

Pengaruh *Gratitude* terhadap *Well-Being* pada Remaja di Pondok Yatim Assalaam Bandung

Yasmien Mumtaz*, Agus Budiman

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*10050020157@unisba.ac.id, agusbudiman1105@yahoo.com

Abstract. Well-being is important for adolescents to be able to help adolescents cope with the challenges of adaptation. Adolescence is a transitional period where there are physical or psychological changes that often cause problems. The role of the family is important for the development of adolescents. But, in fact, not all the lucky teens are, there are teens who have to live in an orphanage so that they grow up with the affection of an imperfect parent. The Orphanage Assalaam Bandung is one of the orphanages in Bandung. In addition to providing facilities, the orphanage has practices to realize visions and missions, such as religious education, softskill training, social upbuilding, physical training, and advancing the family. It makes teenagers feel grateful during their stay at the orphanage. They feel happy, engaged in activity, have good relationships with others, have meaning in life, can a goal or achievement. This research is intended to find out the influence of gratitude on well-being in teenagers in the Assalaam Bandung Orphanage. This research uses a quantitative approach. Analysis techniques used simple regression analysis techniques. The research is a population study with a total of 51 adolescent subjects. Data collection using a questionnaire based on the gratification theory of Emmons & Mccullough (2004) namely The Gratitude Questionnaire-six items (GQ-6) adapted by Qodariah (2019) and the well-being scale The Workplace PERMA Profiler from Butler & Kern (2016) adapted by Elfida et al., (2021) refers to the Seligman theory. (2011). The results of this study have an influence of gratitude on well-being of 16.9% in the teens of the Orphanage Assalaam Bandung.

Keywords: *Gratitude, Well-being, Orphanage Teenagers*

Abstrak. *Well-being* penting dimiliki remaja agar bisa membantu remaja dalam menghadapi tantangan yang akan datang secara adaptif. Remaja adalah masa transisi dimana adanya perubahan fisik ataupun psikologis yang sering menyebabkan masalah. Peran keluarga terlebih orang tua penting bagi perkembangan remaja. Tetapi, pada kenyataannya tidak semua remaja bernasib beruntung, ada remaja yang harus tinggal di panti asuhan sehingga tumbuh dengan kasih sayang orang tua yang tidak utuh. Pondok Yatim Assalaam Bandung merupakan salah satu panti asuhan di Bandung. Selain menyediakan fasilitas, panti asuhan ini memiliki pembiasaan untuk mewujudkan visi dan misi, seperti pembiasaan keagamaan, pelatihan *softskill*, pembinaan sosial, pelatihan fisik, serta mengedepankan kekeluargaan. Hal itu membuat remaja merasa bersyukur selama tinggal di panti asuhan. Mereka merasa senang, terlibat dalam aktifitas, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki makna hidup, bisa mencapai tujuan atau prestasi. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh *gratitude* terhadap *well-being* pada remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis yang dipakai teknik analisis regresi sederhana. Penelitian berbentuk studi populasi dengan subjek sejumlah 51 remaja. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dilandaskan pada teori *gratitude* dari [NO_PRINTED_FORM] (1) yaitu *The Gratitude Questionnaire-six item* (GQ-6) yang sudah diadaptasi oleh Qodariah (2019) dan skala *well-being* yaitu *The Workplace PERMA Profiler* dari [NO_PRINTED_FORM] (2) yang sudah diadaptasi oleh Elfida et al., (2021) merujuk pada teori Seligman (2011). Hasil penelitian ini terdapat pengaruh *gratitude* terhadap *well-being* sebesar 16.9% pada remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung.

Kata Kunci: *Gratitude, Well-being, Remaja Panti Asuhan.*

A. Pendahuluan

Sudah lama psikologi menjadi identik dengan pengobatan penyakit mental. Akhirnya pada tahun 1998 Seligman mengembangkan bidang baru yang menggunakan teori psikologi, penelitian, dan teknik intervensi untuk memahami perilaku manusia dalam hal yang positif, adaptif, kreatif, dan memuaskan secara emosional, yang dikenal sebagai psikologi positif (4). Psikologi Positif bermaksud untuk meningkatkan *well-being* dengan meningkatkan emosi positif dan menekankan pada *strength* individu (5).

Pada awalnya *well-being* memiliki dua pendekatan, yakni *hedonic* dan *eudamonic*. *Hedonic* berfokus pada *feeling*, yang digambarkan dalam bentuk pencapaian kenikmatan dan menghindari sakit. Di lain sisi, *eudamonic* berfokus pada *thinking*, makna dan realisasi diri yang mengilustrasikan *well-being* dalam bentuk tingkatan fungsi penuh sebagai manusia (5). Meskipun kedua pendekatan itu mewakili aspek *well-being* yang berbeda secara empiris, tetapi keduanya terkait secara konseptual dan saling melengkapi (6). Akhirnya, Seligman mengembangkan *Well-being theory* (WBT) yaitu konsep kebahagiaan terbaru yang memadukan dua perspektif *hedonic* dan *eudamonic* yang dijelaskan sebagai konstruk yang mendorong *flourishing* serta melambangkan kesejahteraan dan kesehatan mental yang tinggi (Seligman, 2011).

Menurut hasil penelitian [NO_PRINTED_FORM] (7) menuturkan bahwa penelitian *well-being* pada remaja masih sedikit dilakukan. Fase remaja dikenal juga dengan fase "*Storm and Stress*" yang dapat diartikan bahwa fase remaja merupakan fase yang penuh konflik dan adanya perubahan suasana hati (*mood*) (8). [NO_PRINTED_FORM] (9) menuturkan bahwa masa remaja menjadi periode yang penting sebab sesuatu yang terjadi pada masa remaja akan berakibat pada jangka waktu yang panjang. Berkaitan dengan hal itu, adanya ciri khusus dan permasalahan pada fase remaja diperlukan penelitian yang membahas perihal *well-being* pada perspektif perkembangan fase remaja (10).

[NO_PRINTED_FORM] (8) menuturkan bahwa orang tua, guru, mentor, dan orang dewasa memiliki peranan penting untuk memberikan bimbingan pada remaja agar bisa mengembangkan identitas diri yang positif. Walęcka-Matyja (2014) menuturkan bahwa pengalaman yang didapatkan dari keluarga sangat menentukan perkembangan individu kedepannya, saat memiliki pengalaman yang merugikan, maka hal itu bisa menghambat proses perkembangan psikis dan sosial anak dan sebaliknya.

Pada kenyataannya tidak semua remaja bernasib baik, ada remaja yang harus tinggal dan hidup di panti asuhan sehingga tumbuh dengan kasih sayang orang tua yang tidak utuh. Permensos sudah mengatur ketentuan standar pengasuhan anak di LKSA. Tetapi, menurut penelitian KPAI dan keadaan di lapangan masih banyak kasus kesenjangan kualitas dan permasalahan yang terjadi di panti asuhan. Selain itu, terdapat permasalahan lainnya yang dialami oleh remaja di panti asuhan. Menurut penelitian Harjanti (2021) memperlihatkan bahwa ada tiga permasalahan utama yang muncul dari panti asuhan di Karanganyar, yaitu anak panti asuhan mengalami permasalahan kurang mendapatkan bimbingan dan perhatian, perilaku bermasalah dengan lingkungan, kurang memiliki privasi dan merasa tidak aman. Dalam penelitian yang dilakukan oleh [NO_PRINTED_FORM] (14) pada remaja panti asuhan yang berusia 12 hingga 18 tahun dijumpai bahwa remaja panti asuhan memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tinggal bersama orang tua. Lalu, penelitian [NO_PRINTED_FORM] (15) memperlihatkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan sering kali merasa rendah diri dan merasa berbeda dibandingkan remaja yang tinggal bersama orang tua.

Terdapat perbedaan di Pondok Yatim Assalaam Bandung yang memfasilitasi anak asuh dari tempat tinggal, makan dan minum, bersekolah, mengedepankan kekeluargaan, diberikan pendidikan informal, pembinaan sosial, dan pelatihan fisik (berolahraga setiap hari minggu). Panti asuhan ini memiliki kekhasan yang unggul, yaitu kegiatan keagamaan, seperti tahajud, sekolah agama di TPQ, membaca Al-Qur'an, pengajian, tadabur Al-Qur'an, menghafal Al-Qur'an, menelaah kitab, serta pemberian ceramah. Remaja melakukan kegiatan pembiasaan keagamaan setiap hari sesuai jadwal.

Dari hasil observasi dan wawancara, Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung lebih

bahagia dan senang saat tinggal di panti asuhan. Hal ini disebabkan karena mereka mendapatkan banyak fasilitas yang menunjang, contohnya seperti kesempatan bersekolah, tempat tinggal layak, terpenuhi kebutuhan makan dan minum, dan merasa diperhatikan. Mereka tidak merasa malu dan rendah diri saat berada di lingkungan sekolah sehingga mereka memiliki banyak teman. Remaja aktif terlibat dalam kegiatan organisasi, perlombaan, dan juara kelas. Walaupun terasa berat dan terkadang membosankan, adanya pembiasaan dan pelatihan yang didapatkan membuat hidup mereka lebih terarah, bisa membuat rencana masa depan, memiliki cita-cita, serta menjadi pribadi yang lebih baik lagi, seperti tidak gampang menyerah, tekun, dan mandiri. Tinggal di panti asuhan juga membuat mereka merasakan adanya kebersamaan, kehangatan, dan diperhatikan oleh pengasuh serta sesama anak asuh. Sesama anak asuh di panti asuhan ini saling mendukung, menguatkan satu sama lain, dan saling tolong menolong. Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung juga sering mengambil peluang yang sudah diberikan oleh Yayasan Assalaam Bandung untuk mengabdikan dengan menyalurkan kemampuan yang sudah didapatkan selama tinggal di Pondok Yatim Assalaam Bandung, misalnya menjadi kakak asuh di panti asuhan atau mengabdikan menjadi guru di TPQ. Jika melihat dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada remaja di panti asuhan Pondok Yatim Assalaam maka terlihat adanya lima elemen *well-being* selaras dengan apa yang dituturkan oleh Seligman (2011).

[NO_PRINTED_FORM] (18) menuturkan bahwa *gratitude* atau kebersyukuran memiliki peranan penting bagi *well-being* individu sebab sikap bersyukur bisa menumbuhkan emosi positif yang sangat kuat sehingga bisa menyebabkan perubahan dan perkembangan yang baik. Menurut (19) *gratitude* dapat dijadikan sebagai nilai terbesar dalam diri individu serta menjadi induk dari nilai-nilai kebaikan yang lain.

Pada saat peneliti melakukan observasi dan wawancara, ada banyak lembaran yang ditempelkan di dinding memuat ungkapan rasa syukur remaja sebab bisa menjadi bagian Pondok Yatim Assalaam Bandung. Menurut mereka banyak hal yang bisa didapatkan saat tinggal di Pondok Yatim Assalaam Bandung dibandingkan ketika tinggal bersama keluarganya. Remaja setiap hari bersyukur atas apa yang sudah dimiliki, contohnya seperti memiliki tempat tinggal yang nyaman dan kesempatan bersekolah. Remaja sering bersyukur walau hanya dari kebaikan sederhana, seperti makan dan minum terjamin, dan diperhatikan oleh pengasuh. Lalu, mereka senantiasa bersyukur dalam sejumlah keadaan hidup seperti saat ini tinggal dan menjadi bagian dari Pondok Yatim Assalaam. Mereka juga sering merasakan perasaan berterimakasih pada banyak orang atas manfaat atau kebaikan yang didapatkan, seperti bersyukur akan teman, pengasuh, dan donatur. Dari paparan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa remaja Pondok Yatim Assalaam menggambarkan konsep *gratitude* selaras dengan apa yang dituturkan oleh [NO_PRINTED_FORM] (1). Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung merasa dengan diberlakukannya kegiatan pembiasaan keagamaan setiap hari membuat mereka lebih sering merasakan kehadiran Allah SWT atas semua yang mereka dapatkan sekarang. Hal ini selaras dengan pendapat McCullough et al. (2002) bahwa religiusitas merupakan satu dari sekian faktor yang mempengaruhi *gratitude*, sebab individu dengan tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung lebih gampang untuk bersyukur ditandai dengan mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Seberapa besar pengaruh *gratitude* terhadap *well-being* pada remaja di Pondok Yatim Assalaam Bandung?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran *gratitude* pada remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran *well-being* pada remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung.
3. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *gratitude* terhadap *well-being* pada remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Peneliti menggunakan metode teknik analisis kausalitas dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini berbentuk studi populasi dengan subjek sejumlah 51 remaja Pondok

Yatim Assalaam Bandung yang berada pada rentang usia 12-18 tahun dan tinggal di asrama Pondok Yatim Assalaam Bandung. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, wawancara, observasi, dan studi pustaka. Penelitian ini menggunakan skala *Gratitude Questionnaire 6* (GQ-6) yang dikembangkan oleh McCullough et al. (2002) yang sudah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Qodariah (2019). Hasil reliabilitas untuk skala GQ-6 memperlihatkan hasil $\alpha = 0.646$ dan Skala *well-being* dalam penelitian ini menggunakan *the PERMA-Profiler* yang dibuat oleh Seligman (2011) dan dikembangkan oleh [NO_PRINTED_FORM] (2). Kemudian diadaptasi oleh [NO_PRINTED_FORM] (3). Adapun analisis data yang dipakai dalam studi ini adalah analisis regresi sederhana karena bertujuan untuk melihat pengaruh *gratitude* terhadap *well-being* pada remaja di Pondok Yatim Assalaam Bandung.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran Gratitude Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gratitude

<i>Gratitude</i>	Tinggi	Rendah	Jumlah
	40 (78.4%)	11 (21.6%)	51 (100%)

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebanyak 40 remaja atau 78.4% memiliki tingkat *gratitude* tinggi dan 11 remaja atau 21.6% memiliki tingkat *gratitude* rendah. Dapat disimpulkan bahwa remaja yang tinggal di Pondok Yatim Assalaam Bandung memiliki tingkat *gratitude* yang tinggi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dimensi Gratitude

<i>Dimensi Gratitude</i>	Tinggi		Rendah		Jumlah
	F	%	F	%	
<i>Intensity</i>	35	68.6%	16	31.4%	51
<i>Frequency</i>	42	82.4%	9	17.6%	51
<i>Span</i>	34	66.7%	17	33.3%	51
<i>Density</i>	41	80.4%	10	19.6%	51

Variabel *Gratitude* pada faset *Frequency* memiliki persentase yang paling tinggi (82.4%) diantara faset lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung sering bersyukur kepada orang lain dan berbagai hal walau hanya dari kebaikan-kebaikan yang sederhana, seperti mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari pengasuh, berbagi makanan dengan teman, dan lainnya. Sedangkan, faset *Span* memiliki persentase yang paling rendah (66.7%) yang menunjukkan bahwa remaja kurang merasa bersyukur pada sumber datangnya kebersyukuran seperti keadaan hidup, keluarga, kesehatan, dan lainnya.

Gambaran Well-being Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Well-being

	Tinggi	Rendah	Jumlah
--	--------	--------	--------

Well-being	35 (68.9%)	16 (31.4%)	51 (100%)
-------------------	---------------	---------------	--------------

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebanyak 35 remaja atau 68.9% memiliki tingkat *well-being* tinggi dan 16 remaja atau 31.4% memiliki tingkat *well-being* rendah. Dapat disimpulkan bahwa remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung memiliki tingkat *well-being* yang tinggi.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Elemen Well-being

Elemen <i>Well-being</i>	Tinggi		Rendah		Jumlah
	F	%	F	%	
<i>Positive emotion</i>	36	70.5%	15	29.4%	51
<i>Engagement</i>	35	68.6%	16	31.4%	51
<i>Relationship</i>	37	72.5%	14	27.5%	51
<i>Meaning</i>	35	68.6%	16	31.4%	51
<i>Achievement</i>	35	68.6%	16	31.4%	51

Variabel *well-being* pada elemen *Relationship* memiliki persentase yang paling tinggi (72.5%) diantara elemen lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung memiliki hubungan yang baik, membangun relasi yang positif dan kuat dengan orang-orang disekitar. Hal ini ditunjukkan dengan remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung tidak merasa malu dan rendah diri saat berada di lingkungan sekolah dan memiliki banyak teman, mereka merasakan adanya kebersamaan, kehangatan, dan diperhatikan oleh pengasuh serta sesama anak asuh. Anak-anak asuh di panti asuhan ini saling membantu, menyemangati, dan mendukung satu sama lain.

Pengaruh Gratitude terhadap Well-being Pada Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung

Tabel 5. Uji Regresi Linear Sederhana

Model	Unstandardized		Standardized	t	Sig.
	Coefficients		Coefficients		
1	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	136.674	18.406		7.425	.000
Gratitude	1.127	.358	.411	3.152	.003

Berdasarkan nilai signifikansi, variabel *gratitude* dengan *well-being* sebesar $0.003 < \text{probabilitas } 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *gratitude* terhadap *well-being*. Angka koefisien regresi sebesar 1.127 yang menunjukkan bahwa setiap penambahan variabel *gratitude* sebesar 1% maka akan meningkatkan *well-being* sebesar 1.127 atau 112.7%. Karena nilai koefisien analisis regresi bernilai (+), maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa *gratitude* berpengaruh positif terhadap *well-being* remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung.

Tabel 6. Hasil Uji Determinasi (R Square)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.411 ^a	.169	.152	9.36286

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai koefisien determinasi atau *R Square* adalah sebesar 0.169. Nilai R Square 0.169 sama dengan 16.9%. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel *gratitude* berpengaruh terhadap variabel *well-being* sebesar 16.9%. Di sisi lain, terdapat sisanya (100% - 16.9% = 83.1%) dipengaruhi oleh variabel lain di luar persamaan regresi yang tidak diteliti, seperti dukungan sosial (22), perilaku prososial (23), optimisme, harga diri, dan kebahagiaan (24), serta dengan kesehatan fisik dan kepuasan hidup (2).

D. Kesimpulan

Berlandaskan hasil yang didapat dari pengolahan data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. *Gratitude* remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung paling banyak berada pada kategori tinggi.
2. *Well-being* remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung paling banyak berada pada kategori tinggi.
3. *Gratitue* berpengaruh positif terhadap *well-being* remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung sebesar 16.9%. Di lain sisi 83.1% *well-being* mendapat pengaruh dari variabel lainnya yang tidak diteliti.

Acknowledge

Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan dan penyusunan penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan gelar sarjana. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam proses penulisan dan penyusunan penelitian ini, baik dalam bentuk materi, motivasi, dukungan emosional, data, serta doa. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Dewi Sartika, M.Si., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
2. Dr. Agus Budiman, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang senantiasa membimbing peneliti dan meluangkan waktunya untuk memberikan saran, masukan, umpan balik, serta ilmu yang bermanfaat bagi peneliti dalam penyusunan penelitian ini.
3. Temi Damayanti Djamhoer, S.Psi., M.A., Psikolog selaku wali dosen peneliti yang senantiasa membantu peneliti dalam hal konsultasi mengenai perkuliahan sejak awal hingga akhir perkuliahan ini.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung yang telah memberikan ilmu bermanfaat kepada peneliti dari awal perkuliahan.
5. Pengurus Pondok Yatim Assalaam yang telah bersedia memberi izin kepada peneliti untuk mengambil data di Pondok Yatim Assalaam Bandung.
6. Remaja Pondok Yatim Assalaam Bandung yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Kedua orang tua peneliti, Ayah Yanto dan Bunda Sofi yang selalu mendukung peneliti dalam bentuk semangat, motivasi, doa dan juga materi demi kelancaran peneliti dalam menyusun dan menyelesaikan penelitian ini. Tak lupa juga, Kakak peneliti, Abrar dan Adik peneliti, Agni yang telah mendengarkan keluh dan kesah peneliti, serta selalu memberikan doa dan semangat kepada peneliti selama penyusunan penelitian ini.
8. Kresna Sriharipamungkas yang telah memberikan dukungan penuh kepada peneliti.

9. Nazwa Adelya Suhardi dan Siti Alifa Magfiranisa yang menemani peneliti dari awal perkuliahan dan berjuang bersama hingga akhir perkuliahan serta selalu mendengar keluh kesah dan memberikan dukungan kepada peneliti.
10. Zalfa, Ambar, Delfira, dan Diva yang telah menjadi *support system* peneliti sejak SMA hingga saat ini. Selalu memberikan dukungan penuh dan menguatkan peneliti hingga peneliti dapat bertahan dan menyelesaikan penelitian ini.
11. Serta seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam proses penyelesaian penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu.

Semoga segala bentuk kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti dibalas oleh Allah SWT dengan balasan yang berlimpah. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat baik.

Daftar Pustaka

- [1] Emmons RA, Mccullough ME. *The Psychology of Gratitude*. 2004.
- [2] Butler J, Kern ML. The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*. 2016 Oct 13;6(3):1–48.
- [3] Elfida D, Milla MN, Mansoer WWD, Takwin B. Adaptasi dan uji properti psikometrik The PERMA-Profilier pada orang Indonesia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. 2021 Jun 30;10(1):81–103.
- [4] Compton WC, Hoffman E. *Positive psychology : the science of happiness and flourishing*. 2020.
- [5] Seligman M. *Flourish A New Understanding of Happiness and Wellbeing*. London: Nicholas Brealey Publishing ; 2011.
- [6] Disabato DJ, Goodman FR, Kashdan TB, Short JL, Jarden A. Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychol Assess*. 2016 May 1;28(5):471–82.
- [7] Witten H, Savahl S, Adams S. Adolescent flourishing: A systematic review. Vol. 6, *Cogent Psychology*. Cogent OA; 2019.
- [8] Santrock JW. *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. 2012.
- [9] Hurlock E. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. 2002.
- [10] Waigel NC, Lemos VN. A Systematic Review of Adolescent Flourishing. Vol. 19, *Europe's Journal of Psychology*. PsychOpen; 2023. p. 79–99.
- [11] Wałęcka-Matyja K. Adolescent personalities and their self-acceptance within complete families, incomplete families and reconstructed families. Vol. 12, *Polish Journal of Applied Psychology*. 2014.
- [12] Amalia Nurlina, Ihsana Sabriani Borualogo. Studi Komparatif Kesejahteraan Material Anak Panti Asuhan Sebelum dan Masa COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*. 2022 Jan 1;1(2):76–83.
- [13] Harjanti DKS. Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Internal Locus of Control dan Spiritualitas. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*. 2021 May 28;7(1):83.
- [14] Priyanka, Parasar A, Dewangan RL. A comparative study of self esteem and level of depression in adolescents living in orphanage home and those living with parents [Internet]. *International Journal of Humanities and Social Science Research*. 2018. Available from: www.socialsciencejournal.in
- [15] Hartati L, Respati WS. KOMPETENSI INTERPERSONAL PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN ASRAMA DAN YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN COTTAGE [Internet]. Vol. 10. 2012. Available from: www.media-intim.blogspot.com,
- [16] Ramadhani AF, Mubarak A. Studi Kontribusi Perceived Organizational Support terhadap Employee Well-Being. *Jurnal Riset Psikologi*. 2023 Dec 24;125–30.

- [17] Ramadhani AF, Mubarak A. Studi Kontribusi Perceived Organizational Support terhadap Employee Well-Being. *Jurnal Riset Psikologi*. 2023 Dec 24;3(2):125–30.
- [18] Arif IS. *Psikologi Positif : Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. 2016.
- [19] Prabowo A. GRATITUDE DAN PSYCHOLOGICAL WELLBEING PADA REMAJA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 2017;05(02).
- [20] McCullough ME, Emmons RA, Tsang JA. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *J Pers Soc Psychol*. 2002;82(1):112–27.
- [21] McCullough ME, Emmons RA, Tsang JA. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *J Pers Soc Psychol*. 2002;82(1):112–27.
- [22] Schotanus-Dijkstra M, Pieterse ME, Drossaert CHC, Westerhof GJ, de Graaf R, ten Have M, et al. What Factors are Associated with Flourishing? Results from a Large Representative National Sample. *J Happiness Stud*. 2016 Aug 1;17(4):1351–70.
- [23] Nelson LJ, Padilla-Walker LM. Flourishing and Floundering in Emerging Adult College Students. *Emerging Adulthood*. 2013;1(1):67–78.
- [24] de Carvalho JS, Pereira NS, Pinto AM, Marôco J. Psychometric Properties of the Mental Health Continuum-Short Form: A Study of Portuguese Speaking Children/Youths. *J Child Fam Stud*. 2016 Jul 1;25(7):2141–54.