



HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA MAHASISWA SELAMA PEMBELAJARAN ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19

Sri Hayati, Putri Miftahul Jannah, Masyhuri

UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia

Email : srihayaati21@gmail.com, putri.jannah@uin-suska.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pandemi covid-19 yang mengakibatkan perubahan sistem pembelajaran di perguruan tinggi yaitu pembelajaran online. Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan variabel resiliensi dan subjective well being pada mahasiswa aktif UIN Sultan Syarif Kasim. Sampel terdiri dari 400 (N=400, 131 laki-laki, 269 perempuan) mahasiswa aktif UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang dipilih menggunakan teknik quota sampling. Partisipan dalam penelitian ini mengisi kuesioner online yang mencakup info sosiodemografis, satisfaction with life scale (SWLS) and positive negative affect scale (PANAS) versi Indonesia yang diadaptasi dari Novrianto & Marettih (2018) dan skala resiliensi dari Connor-Davidson (CD-RISC, 2003) versi Indonesia. Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan subjective well being. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif seperti mean, SD dan analisis korelasional digunakan untuk menguji hubungan antar variabel. Temuan menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan subjective well being. Studi ini menyoroti pentingnya memiliki subjective well being dikalangan mahasiswa selama pembelajaran online dimasa pandemi Covid.

Kata kunci: subjective well being, resiliensi, pandemi covid, pembelajaran online

Abstract

The background of this study is pandemic Covid-19 which resulted in changes in the learning systems in university namely online learning. The aim of the present study was to examine resilience and subjective well being students on college. A sampel of 400 (N=400, 131 males, 269 females) students by quota sampling from UIN Sultan Syarif Kasim Riau. The participants responded to an online questionnaire packet that included socio-demographic information, satisfaction with life scale (SWLS) and positive negative affect scale (PANAS) Indonesian version scale adapted from Novrianto&Marettih (2018) and resilience scale Connor-Davidson (CD-RISC, 2003) Indonesian version. Hypothesis in this study is that there is a positive relationship between resilience and subjective well-being. Data were analyzed using descriptive statistic like mean, SD and correlational analysis was use to examine the relationship among the variables. The findings indicate significant positive relationship among resilience and subjective well being. The study highlights the importance of have subjective well being among the students during online learning in pandemic Covid

Keywords: subjective well being, resilience, pandemic covid, online learning

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 mengakibatkan pembatasan aktivitas sosial guna untuk menekan angka penyebaran virus corona. Pembatasan aktivitas sosial ini berdampak pada seluruh sektor kehidupan salah satunya pada sektor pendidikan khususnya di perguruan tinggi yang menerapkan pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran *online*. Praktis kegiatan pembelajaran *online* dapat memanfaatkan *platform* berupa aplikasi, *website*, jejaring sosial, dan lain sebagainya. hal ini merupakan paradigma baru bagi mahasiswa, artinya tidak semua mahasiswa terbiasa dengan kegiatan pembelajaran online.

Selama pembelajaran *online* mahasiswa dihadapkan pada situasi yang menjadi tantangan bagi dirinya. Mahasiswa yang biasanya melakukan proses pembelajaran berlangsung dengan tatap muka di kelas menjadi suatu hal yang tidak bisa dilakukan lagi. Keadaan di masa pandemi yang sangat berbeda dengan proses pembelajaran sebagaimana biasanya menuntut mahasiswa untuk tetap memiliki semangat menjalani aktivitas pembelajaran. Selain itu mahasiswa juga dituntut untuk

menguasai media pembelajaran yang beragam. Pembelajaran *online* selama pandemi ternyata menimbulkan permasalahan pada mahasiswa.

Wawancara semi terstruktur yang dilakukan oleh Gaol (2020) hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung merasa tertekan dalam mengerjakan tugas sehingga menimbulkan perasaan cemas, berkurangnya frekuensi dalam berinteraksi dengan teman sebaya, kesulitan dalam memahami materi, terjadinya ketimpangan dalam pembagian tugas kelompok, menumpuknya tugas dengan tenggat pengumpulan yang terbatas, penundaan dan pengabaian tugas hingga munculnya gejala psikologis, seperti mudah lelah, tertekan hingga penurunan kualitas tidur.

Permasalahan akademik lainnya juga terjadi akibat pemberlakuan pembelajaran *online* pada mahasiswa. Mahasiswa yang prodinya banyak melakukan kegiatan praktikum tidak dapat melakukan praktikum di laboratorium, bengkel, studio, dan lain-lain. Permasalahan mahasiswa dalam memahami bidang kejuruan secara teori maupun praktek akan menjadi hambatan pada mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja, dan kesiapan yang kurang matang saat menghadapi dunia kerja (Amanah et al., 2020).

Masalah lainnya mengacu pada aspek psikososial karena berkurangnya frekuensi dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Selain itu selama pembelajaran *online* mahasiswa juga mengalami rasa bosan akibat aktivitas belajar yang monoton sehingga mahasiswa menjadi pasif, kurang aktif dan kreatif dan mahasiswa diberi tugas lebih banyak dari biasanya (Argaheni, 2020). Hal tersebut akan berdampak kelelahan bagi mahasiswa, baik secara fisik ataupun psikologis.

Fenomena yang ditemukan dilapangan melalui *open ended questionnaires* pada tanggal 14-21 November 2021 kepada 58 mahasiswa aktif S1 UIN SUSKA Riau terlihat bahwa terdapat tiga permasalahan utama mahasiswa selama pembelajaran *online* terlihat bahwa terdapat dua permasalahan utama mahasiswa selama pembelajaran *online*. Pertama permasalahan pembelajaran sebanyak 92% meliputi kesulitan memahami materi akademik, kesulitan jaringan, kesulitan melaksanakan praktikum, dan tugas yang diberikan terlalu banyak dari biasanya. Kedua, permasalahan sosial sebanyak 8% meliputi tidak ada teman dan sulit melakukan komunikasi dengan dosen dan teman. Adapun perasaan yang dialami mahasiswa selama melaksanakan pembelajaran *online* yaitu sebanyak 71% mahasiswa mengalami emosi negatif meliputi emosi negatif seperti sedih, kecewa, galau, capek, bosan, dan panik dan emosi positif sebanyak 17% seperti merasa senang dan sisanya mahasiswa merasa biasa saja selama pembelajaran *online*.

Permasalahan-permasalahan yang dialami mahasiswa selama pembelajaran *online* di masa pandemi covid diduga dapat menjadikan mahasiswa merasa tidak bahagia dalam proses pembelajaran *online* (A. D. Hasibuan, 2020) Penurunan kebahagiaan dan berbagai permasalahan psikologis dapat mempengaruhi *subjective well-being* (Amanah et al., 2020; Gaol, 2020). *Subjective well-being* merupakan fenomena individu yang di dalamnya terdiri atas evaluasi individu terhadap hidupnya (Diener et al., 1999). Evaluasi ini meliputi evaluasi afeksi dan kognitif.

Individu yang memiliki *subjective well-being* yang baik cenderung diliputi perasaan menyenangkan dan puas atas kehidupannya yang dimiliki. Sebaliknya, individu yang memiliki *subjective well-being* yang rendah akan cenderung diliputi perasaan-perasaan negatif dalam dirinya (Diener, 2000). Seseorang dengan *subjective well being* yang tinggi cenderung akan lebih berhasil dalam banyak domain kehidupan, lebih bersosial, aktif, lebih menyukai diri mereka sendiri dan orang lain, memiliki tubuh yang lebih kuat, memiliki keterampilan resolusi konflik yang lebih baik, mendorong pemikiran kreatif, dan mengalami kesehatan fisik yang lebih baik dibandingkan individu dengan *subjective well being* yang rendah (William Tov and Ze Ling Serene Nai dalam Maddux, 2017).

Mahasiswa membutuhkan *subjective well being* yang baik selama pembelajaran online di masa pandemi covid. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki *subjective well being* yang baik akan cenderung diliputi perasaan bahagia. Mahasiswa yang merasa bahagia akan lebih berkonsentrasi dan lebih bersemangat dalam menjalani proses pembelajaran (M. T. D. Hasibuan et al., 2020). Selain itu, individu yang memiliki *subjective well being* yang baik akan dapat mengendalikan emosi dan menghadapi permasalahan dengan optimal (Gaol, 2020)

Ada dua teori faktor yang dapat meningkatkan *subjective well being* individu yaitu teori *top down* (*self esteem, optimism and hope, sense of control and self efficacy, sense of meaning in life,*

cognitive predictors, dan *personality traits*) dan teori *bottom up* (uang, penghasilan, dan kekayaan, gender, dan umur) (Compton & Hoffman, 2013). Selain faktor tersebut beberapa penelitian menemukan bahwa resiliensi dapat meningkatkan *subjective well being* individu (Chen, 2016; Rintan Septiani et al., 2021).

Resiliensi merupakan adaptasi positif terhadap lingkungan meskipun dalam situasi dan kondisi yang beresiko, sifat dan sikap positif setelah mengalami trauma, keterampilan dalam menanggapi stres, kehilangan, dan tantangan (Malkoc & Yalcin, 2015). Kemampuan resiliensi dapat membantu individu berkembang saat menghadapi kesulitan dan dapat melakukan adaptasi (bangkit kembali) dengan keadaan stres atau kesulitan. Sehingga resiliensi menjadi sesuatu yang penting bagi seseorang ketika berada di situasi yang berat ataupun masalah.

Resiliensi merupakan sebuah cara untuk bertahan dalam kondisi keterpurukan atau kondisi yang membuat seseorang merasa tertekan, kesengsaraan, maupun trauma (Saputra, 2020). Kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa bisa menjadi sangat berguna untuk dapat melewati masa sulit selama perubahan sistem pembelajaran (Setyaningtyas et al., 2020).

Individu yang memiliki resiliensi akan mampu untuk mengatasi serta merespon secara positif kesulitan-kesulitan yang terjadi dan memanfaatkannya untuk memperkuat diri (Roellyana & Listiyandini, 2016). Kemampuan resiliensi memungkinkan individu untuk meningkatkan kebahagiaan, kesehatan, memiliki hubungan yang memuaskan dengan orang lain, dan juga mampu membantu individu menghadapi stres (Reivich & Shatte, 2002).

Penelitian tentang hubungan antara resiliensi dengan *subjective well being* telah banyak diteliti, namun belum banyak penelitian yang memfokuskan kedua variabel dalam konteks pandemi terutama pada mahasiswa. (Sinambela & Djaelani, 2021) Oleh karena itu berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait hubungan resiliensi dengan *subjective well being* pada mahasiswa di masa pandemi covid 19. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi terkait kedua variabel tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan variabel resiliensi (X) dengan *subjective well being* (Y) (Soraya, 2019). Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi bivariat (*bivariate correlation*). Korelasi bivariat (*bivariate correlation*) merupakan hubungan antara dua variabel. Variabel 1 disebut *independent variable* atau variabel bebas, yaitu variabel yang memberikan pengaruh dan variabel 2 disebut *dependent variable* atau variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi.

Populasi dalam penelitian ini merupakan Mahasiswa aktif UIN Suska Riau angkatan 2018-2020 yaitu sebanyak 20854 mahasiswa. Teknik sampling yang akan digunakan pada penelitian ini adalah *quota sampling*. Teknik penarikan *quota sampling* merupakan teknik penarikan sampel apabila populasi yang kita miliki tidak memiliki sifat homogen, tetapi heterogen dan penarikan sampel dari masing-masing kelompok menggunakan cara *accidental* (Prasetyo & Lina, 205.). Maka untuk menentukan sampel dari mahasiswa, yang dibutuhkan dalam penelitian ini digunakan rumus Slovin, dengan tingkat error atau kesalahan 5%. Adapun jumlah mahasiswa yang menjadi sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 377 mahasiswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala pengukuran psikologi model Likert. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua skala, yaitu skala resiliensi yang diadaptasi dari Connor-Davidson (CD-RISC, 2003) copyright dan skala *subjective well being* yang diadaptasi dari Novrianto dan Maretih (2018). Skala disusun ke dalam kuesioner online dengan bantuan Google form dan disebar luaskan secara online

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik. Analisis data penelitian dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. Hubungan kedua variabel akan diperoleh melalui teknik analisa *Product Moment* dari Carl Pearson dengan menggunakan program *Statistical Package For Social Science (SPSS) 20,0 For Windows..*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Subjective Well Being Mahasiswa Selama Pembelajaran Online

Kategori	Jumlah	%
Rendah	7	2%
Sedang	290	72%
Tinggi	103	26%
Total	400	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 400 mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim selama pembelajaran *online*, mayoritas memiliki subjective well being dalam kategori sedang sebanyak 290 mahasiswa (72%).

Pengaruh Resiliensi terhadap Subjective Well Being Mahasiswa Selama Pembelajaran Online

Tabel 2. Korelasi Variabel SWB dengan Resiliensi

	SWB	Resiliensi
SWB	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	407
Resiliensi	Pearson Correlation	.424**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	407

Berdasarkan table 2 dapat dilihat bahwa hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi pearson diperoleh bahwa hipotesis diterima. Penelitian ini diterima yang artinya terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan *subjective well being* pada mahasiswa selama pembelajaran online di masa pandemi covid-19. Semakin tinggi resiliensi mahasiswa maka semakin tinggi pula *subjective well beingnya*. Begitu pula sebaliknya semakin rendah resiliensi mahasiswa maka akan semakin rendah *subjective well beingnya*.

Kemampuan resiliensi yang dimiliki individu membuat individu dapat mengatasi permasalahan yang dialaminya dengan respon yang positif. Mahasiswa yang memiliki resiliensi mampu bangkit terhadap kondisi yang mengakibatkan stres dan pengalaman emosional yang negatif. Ketika mahasiswa memiliki banyak tantangan dan kesulitan selama pembelajaran online yang dapat mengakibatkan stres maka kemampuan resiliensi yang dimiliki mahasiswa dapat membantu dalam mengatasi permasalahan tersebut.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rintan Septiani et al., (2021) bahwa terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan *subjective well being* pada anak didik lembaga pembinaan khusus anak (LPKA). Hasil penelitian juga sejalan dengan Rakhmadiani et al., (2021) yang meneliti tentang pengaruh resiliensi terhadap subjective well being pada remaja di masa pandemi covid 19. Terdapat korelasi yang signifikan antara variabel resiliensi dengan subjective well being dimana $\beta = 0.554$, $p < 0,05$, yang mendukung hipotesis bahwa apabila resiliensi meningkat, maka *subjective well being* juga akan meningkat.

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *subjective well being* pada mahasiswa selama pembelajaran online di masa pandemi covid-19 berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 72% atau sebanyak 290 mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamaliya et al., (2021) yang menunjukkan bahwa *subjective well being* mahasiswa berada pada kategori sedang di masa pandemi covid-19. Dengan memiliki subjective well being yang baik mahasiswa tetap

dapat melakukan aktivitas pembelajaran *online* secara aktif, kreatif, dan memiliki resolusi konflik yang baik, artinya mahasiswa mampu menghadapi permasalahan selama pembelajaran online.

Dalam penelitian ini kondisi *subjective well being* mahasiswa dipengaruhi oleh kemampuan resiliensi yang dimilikinya. Memiliki kemampuan resiliensi yang baik berarti mahasiswa mampu bangkit kembali dari keterpurukan. Mahasiswa yang memiliki kemampuan ini akan berusaha menghadapi tantangan dengan cara yang positif. Hal ini pada akhirnya akan dapat membuat mahasiswa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya sehingga kemudian akan meningkatkan *subjective well being*nya.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yıldırım & Tanrıverdi, (2021) menyatakan bahwa ketika individu memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, kemungkinan besar mereka akan mengalami kenikmatan, pemenuhan, dan kepuasan yang lebih besar. Mahasiswa yang mampu bangkit dari keadaan yang penuh tekanan menjadi salah satu tolak ukur agar mendapatkan banyak kebahagiaan dan kepuasan hidup.

Kemampuan resiliensi yang dimiliki mahasiswa membuat mahasiswa mampu memaknai setiap situasi yang tidak menyenangkan dengan memberikan respon yang positif. Respon positif individu terhadap situasi tersebut dapat meningkatkan penilaian terhadap hidupnya. Penilaian individu tersebut merupakan bentuk dari evaluasi individu atau *subjective well being* (Diener, 2000) (Sugianto, 2023). Lebih lanjut Hobfoll Reditayani & Susilawati, (2021) menyatakan bahwa Mahasiswa yang resilien dapat menghadapi tantangan-tantangan tersebut dengan lebih percaya diri dan bangkit kembali dengan efek negatif yang kecil sehingga tidak begitu memengaruhi kondisi kesejahteraannya artinya mahasiswa yang resilien yakin bahwa dirinya mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi dan memaknai setiap peristiwa yang terjadi dari aspek positif.

Pada penelitian ini diperoleh aspek resiliensi yang memiliki hubungan paling kuat dibandingkan aspek lainnya yaitu kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,499. Pada aspek ini mencakup persepsi individu akan kemampuan dan kapasitas dirinya dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan meskipun berada pada situasi yang menekan (Connor & Davidson, 2003). Mahasiswa yang memiliki kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan akan sangat optimis dengan kemampuan dirinya dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan walaupun berada dalam situasi atau masalah dalam pembelajaran yang mereka alami selama pembelajaran online.

Berdasarkan karakteristik responden yang berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi *subjective well being* salah satunya ialah jenis kelamin. Faktor jenis kelamin *subjective well being* memiliki sig. $0.000 \leq 0.05$, maka dapat diambil kesimpulan bahwa *subjective well being* mahasiswa laki-laki lebih baik dibandingkan perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningtyas & Mardiyanti, (2021) yang menyatakan bahwa *subjective well being* mahasiswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal ini diakibatkan karena wanita lebih rentan terkena stres dibanding laki-laki (Akhtar, 2019)

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang dialami. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam proses pengambilan data penelitian. pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian kepada mahasiswa selama pembelajaran online di masa pandemi covid-19, namun pelaksanaan metode pembelajaran telah berubah menjadi *hybrid* yang mana mahasiswa secara bergantian belajar secara *online* dan *offline* hal itu dapat berpengaruh kepada hasil penelitian. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan yaitu perhitungan jumlah *sample quota* sangat sedikit sehingga untuk penelitian selanjutnya bisa menggunakan perhitungan jumlah *sample quota* yang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dengan subjective well being pada mahasiswa selama pembelajaran online di masa pandemi covid-19. Artinya semakin tinggi resiliensi mahasiswa maka semakin tinggi subjective well beingnya. Begitu sebaliknya, semakin rendah resiliensi mahasiswa maka semakin rendah subjective well being nya. Gambaran umum tingkat subjective well being mahasiswa berada pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, H. (2019). Evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk subjective well-being. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 29–40.
- Amanah, F., Situmorang, N. Z., & Tentama, F. (2020). Subjective Well-Being Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Dilihat Dari Hope dan Employability. *Psikostudia*, 10(10), 1–11. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Argaheni, N. B. (2020). *Sistematik Review : Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi Covid-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia*. 8(2).
- Chen. (2016). The Role of Resilience and Coping Styles in Subjective Well-Being Among Chinese University Students. *Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 377–387. <https://doi.org/10.1007/s40299-016-0274-5>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). Positive psychology: The science of happiness and flourishing (second edition). *Cengage Learning*, 402.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34.
- Gaol, T. P. L. (2020). *Hubungan Antara Gratitude dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Psikologi UNESA di Masa Pandemi Covid-19*. 2020, 180–194.
- Hasibuan, A. D. (2020). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19*. 2859(2), 197–203.
- Hasibuan, M. T. D., Mendrofa, H. K., Silaen, H., & Tarihoran, Y. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(2), 387–393.
- Kamaliya, N., Setyowibowo, H., & Cahyadi, S. (2021). Kesejahteraan subjektif mahasiswa dimasa pandemi Covid-19. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(2).
- Prasetyo, B., & Lina, M. (n.d.). Jannah. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Purwaningtyas, F. D., & Mardiyanti, R. (2021). Gambaran Subjective Well Being pada Individu Ditinjau dari Intensitas Bermain Game Online. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 69–77.
- Rakhmadianti, D., Kusdiyati, S., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh resiliensi terhadap subjective well-being pada remaja di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 478–483.
- Redityani, N., & Susilawati, L. (2021). Peran resiliensi dan dukungan sosial terhadap burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 86–94.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*.
- Rintan Septiani, A., Maslihah, S., & Musthofa, M. A. (2021). Resiliensi dan Kesejahteraan Subjektif Anak Didik Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 143–168. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art8>
- Roellyana, S., & Listiyandini, E. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi Empathy and Resilience among Indonesian Medical Students View project. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37.
- Saputra, T. A. (2020). Bentuk Kecemasan Dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6(1), 55–

61.

- Sinambela, E. A., & Djaelani, M. (2021). Analisis Rancangan Perencanaan Biaya dengan Metode Perhitungan Biaya Nyata Pada Pelaksanaan Proyek Perumahan Sederhana. *Journal of Trends Economics and Accounting Research*, 2(2), 32–36.
- Soraya, A. (2019). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa (Studi Korelasional Kuantitatif tentang Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Sumatera Utara)*. Universitas Sumatera Utara.
- Sugianto, O. (2023). The Influence of The Social Environment on The Interest in Learning Akidah. *Journal Transnational Universal Studies*, 1(3), 110–115.
- Yıldırım, M., & Tanrıverdi, F. Ç. (2021). Social support, resilience and subjective well-being in college students. *Journal of Positive School Psychology*, 5(2), 127–135.
-



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)