

Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecenderungan Kepribadian Terhadap Flourishing pada Mahasiswa Universitas Malahayati

Ista'Ana Thoyyiba Al Fatiy¹, Dewi Lutfianawati^{2*}, Prida Harkina³

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

²dewilutfi@malahayati.ac.id*

Abstrak

Mahasiswa memiliki berbagai tuntutan baru dalam hidupnya seperti beban akademik dan juga tuntutan lingkungannya, dalam kehidupannya mahasiswa sering kali dihadapkan pada berbagai situasi yang berdampak pada rendahnya tingkat *flourishing* pada dirinya. Mahasiswa yang memiliki *flourishing* yang tinggi lebih dapat menjalani kehidupan perkuliahannya dengan baik. Dukungan sosial teman sebaya dan kepribadian merupakan faktor yang memengaruhi tingkat *flourishing* dalam diri individu. Oleh karena itu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian terhadap *flourishing* pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini adalah 271 mahasiswa di Universitas Malahayati. Alat ukur dalam penelitian menggunakan Skala PERMA, Skala PSS-FR dan Skala *Big Five*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian secara bersama – sama (simultan) memiliki hubungan terhadap *flourishing* dan kecenderungan kepribadian *neuroticism* secara parsial tidak terdapat hubungan terhadap *flourishing* pada mahasiswa di Universitas Malahayati. Implikasi hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi mahasiswa untuk meningkatkan *flourishing* agar bisa mencapai tingkat yang optimal sehingga bisa menjalani masa perkuliahan dengan baik dan sukses.

Kata Kunci : *Flourishing*; Mahasiswa; Dukungan Sosial; Kepribadian.

The Relationship between Peer Social Support and Personality Tendency Towards Flourishing in Students of Malahayati University

Abstract

Students have various new demands in their lives such as academic burdens and also demands from their environment, in their lives students are often faced with various situations that have an impact on the low level of flourishing in themselves. Students who have high flourishing are better able to live their college life well. Peer social support and personality are factors that influence the level of flourishing in an individual. Therefore, the purpose of this study was to determine the relationship between peer social support and personality tendencies towards flourishing in students. The subjects in this study were 271 students at Malahayati University. The measuring instruments in the study used the PERMA Scale, PSS-FR Scale and Big Five Scale. The results of the study showed that peer social support and personality tendencies simultaneously had a relationship with flourishing and the tendency of neuroticism personality partially had no relationship with flourishing in students at Malahayati University. The implications of the results of this study can be input for students to improve their flourishing in order to reach an optimal level so that they can go through college well and successfully

.Keywords: *Flourishing; Students; Social Support; Personality.*

PENDAHULUAN

Menurut (Karinda, 2020) kata mahasiswa sangat erat kaitannya dengan pendidikan tinggi. Secara umum, di Indonesia, mahasiswa berada pada rentang usia 18-24 tahun (Santrock, 2012). Menurut perkembangan manusia, mahasiswa memasuki masa dewasa awal dimana akan sering muncul permasalahan seiring bertambahnya usia pada masa dewasa awal. Oleh karena itu, kita sudah biasa mendengar berbagai berita tentang kehidupan mahasiswa, mulai dari prestasi mereka hingga bagaimana kehidupan di kampus (Karinda, 2020). Penelitian lain juga menguatkan fenomena bahwa mahasiswa memiliki tingkat stress psikologis yang tinggi, hal tersebut menjadi penanda mahasiswa terindikasi memiliki kesejahteraan (*well-being*) yang bermasalah (Soysa & Wilcomb, 2015).

Kesejahteraan (*well-being*) dengan level tinggi disebut *flourishing* dimana seseorang mampu berkembang secara penuh dengan mengoptimalkan perasaan positif dan *character strength* (Seligman, 2013). *Flourishing* membahas mengenai perasaan yang baik dengan pencapaian maksimal ketika seseorang memiliki aspek-aspek seperti emosi positif (*positive emotions*), keterikatan terhadap lingkungan (*engagement*), hubungan baik dengan orang lain (*relationship*), kebermaknaan (*meaning*), dan pencapaian atau prestasi (*accomplishment*). Penting bagi mahasiswa untuk memiliki tingkat *flourishing* yang tinggi karena mahasiswa harus memaksimalkan potensinya untuk memenuhi berbagai tuntutan dalam akademik maupun lingkungannya. Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu menghadapi setiap tekanan dan tantangan yang muncul.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sekarini et al., 2020) memaparkan bahwa ketika seorang individu memiliki tingkat *flourishing* yang rendah, ia akan cenderung tidak puas terhadap dirinya, merasa hidupnya tidak bermakna, selalu gagal dalam membangun hubungan personal dengan orang lain, dan mudah hanyut dalam tekanan sosial, serta tidak mampu mengatur waktu dan aktivitas sehari-harinya. Tingkat *flourishing* dalam diri individu dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, diantaranya adalah latar belakang pendidikan, gender, kepribadian, dukungan sosial dan kondisi ekonomi (Schotanus-Dijkstra et al., 2016).

Procidano & Heller, (1983) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sejauh mana individu dapat percaya bahwa kebutuhannya terpenuhi melalui dukungan. Menurut (Procidano & Heller, 1983) dukungan sosial timbul dari berbagai jenis hubungan seperti keluarga dan teman.. Selain itu *flourishing* juga dapat dipengaruhi oleh kepribadian seseorang. Menurut Carl Gustav Jung kepribadian merupakan keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkah laku baik sadar maupun tidak sadar. Karakter kepribadian ini dapat dilihat melalui luasnya hubungan seseorang dengan lingkungan sekitarnya dan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan orang lain, terutama dalam situasi baru (Sinuraya, 2009).

(Padilla-Walker et al., 2017) mengemukakan bahwa seseorang akan lebih mudah menjalani tugas perkembangannya lebih adaptif apabila telah mencapai *flourishing*. Dengan latar belakang ini, penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk menyelidiki sejauh mana dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian berperan dalam mencapai *flourishing* pada mahasiswa. Penelitian ini dapat membantu dalam mengembangkan strategi dan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa di lingkungan pendidikan. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian terhadap *flourishing* pada mahasiswa Universitas Malahayati.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat memperoleh data dan informasi. Dalam penelitian ini akan digunakan model skala likert. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas malahayati bandar Lampung yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Malahayati, mahasiswa aktif dari semua jurusan. Jumlah subjek adalah 271 responden, yang terdiri dari laki-laki 119 dan perempuan 152. Data penelitian diambil menggunakan skala PERMA, PSS-FA dan GSE. Teknik statistik yang digunakan untuk menguji penelitian ini yaitu dengan Analisis Regresi Berganda, yaitu untuk mengetahui hubungan secara linear antara dua atau lebih variabel bebas dengan variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Deskripsi Subjek Berdasarkan Jurusan/Prodi

Prodi/Jurusan		Jumlah subjek	Persentase (%)
Prodi/Jurusan	S1 Kedokteran Umum	15	5.8%
	S1 Psikologi	24	8.8%
	S1 Keperawatan	20	7.4%
	S1 Farmasi	21	7.7%
	DIII Anafarma	17	6.3%
	S1 Bidan	9	3.3%
	DIII Kebidanan	13	4.8%
	Kesehatan Masyarakat	23	8.5%
	S1 Hukum	24	8.8%
	S1 Akutansi	20	7.4%
	S1 Manajemen	18	6.6%
	S1 Teknik Lingkungan	23	8.5%
	S1 Teknik Industri	10	3.7%
	S1 Teknik Sipil	23	8.5%
	S1 Teknik Mesin	11	4%
Total		271	96.8%

Dari table 1 dapat dilihat bahwa responden yang berasal Prodi S1 Hukum dan S1 Psikologi lebih dominan sebanyak 24 responden dengan presentase sebesar 8.8%.

Tabel 2
Data Demografi Responden

	Data Demografi	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	119	56.2%
	Perempuan	152	43.8%
	Total	271	96.8%
Usia	18 Tahun	16	12,5%
	19 Tahun	82	21,5%
	20 Tahun	96	35%
	21 Tahun	44	14,8
	23 Tahun	33	13%
	Total	271	96.8%

Berdasarkan tabel 2 diatas, sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 152 responden dengan persentase sebesar 43,8%, dengan rentang usia 18 sampai dengan 23 tahun, dan sebagian besar berusia 20 tahun sebanyak 96 responden.

Tabel 3
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	X Min	X Max	Mean	SD
Flourishing	13	150	104.33	28.666
Dukungan Sosial Teman Sebaya	2	19	12.26	3.820
Exstraversion	10	38	24.75	4.227
Agreeableness	19	39	28.07	3.351
Conscientiousness	18	39	27.35	3.784
Neuroticism	10	35	20.54	4.490
Openess to Experience	18	33	24.94	2.468

Pengelompokan dilakukan untuk menempatkan individu ke dalam suatu kelompok kotinum yang terpisah sesuai dengan atribut yang diukur (Azwar,2014). Untuk kategorisasi skala Flourishing, Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecenderungan Kepribadian yang terkelompok menjadi tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang dan tinggi menggunakan rumus sebagai berikut :

Tabel 4
Skor item Dukungan Sosial teman sebaya

NO	Pertanyaan	Skor
1	Teman-teman saya memberi saya dukungan moral yang saya perlukan	192
2.	Kebanyakan orang lebih dekat dengan temannya daripada saya	168
3.	Teman-teman saya menedengar apa yang saya pikirkan	110
4.	Teman-teman tetentu datang kepada saya ketika mereka mempunyai masalah atau membutuhkan nasihat	188
5.	Saya mengandalkan teman-teman saya untuk mendapatkan dukungan emosional	101
6.	Jika merasa salah satu atau lebih teman saya sedang kesal ketika bersama, saya akan menyimpannya sendiri	93
7.	Saya merasa terpinggirkan dalam lingkaran pertemanan saya	186
8.	Ada teman yang bias saya temui jika saya hanya merasa terpuruk, dan tidak menertawakan keterpurukan saya	170
9.	Saya dan teman-teman sangat terbuka tentang apa yang kami miliki	138
10.	Teman-teman saya peka terhadap kebutuhan pribadi saya	91
11.	Teman-teman saya datang kepada saya untuk meminta dukungan emosional	163
12.	Teman-teman saya pandai membantu saya dalam memecahkan masalah	160
13.	Saya memiliki hubungan yang mendalam dengan sejumlah orang	152
14.	Teman-teman saya mendapatkan ide-ide bagus tentang bagaimana melakukan suatu hal untuk saya	162
15.	Saat curhat dengan teman, saya merasa tidak nyaman	177

16.	Teman-teman saya mencari saya untuk berteman	157
17.	Menurut saya, teman-teman saya merasa bahwa saya pandai membantu mereka dalam memecahkan masalah	158
18.	Saya tidak memiliki hubungan yang sangat dekat dengan teman seperti hubungan pertemanan orang lain	163
19.	Saya baru-baru ini mendapat ide bagus untuk melakukan sesuatu dari teman saya	124
20.	Saya berharap teman-teman saya jauh berbeda	95

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa item tertinggi pada dukungan sosial teman sebaya skor tertinggi yang didapat pada item “1” sebesar 192 yaitu teman-teman saya memberi saya dukungan moral yang saya perlukan dan pada skor terendah yang didapat pada item “10” sebesar 91 yaitu Teman-teman saya peka terhadap kebutuhan pribadi saya.

Tabel 5
Uji Simultan (F).

Model	Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sign.
Regression	75812.093	6	12635.349	23.628	.000 ^b
Residual	1320862.462	247	516.447		
Total	207898.555	253			

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS 26, diperoleh nilai signifikansi sebesar .000 yang dimana $.000 < .05$. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian secara bersama – sama (simultan) memiliki hubungan terhadap flourishing.

Tabel 6
Hasil Pengujian Hipotesis (Uji t)

Model	Coefficients ^a		
	β	T	Sign.
(Constant)		0.625	.515
Dukungan Sosial Teman Sebaya	.399	7.033	.000
Extraversion	.490	3.021	.003
Agreeableness	.309	2.172	.032
Conscientiousness	1.113	6.395	.000
Neuroticism	.246	1.701	.090
Openess to experience	2.395	2.118	.035

Berdasarkan tabel 23 dapat dilihat bahwa t hitung dari dukungan sosial teman sebaya adalah 7.033 dengan koefisien beta = .399, t hitung kecenderungan kepribadian Extraversion adalah .003 dengan koefisien beta = .490, t hitung kecenderungan kepribadian agreeableness adalah .032 dengan koefisien beta = .309, t hitung kecenderungan kepribadian Conscientiousness adalah .000 dengan koefisien beta = 1.113, t hitung kecenderungan kepribadian Openess to experience adalah .035 dengan koefisien beta = 2.395 dan taraf signifikansi $p < .01$ yang artinya secara parsial variable dukungan sosial teman sebaya, kecenderungan kepribadian Extraversion, agreeableness, conscientiousness, dan openess to experience berpengaruh positif signifikan terhadap flourishing.

Selain itu dapat dilihat pula t hitung kecenderungan kepribadian neuroticism adalah .90 artinya secara parsial tidak ada hubungan yang signifikan antara kecenderungan kepribadian neuroticism terhadap flourishing,

Berdasarkan pemaparan hasil uji hipotesis diatas, didapatkan kesimpulan bahwa ada beberapa H_a dan H_o yang dapat diterima. Berikut hasil dari masing – masing hipotesis :Terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian terhadap flourishing pada mahasiswa. Terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap flourishing pada mahasiswa. Terdapat hubungan antara kecenderungan kepribadian Extraversion terhadap flourishing pada mahasiswa. Terdapat hubungan antara kecenderungan kepribadian agreeableness terhadap flourishing pada mahasiswa. Terdapat hubungan antara kecenderungan kepribadian conscientiousness terhadap flourishing pada mahasiswa. Terdapat hubungan antara kecenderungan kepribadian openness to experience terhadap flourishing pada mahasiswa. Tidak terdapat hubungan antara kecenderungan kepribadian neuroticism terhadap flourishing pada mahasiswa.

Pembahasan

Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian terhadap flourishing

Hasil penelitian ini diperoleh nilai signifikansi sebesar .000 yang dimana $.000 < .05$. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian secara bersama – sama (simultan) memiliki hubungan terhadap flourishing.

Berdasarkan analisis dari aspek – aspek flourishing ditemukan aspek yang tertinggi dengan skor rata-rata 21.57% yaitu pada aspek “*positive emotion*” yang mencakup emosi yang dirasakan ketika menghadapi berbagai situasi seperti kebahagiaan, keceriaan, bersyukur dan bersukacita atas apa yang terjadi di masa lalu, melihat masa depan dengan penuh harapan dan menghargai masa kini. Sedangkan aspek yang terendah dengan skor rata-rata 19.81% yaitu pada aspek “*relationship*” yang mencakup hubungan dengan keluarga ataupun teman, yng artinya kurang adanya dukungan dan kepedulian, serta perasaan puas terhadap hubungan sosial yang dimiliki.

Pada aspek “*engagement*” yang artinya tindakan yang memiliki hubungan dengan psikologis seperti perasaan umum, minat, dan keterlibatan dalam kehidupan , dengan skor rata-rata sebesar 21.08, kemudian pada aspek “*Meaning*” yaitu bahwa individu menjadi lebih bermakna jika seseorang dapat mendedikasikan dirinya kepada hal yang lebih besar dan lebih luas yang berdampak pada orang lain, bukan hanya pada dirinya sendiri, dengan skor rata-rata 21.06. Dan pada aspek “*Accomplishment*” yaitu meliputi tujuan yang bergerak maju, perasaan mampu melakukan aktivitas sehari-hari, dan memiliki rasa mampu untuk mencapai hal-hal yang diinginkan dengan skor rata-rata sebesar 20.81.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian secara bersama-sama (simultan) memiliki hubungan terhadap flourishing sebesar 37.2%.

Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap flourishing

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan terhadap flourishing. Kategorisasi dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa di universitas malahayati berada pada kategori sedang. t hitung dari dukungan sosial teman sebaya adalah 7.033 dengan koefisien beta = .399 artinya secara parsial variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif signifikan terhadap flourishing. Hal ini sejalan dengan Penelitian Hasibuan dkk (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang paling konsisten mempengaruhi flourishing.

Berdasarkan analisis per-item dari skala dukungan sosial teman sebaya, ditemukan item tertinggi yaitu responden merasa mendapatkan dukungan moral ketika diperlukan dari teman

sebayanya dan pada item terendah yang didapat yaitu responden merasa teman-temannya belum peka terhadap kebutuhannya pribadi.

Hubungan kecenderungan kepribadian terhadap *flourishing*

Hasil penelitian ini secara bersama-sama (simultan) menunjukkan bahwa kecenderungan kepribadian memiliki hubungan yang signifikan terhadap *flourishing*. Kategorisasi lima dimensi kepribadian berada pada kategori sedang, lima dimensi kepribadian ini memiliki tingkat *flourishing* yang berbeda-beda dan bisa juga sama. Penelitian yang dilakukan (Villieux et al., 2016) disimpulkan bahwa lima ciri kepribadian berhubungan dengan tingkat *flourishing* pelajar di Perancis, bahwa siswa yang memiliki ciri kepribadian *neurotik* menunjukkan tingkat *flourishing* yang lebih rendah.

Berdasarkan hasil penelitian, kecenderungan kepribadian *ekstraversi* yang merupakan gambaran individu yang penuh dengan semangat, ramah, cenderung lebih bahagia, antusias dan komunikatif. Hayes & Joseph (dikutip dari Libran, 2006) mengemukakan bahwa individu dengan trait kepribadian *ekstraversi* yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidupnya yang tinggi. Dalam penelitian yang dilakukan hasil signifikansi sebesar .003 yang dimana < 0.05 yang artinya signifikan antara kecenderungan kepribadian *ekstraversi* dan *flourishing*. Penelitian yang dilakukan (Villieux et al., 2016) disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki sifat-sifat *ekstraversi* lebih positif dalam memaknai kepuasan hidupnya.

Kecenderungan kepribadian *agreeableness* merupakan gambaran individu yang cenderung selalu mengalah, menghindari sebuah konflik dan mengikuti orang lain. Individu dengan kepribadian *agreeableness* tinggi adalah pribadi yang mempunyai hati yang lembut, selalu mementingkan orang lain daripada diri sendiri, suka menghindari dari suatu konflik dan mencari jalan telah untuk menyelesaikan suatu masalah tanpa merugikan siapapun. Dalam penelitian yang dilakukan hasil signifikan sebesar .032 yang dimana < 0.05 artinya signifikan antara kecenderungan kepribadian *agreeableness* dan *flourishing*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ikhsan, 2023) terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan tipe kepribadian *agreeableness* secara bersamaan terhadap *flourishing*

Kecenderungan kepribadian *conscientiousness* merupakan gambaran individu yang menyukai keteraturan, individu yang berpikir sebelum bertindak, terorganisasi, dan memiliki disiplin yang baik. Individu dengan nilai *conscientiousness* yang tinggi adalah pribadi yang menyukai keteraturan, sudah mempunyai jadwal yang sudah disusun dengan baik dan akan mengikuti jadwal tersebut guna untuk dirinya merasa sejahtera. Dalam penelitian yang dilakukan hasil signifikan sebesar .000 yang dimana < 0.05 artinya signifikan antara kecenderungan kepribadian *conscientiousness* dan *flourishing*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ikhsan, 2023) terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan tipe kepribadian *conscientiousness* secara bersamaan terhadap *flourishing*.

Kecenderungan kepribadian *neuroticism* merupakan gambaran individu yang memiliki ketidakstabilan emosi yang dominan dengan emosi negatif. Costa & McCrae (dikutip dari Libran, 2006) menyatakan bahwa *neuroticism* memiliki tingkatan rendah dengan kepuasan dengan hidup. kepribadian *neuroticism* mempunyai hubungan yang tinggi negatif dengan kesejahteraan subjektif. Dalam penelitian yang dilakukan hasil signifikansi sebesar .090 yang dimana > 0.05 artinya tidak signifikan antara kecenderungan kepribadian *neuroticism* dan *flourishing*, artinya semakin rendah kecenderungan *neuroticism* maka akan semakin tinggi tingkat *flourishing* nya. Penelitian yang dilakukan (Villieux et al., 2016) disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki ciri kepribadian neurotik menunjukkan tingkat *flourishing* yang lebih rendah dikarenakan adanya ketidakstabilan emosi pada diri individu.

Kecenderungan kepribadian *Openness* merupakan gambaran individu yang memiliki keterbukaan wawasan, menyukai seni dan mudah bertoleransi. Individu dengan nilai *openness*

yang tinggi adalah pribadi yang cenderung mempunyai kesejahteraan subjektif yang tinggi juga karena mampu menerima perubahan dan perbedaan dilingkungkannya, serta senang dengan suatu hal yang bersifat artistic. Dalam penelitian yang dilakukan hasil signifikan sebesar .035 yang dimana < 0.05 artinya signifikan antara kecenderungan kepribadian *Openness* dan *flourishing*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ikhsan, 2023) terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tipe kepribadian *openness* secara bersamaan terhadap *flourishing*.

SIMPULAN

Dukungan sosial teman sebaya dan kecenderungan kepribadian secara bersamaan memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap *flourishing*, dengan nilai sebesar 37,2% sisanya 67,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan secara signifikan terhadap *flourishing*. Kecenderungan kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness* dan *openness to experience* memiliki hubungan secara signifikan terhadap *flourishing*. Kecenderungan kepribadian *neuroticism* tidak memiliki hubungan secara signifikan terhadap *flourishing*. Diharapkan instansi pendidikan perlu membuat program yang melibatkan relasi antara mahasiswa maupun pihak kampus, seperti mengadakan pentas seni bersama unit kegiatan mahasiswa sehingga mahasiswa dapat mengembangkan diri hingga mencapai *flourishing*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, H., & Azwar, S. (2019). Indonesian Adaptation and Psychometric Properties Evaluation of the Big Five Personality Inventory: IPIP-BFM-50. *Jurnal Psikologi*, 46(1), 32. <https://doi.org/10.22146/jpsi.33571>
- Alifah Nabilah Masturah, H. (2022). *Efikasi Diri dan Dukungan Sosial sebagai Prediktor pada Dewasa Awal*. 2.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- El-Matory, H. J., Mardiah, B. A., Lestari, F., & Besral. (2018). Evaluation of depression, anxiety, and stress among undergraduate students in jakarta. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 9(2), 296–301. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.00136.5>
- Elfida, D., Milla, M. N., Mansoer, W. W. D., & Takwin, B. (2021). Adaptasi dan uji properti psikometrik The PERMA-Profiler pada orang Indonesia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 81–103. <https://doi.org/10.30996/persona.v10i1.4986>
- Fong, M., & Loi, N. M. (2016). The Mediating Role of Self-compassion in Student Psychological Health. *Australian Psychologist*, 51(6), 431–441. <https://doi.org/10.1111/ap.12185>
- Fredrickson, & Losada. (2005). *Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing*.
- Fullerton, & Ursano. (1994). *Preadolescent peer friendships: A critical contribution to adult social relatedness? Journal of Youth and Adolescence*.
- Gemilang, B. A., Yuliadi, I., & Lilik, S. (2015). Studi Kasus Pola Intimasi Dengan Teman Sebaya Pada Remaja. *Jurnal Wacana*, 7(2), 1–11. <https://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/wacana/article/view/80/80>
- Gokcen, N., Hefferon, K., & Attree, E. (2012). University students' constructions of

- “flourishing” in British higher education: An inductive content analysis. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 1–21. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i1.1>
- Goldberg, L. R., Johnson, J. A., Eber, H. W., Hogan, R., Ashton, M. C., Cloninger, C. R., & Gough, H. G. (2006). The international personality item pool and the future of public-domain personality measures. *Journal of Research in Personality*, 40(1), 84–96. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.08.007>
- Huppert, F. A., & So, T. T. C. (2009). *What Percentage Of People in Europe are Flourishing and what are characterises them? Briefing Document for the OECD/ISQLS meeting “measuring subjective well-being: an opportunity for NSOs?”*
- Inayah, L. (2015). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya. *Pendidikan Dasar Nusantara*, 4.
- Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(2), 234–252. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11288>
- Padilla-Walker, L. M., Memmot-Ellison, M. K., & Nelson, L. J. (2017). Positive Relationships as an Indicator of Flourishing During Emerging Adulthood. *AM:STARs: Nutrition and Physical Activity*, Vol. 23, No. 3, 571–588. <https://doi.org/10.1542/9781581107838-ch10>
- Pongsibidang, F. (2022). *Gambaran Quarterlife Crisis pada Mahasiswa pada Mahasiswa di Kota Makassar. 8.5.2017*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1), 1–24. <https://doi.org/10.1007/BF00898416>
- Rosadi, K. M. R. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Flourishing Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*.
- Russel, C. (1987). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup*. Edisi ketigabelas. Jilid 1.
- Sarafino, E. p, & Smith, T. w. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (Issue 112).
- Sari. (2019). *Tingkat Flourishing pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang (Studi Komparasi Berdasarkan Gender)*. <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/33616>
- Schotanus-Dijkstra, M., Pieterse, M. E., Drossaert, C. H. C., Westerhof, G. J., de Graaf, R., ten Have, M., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2016). What Factors are Associated with Flourishing? Results from a Large Representative National Sample. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1351–1370. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9647-3>
- Sekarini, A., Hidayah, N., & Hayati, E. N. (2020). Konsep Dasar Flourishing Dalam Psikologi Positif. *Psycho Idea*, 18(2), 124. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i2.6502>
- Seligman, M. (2013). *Beyond authentic happiness: Menciptakan kebahagiaan sempurna dengan psikologi positif*.
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas Xii Sma Kristen Terang Semarang. *Jurnal EMPATI*, 10(2), 99–107. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.31001>
- Sinuraya, D. (2009). *Hubungan Antar Kepribadian Ekstrovert Dengan Prilaku AGresi Pada Remaja*. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/4743>
- Situngkir, M. A. (2021). *Mega Apriati Situngkir - Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping*.
- Soysa, C. K., & Wilcomb, C. J. (2015). Mindfulness, Self-compassion, Self-efficacy, and Gender as Predictors of Depression, Anxiety, Stress, and Well-being. *Mindfulness*, 6(2), 217–226. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0247-1>
- Sugiono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Villieux, A., Sovet, L., Jung, S., & Guilbert, L. (2016). *Psychological flourishing: Validation of the French version of the Flourishing Scale and exploration of its relationships with personality traits, Personality and Individual Differences.*

Zulfa, N. A., & Prastuti, E. (2020). 'Welas Asih Diri' dan 'Bertumbuh': Hubungan Self-Compassion dan Flourishing pada Maha