

Perbedaan Tingkat Kebahagiaan antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri dengan Perguruan Tinggi Swasta

MA Primaningrum Dian¹, Farikha Wahyu Lestari², Agus Setiawan³,
Chr. Argo Widiharto⁴

Universitas PGRI Semarang, Semarang, Indonesia
e-mail: *primaningrum@upgris.ac.id

Article History:

Submission
Aug 15th, 2023

Accepted
Aug 21th, 2023

Published
Oct 31th, 2023

Abstract. *Study from home which is being carried out at all levels of education; one of which was in tertiary institutions during the covid-19 pandemic which had an impact on the learning process and stress levels for students. This research is to describe the differences in the happiness of students who study at public universities and private universities. The research method used in this study is a survey method with a research data collection tool using a happiness scale that is distributed through the Google form. The sampling in this study used a simple random sampling technique and obtained a sample of 738 students from various tertiary institutions in Indonesia. The data from this study show that there is no significant difference in happiness between students studying at public and private universities while studying from home*

Keywords: *College Student, Happiness, Pandemic Covid-19*

Abstrak. *Study from home yang sedang dilaksanakan pada seluruh jenjang pendidikan; salah satunya pada perguruan tinggi pada saat pandemic covid-19 ini memberikan pengaruh pada proses pembelajaran dan tingkat stress bagi mahasiswa. Penelitian ini untuk mendeskripsikan perbedaan kebahagiaan mahasiswa yang kuliah di perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan alat pengumpul data penelitian menggunakan skala kebahagiaan yang disebarakan melalui google form. Sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling dan mendapatkan sampel sebanyak 738 mahasiswa yang berasal dari berbagai perguruan tinggi di. Data hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan kebahagiaan yang signifikan antara mahasiswa yang kuliah di perguruan tinggi negeri dan swasta saat study from home.*

Kata kunci: *kebahagiaan, mahasiswa, pandemic covid-19*

A. PENDAHULUAN

Pandemi covid -19 memberikan dampak pada hampir keseluruhan aspek kehidupan manusia. Pola interaksi antar manusia menjadi berubah. Salah satu hal yang berdampak adalah di bidang Pendidikan. Pemberlakuan kebijakan sekolah secara daring termasuk di perguruan tinggi dilaksanakan berdasarkan Surat Edaran Menteri Pendidikan Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 (<https://www.kemdikbud.go.id>, 2020). Surat edaran tersebut dikuatkan dengan dikeluarkannya Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 (Kurniawan, 2020).

Kedua surat edaran tersebut membawa konsekuensi siswa dan mahasiswa harus belajar dari rumah dengan menggunakan sistem daring sehingga siswa dan mahasiswa tidak bisa bertemu secara langsung dengan guru atau dosen dan teman-

teman. Kebijakan ini berlaku di seluruh unit pelaksana pendidikan baik negeri maupun swasta.

Gillet-Swan (dalam Rahardjo et al., 2020) berpendapat bahwa pada kenyataannya kebiasaan baru dalam belajar ini bukan merupakan hal yang mudah untuk dilaksanakan karena terdapat beberapa kendala antara lain kemampuan dalam penggunaan teknologi pada mahasiswa, sarana dan prasarana, beban dan tugas perkuliahan juga semakin bertambah, kondisi ini menjadi salah satu stressor bagi mahasiswa yang melaksanakan perkuliahan jarak jauh (Rahardjo et al., 2020; Ph et al., 2020; Yuwono, 2020). Studi yang dilakukan oleh Harahap dkk (2020) terkait dengan tingkat stress mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh, menunjukkan hasil bahwa terdapat 35,7% mahasiswa mengalami stress selama pembelajaran jarak jauh.

Penelitian tersebut juga mendeskripsikan terkait dengan gambaran tingkat stress akademik mahasiswa, dimana 13% mengalami

stress akademik tinggi, 75 % mengalami stress akademik sedang, dan sisanya berada pada kategori rendah. Stress akademik yang dialami mahasiswa erat kaitannya dengan tingkat kebahagiaan yang dimiliki. Seperti yang telah ditelaah oleh Chavoshi dkk (2019) yang menyebutkan bahwa stress akademik memiliki korelasi yang negative dengan tingkat kebahagiaan mahasiswa. Artinya, ketika seorang mahasiswa memiliki stress akademik yang tinggi maka tingkat kebahagiaan mahasiswa tersebut akan semakin rendah, dan Ketika tingkat stress akademik mahasiswa rendah maka tingkat kebahagiaan mahasiswa akan menjadi tinggi.

Pendapat dari Hoggard dan Lyubomirsk yang dikutip oleh Chavoshi dkk (2019) menjabarkan bahwa mahasiswa yang mengikuti perkuliahan dengan perasaan Bahagia akan menjadi lebih sukses dalam melalui setiap tahap pendidikan dan akan merasa lebih berbahagia saat lulus dari kuliah dan telah bekerja. Oleh karena itu, aspek

kebahagiaan mahasiswa saat belajar di perguruan tinggi perlu mendapatkan perhatian khusus, terlebih lagi saat masa pandemic saat ini. Studi ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang perbedaan antara tingkat kebahagiaan mahasiswa dari perguruan tinggi negeri dengan perguruan tinggi swasta.

B. LANDASAN TEORI

Konsep Dasar Kebahagiaan

Ketertarikan ahli psikologis pada karakteristik hidup dan pengalaman positif dalam menjalani hidup seperti kebahagiaan, telah dimulai pada awal abad 20 dengan adanya gerakan psikologi positif (Seligman dikutip Amorim et al., 2017). Csikszentmihalyi dan Hunter menyatakan bahwa tingkat kebahagiaan yang baik dapat dicapai ketika seseorang mengalami perasaan positif atau kesenangan yang tinggi seperti gembira, bangga, dan merasa puas dengan kehidupannya serta memiliki tingkat yang rendah terhadap perasaan negative atau ketidaksenangan

seperti kesedihan, depresi dan rasa iri (Amorim et al., 2017).

Oleh karena itu, orang yang bahagia bukanlah orang yang pernah mengalami depresi tetapi seseorang yang pernah mengalami banyak emosi dan memiliki status kognitif positif dalam berbagai aspek kehidupan (Lyubomirsky dikutip Amorim et al., 2017). Pendapat lain tentang kebahagiaan dikemukakan oleh Argyle yang menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan pengalaman yang menyenangkan (emosi positif) dan kepuasan hidup, seperti rendahnya tingkat depresi dan kecemasan (emosi negatif) (Chavoshi et al., 2019). Kebahagiaan merupakan konsep yang multi dimensi dan mungkin penerimaan atau pemaknaannya berbeda pada setiap individu.

Seligman menyatakan bahwa konsep kebahagiaan telah dikaitkan dengan hal lain seperti kesejahteraan, kegembiraan, kesenangan dan kepuasan (San Martín et al., 2010). Lebih khusus lagi, Lyubomirsky, Sheldon & Schkade dikutip San Martín et al.,

2010) menyebutnya kebahagiaan sebagai perasaan kesejahteraan subjektif yang ditandai dengan sejumlah besar perasaan positif, sejumlah kecil perasaan negatif, dan peningkatan kepuasan hidup.

Faktor Pembentuk Kebahagiaan

Lebih lanjut San Martín et al., (2010) menegaskan bahwa tingkat kebahagiaan seseorang terutama ditentukan oleh tiga faktor yaitu nilai referensi, keadaan dan aktivitas yang disengaja. Nilai referensi mengacu pada bagaimana seseorang mendapatkan referensi terhadap makna kebahagiaan misalnya makna kebahagiaan yang menjadi referensi adalah ekonomi, maka nilai kebahagiaan bagi orang tersebut adalah bila individu sukses secara ekonomi. Bila dilihat dari faktor keadaan, diartikan bahwa seseorang merasa bahagia bila orang tersebut dapat memaknai keadaan yang sedang dialami saat ini sebagai suatu hal yang membahagiakan dan harus disyukuri.

Kebahagiaan dari faktor aktivitas yang disengaja yaitu

seseorang akan merasa bahagia dengan suatu aktivitas yang disengaja untuk membuat orang tersebut bahagia, misalnya orang menjalankan hobi yang sudah ditekuni atau membuat aktivitas yang sesuai dengan keinginan orang tersebut dan keinginan tersebut sifatnya personal. Dalam konteks akademik, siswa atau mahasiswa juga memiliki makna kebahagiaan yang terkait dengan proses pembelajaran.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan pada mahasiswa telah menunjukkan hubungan negatif antara stres akademik yang dirasakan dan efikasi diri akademik dan juga hubungan positif antara efikasi diri akademik dan kebahagiaan selama periode pendidikan perguruan tinggi (Schiffrin dan Nelson; Sharp dan Pritchard, dikutip Chavoshi et al., 2019).

Efikasi diri akademik, sebagai faktor yang memberikan kepuasan hidup kepada siswa selama masa pendidikan perguruan tinggi, dapat dipengaruhi secara negatif oleh stres akademik pada periode kehidupan

ini. Bagi mahasiswa, peningkatan tekanan psikologis dan konsekuensi akademis negatif dalam kondisi normal akan muncul di masa akhir studi (Grubic et al., 2020). Penerapan pembatasan fisik sebagai reaksi terhadap COVID-19, institusi pendidikan tinggi telah beralih ke format pembelajaran online, yang diharapkan dapat semakin memperburuk stres akademik bagi siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang meneliti dampak gangguan akademik pada siswa (Wickens, dikutip Grubic et al., 2020), mahasiswa mungkin mengalami penurunan motivasi terhadap studi, peningkatan tekanan untuk belajar mandiri, pengabaian rutinitas sehari-hari, dan tingkat putus sekolah yang berpotensi lebih tinggi. sebagai konsekuensi langsung dari tindakan ini.

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survey dengan teknik analisis data komparatif atau perbandingan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari

PTN dan PTS di Indonesia. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 738 responden yang terdiri mahasiswa PTN dan PTS. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan, dengan jumlah soal 35 butir. Pengumpulan data dilaksanakan secara online dengan memanfaatkan media google form. Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan membandingkan nilai rerata antar kelompok sampel.

D. HASIL PENELITIAN

Hasil survey tentang kebahagiaan mahasiswa dalam masa *study from home* ini dilihat dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS).

Tabel 1. Perbandingan Index Kebahagiaan Mahasiswa PTN dan PTS

| | | | |
|-------------|---------|---|----------------|
| Keterangan: | | | |
| Bahagia | 6 - 10 | = | Sangat Tidak |
| | 11 - 15 | = | Tidak Bahagia |
| | 16 - 20 | = | Bahagia |
| | 21 - 24 | = | Sangat Bahagia |

Berdasarkan data tersebut, maka index kebahagiaan antara

mahasiswa PTN dengan mahasiswa PTS tidak ada perbedaan yang mencolok dalam kaitannya dengan *study from home*. Skor index kebahagiaan mahasiswa PTN adalah 11,77 sedangkan skor index kebahagiaan mahasiswa PTS adalah 11,81. Skor tersebut menunjukkan mahasiswa PTS lebih bahagia hanya 0,04 dari pada mahasiswa PTN sehingga tidak jauh berbeda dan masih sama-sama masuk kategori Tidak Bahagia dengan *study from home* yang sedang dijalani sekarang.

Dilihat dari perbandingan antar jenis kelamin dapat dilihat bahwa mahasiswa laki-laki dari PTS lebih bahagia dengan skor 11,91 dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki PTN yang memiliki skor 11,74 meskipun hanya terpaut 0,17 poin saja. Sedangkan untuk mahasiswa perempuan, PTN lebih bahagia dengan skor 11,80 berbanding 11,72 untuk mahasiswa perempuan dari PTS yang berarti ada selisih 0,08 saja.

Perbandingan berdasarkan aspek kebahagiaan untuk mahasiswa laki-laki baik dari PTN maupun PTS

sama-sama lebih unggul aspek kognitif dibandingkan aspek lain tetapi untuk skor terendah ada perbedaan aspek antara mahasiswa laki-laki PTN dengan mahasiswa PTS. Untuk mahasiswa PTN aspek terendah ada pada aspek social (10,98) sedangkan mahasiswa laki-laki PTS aspek terendahnya adalah aspek emosi (11,25).

E. PEMBAHASAN

Perbandingan untuk mahasiswa perempuan dari PTN maupun PTS tidak ada perbedaan aspek tertinggi yaitu sama-sama aspek kognitif dengan skor 14,48 (PTN) dan skor 13,96 (PTS). Bila dibandingkan per aspek maka mahasiswa perempuan PTN lebih unggul 0,52 dibandingkan mahasiswa PTS dalam aspek kognitif. Begitu juga untuk aspek terendah antara mahasiswa PTN dan PTS tidak ada perbedaan yaitu memiliki aspek terendah pada aspek emosi yaitu 10,33 (PTN) dan 10,34 (PTS) sehingga PTS hanya unggul 0,01 dibanding PTN.

Dari hasil tersebut nampak bahwa aspek yang paling kuat baik

dari PTN dan PTS adalah aspek kognitif. Hal ini erat kaitannya dengan status mereka sebagai mahasiswa yang terbiasa menelaah sesuatu secara kognitif. Data penelitian ini menyebutkan bahwa kondisi kebahagiaan mahasiswa pada aspek kognitif jika dibandingkan dari jenis kelamin menunjukkan bahwa wanita lebih tinggi daripada pria. Hal ini terjadi di PTN maupun di PTS. Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Anwar dkk (2019) menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat kecerdasan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki khususnya dalam hal proses pembelajaran di perguruan tinggi.

Aspek kedua yang mengambil peranan penting pada kebahagiaan mahasiswa PTN dan PTS adalah aspek sosial. Pada aspek ini tidak ada perbedaan skor yang signifikan antara mahasiswa PTN dan PTS. Kebutuhan akan bersosialisasi dengan orang lain menjadi hal yang penting dalam menciptakan kebahagiaan mahasiswa. Hal ini dijelaskan dari beberapa hasil

penelitian yang menyebutkan bahwa modalitas social, trust, berpengaruh positif pada tingkat *subjective wellbeing* seseorang (Helliwell, 2006,2007; Sarracino, 2012; Rahayu, 2016).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa aspek fisik mahasiswa PTN dan PTS tidak berbeda signifikan dalam membentuk kebahagiaan. Rerata skor aspek fisik berada pada kategori tidak bahagia karena berada di bawah nilai median dari skor total populasi. Kondisi fisik seseorang memberikan pengaruh yang cukup besar pada kebahagiaannya. Semakin sehat seseorang akan semakin besar kebahagiaannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu yang mendalami tentang kesehatan, *life satisfaction* dan *subjective well-being* (Michalos et al, 2000; Perneger et al, 2004; Kennedy et al, 1983; Gerstenblüth dan Rossi, 2013; Rahayu 2016)

Kebahagiaan mahasiswa PTN dan PTS ditinjau dari aspek ekonomi tidak ada perbedaan, mereka berada

pada rentang nilai yang sama. Hal ini memungkinkan bahwa status ekonomi mahasiswa PTN dan PTS cenderung sama. Pada aspek ini mahasiswa PTN dan PTS dalam kondisi tidak bahagia karena nilai rerata berada di bawah nilai median. Mereka merasa tidak Bahagia pada aspek ekonomi karena pandemi covid berdampak pada pendapatan orang tua dan berimbas pada uang saku yang diberikan. Terdapat hubungan positif signifikan antara pendapatan dan kebahagiaan negara maju dan negara berkembang (Blanchflower dan Oswald 2004; Shields dan Price 2005; Graham dan Pettinato 2002; Lelkes 2006; Rahayu 2016).

Aspek emosi menempati urutan terakhir dari pembentukan kebahagiaan mahasiswa. Aspek emosi memiliki nilai yang paling rendah baik bagi mahasiswa PTN maupun PTS. Hal ini menunjukkan belum adanya kematangan emosi pada responden penelitian. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulum (2017) menyebutkan bahwa mahasiswa pada tingkat awal

memiliki kematangan emosi pada tingkat sedang. Padahal kematangan emosi dengan kebahagiaan pada remaja (Ulfah, 2016).

F. PENUTUP

Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan maka dapat ditarik sebuah simpulan bahwa tidak ada perbedaan kebahagiaan yang signifikan antara mahasiswa PTN dengan mahasiswa PTS selama pelaksanaan study from home. Kebahagiaan mahasiswa saat study from home ditinjau dari urutan aspeknya adalah bahagia dari segi kognitif, social, fisik, ekonomi dan emosi. Tidak ditemukan perbedaan kebahagiaan antara mahasiswa dengan jenis kelamin pria maupun wanita. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam lagi terkait dengan persepsi kebahagiaan dari sudut pandang mahasiswa.

G. DAFTAR RUJUKAN

- Amalia, S. (2017). Pengaruh persepsi kesehatan terhadap tingkat kebahagiaan pada lansia. *Psikovidya*, 21(2), 1-9.
- Amorim, S. M., Lucia Helena De, F. P. F., & Valentini, F. (2017). Predictors of happiness among retired from urban and rural areas in Brazil. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 30(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s41155-016-0055-3>
- Anhari, Nuri Khoirun Nisa. 2019. Hubungan Berfikir Positif dan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan Pada Guru Yayasan. Yogyakarta: UIN Yogyakarta. Tidak diterbitkan (skripsi)
- Anwar, S., Salsabila, I., Sofyan, R., & Amna, Z. (2019). Laki-Laki Atau Perempuan, Siapa Yang Lebih Cerdas Dalam Proses Belajar? Sebuah Bukti Dari Pendekatan Analisis Survival. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 281.
- Aryogi, I. (2016). Subjective well-being individu dalam rumah tangga di Indonesia. *JJET (Jurnal Ilmu Ekonomi Terapan)*, 1(1).
- Chavoshi, M., Golmohammadi, F., Ahmadi, G., Kasravi, R., Nadrian, H., Javid, F., & Mahmoodi, H. (2019). Factors associated with happiness among college students: do academic self-efficacy and stress predict happiness. *International Journal of Happiness and Development*, 5(1), 14.

<https://doi.org/10.1504/ijhd.2019.10019451>

[rg/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804](https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804)

- Desky, D. F. (2021). Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres dan Pola Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Fadhilah, R. R. T. (2018). *Hubungan antara interaksi sosial dengan happiness pada lansia* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Gerstenblüth, Mariana, dan Máximo Rossi. 2013. "Are healthier people happier? Evidence from Chile and Uruguay." *Development in Practice* 23 (2): 205–16. <https://doi.org/10.1080/09614524.2013.772024>.
- Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. M. (2020). Student mental health in the midst of the COVID-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(5), 517–518. <https://doi.org/10.1177/0020764020925108>
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>
- Hasiani, I. P., Kadiyono, A. L., & Susiati, E. (2020). Studi Komparatif Kematangan Karir pada Mahasiswa Rumpun Sains & Teknologi (Saintek) dan Sosial Humaniora (Soshum). *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 4(2), 50-59.
- Hasibuan, Ali Daud. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Covid 19. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling Vol. 10 No. 1 Tahun 2020*. Diakses melalui <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/7654>
- Helliwell, Jhon F. 2007. "Well-Being and Social Capital: Does Suicide Pose a Puzzle?" *Social Indicators Research* 81 (3): 455–96. <https://doi.org/10.1007/s11205-006-0022-y>.
- _____. 2006. "Well-being, social capital and public policy: What's new?" *The Economic Journal* 116 (510): 34–45. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0297.2006.01074.x>.
- Kennedy, Catherine A., James A. King, dan William A. Muraco.

1983. "The relative strength of health as a predictor of life satisfaction." *International Social Science Review* 58 (2): 97-102.
- Kurniawan, I. (2020). Kemendikbud Terbitkan Pedoman Belajar dari Rumah di Masa Darurat Covid-19. *Pikiran Rakyat*. <https://prfmnews.pikiran-rakyat.com/nasional/pr13391242/kemendikbud-terbitkan-pedoman-belajar-dari-rumah-di-masa-daruratcovid-19?page=3>
- Michalos, Alex C., Bruno D. Zumbo, dan Anita Hubley. 2000. "Health and the quality of life." *Social Indicators Research* 51 (3): 245-86
- Nuryati, dkk. (2021). Perspektif Mahasiswa Mengenai Kendala dalam Pembelajaran Kodifikasi Klinis Secara Daring. *JKesV: Jurnal Kesehatan Vokasional Vol. 6 No. 3 Agustus 2021*. Diakses melalui <https://journal.ugm.ac.id/jkesvo/article/view/65983/32028>
- Pahan, S. E. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Self-regulated Learning pada Siswa Sma X dalam Melakukan Pembelajaran Daring di masa Pandemi Covid-19.
- Perneger, Thomas V., Patricia M. Hudelson, dan Patrick A. Bovier. 2004. "Health and happiness in young Swiss adults." *Social Indicators Research* 51 (3): 245-86. <https://doi.org/10.1023/B:QURE.0000015314.97546.60>.
- Ph, L., Fatkhul Mubin, M., & Basthomi, Y. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208. <https://doi.org/10.32584/JIKJ.V3I2.590>
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2020). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peranneurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Psikologi Sosial*, 18(59). <https://doi.org/10.7454/jps.2020.xx>
- Rahayu, T. P. (2016). Determinan kebahagiaan di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 19(1), 149-170.
- Rosa, Nadya Nela. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Daring Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Tanjak: Journal of Education and Teaching* Vol. 1 No. 2 Tahun 2020. Diakses melalui

<http://ejournal.stainkepri.ac.id/index.php/tanjak/article/view/146>

dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

San Martín, J., Perles, F., & María Canto, J. (2010). Life satisfaction and perception of happiness among university students. *Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 617- 628. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002298>

Utomo, R. H. R. P., & Meiyuntari, T. (2015). Kebermaknaan hidup, kestabilan emosi dan depresi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(03).

Sarracino, Francesco. 2012. "Money, sociability and happiness: Are developed countries doomed to social erosion and unhappiness?: Time-series analysis of social capital and subjective well-being in Western Europe, Australia, Canada and Japan." *Social Indicators Research* 109 (2): 135-88. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9898-2>.

Yuwono, S. D. (2020). Profil Kondisi Stres di Masa Pandemi Covid-19 sebagai Dasar Intervensi dalam Praktek Mikrokonseling. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 5(1), 132-138.

Ulfah, D. A. (2017). Hubungan kematangan emosi dan kebahagiaan pada remaja yang mengalami putus cinta. *Jurnal Psikologi*, 9(1).

Ulfah, D. A. (2017). Hubungan kematangan emosi dan kebahagiaan pada remaja yang mengalami putus cinta. *Jurnal Psikologi*, 9(1).

Ulum, R. (2017). *Hubungan kematangan emosi dengan kepatuhan mahasiswa baru Mabna Faza di Ma'had Putri UIN Malang* (Doctoral