



Kebahagiaan Mahasiswa ditinjau dari Optimisme dan *Student Engagement*

Nilna Mafaza¹

Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus
nilnamafaza.nm@gmail.com

Fajar Kawuryan²

Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus
fajar.kawuryan@umk.ac.id

Ridwan Budi Pramono³

Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus
ridwan.budi@umk.ac.id

Abstract

This study aims to determine student happiness in term of optimism and student engagement. The subjects of this study were 147 students in Central Java Province. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique. The measuring tools used to obtain the data are the happiness scale, optimism scale, and student engagement scale. The correlation coefficient of the three variables is 0.292 with p of 0.002 ($p < 0.01$), meaning that there is a very significant relationship between optimism and student engagement with happiness. Thus the major hypothesis in this study is accepted. The results of the correlation coefficient between happiness and optimism r , of 0.265 with a significance of p 0.001 ($p < 0.01$) this means that there is a very significant positive relationship between happiness and optimism in students, thus the hypothesis proposed in this study is accepted. While the correlation coefficient between student engagement and happiness, r is 0.206 with a significant level of p of 0.006 ($p < 0.01$), this indicates that there is a very significant positive relationship between student engagement and happiness, thus the hypothesis proposed in this study is accepted. The effective contribution of the independent variable to the dependent variable is 8.5%, while the other 91.5% is influenced by other factors, for example, according to Putra and Sudibia (2019) stating that other factors that affect individual happiness include income, expectations, relationships, faith, gratitude behavior, pro-environmental behavior, health, gender, social and cultural capital.

Keywords: *happiness, optimism, and student engagement*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan ditinjau dari optimisme dan *student engagement* pada mahasiswa. Subyek penelitian ini adalah 147 mahasiswa

di Provinsi Jawa Tengah. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala kebahagiaan, skala optimisme, dan skala student engagement. Diperoleh hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel sebesar 0,292 dengan p sebesar 0,002 ($p < 0,01$) artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dan *student engagement* dengan kebahagiaan. Dengan demikian hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima. Hasil koefisien korelasi antara kebahagiaan dengan optimisme r, sebesar 0,265 dengan signifikansi p 0,001 ($p < 0,01$) ini berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kebahagiaan dengan optimisme pada mahasiswa, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sedangkan koefisien korelasi antara *student engagement* dengan kebahagiaan r, sebesar 0,206 dengan taraf signifikan p sebesar 0,006 ($p < 0,01$), hal ini menyatakan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara student engagement dengan kebahagiaan, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 8,5%, sedangkan 91,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain misalnya menurut Putra dan Sudibia (2019) menyatakan bahwa faktor lain yang mempengaruhi kebahagiaan individu meliputi penghasilan, harapan, hubungan, iman, perilaku syukur, perilaku pro lingkungan, kesehatan, gender, modal sosial dan budaya.

Kata kunci: kebahagiaan, optimisme, dan *student engagement*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang tertinggi dalam pendidikan di Indonesia sesuai Undang-undang No. 12 tahun 2012. Mahasiswa juga merupakan anggota sivitas akademisi yang dituntut untuk memiliki kesadaran untuk lebih mengembangkan potensi diri dalam perguruan tinggi, agar mahasiswa menjadi intelektual, praktisi, dan/atau profesional yang lebih bermutu. Maka dari itu mahasiswa memiliki kebebasan akademik dalam perkuliahan, mengembangkan potensi yang ada, mencari pengalaman dalam satu bidang, atau bidang lain, serta mengikuti perkuliahan di dalam dan di luar kelas, sesuai aturan yang telah ditetapkan.

Menurut Jannah dan Santoso (2021) pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan berbagai cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mencegah penularan virus corona. Banyak sekolah yang menerapkan metode pemberian tugas kepada siswa secara daring. Penugasan itu dilakukan melalui berbagai media sosial yang tersedia, terutama melalui grup *whatsapp*. Pada kondisi darurat karena adanya virus corona seperti sekarang, pemberian tugas yang dipandang efektif dalam pembelajaran jarak jauh. Akibatnya, pengenalan konsep mengenai suatu pelajaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak

bisa berjalan dengan baik. Dalam pembelajaran tatap muka akan ada penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya terlebih dahulu, kemudian pembelajaran berlanjut sampai pemahaman dan pengembangannya.

Beban akademik yang diberikan dalam perkuliahan meliputi, pertemuan di dalam kelas, responsi atau tutorial, seminar, praktikum atau praktik lapangan serta penelitian, perancangan, pengembangan dan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan peraturan yang ditetapkan Standar Nasional Pendidikan Tinggi Pasal 14 Nomor 44 Tahun 2015. Hasil penelitian oleh Ramadon, Nabilah, Herdian, dan Arnis (2018) mendeskripsikan sumber kesedihan, pada mahasiswa di Universitas “X” berbasis Islam di Purwokerto. Sebanyak akademik 16% sumber kesedihan diakibatkan oleh akademik, dengan sumber kesedihan akademik terdiri dari saat mahasiswa banyak tugas, mendapat nilai yang kurang memuaskan, belum ada peningkatan meskipun sudah belajar selama 1 semester, mencari jurnal metode penelitian, gagal presentasi, ketika tidak ada libur, saat harus membuat laporan praktikum, tugas banyak dan waktu pengumpulan singkat, tekanan dari fakultas, kurang memahami mata kuliah dari dosen, saat IPK di bawah rata rata, dll.

Menurut Armstrong (2006) semakin berat beban siswa akibat tingginya syarat penyelesaian pendidikan, banyaknya pekerjaan rumah, dan kegelisahan menghadapi ujian, siswa yang rentan stres menunjukkan gejala yang terkait stres seperti gangguan tidur, mudah marah, sulit berkonsentrasi, pusing atau sakit perut, sikap agresif, dan sulit belajar. Sebuah badan penelitian oleh psikolog positif Barbara Fredrickson (Rae & MacConville, 2015) menegaskan apa yang telah lama diketahui pendidik bahwa siswa yang bahagia biasanya belajar dan tampil lebih baik di kelas daripada siswa yang tidak bahagia. Mereka lebih energik, gigih, fokus, kreatif, dan lebih mampu bergaul dengan rekan mereka.

Menurut Kurtz dan Welch (2016) kebahagiaan tergantung pada diri kita sendiri. Pawelski (David, Boniwell, & Ayers, 2013) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan salah satu perhatian paling utama dari pengalaman individu manusia dan kolektif budaya manusia. King, Eells, dan Burton (Linley & Joseph, 2004) juga berpendapat kebahagiaan merupakan suatu keadaan alami bagi manusia. Altmaier (2019) menjelaskan bahwa perasaan bahagia sebagai kehadiran emosi positif, tidak adanya emosi negatif, dan adanya kepuasan hidup.

Menurut Sharp (2011), salah satu cara terbaik untuk menciptakan dan meningkatkan kebahagiaan adalah berpikir optimis. Orang-orang optimis adalah mereka yang mengaitkan masalah yang dialami dalam hidup dianggap sebagai hal yang sementara, spesifik, dan

eksternal (Chang, 2001). Orang-orang optimis juga menganggap kegagalan adalah sementara dan merupakan tantangan untuk berusaha lebih keras dan sukses (Schwebel, 2007). Inman (2007) berpendapat bahwa optimis bisa dikatakan terletak pada rangkaian perasaan antara kepercayaan atau keyakinan dan harapan.

Optimis mencakup dua konsep terkait, pertama semua ini adalah disposisi penuh harapan atau keyakinan bahwa hal yang baik pada akhirnya akan mengungguli, kedua optimisme mengacu pada kepercayaan atau kecenderungan untuk percaya, bahwa dunianya adalah yang terbaik dari semua kemungkinan yang ada (Reivich & Gillham, 2003). Optimis merupakan rasa percaya diri terkait masa depan, yang mencirikan bahwa hasil yang akan dicapai di masa depan lebih positif (Boniwell, 2012). Optimisme juga terkait dengan kemampuan untuk menunda kepuasan, melupakan keuntungan jangka pendek, dan mencapai tujuan jangka panjang, karena orang yang optimis dapat memiliki keyakinan selama itu istilah tujuan dapat dicapai (Carr, 2004).

Dunne dan Owen (Rebecca, 2013) berpendapat bahwa *student engagement* menjadi salah satu cara agar institusi pendidikan dapat mengelola emosi siswa, agar siswa menjadi bahagia. *Student engagement* juga berkaitan dengan interaksi antara waktu, upaya dan sumber daya relevan lainnya yang diinvestasikan oleh siswa dan lembaga yang dimaksudkan untuk mengoptimalkan pengalaman siswa, meningkatkan hasil belajar, pengembangan dan kinerja siswa, serta reputasi lembaga (Trowler, 2010).

Student engagement merupakan elemen kunci dari iklim sekolah, dengan banyak penelitian yang menghubungkannya dengan prestasi akademik (Domitrovich, Durlak, Weissberg, & Gullotta, 2016). Menurut Coates (2006), *student engagement* merupakan fenomena luas yang mencakup pengalaman siswa di dalam kelas dan di luar kelas. Harper, Quaye, & Pendakur. (2019) menjelaskan bahwa *student engagement* secara sederhana dicirikan sebagai partisipasi dalam praktik yang efektif secara pendidikan, baik di dalam maupun di luar kelas, yang mengarah ke berbagai hasil yang dapat diukur. Secara khusus *student engagement* mempertimbangkan empat sub tipe keterlibatan yaitu, akademik, perilaku, kognitif, dan afektif/emosional (Appleton, 2012).

Berdasarkan uraian permasalahan di atas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kebahagiaan mahasiswa ditinjau dari optimisme dan *student engagement* di Provinsi Jawa Tengah.

METODE

Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu: skala kebahagiaan, skala optimisme, dan *student engagement*. Skala kebahagiaan mengacu pada aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Argyle (2001), yang meliputi emosi positif (*positive emotion*), kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan tidak adanya emosi negatif. Skala ini terdiri dari 30 item, dengan masing-masing aspek terdapat 10 item.

Skala yang dipergunakan untuk mengukur optimisme pada subjek penelitian adalah skala yang ditulis oleh penulis berdasarkan aspek-aspek optimisme yang dikemukakan oleh tokoh Seligman (2006) yaitu *permanence, pervasiveness, dan personalization*. Skala ini terdiri dari 42 item, yang terdapat 21 item *favorable* dan 21 item *unfavorable*, sedangkan skala yang dipergunakan untuk mengukur *student engagement* pada subjek penelitian adalah skala yang disusun penulis berdasarkan aspek-aspek *student engagement* yang dicetuskan oleh tokoh Fredricks (2004) yaitu, keterlibatan perilaku (*behavior engagement*), keterlibatan emosional (*emotional engagement*), dan keterlibatan kognitif (*cognitive engagement*). Skala ini terdiri dari 42 item, yang terdapat 21 item *favorable* dan 21 item *unfavorable*.

Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada seluruh mahasiswa di Jawa Tengah. Populasi adalah dengan kriteria mahasiswa aktif semester 3 sampai 7, dan tidak pernah mengambil cuti selama kuliah. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik statistika, yaitu analisis data dengan menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor dan product moment. Teknik yang diterapkan untuk menghitung analisis regresi dan *product moment* dalam penelitian ini dengan menggunakan program *Statistical Package For The Social Sciences (SPSS) 15.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada pada hari 30 Juli 2021 sampai 5 Agustus 2021 dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti membagikan skala online melalui link google form dan mendapatkan 220 subjek. Namun setelah dilakukan analisis data agar datanya normal dan linier hanya 147 subjek yang digunakan dalam penelitian.

Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian, yaitu hasil uji asumsi dan hasil uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan meliputi uji normalitas, uji multikolonieritas, uji heteroskedastisitas, uji linearitas, dan uji autokorelasi. Selanjutnya dilakukan pengujian

hipotesis secara statistik. Pengujian hipotesis mayor dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan perhitungan program SPSS dengan teknik korelasi analisis regresi dua prediktor. Hasil yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1.

Hasil Analisis Regresi

Model	R	R Square	Adjusted R Squared	Std. Error of the Estimate	F	Sig(p)
1 Regression	0,292 ^a	0,085	0,073	16,564	6,721	0,002

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis regresi, menunjukkan bahwa signifikansi $p = 0,002$ ($p < 0,01$) dengan $R_{x1,2y} = 0,292$ artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dan *student engagement* dengan kebahagiaan. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara optimisme dan *student engagement* dengan kebahagiaan dalam penelitian ini diterima dengan sumbangan efektif sebesar 8,5%. Untuk menguji hipotesis minor tentang ada hubungan positif antara kebahagiaan dengan optimisme, sebagai berikut:

Tabel 2

Hasil Analisis Korelasi Optimisme dengan Kebahagiaan

	R	R Squared	Sig(p)
Kebahagiaan*Optimisme	0,265	0,070	0,001

Berdasarkan tabel 2 mengenai hasil analisis *product moment* diketahui bahwa antara kebahagiaan dengan optimisme menunjukkan koefisien korelasi antara kedua variabel (R_{x1y}) sebesar 0,265 dengan p sebesar 0,001 ($p < 0,01$), hal menyatakan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel tersebut. Sehingga semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi kebahagiaan begitu pula sebaliknya, semakin rendah optimisme maka semakin rendah pula kebahagiaan. Sumbangan efektif optimisme terhadap kebahagiaan sebesar 7%.

Tabel 3

Hasil Analisis Korelasi *Student Engagement* dengan Kebahagiaan

	R	R Squared	Sig(p)
Kebahagiaan * <i>Student Engagement</i>	0,206	0,042	0,006

Berdasarkan tabel 3 mengenai hasil analisis *product moment* diketahui bahwa antara kebahagiaan dengan *student engagement* menunjukkan koefisien korelasi antara kedua variabel (R_{x2y}) sebesar 0,206 dengan p sebesar 0,006 ($p < 0,01$), hal ini menyatakan bahwa ada

hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel tersebut. Sehingga semakin tinggi *student engagement* maka semakin tinggi kebahagiaan begitu pula sebaliknya, semakin rendah *student engagement* maka semakin rendah pula kebahagiaan. Sumbangan efektif *student engagement* terhadap kebahagiaan sebesar 4,2%.

Menurut Appelo (2016) kebahagiaan paling sering didefinisikan sebagai keadaan mental kesejahteraan yang didukung oleh emosi positif atau menyenangkan mulai dari kepuasan yang santai hingga kesenangan yang intens. Göksoy (2017) juga berpendapat bahwa kebahagiaan berarti individu yang hidup dalam lingkungan yang nyaman untuk nilai-nilai dasar mereka. Semakin hidup, lingkungan, rutinitas kehidupan sehari-hari dan kondisi seseorang yang berhubungan dengan nilai-nilai dasarnya, semakin ia bahagia dan puas dengan kehidupan. Takdir (2019) menjelaskan bahwa kebahagiaan adalah suatu kondisi yang membuat orang merasa senang dengan apa yang sudah dicapai.

Cheng (Demirtas, 2020) menemukan, pada sampel mahasiswa tahun pertama sarjana, ditemukan bahwa gaya atribusi optimis berkorelasi dengan kebahagiaan. Menurut MacDonald (2017) optimisme adalah sikap positif dan optimis terhadap dunia yang membuat individu siap untuk sukses di sekolah, hubungan, karier, dan banyak bagian kehidupan lainnya. Safrudin, Mulyati, dan Lubis (2017) menyatakan bahwa optimisme adalah suatu yang terlintas di dalam hati yang merupakan harapan atau pandangan yang positif, ketenangan hati, bijaksana dan juga berarti untuk semua aktivitas kebaikan yang diyakininya pada masa yang akan datang dengan menjalankan aksi yang lebih baik guna meraih hasil yang lebih tinggi.

Didukung dengan hasil uji hipotesis minor pertama, analisis korelasi antara optimisme dengan kebahagiaan sebesar 0,265 dengan p sebesar $= 0,001$ ($p < 0,01$), hal menyatakan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan kebahagiaan pada mahasiswa dengan sumbangan efektif sebesar 7% dan 93% dipengaruhi faktor lain, menurut Helmi dan Sativa (2013) untuk meningkatkan kebahagiaan dalam hidup banyak faktor yang harus dipenuhi, salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah bersyukur. Penelitian yang dilakukan oleh Chamuah dan Sankar (2019) "*Happiness, Locus of Control and Learned Optimism Among University Students*" menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dan kebahagiaan. Dengan koefisien korelasi r sebesar 0,535 dengan $p < 0,01$.

Senada dengan penelitian Chamuah dan Sankar (2018) "*Self-Efficacy and Learned Optimism as Predictors of Happiness in Students*" menyatakan bahwa terdapat korelasi yang

signifikan dan positif antara optimisme dan kebahagiaan. Variabel optimisme memprediksi kebahagiaan secara signifikan, oleh karena itu seseorang dengan tingkat optimisme yang tinggi akan memiliki lebih banyak kebahagiaan daripada orang dengan tingkat optimisme yang rendah. Dengan kata lain, orang yang positif dan optimis akan memiliki lebih banyak kebahagiaan, koefisien korelasi yang diperoleh sebesar 0,957 dengan $p < 0,01$.

Uji hipotesis minor kedua analisis korelasi *student engagement* dengan kebahagiaan diperoleh hasil sebesar 0,206 dengan tingkat signifikansi p sebesar $= 0,006$ ($p < 0,01$), hal menyatakan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *student engagement* dengan kebahagiaan pada mahasiswa dengan sumbangan efektif sebesar 4,2%, dan 95,8 % kebahagiaan dipengaruhi oleh faktor lain misalnya menurut Demir dan Sümer (2018) menyatakan bahwa faktor lain yang mempengaruhi kebahagiaan individu adalah faktor demografi yaitu usia dan jenis kelamin, kepribadian ekstraversi dan kepribadian neurotisisme.

Menurut Dean (2015) kebahagiaan siswa merupakan hal penting untuk *student engagement* dengan pendidikan tinggi sebagai pengalaman eksistensial. Bond (2020) menyatakan bahwa *student engagement* adalah energi dan upaya yang digunakan siswa dalam komunitas belajar mereka, yang dapat diamati melalui sejumlah indikator perilaku, kognitif, atau afektif di seluruh rangkaian. Kahu (2013) berpendapat *student engagement* dilihat sebagai konstruksi yang berkembang yang menangkap berbagai praktik kelembagaan dan perilaku siswa yang terkait dengan kepuasan dan pencapaian siswa, termasuk waktu mengerjakan tugas, integrasi sosial dan akademik, dan praktik pengajaran.

Penelitian yang dilakukan oleh Bowden, Tickle, dan Naumann (2019) yang berjudul “*The four pillars of tertiary student engagement and Success: a holistic measurement approach*” menyatakan bahwa *engagement* adalah pendorong terkuat dari *affective engagement* dan menunjukkan bahwa siswa yang sangat terlibat lebih mungkin untuk merasakan kebahagiaan, kebanggaan dan antusiasme terhadap institusi mereka. Sehubungan dengan penelitian menurut Datu, Valdez, Cabrera, dan Salanga (2017) yang berjudul “*Subjective Happiness Optimizes Educational Outcomes: Evidence from Filipino High School Students*” menyatakan bahwa hasil dari penelitian ini mengusulkan bahwa kebahagiaan subjektif dapat dikaitkan dengan *academic engagement* tingkat tinggi, perkembangan, dan ketahanan sekolah.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara optimisme dan *student engagement* dengan kebahagiaan. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara optimisme dan *student engagement* dengan kebahagiaan dalam penelitian ini diterima. Hal tersebut menjelaskan bahwa ketika kebahagiaan mahasiswa meningkat, optimisme dan *student engagement* pada mahasiswa juga meningkat.

Mahasiswa yang memiliki kebahagiaan rendah dapat meningkatkan optimismenya dengan cara meningkatkan kepercayaan bahwa peristiwa buruk yang terjadi dalam hidup tidak bertahan selamanya, serta tetap berusaha dan berfikir positif jika kejadian buruk menimpa dengan percaya pada diri sendiri menumbuhkan keyakinan bahwa saat satu masalah menimpa kehidupan individu, semua hal dalam hidup masih berjalan dengan semestinya, dan jangan lupa untuk mencintai diri sendiri. Serta meningkatkan *student engagement* dengan cara ikut serta dalam perkuliahan, organisasi kampus, selain itu melakukan komunikasi positif agar terciptanya hubungan baik dengan teman, dosen, dan tenaga akademik. Lalu menjalani kuliah dengan antusias, memperhatikan saat kelas sedang berlangsung, dan mengerahkan kemampuan untuk menguasai apa yang telah diajarkan oleh dosen. Sehingga harapannya dapat meningkatkan kebahagiaan pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Altaimer, E. M. (2019). *Positive emotionality: promoting positive processes after trauma*. Academic Press.
- Appelo, J. (2016). *Managing for happiness: games, tools, and practices to motivate any team*. John Wiley & Sons, Inc.
- Appleton, J., J. (2012). Systems consultation: developing the assessment-to-intervention link with the student engagement instrument. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie. *Handbook of Research on Student Engagement*. Springer Science+Business Media. DOI 10.1007/978-1-4614-2018-7
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (Edisi ke-2). Routledge.
- Amstrong, T. (2006). *The best schools: mendidik siswa menjadi insan cendikia seutuhnya*. Kaifa.

- Bond, M., Buntins, K., Bedenlier, S., Zawacki-Richter, O., & Kerres, M. (2020). Mapping research in student engagement and educational technology in higher education: a systematic evidence map. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 17 (1). doi:10.1186/s41239-019-0176-8.
- Boniwell, I. (2012). *Positive psychology in a nutshell. the science of happiness* (Edisi ke-3). Open University Press.
- Bowden, J. L. H., Tickle, L., & Naumann, K. (2019). the four pillars of tertiary student engagement and success: a holistic measurement approach. *Studies in Higher Education*, 1–18. doi:10.1080/03075079.2019.1672647
- Carr, A. (2004). *Positive psychology. the science of happiness and human strengths*. Brunner Routledge.
- Chamuah, A. & Sankar, R. (2018). Self- efficacy and learned optimism as predictors of happiness in students. *Online Journal of Multidisciplinary Subjects*, 12 (1), 97-103.
- Chamuah, A. & Sankar, R. (2019). Happiness, locus of control and learned optimism among university students. *Pramana Research Journal*, 9 (6), 30-37.
- Chang, E.C., (Ed). 2001. *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice*. American Psychological Association.
- Coates, H. (2006). *Student engagement in campus-based and online education*. Routledge.
- Datu, J. A. D., King, R. B., & Valdez, J. P. M. (2017). The academic rewards of socially-oriented happiness: interdependent happiness promotes academic engagement. *Journal of School Psychology*, 61, 19–31. doi:10.1016/j.jsp.2016.12.004.
- Datu, J. A. D., Valdez, J. P., Cabrera, I. K., & Salanga, M. G. (2017). Subjective happiness optimizes educational outcomes: evidence from filipino high school students. *The Spanish Journal of Psychology*, 20. doi:10.1017/sjp.2017.55
- David, S. A., Boniwell, I., & Ayers, A. C. (Ed). (2013). *The oxford handbook of happiness*. Oxford University Press.
- Dean, A., & Gibbs, P. (2015). Student satisfaction or happiness?. *Quality Assurance in Education*, 23 (1), 5–19. doi:10.1108/qa-10-2013-0044
- Demir, M. & Sümer, N. (Ed). (2018). *Close relationships and happiness across cultures*. Springer.

- Demirtaş, A. S. (2020). Optimism and happiness in undergraduate students: cognitive flexibility and adjustment to university life as mediators. *Anales de Psicología*, 36 (2), 320–329. doi:10.6018/analesps.381181
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Weissberg, R.P., & Gullotta, T. P. (2016). *Handbook of social and emotional learning: research and practice*. Guilford Publications.
- Dunne, E., & Owen, D. (2013). *Student engagement handbook: practice in higher education*. Emerald.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74 (1), 59–109.
- Göksoy, S. (2017). Situations that make students happy and unhappy in schools. *Universal Journal of Educational Research*, 5 (12A), 77-83.
- Harper, S. R, Quaye, S. J., & Pendakur, S.L. (2019). *Student engagement in higher education theoretical perspectives and practical approaches for diverse populations*. Taylor & Francis.
- Inman, N. (2007). *The optimist's handbook*. Harriman House Ltd.
- Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat stres mahasiswa mengikuti pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 1 (1), 130-146.
- Kahu, E. R. (2013). Framing student engagement in higher education. *Studies in Higher Education*, 38 (5), 758–773. doi:10.1080/03075079.2011.598505
- Kurtz, J. L., & Welch, C. A. (2016). *The emotion of happiness*. Elsevier Ltd.
- Linley, P. A. & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. John Wiley & Sons, Inc.
- MacDonald, L. (2017). *You can be an optimist*. Rosen Publishing Group.
- Putra, G. B. B. & Sudibia, I. K. (2019). Faktor-faktor penentu kebahagiaan sesuai dengan kearifan lokal di Bali. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 8(1), 79-94.
- Rae & MacConville. (2014). *Using Positive psychology to enhance student achievement a schools-based programme for character education*. Routledge.
- Ramadlon, T., Nabilah, Herdian, & Arnis, G. (2018). Sumber kebahagiaan dan kesedihan di era milenial. *Seminar Nasional Psikologi*, 1(1), 177-187.
- Reivich K. & Gillham, J. (2003). Learned optimism: the measurement of explanatory style. in s. j. lopez & c. r. snyder. *positive psychological assessment: a handbook of models and measures*. American Psychological Association.

- RI. (2012). *Undang- undang RI no 12 tahun 2012 tentang sistem pendidikan nasional*. CV Eka Jaya.
- Safrudin, Mulyati, S., & Lubis, R. (2018). *Pengembangan kepribadian dan profesionalisme bidan*. Penerbit Wineka Media.
- Sativa, A. R. & Helmi, A. F. (2013). Syukur dan harga diri dengan kebahagiaan remaja. *Wacana*, 5(2).
- Schwebel, S. L., Schwebel, D. C., Schwebel, B.L., & Schwebel, C. R. (2007). *The student teacher's handbook* (Edisi ke-4). Taylor & Francis e-Library.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: how to change your mind and your life*. Vintage Books.
- Sharp, T. J. (2011). *Happiness is now: hanya 10 langkah untuk lebih sehat dan bahagia*. Raih Asa Sukses.
- Takdir, M. (2019). *Psikologi syukur: perspektif psikologi qurani dan psikologi positif untuk menggapai kebahagiaan sejati (authentic happiness)*. Elex Media Komputindo.
- Trowler, V. (2010). *Student engagement literature review*. Lancaster University.