawati, Belatrix Dwi. Dkk. (2018). *Gambaran Resiliensi Psikologis Remaja Panti Asuhan Psychological Resilience Profile of Adolescents Living at Social Shelter*. Jurnal. Frenspsi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Ruswahningsih, M.C & Afiantin, Tina. (2015). *Resiliensi Pada Remaja Jawa*. Gadjah Mada Of Journal Psychology
- Rakhman, Mauludy. Dkk. (2018). *Gambaran Subjective Wellbeing Anak Perempuan Pada Komunitas Rumah Belajar Indonesia Bangkit (RBIB) Di Yogyakarta*. Jurnal
- Santrock, J. (2007). *Remaja*. Penerjemah: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga
- Seligman, M. (2013). *Beyond Authentic Happiness*. Penerjemah: Rudi Atmoko. Bandung: Mizan
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2014). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sativa, Rosi Alisa. Avin, Fadilla Helmi. *Syukur dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja*. Jurnal Wacana Psikologi
- Sari, Limaran Putri. (2017). *Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Talk Untuk Meningkatkan Kepemimpinan Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 11 Semarang*. Jurnal UNNES
- Sumanto. (2006). *Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup*. Jurnal. Buletin Psikologi, Vol.14, No.2
- Setyowati, Aprilia. (2017). *Urgensi Kebahagiaan (Happiness) Bagi Calon Konselor*. Jurnal. Prosiding Seminar Nasional
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). *The Measurement and Conceptualization of Mood Awareness: Monitoring and Labeling One's Mood States*. Personality and Social Psychology Bulletin, 21, 934-949.
- Seligman, M. E.P & Csikszentmihalyi, Mihaly. (2000). *Positive Psychology : An Introduction*. American Psychology Association, 55 (1), 5-14
- Wibowo, Mungin Eddy. (-). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Sebagai Upaya Membangun Peserta Didik Yang Berkarakter*. Jurnal: Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

- Wulandari, Ade. (2014). *Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya*. Jurnal. Keperawatan Anak, Vo.2, No.1
- Yudhawati, Dian. (2018). *Implementasi Psikologi Positif Dalam Pengembangan Kepribadian Mahasiswa*. Jurnal Psycho Idea, Vol. 16, No.2