

**OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF
PADA PENGANGGURAN DEWASA MUDA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH :

RIKI ZALKI

04041381823061

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA
2021**

**OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF
PADA PENGANGGURAN DEWASA MUDA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH :

RIKI ZALKI

04041381823061

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA
2021**

LEMBAR PENGESAHAN

**OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PENGANGGURAN
DEWASA MUDA
SKRIPSI**

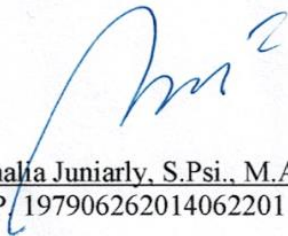
Dipersiapkan dan disusun oleh

RIKI ZALKI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 23 Desember 2021

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Amalia Juniarty, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 197906262014062201

Pembimbing II



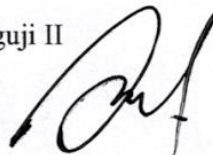
Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A
NIP. 198108132015104101

Penguji I



Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199010282018032001

Penguji II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072082031001

Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk Memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal 23 Desember 2021



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN

UJIAN SKRIPSI

Nama : Riki Zalki
NIM : 04041381823061
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Skripsi : Optimisme dan Kesejahteraan Subjektif pada
Pengangguran Dewasa Muda

Indralaya, 23 Desember 2021

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



Amalia Juniarly, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 197906262014062201

Dosen Pembimbing II



Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,

Ketua Bagian
Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 23 Desember 2021



Riki Zalki

NIM 04041381823061

HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan dukungan dan perhatiannya kepada saya. Terima kasih banyak karena sudah sepenuhnya memberikan kepercayaan kepada saya untuk melakukan apa yang sudah menjadi pilihan saya. Skripsi ini saya persembahkan untuk ibu dan bapak saya yang tidak berhenti memberikan doa dan dukungan kepada anaknya, semoga dengan terselesaikannya skripsi ini dapat menjadi bukti serta saksi bahwa orang tua saya telah berhasil mendidik anaknya dengan baik dan semoga dengan terselesaikannya skripsi ini juga dapat menjadi langkah awal bagi saya untuk membanggakan serta membahagiakan ibu dan bapak saya di kemudian hari.
2. Saudara, kerabat, serta sahabat-sahabat saya. Terima kasih banyak saya ucapkan terutama untuk saudara-saudara kandung saya Yuk Nati, Kak Napi, dan Yuk Dewi yang sudah memberikan dukungannya sehingga skripsi saya dapat terselesaikan. Terima kasih juga untuk sahabat-sahabat saya Farhan yang sudah menjadi *partner* skripsi saya dari awal, Lia, Sany, Nada, Dwi, dan Shafa yang selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi sudah banyak menghibur dan memberikan bantuannya kepada saya. Terima kasih sudah menerima segala kekurangan dan kelebihan yang saya miliki.
3. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, for never quitting, and for just being me at all times.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “optimisme dan kesejahteraan subjektif pada pengangguran dewasa muda”. Dalam proses penyusunan skripsi ini terdapat banyak hal yang dapat peneliti jadikan pelajaran berharga. Peneliti juga banyak mendapatkan bantuan bantuan dan bimbingan selama peoses penyusunan tugas akhir skripsi ini sehingga peneliti dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi dengan baik. Maka dari itu peneliti mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku ketua bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan penguji I peneliti.
5. Ibu Amalia Juniarly, S.Psi., MA., Psikolog, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan pengarahan yang sangat bermanfaat bagi peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A, selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada peneliti.
7. Bapak Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing akademik dan penguji II peneliti.

8. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
9. Responden penelitian, yaitu pengangguran usia dewasa muda yang telah bersedia memberikan waktu dan kesediaannya untuk membantu peneliti.
10. Farhan Desta (bujang) teman satu kost peneliti yang sudah menjadi *partner* dan selalu ada membantu mencari referensi, menyebarkan kuesioner, membantu menghubungi responden, serta menjadi tempat pelampiasan emosi peneliti saat menghadapi kendala selama perkuliahan ini.
11. Lia, Sany, Danila (Etik), Nurhasanah, Fadillah, Nada, Dwi, dan Shanas yang sudah banyak berjasa dalam membantu tugas-tugas selama perkuliahan.
12. Teman-teman kelas A dan Owlster Twister yang sudah sama-sama berjuang dan selalu mengisi hari-hari selama perkuliahan ini menjadi penuh kenangan.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam proses pengerjaan skripsi ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun sehingga dapat lebih baik dan sempurna lagi dimasa yang akan datang. Akhir kata, semoga penelitian skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi tiap orang yang membaca.

Indralaya, 17 Desember 2021

Peneliti,

Riki Zalki
NIM. 04041381823061

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAANN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11
a. Bagi Pengangguran	11
b. Bagi Keluarga dan Teman Orang yang Menganggur	11
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	26
A. Kesejahteraan subjektif.....	26
1. Pengertian Kesejahteraan subjektif.....	26

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan subjektif.....	28
3. Komponen Kesejahteraan subjektif	35
B. Optimisme	39
1. Pengertian Optimisme	39
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme	41
3. Dimensi Optimisme	43
C. Hubungan antara Optimisme dan Kesejahteraan subjektif	45
D. Kerangka Berpikir	49
E. Hipotesis Penelitian.....	50
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	51
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	51
1. Kesejahteraan subjektif	51
2. Optimisme	52
C. Populasi dan Sampel Penelitian	52
1. Populasi Penelitian	52
2. Sampel Penelitian.....	53
D. Metode Pengambilan Data	55
1. Skala Kesejahteraan subjektif	57
2. Skala Optimisme	58
E. Validitas dan Reliabilitas	58
1. Validitas	58
2. Reliabilitas.....	59
F. Metode Analisis Data.....	60
1. Uji Asumsi Penelitian	60
a. Uji Normalitas	60
b. Uji Linieritas	60
2. Uji Hipotesis Penelitian.....	61

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	63
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	66
1. Persiapan Administrasi.....	66
2. Persiapan Alat Ukur	66
a. Skala Kesejahteraan Subjektif.....	68
b. Skala Optimisme	71
3. Pelaksanaan Penelitian	74
a. Tahap Pertama.....	74
b. Tahap Kedua	75
c. Tahap Ketiga	78
d. Tahap Keempat	78
C. Hasil Penelitian	81
1. Deskripsi Subjek Penelitian	81
2. Deskripsi Data Penelitian.....	85
a. Kategorisasi <i>Pleasant Affect</i>	87
b. Kategorisasi <i>Unpleasant Affect</i>	87
c. Kategorisasi <i>Life Satisfaction</i>	88
d. Kategorisasi Optimisme	89
3. Uji Analisis Data Penelitian.....	89
a. Uji Normalitas.....	89
b. Uji Linearitas.....	90
c. Uji Hipotesis.....	91
D. Hasil Analisis Tambahan	94
1. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	94
2. Uji Beda Berdasarkan Kondisi Saat Ini	96
3. Uji Tingkat <i>Mean</i> pada Komponen Kesejahteraan Subjektif	99
4. Uji Tingkat <i>Mean</i> pada Dimensi Optimisme	99
E. Pembahasan.....	100
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	110

A. Kesimpulan	110
B. Saran.....	110
1. Bagi Pengangguran Dewasa Muda	110
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	111
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir..... 49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Penilaian Setiap Aitem Skala Penelitian	57
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Kesejahteraan subjektif	57
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Optimisme	58
Tabel 4.1 Koefisiensi Reliabilitas Kesejahteraan Subjektif	69
Tabel 4.2 Distribusi Skala Kesejahteraan Subjektif Aitem	70
Tabel 4.3 Distribusi Penomoran Baru Skala Kesejahteraan Subjektif	70
Tabel 4.4 Distribusi Skala Optimisme.....	73
Tabel 4.5 Distribusi Penomoran Baru Skala Optimisme	74
Tabel 4.6 Penyebaran Skala <i>Try Out</i>	77
Tabel 4.7 Penyebaran Skala Penelitian	81
Tabel 4.8 Deskripsi Kondisi Subjek Penelitian	81
Tabel 4.9 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian	82
Tabel 4.10 Deskripsi Usia Subjek Penelitian	83
Tabel 4.11 Deskripsi Domisili Subjek Penelitian	83
Tabel 4.12 Deskripsi Lama Menganggur Subjek Penelitian.....	84
Tabel 4.13 Deskripsi Usaha yang Dilakukan Subjek.....	84
Tabel 4.14 Deskripsi Kegiatan Subjek Saat Ini.....	85
Tabel 4.15 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian	86
Tabel 4.16 Formulasi Kategorisasi	86
Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi Komponen <i>Pleasant Affect</i> Subjek Penelitian	87
Tabel 4.18 Deskripsi Kategorisasi Komponen <i>Unpleasant Affect</i> Subjek Penelitian.....	88
Tabel 4.19 Deskripsi Kategorisasi Komponen <i>Life Satisfaction</i> Subjek Penelitian.....	88
Tabel 4.20 Deskripsi Kategorisasi Variabel Optimisme Subjek Penelitian.....	89
Tabel 4.21 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	90
Tabel 4.22 Hasil Uji Linear Variabel Penelitian	91
Tabel 4.23 Hasil Uji <i>Pearson Product Moment Pleasant Affect</i> dan	

Optimisme	92
Tabel 4.24 Hasil Uji <i>Pearson Product Moment Unpleasant Affect</i> dan	
Optimisme	93
Tabel 4.25 Hasil Uji <i>Pearson Product Moment Life Satisfaction</i> dan	
Optimisme	94
Tabel 4.26 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	95
Tabel 4.27 Hasil Perbedaan <i>Mean</i> Komponen <i>Life Satisfaction</i>	
Berdasarkan Jenis Kelamin	96
Tabel 4.28 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Kondisi Saat Ini	97
Tabel 4.29 Hasil Perbedaan <i>Mean</i> Komponen <i>Pleasant Affect</i>	
Berdasarkan Kondisi Saat Ini.....	99
Tabel 4.30 Hasil Uji <i>Mean</i> Variabel Kesejahteraan Subjektif.....	99
Tabel 4.31 Hasil Uji <i>Mean</i> Variabel Optimisme	99

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	126
LAMPIRAN B	143
LAMPIRAN C	155
LAMPIRAN D	195
LAMPIRAN E	203
LAMPIRAN F	211
LAMPIRAN G	216

OPTIMISME DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PENGANGGURAN DEWASA MUDA

Riki Zalki¹, Amalia Juniarily²

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara optimisme dan kesejahteraan subjektif pada pengangguran dewasa muda. Terdapat 3 hipotesis dalam penelitian ini, yaitu ada hubungan antara optimisme dengan: (1) *pleasant affect*; (2) *unpleasant affect*, dan (3) *life satisfaction* pada pengangguran dewasa muda.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 200 pengangguran dewasa muda di Indonesia. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling purposive*. Variabel kesejahteraan subjektif diukur dengan menggunakan skala kesejahteraan subjektif yang disusun oleh peneliti mengacu pada komponen dari Diener, Suh, Lucas, dan Smith (1999). Untuk mengukur variabel optimisme digunakan skala optimisme yang disusun oleh peneliti mengacu pada dimensi dari Seligman (2008).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa optimisme dan *pleasant affect* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = 0,516$ yang berarti bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan. Pada optimisme dan *unpleasant affect* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0,559$ yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan. Untuk optimisme dan *life satisfaction* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai $r = 0,457$ yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan. Dengan demikian seluruh hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

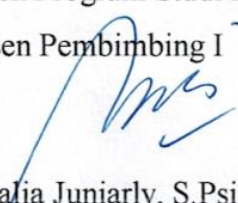
Kata kunci : Optimisme, Kesejahteraan Subjektif, *Pleasant Affect*, *Unpleasant Affect*, *Life Satisfaction*.

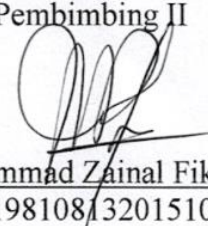
¹Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Amalia Juniarily, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 197906262014062201


Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi


Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

OPTIMISM AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN UNEMPLOYED YOUNG ADULTS

Riki Zalki¹, Amalia Juniarily²

ABSTRACT

The research objective was to determine the relationship between optimism and subjective well-being in unemployed young adults. There were 3 hypothesis' in this study : there is a relationship between optimism and: (1) pleasant affect; (2) unpleasant affect; (3) life satisfaction on unemployed young adults.

The participants of this study were unemployed young adults in Indonesia. Sampling in this study using purposive sampling technique. Subjective well-being scale refers to components of subjective well-being from Diener, Suh, Lucas, and Smith (1999). To measure optimism using a optimism scale that refers to dimensions of Seligman (2008).


Statistical analysis completed by using pearson product moment correlation. The results of the correlation analysis between optimism and pleasant affect showed that the p -value = 0,000 ($p < 0,05$) and $r = 0,516$, which means that there is a significant positive relationship. Optimism and unpleasant affect showed that the p -value = 0,000 ($p < 0,05$) and $r = -0,559$, which means that there is a significant negative relationship. Optimism and life satisfaction showed that the p -value = 0,000 ($p < 0,05$) and $r = 0,457$, which means that there is a significant positive relationship. Therefore all of the hypothesis are accepted.

Keyword : Optimism, Subjective Well-Being, Pleasant Affect, Unpleasant Affect, Life Satisfaction.

¹Student of Psychology Departement of Medical Faculty, Sriwijaya University


²Lecture of Psychology Departement of Medical Faculty, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



Amalia Juniarily, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 197906262014062201

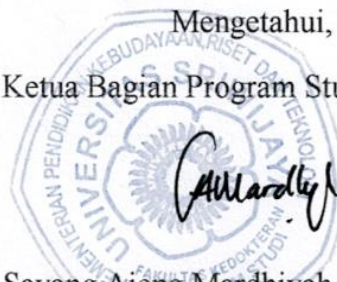
Dosen Pembimbing II



Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tingginya angka pengangguran masih menjadi masalah ketenagakerjaan yang dialami Indonesia saat ini dan juga diperparah dengan dampak Covid-19, membuat Indonesia mengalami distrupsi ketenagakerjaan (BPS, 2021^(b)). BPS periode Februari 2021 menjelaskan bahwa terdapat kenaikan jumlah angkatan kerja sebanyak 1,59 juta orang dari periode Agustus 2020, sehingga pada periode Februari 2021 terdapat sebanyak 139,81 juta orang angkatan kerja (BPS, 2021^(b)).

Berdasarkan data BPS, pada tahun 2020 jumlah lowongan pekerjaan yang ada di Indonesia mengalami penurunan hingga 70 persen. Pada Januari 2020, jumlah lowongan kerja mencapai 12.166. Pada Februari 2020 turun menjadi 10.800, dan naik menjadi 11.090 pada bulan Maret. Lalu turun drastis pada April menjadi hanya 3.439 (Elena, 2020).

Jika dikelompokkan berdasarkan Pulau, terlihat bahwa Pulau Jawa, Sumatera, dan Kepulauan Riau menjadi daerah dengan tingkat pengangguran yang paling tinggi di Indonesia (BPS, 2021^(a)). Namun jika dilihat dari rentangan usia, terdapat peningkatan pengangguran sebesar 3,36% direntangan usia 20-24 tahun pada periode Februari 2021, sehingga awalnya hanya 14,3% di periode Februari 2020 dan menjadi 17,66% di Februari 2021. Selain rentang usia 20-24 tahun, rentang usia 25-29 juga menjadi rentangan usia yang memiliki peningkatan pengangguran tertinggi nomor dua yaitu mencapai 9,27% pada periode Februari 2021, dimana awalnya hanya 7,01% di periode Februari 2020 (Rizaty, 2021).

Tara Adhisti de Thouars dalam sebuah *website* berita Republika.co.id (2018), menjelaskan bahwa orang yang berada di rentangan usia dewasa muda (20-29 tahun) disebut sebagai masa yang paling produktif dalam tahap kehidupan, dimana pada rentangan usia ini individu mulai mempunyai target ataupun keinginan yang bersifat memuaskan secara personal seperti memiliki pasangan maupun pekerjaan.

Selain itu, Erikson (dalam Monks, Knoers, Haditono, 2001) juga menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan dewasa muda jika orang tersebut berada pada rentangan usia 20 sampai 30 tahun. Pada rentangan usia tersebut seseorang mulai menerima dan menghadapi suatu tanggung jawab yang lebih besar. Penjelasan tersebut didukung oleh Havighurst (1984) yang menjelaskan bahwa individu dewasa muda memiliki tugas perkembangan seperti memilih teman hidup, belajar membangun rumah tangga, mulai merintis karir dengan bekerja, mendapatkan tanggung jawab sebagai warga Negara, serta berinteraksi dengan kelompok sosial.

Pengangguran sendiri diartikan sebagai keadaan dimana angkatan kerja yang ingin mendapatkan pekerjaan, namun belum mendapatkannya (Yanuar, 2009). Sedangkan menurut Sukirno (2006) mengatakan bahwa pengangguran adalah suatu keadaan dimana orang-orang yang termasuk angkatan kerja dan ingin memperoleh suatu pekerjaan, namun orang tersebut belum bisa mendapatkan pekerjaan tersebut.

Ada banyak faktor yang dapat membuat seseorang menjadi pengangguran, seperti kurangnya keterampilan yang ada di dalam diri seseorang; keterbatasan akses untuk mencari informasi mengenai lapangan pekerjaan; dan masih melekatnya perasaan malas seseorang yang menyebabkan orang tersebut mudah menyerah dalam mencari sebuah pekerjaan (Franita, 2016).

Selain itu, faktor lain yang cukup besar menjadi penyebab orang mengalami pengangguran adalah akibat dari adanya pandemi Covid-19. Banyak perusahaan yang pada akhirnya harus memutuskan hubungan kerja secara sepihak akibat dari menurunnya omzet perusahaan sebagai dampak dari pandemi Covid-19 (Frivanty & Ramadhani, 2020). Menurut data Kemnaker (2020), hingga 27 Mei 2020 terdapat sebanyak 380.221 pekerja sektor formal mengalami PHK sebagai akibat dari pandemi Covid-19 ini, sehingga membuat orang-orang tersebut tidak memiliki pekerjaan lagi atau menganggur.

Menurut Karjuniwati (2019), permasalahan pengangguran ini membuat individu mengalami tekanan-tekanan yang berdampak pada kondisi psikologis mereka seperti mudah emosi, sensitif, mudah khawatir, gelisah, serta muncul perasaan bersalah di dalam diri seseorang. Subroto (2012) juga menjelaskan bahwa pengangguran dapat mengakibatkan masyarakat tidak dapat memaksimalkan kesejahteraan yang mungkin mereka peroleh.

Pew Research Center (2021) telah melakukan survei kepada orang-orang yang menganggur di Amerika, dan didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden merasakan keluhan seperti lebih stres dari biasanya, mengalami gangguan emosioanal seperti kecemasan dan depresi, merasa kehilangan sebagian

identitas diri mereka, dan mengalami lebih banyak konflik dengan teman dan keluarga akibat dari menganggur.

Sejalan dengan itu Handayani (2020), ikut menjelaskan bahwa menjadi pengangguran juga dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang seperti depresi karena kehilangan kontak sosial dan sumber pendapatan, menimbulkan rasa cemas. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa masa pengangguran dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif seseorang. Studi yang ada telah menemukan bukti kuat bahwa pengangguran sangat mempengaruhi kesejahteraan subjektif (Frey & Stutzer, 2002).

Pavot dan Diener (dalam Linley & Joseph, 2004) juga menjelaskan bahwa adanya masa pengangguran dapat menyebabkan berkurangnya tingkat kesejahteraan subjektif, walaupun akhirnya orang tersebut mendapatkan pekerjaannya kembali. Hal yang serupa juga dijelaskan oleh Jahoda (dalam Andersen, 2009) bahwa pekerjaan merupakan sumber identitas pribadi yang bermakna, akibat dari kehilangan pekerjaan akan menimbulkan dampak negatif pada kesejahteraan subjektif.

Menjadi pengangguran juga akan menimbulkan efek negatif pada diri individu seperti mengakibatkan depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan lain, serta timbulnya ketegangan yang akan menyebabkan stres (Burdo, 2018). Richter, Brahler, Stobel, Zenger, dan Berth (2020) menjelaskan bahwa pengangguran sangat berkaitan dengan masalah kesehatan mental dan rendahnya tingkat kepuasan hidup individu, dimana semua keluhan tersebut merupakan bagian dari komponen kesejahteraan subjektif. Dibandingkan dengan orang yang bekerja, individu yang

mengganggu memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih buruk, harga diri yang lebih rendah serta tingkat depresi, kesusahan, kecemasan dan depresi yang lebih tinggi (Amisah & Nyarko, 2017).

Kesejahteraan subjektif merupakan suatu kategori fenomena yang luas meliputi kepuasan domain, respons emosional orang, dan penilaian umum mengenai kepuasan hidup seseorang (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Sedangkan Lyubormirsky (dalam Desmet & Pohlmeier, 2013) mendefinisikan kesejahteraan subjektif sebagai suatu kenangan yang membahagiakan, kepuasan, atau kebahagiaan yang positif dikombinasikan dengan rasa kebaikan, kebermaknaan, dan nilai keberhargaan terkait hidup seseorang.

Diener *et al.*, (1999) menyebutkan bahwa terdapat tiga komponen utama dari kesejahteraan subjektif yaitu *pleasant affect*, *unpleasant affect*, *life satisfaction*. Seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi akan banyak merasakan kebahagiaan dan hanya memiliki sedikit perasaan atau emosi negatif. Sedangkan untuk seseorang yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang rendah akan merasakan ketidakpuasan dalam hidup dan sering merasakan emosi yang negatif seperti rasa cemas dan marah (Diener, Suh, & Oishi., 1997).

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang seperti temperamen bawaan, kualitas hubungan sosial, masyarakat di lingkungan tempat tinggal, dan kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan dasar mereka (Diener, 2021). Faktor utama lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pada diri seseorang adalah dengan adanya optimisme. Dalam buku yang ditulis oleh Compton dan Hoffman (2013)

dijelaskan bahwa optimisme merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif seseorang. Orang yang optimis tentang masa depan akan lebih bahagia dan menikmati kepuasan hidup yang lebih baik dibanding orang lain yang tidak optimis.

Quevedo dan Abella (2010) menjelaskan bahwa ada hubungan yang erat antara optimisme dengan semua komponen yang ada pada kesejahteraan subjektif seseorang, dengan adanya optimisme dapat meningkatkan kepuasan hidup, lebih sedikit gangguan psikologis, lebih banyak memunculkan emosi positif, dan mengurangi kemunculan emosi negatif pada seseorang.

Optimisme sendiri diartikan sebagai keyakinan bahwa hal-hal buruk hanya bersifat sementara dan tidak akan sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, juga bukan sepenuhnya karena kecerobohnya sendiri, melainkan karena lingkungan, nasib, atau orang lain (M. E. P. Seligman, 2008). Srivastava dan Angelo (2009) juga menjelaskan optimisme sebagai kecenderungan individu untuk mengharapkan hasil yang baik. Pengertian lain mengenai optimisme juga dijelaskan oleh Yu (2013) yang mengatakan bahwa optimisme adalah sikap yang mengharapkan konsekuensi positif dan kejadian yang lebih baik terjadi daripada yang buruk.

Seligman (2008) membagi optimisme kedalam tiga dimensi, yaitu *permanence* yang menjelaskan mengenai waktu temporer ataupun permanen, *pervasiveness* yang menjelaskan mengenai pengaruh peristiwa terhadap kehidupan seseorang dan menjelaskan suatu penyebab peristiwa dengan spesifik

ataupun global, dan *personalization* yang menjelaskan siapa yang menjadi penyebab suatu peristiwa, apakah dari faktor internal atau dari faktor eksternal.

Orang yang optimis cenderung memiliki harapan umum tentang hasil yang positif yang dikaitkan dengan kesuksesan yang lebih besar dalam mencapai tujuan (Shepperd, Maroto, & Pbert, 1996). Ketika dihadapkan pada situasi yang sulit, orang yang optimis kemungkinan besar akan mengalami perasaan positif karena mereka mengharapkan hasil yang positif (Suseno, 2013).

Namun, kondisi yang mengganggu dapat mempengaruhi tingkat optimisme seseorang. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Lee (2008) yang mengatakan bahwa optimisme terbukti memoderasi efek pengangguran. McKee-Ryan, Song, Wanberg dan Kinicki (dalam Mutambara, Makanyanga, & Mudhovozi, 2018), juga menjelaskan bahwa lamanya seseorang mengganggu dapat menyebabkan rendahnya tingkat optimisme seseorang yang dapat menurunkan keuletan mereka dalam mencari kerja, sehingga mengurangi kemungkinan mendapat pekerjaan.

Kondisi mengganggu merupakan faktor yang paling kuat yang menyebabkan rendahnya optimisme seseorang, selain itu rendahnya tingkat optimisme juga dapat membuat orang tersebut berada pada kondisi yang mengganggu (Hinz, Sander, Glaesmer, Brähler, Zenger, Hilbert, & Kocalevent, 2017). Paul dan Moser (2009) menjelaskan bahwa orang yang mengganggu menunjukkan lebih banyak mengalami kesusahan dari pada individu yang memiliki pekerjaan.

Berdasarkan hasil paparan fenomena yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada pengangguran di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah.

1. Apakah ada hubungan optimisme dengan *pleasant affect* pada pengangguran di Indonesia ?
2. Apakah ada hubungan optimisme dengan *unpleasant affect* pada pengangguran di Indonesia ?
3. Apakah ada hubungan optimisme dengan *life satisfaction* pada pengangguran di Indonesia ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang diajukan tujuan penelitian ini adalah.

1. untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *pleasant affect* pada pengangguran di Indonesia.
2. untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *unpleasant affect* pada pengangguran di Indonesia.
3. untuk mengetahui hubungan optimisme dengan *life satisfaction* pada pengangguran di Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan mengenai hubungan optimisme dengan kesejahteraan subjektif dan diharapkan menambah wawasan ilmu yang bermanfaat bagi ilmu psikologi, terutama di bidang ilmu psikologi sosial dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pengangguran

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan informasi bagi orang-orang yang belum mendapatkan pekerjaan / menganggur pada usia dewasa muda di Indonesia mengenai pentingnya optimisme dimasa menganggur untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka.

b. Bagi Keluarga dan Teman Orang yang Menganggur

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada keluarga dan juga teman-teman untuk terus memberikan semangat kepada orang-orang yang belum mendapatkan pekerjaan agar tetap optimis dalam mencari pekerjaan sehingga dapat berpengaruh pada kesejahteraan subjektif mereka.

E. Keaslian Penelitian

Banyak penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti lain terkait dengan variable bebas, maupun variable terikat pada penelitian ini. Penelitian ini merupakan sebuah penelitian dengan metode kuantitatif dan mencakup wilayah responden yang luas, yaitu se-Indonesia berdasarkan pertimbangan dari saran-saran penelitian terdahulu yang meneliti variabel yang serupa. Peneliti akan memaparkan bahwa penelitian ini memang terdapat pembaharuan dan perbedaan dengan membandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya.

Optimisme dan kesejahteraan subjektif pernah diteliti oleh Irawan dan Rahayu (2019) dengan judul “kepribadian *hardiness* dan optimisme hubungannya dengan kesejahteraan subjektif pemulung barang bekas di Kecamatan Duren

Sawit Jakarta Timur”. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan melibatkan 152 orang yang sehari-hari bekerja memulung barang bekas untuk dijual atau dimanfaatkan kembali, yang tinggal di Kelurahan Klender Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur. penelitian ini menggunakan skala model *likert* yang terdiri dari 3 skala, yaitu : skala kepribadian *hardiness*, skala optimisme, dan skala kesejahteraan subjektif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada hubungan signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan kesejahteraan subjektif; ada hubungan signifikan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif; dan ada hubungan signifikan antara kepribadian *hardiness* dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif.

Perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan penelitian yang dilakukan oleh Irawan dan Rahayu (2019) yakni terletak pada fenomena dan jumlah variabelnya. Penelitian yang dilakukan oleh Irawan dan Rahayu mengangkat fenomena pemulung barang bekas di Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur, sedangkan fenomena yang diangkat oleh peneliti dalam penelitian ini adalah orang-orang berusia dewasa muda yang belum memiliki pekerjaan atau pengangguran yang ada di Indonesia. Selain itu yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Irawan dan Rahayu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah rentangan usia subjeknya. Penelitian yang dilakukan oleh Irawan dan Rahayu tidak menjelaskan kriteria spesifik usia yang masuk kedalam subjek penelitian mereka, sedangkan peneliti pada penelitian kali ini menggunakan kriteria spesifik dalam rentangan usia yaitu 20-29 tahun. Peneliti saat ini juga telah mempertimbangkan saran yang ada pada penelitian Irawan dan Rahayu yaitu

memperluas jangkauan wilayah penelitian. Pada penelitian saat ini jangkauan wilayah yang di ambil adalah se-Indonesia.

Penelitian kedua adalah penelitian yang dilakukan oleh Karjuniwati (2019) dengan judul “pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap pengurangan stres dan peningkatan optimisme pada penganggur di Yogyakarta”. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis kuantitatif dan kualitatif. Responden dalam penelitian ini adalah yang memiliki ciri-ciri sebagai pengangguran dengan jenis setengah pengangguran, berusia antara 21 tahun sampai 35 tahun, berjenis kelamin laki-laki, status pernikahan yaitu belum menikah dan sudah menikah, pendidikan minimal SMP dan lama menganggur minimal 3 tahun. Jumlah responden 21 orang terdiri dari 10 orang kelompok kontrol dan 11 orang kelompok eksperimen. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap pengurangan stres dan peningkatan optimisme pada penganggur di Yogyakarta. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi berpengaruh terhadap pengurangan stres dan peningkatan optimisme penganggur di Yogyakarta. Rerata kelompok eksperimen menunjukkan bahwa terjadi pengurangan stres yang signifikan dan peningkatan optimisme yang signifikan setelah diberi perlakuan berupa pelatihan regulasi emosi, sementara kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan walaupun ada peningkatan rerata namun tidak signifikan.

Perbedaan yang dilakukan peneliti dan penelitian yang dilakukan oleh Karjuniwati (2019) adalah terdapat pada jumlah dan pasangan variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Karjuniwati menggunakan variabel regulasi

emosi, stres, dan optimisme, sedangkan penelitian yang akan dilakukan saat ini menggunakan variabel optimisme sebagai variabel bebas dan kesejahteraan subjektif sebagai variabel terikat. Selain itu perbedaan yang dapat dilihat dengan jelas dari kedua penelitian ini adalah terletak pada lokasi penelitiannya. Penelitian yang dilakukan oleh Karjuniwati menggunakan sampel pengangguran yang berada di wilayah Yogyakarta, sedangkan peneliti saat ini menggunakan sampel penelitian pengangguran yang mencakup keseluruhan wilayah Indonesia. Perbedaan yang lain dapat terlihat pada kriteria usia penganggurannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Karjuniwati menggunakan kriteria pengangguran dengan usia 21-35 tahun, sedangkan penelitian saat ini menggunakan rentangan usia 20-29 tahun. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh karjuniwati ini adalah membuat suatu pelatihan regulasi emosi untuk mengetahui perannya terhadap peningkatan optimisme, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah penelitian kuantitatif untuk melihat hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan optimisme orang yang menganggur.

Penelitian yang ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Irianti (2020) dengan judul “gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif pada ibu tunggal di usia dewasa madya”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif pada ibu tunggal di usia dewasa madya. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus yang melibatkan 4 orang ibu tunggal usia madya. Pada penelitian ini Irianti menggunakan 2 variabel, yaitu optimisme dan kesejahteraan subjektif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif

pada ibu tunggal usia madya, keempat subjek dalam penelitian ini bisa bersyukur dengan kehidupan yang mereka hadapi sambil berpikir positif terhadap segala hal yang akan terjadi. Hal tersebut dapat dilakukan karena dukungan keluarga dari masyarakat dan tetangga, aktivitas yang mempengaruhi kondisi emosional subjek, anak yang menjadi sumber kesenangan, penghasilan atau pekerjaan yang tidak menjadi faktor utama dari kesejahteraan subjektif subjek.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh Irianti (2020) dengan peneliti adalah terdapat pada metode penelitiannya, penelitian yang dilakukan oleh Irianti menggunakan pendekatan kualitatif sedangkan peneliti saat ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk penelitiannya. Perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada subjek dan fenomenanya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Irianti mengangkat fenomena dan subjek penelitian pada ibu tunggal usia dewasa madya, sedangkan penelitian yang dilakukan saat ini mengangkat fenomena penelitian pengangguran usia dewasa muda. Perbedaan yang terlihat dari penelitian ini adalah terkait dengan banyaknya jumlah sampel dan ruang lingkup wilayah penelitiannya. Pada penelitian saat ini peneliti menargetkan sebanyak 200 orang yang akan menjadi sampel penelitian yang mencakup wilayah se-Indonesia.

Penelitian yang keempat adalah penelitian yang dilakukan oleh Zuriati (2017) dengan judul hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif pada penderita kanker di Irna bedah RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016. Jenis penelitian yang dilakukan ini adalah menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan populasi penelitiannya yaitu seluruh penderita kanker

dikelas, bedah wanita dan bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang dan pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, jumlah sampel yang didapat 38 orang. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa proporsi pasien kanker yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah lebih banyak ditemukan pada pasien kanker yang mendapat dukungan sosial keluarga yang kurang baik yaitu (80,0%) dibandingkan dengan pasien kanker yang mendapat dukungan sosial keluarga baik yaitu (38,9%). Hasil uji statistik *chi-square* didapat nilai ρ value = 0,024 ($\rho < 0.05$) artinya ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif (SWB) pada penderita kanker di IRNA Bedah RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Zuriati dengan peneliti adalah terdapat pada keterangan dari salah satu variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zuriati berfokus membahas mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini berfokus untuk membahas hubungan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif yang dirasakan subjek. Hal lain yang membedakan kedua penelitian ini adalah terdapat pada subjek dan tempat penelitiannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zuriati ini menggunakan pasien penderita kanker di Irna bedah RSUP dr. M. Djamil Padang tahun 2016 sebagai subjek penelitiannya, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan orang-orang yang belum memiliki pekerjaan atau sedang menganggur. Tempat penelitian pada kedua penelitian ini juga terlihat jelas berbeda. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zuriati melakukan penelitian

pada daerah Padang, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menakup wilayah seluruh Indonesia.

Penelitian yang kelima adalah penelitian yang dilakukan oleh Tobing (2014) dengan judul “kesejahteraan subjektif pada relawan skizofrenia Yayasan Sosial Joint Adulam Ministry (JAM) di Samarinda”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kualitatif. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 3 orang relawan Yayasan Sosial Joint Adulam Ministry (JAM) di Samarinda. Hasil dari penelitian ini adalah ketiga subjek mengalami kesejahteraan subjektif yang berbeda-beda. Pada Subjek RT memiliki kesejahteraan subjektif yang baik saat menjadi relawan. Selama menjadi relawan subjek RT cenderung merasakan afek positif di setiap domain kepuasan terutama pada domain teman sebaya, kesehatan, keuangan dan pekerjaan. Pada subjek TN selama menjadi relawan memiliki kesejahteraan subjektif yang terbilang kurang baik. Selama menjadi relawan RT cenderung merasakan afek negatif karena hidupnya saat ini kurang sesuai dengan definisi hidup ideal. TN merasakan hal tersebut karena belum menikah. TN juga belum mencapai impiannya untuk bekerja di kapal seperti temannya. Subjek IT memiliki kesejahteraan subjektif yang baik saat menjadi relawan. Subjek IT juga cenderung merasakan afek-afek positif dibanding afek-afek negatif di setiap domain kepuasan. Ia menyukai pekerjaannya karena mengalami banyak hal spiritual yang meningkatkan iman dan taqwa. Akan tetapi, pada domain diri sendiri IT menguraikan belum merasakan hidup ideal karena menjalani pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* (LDM).

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Tobing dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah terdapat pada metode penelitiannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Tobing ini menggunakan metode penelitian kualitatif, sedangkan metode penelitian yang digunakan peneliti saat ini adalah dengan metode kuantitatif. Perbedaan lain yang dapat dilihat adalah dari jumlah variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Tobing hanya menggunakan variabel kesejahteraan subjektif saja, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan 2 variabel yaitu hubungan antara optimisme dengan kesejahteraan subjektif. Perbedaan lain yang terlihat adalah dari segi pengambilan subjeknya. Tobing menggunakan relawan skizofrenia pada Yayasan Sosial Joint Adulam Ministry (JAM) sebagai subjek penelitiannya, sedangkan peneliti saat ini menggunakan orang yang belum memiliki pekerjaan atau sedang menganggur di usia dewasa muda.

Penelitian yang keenam adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari luar Indonesia yaitu Mutambara, Makanyanga, dan Mudhovozi (2018) dengan judul "*psychological health and optimism amongst unemployed graduates in Zimbabwe*". Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk memeriksa hubungan antara optimisme dan kesehatan umum di antara para lulusan yang menganggur di Zimbabwe. Populasi dalam penelitian ini adalah Seratus dua belas (112) lulusan dipilih dengan menggunakan metode *non-probability sampling*. Pertanyaan penelitian pertama dalam penelitian ini berusaha untuk mengeksplorasi hubungan antara berbagai macam karakteristik demografis dan kesehatan umum di antara lulusan yang menganggur. Hasil dari penelitian

tersebut menemukan hubungan positif antara kesehatan umum dan status perkawinan. Sementara kesehatan umum berkorelasi negatif dengan usia dan periode setelah lulus, ini mungkin menyiratkan bahwa lulusan yang lebih tua disajikan dengan tingkat stres yang dilaporkan sendiri lebih tinggi dibandingkan kepada mereka yang lebih muda.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Mutambara, Makanyanga, dan Mudhovozi (2018) dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah terdapat pasangan variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mutambara, Makanyanga, dan Mudhovozi menggunakan variabel *psychological health* dan kesejahteraan subjektif, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menggunakan variabel optimisme yang berperan sebagai variabel bebas dan kesejahteraan subjektif yang berperan sebagai variabel terikat. Hal lain yang dapat ditemukan perbedaannya dari kedua penelitian ini adalah terdapat pada tempat penelitian. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mutambara, Makanyanga, dan Mudhovozi mengangkat fenomena pengangguran yang ada di Zimbabwe, sedangkan peneliti saat ini akan meneliti pengangguran yang ada di Indonesia.

Penelitian ketujuh adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang berasal dari luar Indonesia yaitu He, Cao, Feng, Guan, dan Peng (2013) yang berjudul "*The impacts of dispositional optimism and psychological resilience on the kesejahteraan subjektif of burn patients: a structural equation modelling analysis*". Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dampak optimisme disposisional pada kesejahteraan subjektif pasien luka bakar dan terutama

difokuskan pada konfirmasi peran mediator dari *psychological resilience*. Pada penelitian ini melibatkan sebanyak 410 pasien luka bakar dari lima rumah sakit umum di Xi'an. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa optimisme disposisional dan *psychological resilience* secara signifikan berkorelasi dengan kesejahteraan subjektif. Pemodelan persamaan struktural menunjukkan bahwa *psychological resilience* secara parsial memediasi hubungan antara optimisme disposisional dan kesejahteraan subjektif. Penemuan saat ini memperluas laporan sebelumnya dan menjelaskan bagaimana optimisme disposisional mempengaruhi kesejahteraan subjektif.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh He, Cao, Feng, Guan, dan Peng (2013) dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah dari segi jumlah variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh He, Cao, Feng, Guan, dan Peng menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya yaitu optimisme, *psychological resilience* dan kesejahteraan subjektif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini hanya menggunakan 2 variabel saja yaitu optimisme yang berperan sebagai variabel bebas dan kesejahteraan subjektif yang berperan sebagai variabel terikat. Hal lain yang membuat kedua penelitian ini berbeda adalah pada pengangkatan fenomenanya. Pada penelitian yang dilakukan oleh He, Cao, Feng, Guan, dan Peng mengangkat fenomena pada pasien luka bakar, sedangkan peneliti saat ini mengangkat masalah pengangguran yang ada di Indonesia.

Penelitian selanjutnya kembali dilakukan oleh peneliti yang berasal dari luar Indonesia yaitu Sourı dan Hasanirad (2011) yang berjudul “*relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine*”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara ketahanan, optimisme, dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel penelitian empat ratus empat belas mahasiswa kedokteran (213 laki-laki dan 191 perempuan) dipilih menggunakan *cluster sampling*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ketahanan mampu memprediksi kesejahteraan psikologis, dan optimisme memainkan peran mediasi kecil dalam hubungan antara ketahanan dan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh karakteristik pribadi seperti ketahanan, dan optimisme individu terlepas dari tingkat ketahanannya sampai batas tertentu dapat memberikan kesejahteraan psikologis.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Sourı dan Hasanirad (2011) dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah terdapat pada subjeknya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sourı dan Hasanirad menggunakan subjek kelompok mahasiswa kedokteran, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan subjek orang yang belum memiliki pekerjaan atau yang sedang menganggur yang ada di Indonesia. Hal lain yang membedakan kedua penelitian ini adalah terdapat pada jumlah dan pasangan variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sourı dan Hasanirad menggunakan hubungan antara 3 variabel yaitu ketahanan, optimisme, dan

kesejahteraan psikologis, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini hanya menggunakan 2 variabel, yaitu variabel optimisme sebagai variabel bebas dan variabel kesejahteraan subjektif sebagai variabel terikat.

Penelitian kesembilan adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang berasal dari luar Indonesia yaitu Jil , Rana, Shi1, dan Zhong (2019) yang berjudul “*self-esteem mediates the relationships between social support, kesejahteraan subjektif, and perceived discrimination in chinese people with physical disability*”. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti apakah *self-esteem* dan diskriminasi yang dirasakan memainkan peran mediasi dalam hubungan antara *social support* dan kesejahteraan subjektif. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi penyandang disabilitas fisik yang ada di China dengan jumlah sampel sebanyak 210 penyandang disabilitas fisik etnis Tionghoa. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa model dari penelitian tersebut menunjukkan kesesuaian yang sangat baik pada data yang menunjukkan bahwa *self-esteem* secara signifikan memediasi hubungan antara *social support* dengan kesejahteraan subjektif, dan diskriminasi yang dirasakan pada penyandang disabilitas fisik. Namun, disana tidak ada efek mediasi dari diskriminasi yang dirasakan antara *social support* dan kesejahteraan subjektif.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Jil , Rana, Shi1, dan Zhong dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah dari segi jumlah variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Jil , Rana, Shi1, dan Zhong menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya yaitu *self-esteem*, *social support*, dan kesejahteraan subjektif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh

peneliti saat ini hanya menggunakan 2 variabel saja yaitu optimisme yang berperan sebagai variabel bebas dan kesejahteraan subjektif yang berperan sebagai variabel terikat. Hal lain yang membuat kedua penelitian ini berbeda adalah pada pengangkatan fenomenanya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Jil , Rana, Shi1 , dan Zhong mengangkat fenomena pada penyandang disabilitas fisik di wilayah China, sedangkan peneliti saat ini mengangkat malah pengangguran pada usia dewasa muda yang ada di Indonesia.

Penelitian yang kesepuluh dilakukan oleh peneliti yang berasal dari luar Indonesia yaitu Pilkington, Windsor, dan Crisp (2012) yang berjudul “*volunteering and kesejahteraan subjektif in midlife and older adults: the role of supportive social network*”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji keterkaitan antara relawan, karakteristik jaringan sosial, dan kesejahteraan subjektif dalam sampel besar paruh baya dan orang dewasa yang lebih tua. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi sampel sebanyak 561 paruh baya dan orang dewasa yang lebih tua (55-94 tahun) dari *transitions in later life study*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa kepuasan hidup yang lebih tinggi dan pengaruh positif dilaporkan oleh mereka yang menjadi sukarelawan di tingkat sedang (hingga 7 jam per minggu) terkait dengan tingkat pertukaran sosial positif yang lebih tinggi dan ketersediaan yang lebih besar dukungan sosial dari teman dan keluarga, relatif terhadap non-relawan. Mereka yang menjadi sukarelawan di tingkat yang lebih tinggi (7 jam atau lebih per minggu) juga melaporkan tingkat pengaruh positif yang lebih besar dibandingkan dengan non-relawan, dan ini terkait dengan mereka ketersediaan

dukungan sosial yang lebih besar dari teman. Ketersediaan dukungan dari teman-teman menyumbang keuntungan terbesar.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Pilkington, Windsor, dan Crisp dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah terdapat pada saat ini terdapat pada subjek yang digunakan. Penelitian yang dilakukan oleh Pilkington, Windsor, dan Crisp menggunakan subjek dengan 2 rentangan yang berbeda yaitu usia pertengahan dan juga usia dewasa akhir dengan rentangan 55-94 tahun, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan subjek berusia dewasa muda dengan rentangan usia 20-29 tahun. Fenomena yang diangkat pada penelitian Pilkington, Windsor, dan Crisp ini adalah menguji keterikatan antara relawan, karakteristik jaringan sosial, dan kesejahteraan subjektif, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti pada saat ini mengangkat fenomena hubungan optimisme dan kesejahteraan subjektif pada pengangguran dewasa muda di Indonesia.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan oleh peneliti diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain terdahulu, baik dari segi subjek, variabel, ataupun dari segi metode penelitian yang digunakan, sehingga penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Álvaro, J. L., Garrido, A., Pereira, C. R., Torres, A. R., & Barros, S. C. (2019). Unemployment, self-esteem, and depression: differences between men and women. *Spanish Journal of Psychology*, 22, 1–9. <https://doi.org/10.1017/sjp.2018.68>
- Amissah, C. M., & Nyarko, K. (2017). Psychological effects of youth unemployment in Ghana. *Journal of Social Sciences*, 13(1), 64–77. <https://doi.org/10.3844/jssp.2017.64.77>
- Andersen, S. H. (2009). Unemployment and subjective well-being: a question of class? *Work and Occupations*, 36(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/0730888408327131>
- Ayyash-Abdo, H., & Alamuddin, R. (2007). Predictors of subjective well-being among college youth in Lebanon. *Journal of Social Psychology*, 147(3), 265–284. <https://doi.org/10.3200/SOCP.147.3.265-284>
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Belajar.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: the link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(2), 67–79. <https://doi.org/10.1023/A:1021864432505>
- BPS. (2021a). Berita resmi statistik. *Bps.Go.Id*, 27, 1–16. bps.go.id
- BPS. (2021b). Februari 2021: tingkat pengangguran terbuka (TPT) sebesar 6,26 persen. *Bps.Go.Id*, 19(37), <https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/05/05/1815>. <https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/05/05/1815/februari-2021--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-6-26-persen.html>
- Burdo, H. (2018). *The positive & negative effects of unemployment*. Bizfluent. <https://bizfluent.com/info-8142793-positive-negative-effects-unemployment.html>
- Busseri, M. A., Choma, B. L., & Sadava, S. W. (2009). “As good as it gets” or “the best is yet to come”? how optimists and pessimists view their past, present, and anticipated future life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 47(4), 352–356. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.002>
- Caprara, G. V., Fagnani, C., Alessandri, G., Steca, P., Gigantesco, A., Sforza, L. L. C., & Stazi, M. A. (2009). Human optimal functioning: the genetics of positive orientation towards self, life, and the future. *Behavior Genetics*, 39(3), 277–284. <https://doi.org/10.1007/s10519-009-9267-y>

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2001). Optimism, pessimism, and self-regulation. *Optimism & Pessimism: Implications for Theory, Research, and Practice.*, 31–51. <https://doi.org/10.1037/10385-002>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Compton, W. C. (2005). *An introduction to positive psychology*. Australia ; Belmont, CA : Thomson/Wadsworth.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). Positive psychology: the science of happiness and flourishing (second edition). *Cengage Learning*, 402.
- Damarjati, D. (2020). *Survei 34 negara: orang Indonesia paling religius*. DetikNews. <https://news.detik.com/berita/d-5109802/survei-34-negara-orang-indonesia-paling-religius>
- Daukantaitė, D., & Zukauskienė, R. (2012). Optimism and subjective well-being: affectivity plays a secondary role in the relationship between optimism and global life satisfaction in the middle-aged women. longitudinal and cross-cultural findings. *Journal of Happiness Studies*, 13(1), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9246-2>
- Desmet, P. M. A., & Pohlmeier, A. E. (2013). Positive design: an introduction to design for subjective well-being. *International Journal of Design*, 7(3), 5–19.
- Diener, Ed. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397–404. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9000-y>
- Diener, Ed. (2009). *Introduction—the science of well-being: reviews and theoretical articles*. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_1
- Diener, Ed, Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., Diener, E., Tay, L., Wirtz, D., & Lutes, L. D. (2016). *Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being*.
- Diener, Ed, Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in science of subjective well-being. *Physiology & Behavior*, 176(10), 139–148. <https://doi.org/10.1525/collabra.115.Advances>
- Diener, Ed, Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Diener, Ed, Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being

- research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260.
<https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Diener, Ed, & Ryan, K. (2015). *Subjective well-being : a general overview*. 39(4), 391–406.
- Diener, Ed, Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Diener, Ed, Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. In *Indian journal of clinical psychology* (Vol. 24, pp. 25–41).
- Diener, Edward. (2021). *Happiness: the science of subjective well-being*. Noba Textbook Series: Psychology. <http://noba.to/qnw7g32t>
- Disnaker. (2019). *Masalah Tenaga Kerja Dan Lapangan Kerja*. Disnaker.Bulelengkab.Go.Id.
<https://disnaker.bulelengkab.go.id/artikel/masalah-tenaga-kerja-dan-lapangan-kerja-32>
- Dooley, D. (2003). Unemployment, underemployment, and mental health: conceptualizing employment status as a continuum. *American Journal of Community Psychology*, 32(1–2), 9–20.
<https://doi.org/10.1023/A:1025634504740>
- Dwiputra, K. O. (2020). *Pengangguran rentan alami gangguan kesehatan mental?* Klikdokter.Com. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3637032/pengangguran-rentan-alami-gangguan-kesehatan-mental>
- Eberl, A., Collischon, M., & Wolbring, T. (2021). *Subjective well-being scarring through unemployment : new methods , new results ?*
- Elena, M. (2020). *BPS: Jumlah Lowongan Pekerjaan Turun 70 Persen Akibat Covid-19*. Ekonomi.Bisnis.Com.
<https://ekonomi.bisnis.com/read/20200430/9/1234967/bps-jumlah-lowongan-pekerjaan-turun-70-persen-akibat-covid-19>
- Ervasti, H., & Venetoklis, T. (2010). Unemployment and subjective well-being: an empirical test of deprivation theory, incentive paradigm and financial strain approach. *Acta Sociologica*, 53(2), 119–139.
<https://doi.org/10.1177/0001699310365624>
- Esche, F. (2020). Is the problem mine, yours, or ours? the impact of unemployment on couples' life satisfaction and specific domain satisfaction. *Advances in Life Course Research*, 46(January), 100354.
<https://doi.org/10.1016/j.alcr.2020.100354>
- Esteve, R., López-Martínez, A. E., Peters, M. L., Serrano-Ibáñez, E. R., Ruiz-

- Párraga, G. T., & Ramírez-Maestre, C. (2018). Optimism, positive and negative affect, and goal adjustment strategies: their relationship to activity patterns in patients with chronic musculoskeletal pain. *Pain Research and Management*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/6291719>
- Felice, K. (2020). 5 keuntungan kerja freelance yang sering dianggap sebagai pengangguran. IDN Time. <https://www.idntimes.com/life/career/kaila/keuntungan-kerja-freelance-c1c2/3>
- Ferguson, S., & Goodwin, A. (2010). Optimism and well-being in older adults: The mediating role of social support and perceived control. *International Journal of Aging and Human Development*, 71(1), 43–68. <https://doi.org/10.2190/AG.71.1.c>
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: a review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107–120. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.02.002>
- Franita, R. (2016). Analisa pengangguran di Indonesia. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(12), 88–93. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/viewFile/97/97>
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2002). What can economists learn from happiness research? *Journal of Economic Literature*, 40(2), 402–435. <https://doi.org/10.1257/jel.40.2.402>
- Frivanty, S., & Ramadhani, A. (2020). Pandemi covid-19 sebagai alasan perusahaan untuk melakukan pemutusan hubungan kerja (PHK) secara sepihak. *National Conference on Law Studies (NCOLS)*, 2(1), 422–434. <https://conference.upnvj.ac.id/index.php/ncols/article/download/1470/942>
- Gaspar, T., Rebelo, A., Mendonça, I., Albergaria, F., & Gaspar Matos, M. (2014). Subjective wellbeing and school failure in children and adolescents: influence of psychosocial factors. *International Journal of Development Research*, 4(11), 2194–2199.
- Genç, E., & Arslan, G. (2021). *Optimism and Dispositional Hope to Promote College Students ' Subjective Well-being in the Context of the COVID-19 Pandemic*. x(x), 1–10.
- Goldsmith, A., & Diette, T. (2012). *Exploring the link between unemployment and mental health outcomes*. American Psychological Association. <https://www.apa.org/pi/ses/resources/indicator/2012/04/unemployment>
- Graham, C., & Soumya, C. (2012). Gender and well-being around the world. *Global Economy and Development*.
- Handayani, V. V. (2020). *Kenali dampak pengangguran bagi kesehatan mental*.

- Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/kenali-dampak-pengangguan-bagi-kesehatan-mental>
- Havighurst, R. J. (1984). *Perkembangan manusia dan pendidikan* (1st ed.). JEMMARS.
- He, F., Cao, R., Feng, Z., Guan, H., & Peng, J. (2013). The impacts of dispositional optimism and psychological resilience on the subjective well-being of burn patients: a structural equation modelling analysis. *PLoS ONE*, 8(12), 8–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0082939>
- Hinz, A., Sander, C., Glaesmer, H., Brähler, E., Zenger, M., Hilbert, A., & Kocalevent, R.-D. (2017). Optimism and pessimism in the general population: psychometric properties of the life orientation test (LOT-R). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17(2), 161–170. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.02.003>
- Hooghe, M., & Vanhoutte, B. (2011). Subjective well-being and social capital in belgian communities. The impact of community characteristics on subjective well-being indicators in belgium. *Social Indicators Research*, 100(1), 17–36. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9600-0>
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Ikawati. (2019). Dampak pengangguran terdidik ditinjau dari segi fisik, psikis, sosial dan solusinya. *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 43(1), 1–10.
- Irawan, D. H., & Rahayu, A. (2019). *Kepribadian hardiness dan optimisme hubungannya dengan subjective well being pemulung barang bekas di kecamatan duren sawit jakarta timur*. 3(3), 33–46.
- Irianti, S. (2020). Gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif pada ibu tunggal di usia dewasa madya [optimism and subjective well-being of middle aged single mothers]. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 107–116. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4865>
- Issues, S. (2009). *Optimism Social Issues Research Centre Commissioned by The National Lottery. February*.
- Ji, Y., Rana, C., Shi, C., & Zhong, Y. (2019). Self-esteem mediates the relationships between social support, subjective well-being, and perceived discrimination in chinese people with physical disability. *Frontiers in Psychology*, 10(October). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02230>
- Karjuniwati. (2019). Pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap pengurangan stres dan peningkatan optimisme pada pengangguran di Yogyakarta. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1), 72–83.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.tws.2012.02.007>

Kemendikbud. (2020). *Kamus besar bahasa Indonesia (V)*.

Kemnaker. (2020). *Menaker dan mensos serahkan bansos sembako presiden bagi pekerja ter-PHK*. Kemnaker.Go.Id.
<https://kemnaker.go.id/news/detail/menaker-dan-mensos-serahkan-bansos-sembako-presiden-bagi-pekerja-ter-phk>

KPPA. (2016). Potret Ketimpangan Gender dalam Ekonomi. *Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Anak – Badan Pusat Statistik.*, 15.

Kusnandar, V. B. (2021). *Sebanyak 86,88% penduduk Indonesia beragama islam*. Katadata.Co.Id.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/30/sebanyak-8688-penduduk-indonesia-beragama-islam>

Kyes, R. L. (2015). APA second edition dictionary of psychology. In *Dictionary of the old low and central Franconian psalms and glosses*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1515/9783111704227.1>

Lechner, C. M., & Leopold, T. (2015). Religious attendance buffers the impact of unemployment on life satisfaction: Longitudinal evidence from Germany. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 54(1), 166–174.
<https://doi.org/10.1111/jssr.12171>

Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive psychology in practice. In *Positive Psychology in Practice*. <https://doi.org/10.1002/9780470939338.ch15>

Merino, M. D., Privado, J., & Arnaiz, R. (2018). Is there any relationship between unemployment in young graduates and psychological resources? an empirical research from the conservation of resources theory. *Universidad Complutense de Madrid*, 35, n.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5093/jwop2019a1>

Minkov, M. (2009). *Cross-cultural predictors of differences*. 2006, 152–179.

Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2001). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. UGM Press.

Murdoko, W. H. (2001). *Road to independent worker* (1st ed.). Elex Media Komputindo.

Mutambara, J., Makanyanga, T. R., & Mudhovozi, P. (2018). Psychological health and optimism amongst unemployed graduates in zimbabwe. *Journal of Student Affairs in Africa*, 6(2), 19–28.
<https://doi.org/10.24085/jsaa.v6i2.3308>

Nevin, S., Carr, A., Shevlin, M., Dooley, B., & Breaden, C. (2005). Factors related to well-being in irish adolescents. *The Irish Journal of Psychology*,

26(3–4), 123–136. <https://doi.org/10.1080/03033910.2005.10446215>

- Nuzulia, S., & Nursanti, H. D. (2012). Hubungan optimisme dengan subjective well-being pada karyawan outsourcing pt bank rakyat indonesia cabang cilacap. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(2), 69–73.
- Oriol, X., Miranda, R., Bazán, C., & Benavente, E. (2020). Distinct routes to understand the relationship between dispositional optimism and life satisfaction: self-control and grit, positive affect, gratitude, and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 11(May), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00907>
- Parker, K., Igielnik, R., & Kochhar, R. (2021). *Unemployed americans are feeling the emotional strain of job loss; most have considered changing occupations*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2021/02/10/unemployed-americans-are-feeling-the-emotional-strain-of-job-loss-most-have-considered-changing-occupations/>
- Paul, K. I., & Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74(3), 264–282. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.001>
- Pavot, W., & Diener, E. (2004). Findings on subjective well-being: applications to public policy, clinical interventions, and education. *Positive Psychology in Practice*, 679–692. <https://doi.org/10.1002/9780470939338.ch40>
- Pilkington, P. D., Windsor, T. D., & Crisp, D. A. (2012). Volunteering and subjective well-being in midlife and older adults: The role of supportive social networks. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 67 B(2), 249–260. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbr154>
- Quevedo, R. J. M., & Abella, M. C. (2010). El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental*, 33(1), 39–46. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0185-33252010000100005&lng=es&nrm=iso&tlng=en%0A
- Rand, K. L., Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Fortney, S. K. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual Differences*, 81(June), 101906. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101906>
- Rätzel, S. (2012). Labour supply, life satisfaction, and the (dis)utility of Work. *Scandinavian Journal of Economics*, 114(4), 1160–1181. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9442.2012.01717.x>
- Rauf, T. (2021). Getting a job, again: new evidence against subjective well-being scarring. *Social Forces*, 100(1), 218–245. <https://doi.org/10.1093/sf/soaa086>

- Rezaei, S. G., Mousavi, S. S. S., Safari, F., Bahrami, H., & Menshadi, S. M. D. (2015). Study of relationship between optimism, pessimism and coping strategies with mental health among university students of lorestan. *Open Journal of Social Sciences*, 03(12), 190–195. <https://doi.org/10.4236/jss.2015.312021>
- Rezkisari, I. (2018). *Periode dewasa muda jadi masa paling stres*. Republika.Co.Id. <https://www.republika.co.id/berita/gaya-hidup/trend/18/03/16/p5nxu5328-periode-dewasa-muda-jadi-masa-paling-stres>
- Richter, E. P., Brähler, E., Stöbel-Richter, Y., Zenger, M., & Berth, H. (2020). The long-lasting impact of unemployment on life satisfaction: results of a longitudinal study over 20 years in East Germany. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01608-5>
- Rizaty, M. A. (2021). *BPS : Tingkat Pengangguran Anak Muda Semakin Tinggi Saat Pandemi*. 2021Rizaty, M. A. (2021). BPS : Tingkat Penganggur. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/08/31/bps-tingkat-pengangguran-anak-muda-semakin-tinggi-saat-pandemi#>
- Safarina, N. A. (2016). Hubungan harga diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa magister psikologi universitas medan area. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i1.273>
- Schmitt, C. (2008). Gender-specific effects of unemployment on family formation: a cross-national perspective. *German Institute for Economic Research*.
- Segerstrom, S. C., Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2017). Optimism. *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being*, 1–480. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9>
- Segerstrom, S. C., & Sephton, S. E. (2010). Optimistic expectancies and cell-mediated immunity: The role of positive affect. *Psychological Science*, 21(3), 448–455. <https://doi.org/10.1177/0956797610362061>
- Seligman, M. (2018). Perma and the building blocks of well-being. *Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466>
- Seligman, M. E. P. (2008). *Menginstal optimisme* (B. Yogapranata (ed.)). PT Karya Kita.
- Shepperd, J. A., Maroto, J. A. J., & Pbert, L. A. (1996). Dispositional optimism as a predictor of health changes among cardiac patients. *Journal of Research in Personality*, 30(4), 517–534. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1996.0038>

- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). Handbook of positive psychology. *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 18–32. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.1>
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541–1544. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.299>
- Srivastava, S., & Angelo, K. (2009). Optimism, effects on relationships. *Encyclopedia of Human Relationships*. <https://doi.org/10.4135/9781412958479.n383>
- Subroto, S. (2012). *Hubungan sekolah dengan masyarakat*. PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Alfabeta.
- Sukirno, S. (2006). *Makroekonomi teori pengantar*. PT RajaGrafindo Persada.
- Supervía, P. U., Bordás, C. S., & Lorente, V. M. (2020). Exploring the psychological effects of optimism on life satisfaction in students: The mediating role of goal orientations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217887>
- Suseno, M. N. (2013). Efektivitas Pembentukan Karakter Spiritual Untuk Meningkatkan Optimisme Terhadap Masa Depan Anak Yatim Piatu. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 5(1), 1–24. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol5.iss1.art1>
- Tenney, E. R., Logg, J. M., & Moore, D. A. (2015). (too) optimistic about optimism: the belief that optimism improves performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(3), 377–399. <https://doi.org/10.1037/pspa0000018.supp>
- Tobing, E. M. (2014). *Subjective well-being pada relawan skizofrenia yayasan sosial joint adulam ministry (jam) di samarinda*. 3(1), 407–420.
- Tov, W., & Diener, E. (2013). (Subjective) well-being. *Psychology of Entertainment*, 389–404. <https://doi.org/10.5455/jnbs.1566204120>
- Vollmann, M., Renner, B., & Weber, H. (2007). Optimism and social support: the providers' perspective. *Journal of Positive Psychology*, 2(3), 205–215. <https://doi.org/10.1080/17439760701409660>
- Wa, L. K. (2008). *Psychological consequences of unemployment among hong kong university graduates : the impact of optimism , coping and motivations*.
- Wisnu, R. M. (2021). *Menyelisik kebiasaan orang Indonesia yang masih tinggal dengan orang tua ketika dewasa*. Mojok.Co.

<https://mojok.co/terminal/menyelisik-kebiasaan-orang-indonesia-yang-masih-tinggal-dengan-orang-tua-ketika-dewasa/>

- Xi, X., Wang, Y., & Jia, B. (2017). *The effect of social support on subjective well-being: mediator roles of self-esteem and self-efficacy*. *121(Ichssr)*, 493–505. <https://doi.org/10.2991/ichssr-17.2017.101>
- Yanuar. (2009). *Ekonomi makro : Suatu Analisis Untuk Konteks Indonesia* (1st ed.). Yayasan Mpu Ajar Artha.
- Yu, E. A. (2013). Optimism/Pessimism and suicidal risk: does belief in a changeable future make a difference? *University of Michigan*.
- Zuriati. (2017). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan subjective wellbeing (SWB) pada penderita kanker di irna bedah RSUP dr. M. Djamil Padang tahun 2016. *Menara Ilmu*, *11*(76), 174–180.