

# HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI (DIMENSI INTERNAL) DAN OPTIMISME DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* SISWA SMA MARSUDIRINI BEKASI

Fransisca Indriana Puspita Sari<sup>1</sup>, Anastasia Sri Maryatmi<sup>2</sup>

Universitas Persada Indonesia Y.A.I  
Jl. Diponegoro No. 74, Jakarta Pusat  
Email: ifransiscaps@gmail.com<sup>1</sup>,  
anasaocie@yahoo.com.au<sup>2</sup>

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being*, hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being*, serta hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being*. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah siswa kelas XI SMA Marsudirini Bekasi berjumlah 303 orang dan menggunakan teknik *simple random sampling* untuk menentukan sampel. Dalam penelitian ini digunakan tiga instrumen skala, yaitu skala konsep diri (dimensi internal), skala optimisme, dan skala *subjective well-being*. Pada skala konsep diri (dimensi internal) terdapat 30 item dengan 20 item valid dan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,593. Pada skala optimisme terdapat 30 item dengan 15 item valid dan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,584. Pada skala *subjective well-being* terdapat 22 item dengan 11 item valid dan diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,706. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Ada hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being* ( $r = 0,343$ ) dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). 2) Ada hubungan antara optimisme dengan *subjective well-being* ( $r = 0,380$ ) dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). 3) Ada hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* ( $r = 0,387$ ) dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

**Kata kunci:** Konsep diri (dimensi internal), optimisme, *subjective well-being*

## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between self-concept (internal dimension) with subjective well-being, the relationship between optimism with subjective well-being, as well as the relationship between self-concept (internal dimension) and optimism with subjective well-being. In this study, the population used is the 11th grade students of SMA Marsudirini Bekasi as many as 303 persons and using the simple random sampling in determining the sample. Instrument used in this study using three scales, namely the scale of self-concept (internal dimension), optimism, and subjective well-being. On the self-concept (internal dimension) scale consists of 30 items with 20 items valid and obtained reliability coefficient of 0,593. On the optimism scale consists of 30 items with 15 items valid and obtained reliability coefficient of 0,584. On the subjective well-being scale consists of 22 items with 11 items valid and obtained reliability coefficient of 0,706. The results of this study indicate that 1) There is an association between self-concept (internal dimension) with subjective well-being with  $r = 0,343$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) 2) There is an association between optimism with subjective well-being with  $r = 0,380$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) 3) There is an association between self-concept (internal dimension) and optimism with subjective well-being with  $r = 0,387$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).*

**Keywords:** self-concept (internal dimension), optimism, *subjective well-being*

## Pendahuluan

Kebahagiaan merupakan kata yang mudah diucapkan, tetapi sulit dalam pemenuhan maknanya. Kebahagiaan bagai hal semu yang selalu dikejar manusia, karena dianggap sebagai hal yang utama dan sangat penting bagi kehidupan. Berbagai jalan pun ditempuh demi mencapai kebahagiaan, tetapi pada akhirnya, tidak semua orang mendapatkan hasil yang diinginkan.

Meski telah berusaha semaksimal mungkin dalam segala hal, tidak juga kebahagiaan itu terjangkau. Tidak pula menutup kemungkinan, seseorang yang memiliki banyak pencapaian dalam hidupnya tetap merasa tidak bahagia. Akan tetapi, usaha-usaha itu tetap dilakukan guna memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani, yang pada akhirnya berujung pada pemerolehan kebahagiaan.

Sejak dulu, manusia selalu berorientasi pada cara menjadikan hidup agar lebih baik. Hidup yang baik dipercaya akan membimbing menuju kebahagiaan. Oleh sebab itu, dalam beberapa dekade terakhir, banyak penelitian yang dilakukan sehubungan dengan kebahagiaan. Bagaimana kebahagiaan dapat dirasakan dalam hidup seseorang.

Rakhmat (dalam Fajarwati, 2014) mengemukakan bahwa terdapat dua macam kebahagiaan, yaitu kebahagiaan yang bersifat objektif dan subjektif. Kebahagiaan objektif dapat diukur dengan menggunakan standar dan berlaku sama bagi banyak orang, sedangkan kebahagiaan subjektif mengacu pada masing-masing individu dan bersifat relatif, sehingga dapat berbeda antara yang satu dengan yang lain. Kebahagiaan subjektif disebut juga sebagai *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif yang merupakan sinonim dari kebahagiaan (Fajarwati, 2014).

Diener (2003) mengemukakan bahwa *subjective well-being* merupakan evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupan, termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan dan pekerjaan, serta tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah. Evaluasi yang dilakukan berupa evaluasi kognitif yang meliputi kepuasan hidup serta evaluasi emosi yang berupa jumlah

frekuensi yang dialami seseorang tentang afek positif dan afek negatif (Fajarwati, 2014).

Untuk mengevaluasi *subjective well-being* digunakan empat aspek berupa kepuasan hidup, kepuasan terhadap wilayah penting dalam hidup, afek positif, dan rendahnya afek negatif (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Individu yang puas terhadap hidupnya secara keseluruhan, puas pada wilayah utama dalam hidupnya, banyak merasakan perasaan menyenangkan, merasakan dan mengalami sedikit emosi negatif, serta memiliki respons negatif yang rendah terhadap kehidupan, kesehatan, peristiwa, dan keadaan sekitar, akan memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Sedangkan individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah ditandai dengan ketidakpuasan terhadap hidup, mengalami sedikit kegembiraan, dan kerap merasakan emosi negatif seperti kemarahan dan kecemasan.

Dinyatakan pula oleh Diener (1994), *subjective well-being* memiliki dua komponen umum, yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif. Dimensi kognitif merupakan kepuasan hidup (*life satisfaction*) seseorang mengenai kehidupan yang dijalani. Sementara dimensi afektif adalah dasar dari *subjective well-being* yang di dalamnya termasuk *mood* dan emosi, mencakup yang menyenangkan dan tidak menyenangkan.

Diener, Suh, Lucas, dan Smith (1999) mengatakan bahwa dimensi afektif ini merupakan hal yang sentral untuk *subjective well-being*. Dimensi afek memiliki peranan dalam mengevaluasi *well-being* karena memberi kontribusi perasaan menyenangkan dan tidak menyenangkan pada dasar *continual* pengalaman personal. Kedua afek berkaitan dengan evaluasi seseorang, baik mengenai orang lain maupun diri sendiri karena emosi muncul dari evaluasi tersebut.

Dengan demikian, evaluasi terhadap diri juga memiliki peran dalam *subjective well-being*. Evaluasi ini yang nantinya akan menghasilkan konsep diri. Dikatakan oleh Fitts (dalam Agustiani, 2006:138) bahwa konsep diri merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Konsep diri yang

terbentuk dapat menentukan pandangan individu terhadap kehidupan serta bagaimana cara menyikapinya.

Dalam tahap perkembangan manusia, masa remaja adalah masa yang penting, di mana terjadi peralihan masa perkembangan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia, Oldsman, & Feldman, 2013:8). Masa remaja dimulai dari usia 11 hingga 19 tahun, yang mana setara dengan usia para pelajar yang duduk di bangku SMP dan SMA. Pada masa ini, individu mencoba membangun komponen-komponen yang ada dalam dirinya, seperti penampilan, kepribadian, kecerdasan, serta kemampuan yang dimiliki. Seluruh hal inilah yang nantinya akan membentuk suatu konsep diri.

Remaja dengan konsep diri yang positif akan memiliki harga diri yang tinggi. Dengan harga diri ini, remaja akan mampu menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Ia akan dapat mencintai diri apa adanya, serta menjalani hidup dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Zhang (2016) terhadap para mahasiswa China West Normal University menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan *subjective well-being*.

Selain konsep diri yang positif, optimisme juga dapat memengaruhi terbentuknya *subjective well-being*. Diungkapkan oleh Chang, optimisme sebagai konstruk kognitif terdiri dari keyakinan umum atas hasil positif berdasarkan perkiraan rasional dari kecenderungan seseorang untuk meraih kesuksesan dan keyakinan akan kemampuan seseorang untuk meraihnya (Chusniyah & Pitaloka, 2012:70).

Dikatakan oleh Diener, Oishi, Lucas, dan Myers (dalam Compton, 2013:56), terdapat sembilan faktor yang memengaruhi *subjective well-being*, yaitu harga diri, optimisme dan harapan, rasa kontrol dan efikasi diri, pemaknaan hidup, tanggapan terhadap prediktor kognitif, relasi positif dengan orang lain, ekstraversi, keramahan dan kesungguhan hati, serta neurotisme. Dibuktikan dengan penelitian Panchal, Mukherjee, dan Kumar (2016) terhadap para pelajar bahwa terdapat

hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *well-being*.

SMA Marsudirini Bekasi merupakan salah satu sekolah menengah atas yang memiliki standar pendidikan yang tergolong tinggi. Sistem pengajarannya unggul, sehingga para siswa terbiasa dengan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung terciptanya persaingan sehat, baik dalam segi akademis maupun nonakademis.

Persaingan tersebut tidak lantas membuat para siswa merasa tertekan. Mereka justru tampak bersemangat dan bahagia menjalani kehidupannya sebagai pelajar. Tentu saja kebahagiaan yang terbentuk tidak lepas dari peran konsep diri yang positif dan optimisme untuk terus belajar. Hal ini menjadi fenomena yang menarik bagi peneliti untuk melakukan pengkajian, karena kebahagiaan atau *subjective well-being* para siswa dapat tercipta dari lingkungan sekolah, yang notabene memiliki tingkat kesulitan cukup tinggi dalam segi standar pendidikan dan persaingan akademis maupun nonakademis.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi? Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi.

## **Tinjauan Pustaka**

### **A. Subjective Well-Being**

Diener, Diener, dan Diener (1995) mengartikan *subjective well-being* sebagai evaluasi terhadap kognitif dan afektif individu dalam hidupnya.

Diungkapkan oleh Diener, Oishi, Lucas, dan Myers (dalam Compton, 2013:56) terdapat sembilan variabel yang dihubungkan dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup, yaitu harga diri, optimisme dan harapan, rasa kontrol dan efikasi diri, pemaknaan hidup, tanggapan terhadap prediktor kognitif, relasi sosial yang positif, ekstraversi, keramahan dan kesungguhan hati, serta neurotisme.

## B. Konsep Diri

Menurut Mead (dalam Burns, 1993:19), konsep diri merupakan suatu objek yang timbul di dalam interaksi sosial sebagai suatu hasil perkembangan dari perhatian individu tersebut mengenai bagaimana orang lain bereaksi kepadanya.

Fitts (dalam Agustiani, 2006:139) membagi dimensi konsep diri menjadi dua, yaitu dimensi internal dan dimensi eksternal. Dimensi internal, yang digunakan dalam penelitian ini, terdiri dari diri identitas, diri pelaku, dan diri penerimaan atau penilai.

## C. Optimisme

Dikemukakan oleh Seligman, optimisme adalah sebuah gaya tertentu dalam merespons kejadian-kejadian yang negatif dalam hidup (Chusniyah & Pitaloka, 2012).

Menurut Seligman (dalam Hall, 2000:21), terdapat beberapa aspek dalam individu memandang suatu peristiwa atau masalah, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. *Permanence* adalah pola berpikir mengenai seberapa sering atau seberapa lama suatu keadaan (baik atau buruk) akan dialaminya, sedangkan *pervasiveness* adalah pola pikir mengenai terjadinya suatu peristiwa karena ruang lingkungannya, sementara *personalization* adalah pola pikir mengenai siapa penyebab terjadinya suatu peristiwa yang dialami.

## D. Hubungan Antara Konsep Diri dan Optimisme dengan *Subjective Well-Being*

*Subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif dianggap sebagai hal yang utama dan sangat penting bagi kehidupan. Menurut Diener, Oishi, Lucas, dan Myers (Compton, 2013:48), *subjective well-being* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Di antaranya ada harga diri, serta optimisme dan harapan. Terciptanya harga diri yang positif tentu tidak terlepas dari konsep diri positif. Bagaimana seseorang mempersepsi identitas, perilaku, serta kepuasan terhadap dirinya akan memengaruhi harga diri. Semakin baik pandangan individu terhadap dirinya, semakin baik pula harga diri yang dimiliki. Dengan harga diri yang tinggi, maka dapat tercapai *subjective well-being* pada individu.

Di samping konsep diri, optimisme juga memegang peranan penting dalam pembentukan *subjective well-being*. Individu yang optimis akan memiliki pandangan dan keyakinan positif terhadap segala sesuatu, tak terkecuali dirinya sendiri. Pandangan tersebut akan melahirkan suatu konsep diri yang baik, yang nantinya mendorong timbulnya *subjective well-being* pada individu.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti merumuskan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif antara konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi.
2. Ada hubungan positif antara optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi.
3. Ada hubungan positif antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi.

## Metodologi

### A. Definisi Konseptual

#### 1. Konsep Diri (Dimensi Internal)

Konsep diri adalah seluruh ide, pikiran, perasaan, kepercayaan, serta pendirian individu tentang dirinya sebagai hasil dari interaksinya dengan lingkungan. Yang dimaksud dengan dimensi internal dari konsep diri adalah penilaian terhadap diri sendiri dengan acuan internal. Aspek yang diungkap berdasarkan dimensi konsep diri yang dikemukakan oleh Fitts (dalam Agustiani, 2006:139), yang mencakup diri identitas, diri pelaku, dan diri penerimaan atau penilai.

#### 2. Optimisme

Optimisme adalah gaya individu merespons segala sesuatu dengan keyakinan dan pengharapan akan hasil yang positif di masa yang akan datang. Aspek yang diungkap berdasarkan aspek-aspek optimisme yang dikemukakan oleh Seligman (dalam Hall, 2000:21), yang mencakup *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*.

#### 3. *Subjective Well-Being*

*Subjective well-being* adalah evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupannya yang mencakup

kepuasan hidup dan emosi positif. Aspek yang diungkap berdasarkan dimensi *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Galinha & Ribeiro (2012:35), yang mencakup dimensi kognitif dan afektif.

#### B. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Marsudirini Bekasi yang berjumlah 303 orang, sementara sampel yang digunakan sebanyak 143 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *simple random sampling*.

#### C. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai instrumen pengumpulan data. Terdapat tiga skala yang digunakan, yaitu skala konsep diri (dimensi internal) yang terdiri dari 20 item, skala optimisme yang terdiri dari 15 item, dan skala *subjective well-being* yang terdiri dari 14 item.

Kemudian dalam metode analisis data digunakan uji korelasi bivariat dan multivariat, uji normalitas, serta *Stepwise Methods* dengan program SPSS versi 22.0 *for Windows*.

### Analisis Data dan Pembahasan

Sebelum penelitian dilaksanakan, dilakukan terlebih dahulu uji coba skala-skala penelitian dengan menyebar alat ukur berupa kuesioner. Uji coba dilaksanakan pada tanggal 9 Juli 2018 terhadap 30 siswa kelas XI SMA Marsudirini Bekasi. Setelah data dianalisis, didapatkan item-item yang valid dan reliabel. Kuesioner tersebut kemudian dibagikan kepada para siswa untuk diisi. Penelitian dilaksanakan tanggal 16-23 Juli 2018 di ruang kelas SMA Marsudirini Bekasi.

Setelah seluruh kuesioner dikumpulkan dan dianalisis, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar 0,343 dan signifikansi 0,000, serta terdapat pula hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,380

dan signifikansi 0,000. Kemudian terdapat pula hubungan positif yang signifikan pula antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar 0,387 dan signifikansi 0,000.

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, karena jumlah responden lebih dari 100 orang. Berdasarkan hasil uji normalitas terhadap skala *subjective well-being* diperoleh nilai  $p = 0,056 > 0,05$ , yang berarti data penelitian pada skala tersebut berdistribusi normal. Sedangkan untuk skala konsep diri (dimensi internal) diperoleh nilai  $p = 0,024 < 0,05$ , yang berarti data penelitian pada skala tersebut berdistribusi tidak normal. Kemudian untuk skala optimisme diperoleh nilai  $p = 0,030 < 0,05$ , yang berarti data penelitian pada skala tersebut juga berdistribusi tidak normal. Berdasarkan kategori skor, *subjective well-being* memiliki kategorisasi skor rendah dengan  $X < 33$ , kategori skor sedang dengan  $33 \leq X \leq 51$ , dan kategori skor tinggi dengan  $X > 51$ . Kemudian konsep diri (dimensi internal) memiliki kategorisasi skor rendah dengan  $X < 57,848$ , kategori skor sedang dengan  $57,848 \leq X \leq 62,152$ , dan kategori skor tinggi dengan  $X > 62,152$ . Selanjutnya optimisme memiliki kategorisasi skor rendah dengan  $X < 43,344$ , kategori skor sedang dengan  $43,344 \leq X \leq 46,656$ , dan kategori skor tinggi dengan  $X > 46,656$ .

Mean temuan ( $X$ ) *subjective well-being* diperoleh sebesar 48,4755, artinya *subjective well-being* yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi termasuk kategori sedang. Kemudian mean temuan ( $X$ ) konsep diri (dimensi internal) diperoleh sebesar 71,0070, artinya konsep diri (dimensi internal) yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi termasuk kategori tinggi. Selanjutnya mean temuan ( $X$ ) optimisme diperoleh sebesar 52,6014, artinya optimisme yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi termasuk kategori tinggi.

Berdasarkan hasil uji regresi dengan metode *Enter*, ditemukan bahwa variabel

konsep diri (dimensi internal) dan optimisme memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi dengan  $R\text{ Square} = 0,150$  dan  $p = 0,000$ . Hal ini berarti kedua variabel bebas memiliki kontribusi terhadap variabel terikat sebesar 15% dan menjadi faktor penjelas yang signifikan, sementara 85% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Kemudian hasil uji regresi dengan metode *Stepwise* menunjukkan bahwa hanya variabel optimisme yang merupakan prediktor dominan dari *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi dengan  $R\text{ Square Change} = 0,145$ . Hal ini berarti bahwa 14,5% *subjective well-being* siswa dipengaruhi oleh optimisme, sedangkan 85,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri (dimensi internal) dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi, yang artinya semakin tinggi konsep diri (dimensi internal) yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi, semakin tinggi pula *subjective well-being* mereka. Kemudian ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi, yang artinya semakin tinggi optimisme yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi, semakin tinggi pula *subjective well-being* mereka. Sebaliknya, semakin rendah optimisme yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi, semakin rendah pula *subjective well-being* mereka. Juga ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan *subjective well-being* siswa SMA Marsudirini Bekasi, yang artinya semakin tinggi konsep diri (dimensi internal) dan optimisme yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi, semakin tinggi pula *subjective well-being* mereka. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri (dimensi internal) dan optimisme yang dimiliki siswa SMA Marsudirini Bekasi, semakin rendah pula *subjective well-being* mereka.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, Hendrianti. (2006). *Psikologi perkembangan: pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep diri: teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku*. Jakarta: Arcan.
- Chusniyah, Tutut, & Pitaloka, Ardingtias. (2012). Analisis wacana pada media Internet terhadap optimisme dan harapan tentang masa depan Indonesia. *Jurnal Sains Psikologi*, 2, 67-81.
- Compton, W. C., & Hoffman, Edward. (2013). *Positive psychology: the science of happiness and flourishing*. Orlando: Wadsworth Cengage Learning.
- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well being nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 851-864
- Diener, Ed, et al. (2009). New measures of well-being. *Social Indicators Research Series 39*.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *The American Psychological Association*, 125 (2), 276-302.
- Eid, M., & Larsen, L. J. (2008). Ed Diener and the science of subjective wellbeing. Dalam Eid, M. & Larsen, R.J. (Eds.), *The science of subjective wellbeing* (pp.1-16). USA: The Guilford Press.
- Galinha, I. C., & Pais-Ribeiro, J. L. (2011). Cognitive, affective and contextual

predictors subjective well-being.  
*International Journal of Well-Being*,  
2(1), 34-53.

Givray, Henry. (2011). 12 Characteristics of tough-minded optimists. Smithbucklin Corporation.

Hall, D. K. (2000, Fall). Fostering optimism in young children. *Ideas*, pp.19-24.

Isma, M. N. P., & Musabiq, Sugiarti. (2013). Hubungan optimisme dan *subjective well-being* pada pasien yang sedang menjalani program rehabilitasi medik. *Jurnal*.

Khalid, Idham. (2011). Pengaruh *self esteem* dan dukungan sosial terhadap optimisme hidup penderita HIV/AIDS. *Skripsi*.

Papalia, D. E., Olds, S. E., & Feldman, R. D. (2013). *Human Development* (ed ke-10). Jakarta: Salemba Medika.

Zhang, Lian. (2016). Research on the relationship between self concept and subjective well-being of Normal University students. *International Journal for Innovation Education and Research*, 4(4), 79-87.