

ASOSIASI FAKTOR SOSIODEMOGRAFIS, PENERIMAAN ORANG TUA, DAN WELAS DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF *EMERGING ADULTS*

Fadhilah Febrianti Widyasari^{*)}, Tina Hayati Dahlan, M.I.F. Baihaqi

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia,
Jl. Dr. Setiabudhi, Bandung, 40154, Indonesia

^{*)}E-mail: dhila.androidid@upi.edu

Abstrak

Kesejahteraan subjektif penting untuk *emerging adults* sebab perasaan bahagia membuat mereka terbuka untuk mengeksplorasi pengalaman baru dalam hidupnya. Namun Indeks Kebahagiaan 2021 dari BPS menunjukkan bahwa Provinsi DKI Jakarta mengalami penurunan taraf kebahagiaan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji pengaruh penerimaan orang tua dan welas diri terhadap kesejahteraan subjektif pada *emerging adults* dan mengidentifikasi perbedaan setiap variabel berdasarkan sosiodemografi. Responden penelitian sebanyak 360 *emerging adults* yang berdomisili di Daerah Khusus Ibukota Jakarta dipilih dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. *Emerging adults* cenderung merasa diterima oleh ayah dan ibu ketika kecil. Kesejahteraan subjektif dan welas diri *emerging adults* berada pada kategori sedang. Hasil uji independent T dan ANOVA menunjukkan bahwa terdapat perbedaan faktor sosiodemografis pada kesejahteraan subjektif *emerging adults*, yakni jenis kelamin, usia, dan status tempat tinggal. Lalu hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan terdapat pengaruh penerimaan ayah dan penerimaan ibu terhadap kesejahteraan subjektif. Welas diri juga menunjukkan pengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif dan berperan sebagai variabel prediktor. Temuan ini mengindikasikan pentingnya kehangatan dalam pengasuhan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif anak saat menginjak usia dewasa. Selain itu Welas diri juga memiliki kontribusi yang penting terhadap kesejahteraan subjektif individu.

Kata kunci: kesejahteraan subjektif *emerging adults*, penerimaan orang tua, perkotaan, sosiodemografi, welas diri

Sociodemographic Factors, Parental Acceptance, and Self-Compassion Associated with Emerging Adults' Subjective Well-Being

Abstract

Subjective well-being matters for emerging adults because happiness makes them open to explore new experiences. However, the 2021 Happiness Index from BPS shows that DKI Jakarta Province has experienced a decrease in happiness level. This study aims to examine the influence of parental acceptance and self-compassion on subjective well-being in emerging adults and identify differences in each variable based on socio demographics. Research respondents were 360 emerging adults who live in the Capital City of Jakarta, selected with incidental sampling technique. New adults tend to feel accepted by their father and mother when they are little. The subjective well-being and self-compassion of emerging adults were moderate. The results of independent T test and ANOVA show that there are differences in sociodemographic factors in the subjective well-being of emerging adults, namely gender, age and residence status. Results of simple linear regression analysis show that there is a significant influence of parental acceptance on subjective well-being. Self-compassion also showed a significant positive influence on subjective well-being and served as a predictor variable. These findings imply the importance of warmth in parental care for children's subjective well-being when they reach adulthood. Apart from that, self-compassion also has an important contribution to an individual's subjective well-being.

Keywords: emerging adults subjective well-being, parental acceptance, urban area, sociodemographic, self-compassion.

PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan salah satu elemen hidup yang penting untuk menuju pada kehidupan yang lebih baik, termasuk pada individu yang tengah beranjak dewasa atau yang berada pada fase *emerging adulthood*.

Pada fase perkembangan ini, individu berada pada periode kehidupan yang dipenuhi ketidakstabilan dan ketidakpastian karena mereka menghadapi pembentukan identitas, perkembangan kepribadian, dan kewajiban membuat berbagai keputusan penting untuk hidupnya (Wang & Haworth, 2020). Terkait

Article history:

Received December 12, 2023

Received in revised January 18, 2024

Accepted January 18, 2024

adanya berbagai tantangan perkembangan tersebut, Arnett (2015) menyatakan bahwa *emerging adult* (individu yang berada pada fase transisi remaja akhir ke dewasa awal, pada rentang usia 18–25 tahun) sedang berada pada fase di mana mereka mendefinisikan kebahagiaan mereka masing-masing.

Dalam ilmu psikologi, kata ‘kebahagiaan’ memiliki istilah ilmiah yang sering juga disebut dengan ‘kesejahteraan subjektif’ dan sering digunakan secara bergantian. Hal ini dijelaskan oleh Griffin dan Ward (2016) yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan istilah ilmiah dari kebahagiaan. Kesejahteraan subjektif merupakan konsep yang dikemukakan oleh Diener (1984) yang berarti penilaian manusia terhadap kehidupannya yang terdiri atas evaluasi kepuasan hidup dan dominasi afek (perasaan) positif yang lebih banyak daripada afek negatif. Kepuasan hidup termasuk ke dalam evaluasi kognitif, sementara afek positif termasuk ke dalam evaluasi afektif.

Kesejahteraan subjektif penting untuk dirasakan para *emerging adults* karena komponennya yang terdiri atas kepuasan hidup dan afek positif akan memudahkan mereka memperoleh berbagai pengalaman baru dalam hidup (Arnett, 2015). Hal ini relevan karena pada fase ini individu cenderung sedang bereksplorasi dan membuat keputusan untuk hidupnya secara mandiri. Di Indonesia, untuk mengukur kebahagiaan masyarakat, terdapat sebuah indeks kebahagiaan yang didokumentasi oleh Badan Pusat Statistik (BPS) (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2021), yakni Indeks Kebahagiaan BPS. Dimensi Indeks Kebahagiaan BPS 2021 antara lain kepuasan hidup, perasaan (afek), dan makna hidup—relevan dengan kesejahteraan subjektif. Indeks kebahagiaan 2021 menunjukkan peningkatan kebahagiaan masyarakat Indonesia dari tahun 2017 ke tahun 2021, tetapi terdapat provinsi yang mengalami penurunan poin taraf kebahagiaan. Salah satu provinsi yang mengalami penurunan taraf kebahagiaan adalah DKI Jakarta, yakni dari angka 71,33 menjadi 70,68.

Ditinjau dari kelompok usia di bawah 24 tahun, indikator keluarga yang harmonis memiliki capaian tertinggi pada Indeks Kebahagiaan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021. Data BPS tersebut menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam pembentukan kebahagiaan *emerging adults*. Rohner *et al.* (2003) menyatakan bahwa kualitas keluarga dan rumah tangga memengaruhi bagaimana orang tua berperilaku hangat terhadap anak-

anaknya. Namun, pada tahun 2020, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima laporan adanya 6.519 pengaduan kasus pelanggaran hak anak yang jika ditinjau dari lingkup keluarga paling banyak dilakukan oleh orang tua. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2023) menyatakan bahwa 4 dari 100 anak di Indonesia pernah mendapatkan pengasuhan yang tidak layak. Hal tersebut sangat bertolak belakang dengan hak yang seharusnya didapatkan anak dari orang tuanya, yaitu cinta dan kasih sayang. Kehangatan dan cinta yang ditunjukkan oleh ayah dan ibu sejak dini akan memiliki peran yang kuat pada perkembangan perilaku, rasa aman, dan kesejahteraan anak (Rohner *et al.*, 2003). Dalam Teori *Parental Acceptance-Rejection (PARTheory)*, kehangatan dan kasih sayang orang tua disebut juga dengan penerimaan orang tua.

Penerimaan orang tua berada di kontinum yang sama dengan penolakan orang tua dan anak dapat berada di sepanjang garis kontinum tersebut, dilihat dari kecenderungan pada penolakan atau penerimaan orang tua (Rohner, 1980). Dimensinya meliputi kehangatan/afeksi (*warmth/affection*); permusuhan/agresi (*hostility/aggression*); pengabaian/penelantaran (*indifference/neglect*); dan penolakan yang dirasakan anak (*undifferentiated rejection*). Orang tua perlu menunjukkan kehangatan dan penerimaan pada anak untuk tumbuh kembang anak sebab kualitas hubungan orang tua-anak akan berpengaruh pada rasa aman dan keadaan emosional serta kondisi psikologis anak. Penerimaan orang tua berperan dalam pembentukan keadaan psikologis termasuk kesejahteraan yang dirasakan seorang anak ketika memasuki usia dewasa karena memiliki peran yang kuat dalam perkembangan anak (Rohner *et al.*, 2003).

Penelitian terdahulu yang menguji pengaruh antara penerimaan orang tua di masa kecil dengan kesejahteraan subjektif dilakukan oleh Özbiler *et al.* (2023). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerimaan orang tua memprediksi dan berpengaruh secara positif terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults*, sementara penolakan orang tua berkontribusi secara negatif pada kesejahteraan subjektif khususnya kepuasan hidup *emerging adults* (Yasmin & Hossain, 2014). Penelitian-penelitian terdahulu cenderung menguji hubungan kedua variabel tersebut pada *emerging adults* yang berstatus sebagai mahasiswa. Pada penelitian ini, jangkauan sampel akan lebih luas yakni

emerging adults dari latar belakang pendidikan yang beragam.

Selain penerimaan orang tua, kesejahteraan subjektif dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, salah satunya adalah welas diri (*self-compassion*). Welas diri merupakan perilaku positif dan rasa iba pada diri sendiri ketika menghadapi cobaan dalam hidup (Zessin *et al.*, 2015). Orang yang berbelas kasih pada dirinya menunjukkan sikap baik pada diri sendiri (*self-kindness*), memaklumi penderitaan yang pernah dirasakan (*common humanity*), dan rutin menerapkan *mindfulness* (Neff, 2003). Welas diri pada seseorang dapat meminimalisir efek mental yang negatif dan dapat menunjukkan dampak yang baik pada kesejahteraan subjektif mereka sendiri (YANG, 2023). Welas diri dipilih sebagai salah satu variabel untuk dihubungkan dengan kesejahteraan subjektif sebab pada dimensi pembentuk indeks kebahagiaan BPS, kemampuan untuk menerima penderitaan belum termasuk ke dalam salah satu dimensi pembentuk kebahagiaan.

Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa welas diri memiliki dampak positif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif dan berpotensi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif (Arslan, 2023; Wicaksana & Utami, 2020; YANG, 2023). Namun, serupa dengan penerimaan orang tua, penelitian-penelitian tersebut cenderung menguji hubungan kedua variabel pada populasi mahasiswa. Penelitian ini akan menjangkau populasi *emerging adults* yang lebih luas terutama dalam hal latar belakang pendidikan. Özbiler *et al.* (2023) menyarankan adanya variabel kesehatan mental pada penelitian selanjutnya untuk lebih memahami hubungan antara penerimaan orang tua dan kesejahteraan subjektif. Terkait hal tersebut, selain melihat hubungannya dengan kesejahteraan subjektif, welas diri pada penelitian ini juga akan diuji sebagai variabel moderator. Hipotesis peneliti adalah hubungan antara penerimaan orang tua dan kesejahteraan subjektif akan semakin diperkuat dengan adanya welas diri sebab welas diri memiliki potensi untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif (Arslan, 2023).

Berdasarkan data BPS tahun 2021, laki-laki dan perempuan memiliki angka kebahagiaan yang berbeda. Terkait hal tersebut, penelitian ini akan menguji pengaruh faktor-faktor sosiodemografis lain dan perbedaannya terhadap kesejahteraan subjektif. Faktor tersebut antara lain jenis kelamin, usia, domisili,

status pendidikan, status pekerjaan, dan status tempat tinggal. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah 1) menguji perbedaan penerimaan orang tua, kesejahteraan subjektif, dan welas diri berdasarkan sosiodemografi; 2) mengidentifikasi pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif; 3) mengidentifikasi pengaruh welas diri terhadap kesejahteraan subjektif; dan 4) menguji peran welas diri sebagai variabel moderator antara penerimaan orang tua dan kesejahteraan subjektif.

METODE

Desain Penelitian dan Pengumpulan Data

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *incidental sampling*. Karakteristik responden dalam penelitian adalah individu berusia 18–25 tahun yang bertempat tinggal di DKI Jakarta dan tinggal bersama kedua orang tua pada usia 7–12 tahun. DKI Jakarta dipilih sebagai wilayah penelitian sebab data BPS menunjukkan adanya penurunan taraf kebahagiaan di provinsi ini. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner melalui *Google Form* pada target responden yang memenuhi kriteria. Pengumpulan responden dilakukan mulai 19 Juli 2023 sampai dengan 11 Agustus 2023. Pada penelitian ini, jumlah responden yang terkumpul adalah sebanyak 467 responden, tetapi ditemukan adanya 107 *misfit person* dari analisis *person misfit* dengan Rasch model. Maka, total responden penelitian ini adalah 360 responden, dengan responden laki-laki sebanyak 18,3 persen ($n=66$) dan perempuan 81,7 persen ($n=294$).

Pengukuran Variabel

Dalam penelitian ini, definisi operasional penerimaan orang tua merujuk pada persepsi *emerging adults* mengenai pengasuhan orang tua yang mereka terima ketika berusia 7–12 tahun. Data penerimaan orang tua dijamin dengan menggunakan *Adult Parental Acceptance-Rejection Questionnaire (Adult PARQ Short Form)* dari Rohner (1980) yang diadaptasi dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia dan terdiri dari 24 pertanyaan. Penggunaan dan adaptasi *Adult PARQ Short Form* telah diizinkan oleh pengembang dengan komunikasi melalui email. Pengukuran variabel penerimaan orang tua menggunakan skala likert 1 sampai dengan 4 (1=sangat tidak sesuai, 2=tidak sesuai, 3=sesuai, 4=sangat

sesuai) dengan nilai *Cronbach's alpha* (α) instrumen penerimaan ayah sebesar 0,95 dan instrumen penerimaan ibu sebesar 0,94.

Definisi operasional kesejahteraan subjektif dalam penelitian ini adalah penilaian subjektif *emerging adults* mengenai kehidupannya secara keseluruhan yang diukur dari kepuasan hidup dan perasaan positif. Data tentang kesejahteraan subjektif dijamin dengan menggunakan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) dari Diener (1984). Penggunaan SWLS dan SPANE diizinkan secara bebas selama mencantumkan sumber referensi dan sitasi. Pengukuran kepuasan hidup dengan SWLS menggunakan skala likert 1 (sangat tidak setuju) sampai dengan 7 (sangat setuju). Nilai α untuk SWLS adalah sebesar 0,89. Sementara pengukuran perasaan positif dengan SPANE menggunakan skala likert 1 sampai dengan 5 (1=Tidak pernah, 2=jarang, 3=kadang-kadang, 4=sering, 5=selalu). Nilai α untuk SPANE *Positive Affect* adalah sebesar 0,87 dan SPANE *Negative Affect* adalah sebesar 0,83. Skor kesejahteraan subjektif diperoleh dengan mengubah SWLS dan SPANE menjadi skor Z agar bobotnya sama. Kemudian, skor SWLS dan SPANE dijumlahkan.

Definisi operasional welas diri dalam penelitian ini adalah rasa iba, sayang, dan kebaikan dari *emerging adults* untuk menerima dan bersikap lembut pada penderitaan yang mereka rasakan. Data tentang welas diri dijamin dengan menggunakan *Self-Compassion Scale* dari Neff (2003) yang diadaptasi dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia dan terdiri dari 26 pertanyaan. Penggunaan dan adaptasi *Self-Compassion Scale* telah diizinkan oleh pengembang dengan komunikasi melalui email. Pengukuran variabel welas diri menggunakan skala likert 1 (tidak pernah) sampai dengan 5 (hampir selalu) dengan nilai α sebesar 0,92.

Analisis

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan Microsoft Excel, Winstep, dan SPSS. Data yang diperoleh diolah menggunakan aplikasi Winstep untuk menganalisis butir soal dan responden yang layak. Aplikasi Winstep juga digunakan untuk memperoleh skor interval. Untuk menguji pengaruh faktor sosiodemografis digunakan uji T dan ANOVA menggunakan aplikasi SPSS versi 26. Kemudian, analisis statistik regresi linier sederhana serta *moderation regression analysis* melalui aplikasi perangkat lunak SPSS

versi 26 digunakan menguji hubungan dan pengaruh penerimaan orang tua dan welas diri terhadap kesejahteraan subjektif. Uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas telah dilakukan sebelum uji analisis data. Diperoleh hasil bahwa data berdistribusi normal dan tidak ada gejala multikolinearitas ataupun heteroskedastisitas.

HASIL

Pada bagian ini, peneliti menyajikan penemuan dari tujuan penelitian yang ingin dicapai. Hasil menunjukkan adanya perbedaan sosiodemografis pada penerimaan orang tua, kesejahteraan subjektif, dan welas diri; pentingnya penerimaan orang tua di masa kecil terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults*; dan pentingnya welas diri pada *emerging adults*.

Penerimaan Orang Tua

Secara umum, penelitian ini menemukan bahwa *emerging adults* di DKI Jakarta merasa diterima oleh ayah mereka di masa kecil. Dari 360 responden yang mengisi kuesioner penelitian, 192 responden termasuk ke dalam kategori cenderung merasa diterima (53,30%), sementara responden yang masuk ke dalam kategori cenderung merasa ditolak berjumlah 168 responden (46,70%). *Emerging adults* di DKI Jakarta yang memersepsikan cenderung diterima oleh ibu mereka di masa kecil sebanyak 183 orang (50,80%) dan pada kategori cenderung merasa ditolak sebanyak 177 orang (49,20%). Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa *emerging adults* di DKI Jakarta dalam penelitian ini cenderung merasa bahwa ayah dan ibu menyayangi dan bersikap hangat kepada mereka di masa kecil.

Tabel 1 menunjukkan hasil uji beda menggunakan T-Test dan ANOVA penerimaan ayah berdasarkan status sosiodemografi dengan perhitungan statistik dari 360 responden *emerging adults*. Hasil uji tersebut menunjukkan tidak terdapat pengaruh dan perbedaan signifikan dari jenis kelamin, usia, domisili, dan pendidikan saat ini terhadap bentuk penerimaan yang dipersepsikan anak terhadap ayahnya. Namun, terdapat perbedaan signifikan *emerging adults* DKI Jakarta dalam memersepsikan penerimaan ayah jika dilihat dari status pekerjaan dan status tempat tinggal saat ini. *Emerging adults* yang saat ini belum bekerja dan masih tinggal bersama kedua orang tua rata-rata merasa diterima oleh ayah mereka di masa kecil.

Tabel 1 Gambaran rata-rata, nilai uji T/F (ANOVA), dan signifikansi variabel penerimaan ayah berdasarkan sosiodemografi (n=360)

Penerimaan Ayah					
Sosiodemografi	Kategori	n	Rata-rata	T/F	Sig. (2 tailed)
Jenis kelamin	Laki-laki	66	1,0617	-0,437	0,662
	Perempuan	294	1,1510		
Usia (tahun)	18	25	0,8124	1,734	0,100
	19	21	1,3514		
	20	32	1,3900		
	21	64	1,3864		
	22	115	1,2792		
	23	64	0,7869		
	24	20	0,9085		
	25	19	0,5742		
Domisili	Jakarta Timur	144	1,1626	0,581	0,715
	Jakarta Barat	46	0,9463		
	Jakarta Pusat	49	1,2965		
	Jakarta Selatan	81	1,0159		
	Jakarta Utara	30	1,4000		
	Kepulauan Seribu	10	0,9690		
	Pendidikan saat ini	SMA sederajat	22		
	Mahasiswa diploma	17	1,3712		
	Mahasiswa S1	283	1,2027		
	Mahasiswa S2	9	1,3278		
	Lainnya	29	0,8524		
Pekerjaan	Bekerja	94	0,8576	2,096	0,037
	Tidak bekerja	266	1,2325		
Status tempat tinggal	Bersama kedua orang tua	248	1,2253	3,282	0,007
	Bersama ayah	7	0,5457		
	Bersama ibu	28	0,8829		
	Bersama wali (kakek, nenek, paman, bibi)	18	0,0389		
	Kos	57	1,3396		
	Lainnya	2	-0,515		

Hasil uji beda penerimaan ibu diperlihatkan pada Tabel 2. Terdapat perbedaan signifikan *emerging adults* DKI Jakarta dalam memersepsikan penerimaan ibu berdasarkan usia dan pendidikan saat ini. Berdasarkan aspek pendidikan diketahui bahwa *emerging adults* yang saat ini berstatus sebagai mahasiswa diploma, strata satu, dan strata dua cenderung merasa lebih diterima oleh ibu mereka di masa kecil daripada *emerging adults* yang saat ini status pendidikan SMA.

Kesejahteraan Subjektif

Secara umum, tingkat kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta tergolong sedang. Dari 360 responden yang mengisi kuesioner penelitian, 57 responden termasuk ke dalam kategori tinggi (15,8%), 251

responden termasuk ke dalam kategori sedang (69,7%), sementara responden yang pada kategori rendah berjumlah 52 responden (14,4%). Dari hasil ini dapat diketahui bahwa *emerging adults* di DKI Jakarta dalam penelitian ini cenderung memiliki kesejahteraan subjektif pada kategori sedang. *Emerging adults* cenderung menilai kepuasan hidup dan afek positif mereka tidak terlalu tinggi ataupun rendah.

Tabel 3 menunjukkan hasil uji beda menggunakan T-Test dan ANOVA kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta berdasarkan status sosiodemografi. Dari hasil uji tersebut ditemukan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dari domisili, pendidikan saat ini, dan pekerjaan pada kesejahteraan subjektif *emerging adults* DKI Jakarta, tetapi

Tabel 2 Gambaran rata-rata, nilai uji T/F (ANOVA), dan signifikansi variable penerimaan ibu berdasarkan sosiodemografi (n=360)

Penerimaan Ibu					
Sosiodemografi	Kategori	n	Rata-rata	T/F	Sig. (2 tailed)
Jenis kelamin	Laki-laki	66	1,4208	0,176	0,860
	Perempuan	294	1,3884		
Usia (tahun)	18	25	0,8344	2,489	0,017
	19	21	1,7348		
	20	32	1,2978		
	21	64	1,4766		
	22	115	1,6935		
	23	64	1,0478		
	24	20	1,2530		
	25	19	1,3944		
Domisili	Jakarta Timur	144	1,5168	0,540	0,746
	Jakarta Barat	46	1,4226		
	Jakarta Pusat	49	1,3018		
	Jakarta Selatan	81	1,2322		
	Jakarta Utara	30	1,3943		
	Kepulauan Seribu	10	1,2680		
Pendidikan saat ini	SMA sederajat	22	0,6968	4,438	0,002
	Mahasiswa diploma	17	1,5906		
	Mahasiswa S1	283	1,4354		
	Mahasiswa S2	9	2,6744		
	Lainnya	29	1,0110		
Pekerjaan	Bekerja	94	1,3544	0,335	0,737
	Tidak bekerja	266	1,4085		
Status tempat tinggal	Bersama kedua orang tua	248	1,4616	1,820	0,108
	Bersama ayah	7	0,3971		
	Bersama ibu	28	1,5032		
	Bersama wali (kakek, nenek, paman, bibi)	18	0,7361		
	Kos	57	1,3775		
	Lainnya	2	1,4300		

terdapat perbedaan signifikan dari jenis kelamin, usia, dan status tempat tinggal pada kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta ($p < 0,05$). Laki-laki cenderung memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi dibandingkan perempuan. Usia 20 tahun cenderung menunjukkan kesejahteraan subjektif paling tinggi dibanding usia lainnya. Sementara itu, *emerging adults* yang tinggal di kos menunjukkan kesejahteraan subjektif paling tinggi dibandingkan tempat tinggal lainnya.

Welas Diri

Secara umum, tingkat welas diri *emerging adults* di DKI Jakarta ada pada kategori sedang. Dari 360 responden yang mengisi kuesioner penelitian, 64 responden termasuk ke dalam

kategori tinggi (17,8%), 246 responden termasuk ke dalam kategori sedang (68,3%), dan 50 responden termasuk ke dalam kategori rendah (13,9%). Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa *emerging adults* di DKI Jakarta dalam penelitian ini cenderung memiliki tingkat welas diri yang sedang. *Emerging adults* mampu menerapkan kebaikan pada diri mereka ketika menghadapi penderitaan walaupun belum maksimal, cenderung memaklumi penderitaan yang mereka alami walau belum maksimal, dan cenderung sudah mempraktikkan *mindfulness* walaupun belum maksimal.

Tabel 4 menunjukkan hasil uji beda menggunakan T-Test dan ANOVA welas diri *emerging adults* di DKI Jakarta berdasarkan status sosiodemografi. Hasil uji menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan

Tabel 3 Gambaran rata-rata, nilai uji T/F (ANOVA), dan signifikansi variabel kesejahteraan subjektif berdasarkan sosiodemografi (n=360)

Kesejahteraan Subjektif					
Sosiodemografi	Kategori	n	Rata-rata	T/F	Sig. (2 tailed)
Jenis kelamin	Laki-laki	66	0,6212	2,151	0,032
	Perempuan	294	-0,139		
Usia (tahun)	18	25	-1,236	2,831	0,007
	19	21	-0,685		
	20	32	0,4463		
	21	64	0,0559		
	22	115	0,5930		
	23	64	-0,571		
	24	20	-0,680		
	25	19	0,5037		
Domisili	Jakarta Timur	144	-0,378	1,554	0,172
	Jakarta Barat	46	0,7128		
	Jakarta Pusat	49	0,2655		
	Jakarta Selatan	81	-0,056		
	Jakarta Utara	30	0,2870		
	Kepulauan Seribu	10	0,4750		
	Pendidikan saat ini	SMA sederajat	22		
	Mahasiswa diploma	17	-0,175		
	Mahasiswa S1	283	0,1663		
	Mahasiswa S2	9	-0,054		
Pekerjaan	Lainnya	29	-0,767	-1,01	0,310
	Bekerja	94	0,2985		
	Tidak bekerja	266	-0,082		
Status tempat tinggal	Bersama kedua orang tua	248	0,1767	2,744	0,019
	Bersama ayah	7	-1,925		
	Bersama ibu	28	-0,636		
	Bersama wali (kakek, nenek, paman, bibi)	18	-1,247		
	Kos	57	0,2688		
	Lainnya	2	-2,635		

pada jenis kelamin, domisili, pendidikan, status pekerjaan, dan status tempat tinggal dari welas diri *emerging adults* di DKI Jakarta. Namun perbedaan signifikan terlihat pada kategori usia. Responden usia 18 tahun menunjukkan rata-rata tingkat welas diri yang rendah.

Pengaruh Penerimaan Orang Tua dan Welas diri terhadap Kesejahteraan Subjektif

Uji regresi linier dilakukan untuk mengetahui hubungan dan nilai kontribusi penerimaan orang tua dan welas diri terhadap kesejahteraan subjektif. Tabel 5 menunjukkan hasil analisis regresi penerimaan ayah dan ibu serta welas diri terhadap kesejahteraan subjektif. Masing-masing variabel menunjukkan

adanya hubungan positif dan pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Penerimaan ayah menunjukkan kontribusi sebesar 22 persen terhadap kesejahteraan subjektif dengan korelasi senilai 0,475 yang tergolong cukup kuat. Penerimaan ibu menunjukkan kontribusi sebesar 23 persen terhadap kesejahteraan subjektif dengan korelasi senilai 0,487 yang tergolong cukup kuat. Sementara itu, welas diri menunjukkan kontribusi sebesar 49 persen terhadap kesejahteraan subjektif dengan korelasi senilai 0,706 yang tergolong kuat. Dengan demikian, jika seorang *emerging adult* merasa diterima oleh orang tuanya di masa kecil, ia akan semakin bahagia. Lalu, jika ia berbelas kasih pada dirinya ketika dewasa, ia akan semakin bahagia.

Tabel 4 Gambaran rata-rata, nilai uji T/F (ANOVA), dan signifikansi variabel welas diri berdasarkan sosiodemografi (n=360)

Welas Diri					
Sosiodemografi	Kategori	n	Rata-rata	T/F	Sig. (2 tailed)
Jenis kelamin	Laki-laki	66	0,4923	1,778	0,076
	Perempuan	294	0,2877		
Usia (tahun)	18	25	-0,301	3,500	0,001
	19	21	0,1690		
	20	32	0,5141		
	21	64	0,3175		
	22	115	0,5121		
	23	64	0,2937		
	24	20	0,0880		
	25	19	0,2547		
Domisili	Jakarta Timur	144	0,2505	0,788	0,559
	Jakarta Barat	46	0,3924		
	Jakarta Pusat	49	0,3502		
	Jakarta Selatan	81	0,3195		
	Jakarta Utara	30	0,5687		
	Kepulauan Seribu	10	0,2850		
Pendidikan saat ini	SMA sederajat	22	-0,0168	1,824	0,124
	Mahasiswa diploma	17	0,5082		
	Mahasiswa S1	283	0,3664		
	Mahasiswa S2	9	0,2622		
	Lainnya	29	0,0952		
Pekerjaan	Bekerja	94	0,4006	-1,00	0,316
	Tidak bekerja	266	0,2985		
Status tempat tinggal	Bersama kedua orang tua	248	0,3558	1,573	0,167
	Bersama ayah	7	-0,448		
	Bersama ibu	28	0,2864		
	Bersama wali (kakek, nenek, paman, bibi)	18	0,1156		
	Kos	57	0,3821		
	Lainnya	2	0,400		

Hasil Uji Welas Diri Sebagai Moderator Pada Pengaruh Penerimaan Orang Tua dan Welas diri terhadap Kesejahteraan Subjektif

Uji *moderation regression analysis* (MRA) dilakukan untuk mengetahui peran welas diri pada pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif. Dalam upaya melakukan uji moderasi, pertama peneliti membuat variabel baru, yaitu *product* yang merupakan perkalian antara variabel penerimaan orang tua dengan welas diri. Selanjutnya, peneliti meregresi penerimaan orang tua yang merupakan variabel X dengan kesejahteraan subjektif yang merupakan variabel Y sebagai model 1. Kemudian, pada variabel independen ditambahkan variabel welas diri untuk diregresikan dengan kesejahteraan subjektif sebagai model 2. Lalu, pada kolom variabel independen ditambahkan

variabel *Product* sebagai model 3 untuk melihat interaksi antara variabel X dan Z terhadap variabel Y.

Dari analisis penerimaan ayah dan kesejahteraan subjektif dengan welas diri sebagai moderator didapatkan hasil bahwa model 1 memberi sumbangan prediktor sebesar 22,5 persen ($p=0,000$; $p<0,05$). Hal ini berarti penerimaan ayah dapat memprediksi kesejahteraan subjektif secara signifikan. Kemudian, pada model 2, welas diri memasuki lapangan regresi dan mampu memprediksi kesejahteraan subjektif dari 22,5 persen menjadi 53 persen ($p=0,000$; $p<0,05$) secara signifikan. Pada model 3, nilai signifikansi *product* adalah 0,143 ($>0,05$) dan diketahui bahwa tidak ada interaksi signifikan antara variabel penerimaan ayah dan welas diri dengan kesejahteraan subjektif.

Tabel 5 Hasil uji regresi linier penerimaan ayah, penerimaan ibu, dan welas diri terhadap kesejahteraan subjektif (n=360)

Variabel	Kesejahteraan Subjektif				
	Constant	B	Sig	R ²	R
Penerimaan ayah	-0,937	0,826	0,000	0,225	0,475
Penerimaan ibu	-1,317	0,945	0,000	0,237	0,487
Welas diri	-0,705	2,171	0,000	0,498	0,706

Dari analisis penerimaan ibu dan kesejahteraan subjektif dengan welas diri sebagai moderator didapatkan hasil bahwa nilai model 1 memberi sumbangan prediktor sebesar 23 persen ($p = 0,000$; $p < 0,05$). Hal ini berarti penerimaan ibu dapat memprediksi kesejahteraan subjektif secara signifikan. Kemudian, pada model 2, welas diri memasuki lapangan regresi dan mampu memprediksi kesejahteraan subjektif dari 23 persen menjadi 53 persen ($p = 0,000$; $p < 0,05$). Pada model 3, nilai signifikansi product adalah sebesar 0,097 ($>0,05$) dan diketahui bahwa tidak terdapat interaksi signifikan antara variabel penerimaan ibu dan welas diri dengan kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, hasil uji MRA menunjukkan bahwa welas diri tidak memoderasi pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta. Welas diri hanya berperan sebagai variabel prediktor karena dapat memprediksi kesejahteraan subjektif, tetapi bukan sebagai variabel moderator karena tidak ada interaksi signifikan dengan variabel penerimaan ayah dan ibu.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan, yaitu menguji perbedaan penerimaan orang tua, kesejahteraan subjektif, dan welas diri berdasarkan sosiodemografi; mengidentifikasi pengaruh penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif; mengidentifikasi pengaruh welas diri terhadap kesejahteraan subjektif; dan menguji peran welas diri sebagai variabel moderator. Antara penerimaan orang tua dan kesejahteraan subjektif. Pada penelitian ini, *emerging adults* di DKI Jakarta secara keseluruhan cenderung merasa diterima oleh ayah dan ibu di masa kecilnya. *Emerging adults* menunjukkan kesejahteraan subjektif yang tergolong sedang dan welas diri yang tergolong sedang.

Hasil uji beda pada variabel penerimaan ayah menunjukkan bahwa anak yang saat ini belum bekerja dan berstatus tempat tinggal masih bersama orang tua atau di tempat kos cenderung memersepsikan dirinya diterima oleh ayah mereka ketika di masa kecil. Ini sejalan dengan penelitian terdahulu (Yuan et

al., 2016) yang menyatakan bahwa tinggal di lingkungan keluarga yang suportif membuat seseorang merasa memiliki landasan untuk bergantung karena orang tua dapat memerhatikan proses dan perjuangan mereka. Sementara itu, hasil uji beda pada penerimaan ibu menunjukkan bahwa terdapat perbedaan dari status pendidikan dalam memersepsikan penerimaan orang tua yang dialami di masa kecil. *Emerging adults* yang saat ini berstatus sebagai mahasiswa diploma dan mahasiswa jenjang strata satu dan strata dua cenderung merasa lebih diterima oleh ibu mereka di masa kecil daripada *emerging adults* yang saat ini berstatus pendidikan SMA.

Hasil uji beda menunjukkan kesejahteraan subjektif laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Temuan ini sejalan dengan laporan Indeks Kebahagiaan 2021 dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan antara laki-laki dan perempuan dengan laki-laki cenderung merasa lebih bahagia daripada perempuan. Ini dapat disebabkan beberapa hal, salah satunya adalah kepuasan terhadap kondisi keamanan di mana laki-laki menunjukkan kepuasan yang lebih tinggi daripada perempuan (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2021).

Perbedaan kebahagiaan pada laki-laki dan perempuan juga dapat disebabkan hal lain. Penelitian Milovanska-Farrington dan Farrington (2022) menunjukkan bahwa kepuasan hidup laki-laki cenderung dipengaruhi oleh kepuasan terhadap pekerjaannya sementara perempuan cenderung dipengaruhi oleh kepuasan terhadap kondisi kesehatannya. Perempuan cenderung lebih menghargai nilai-nilai kesehatan dan keluarga sehingga hubungan dengan kepuasan hidupnya kuat. Di sisi lain, laki-laki menunjukkan hubungan kepuasan pada pekerjaan dengan kepuasan hidup yang lebih besar daripada perempuan.

Selain itu, melalui uji beda juga diketahui bahwa terdapat perbedaan kesejahteraan subjektif berdasarkan kategori usia (18—25 tahun). Usia 18 tahun cenderung menunjukkan kesejahteraan subjektif paling rendah

dibanding usia lainnya. Hasil tersebut merupakan sebuah kebaruan sebab penelitian sebelumnya tidak menemukan perbedaan signifikan pada kebahagiaan individu usia 18 tahun dengan usia 20 tahun ke atas (Moirangthem & Panda, 2018). Perbedaan usia pada hasil penelitian ini diasumsikan karena usia 18 tahun merupakan fase *emerging adulthood* yang mana individu harus membuat keputusan penting, seperti melanjutkan pendidikan ke jenjang tinggi atau mencari pekerjaan. Hasil uji pada penelitian ini dapat menjadi temuan untuk dieksplorasi di penelitian selanjutnya.

Nilai kesejahteraan subjektif berdasarkan status tempat tinggal juga menunjukkan adanya perbedaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa *emerging adults* yang tinggal di kos lebih bahagia dibandingkan status tempat tinggal lainnya (bersama orang tua; ayah; ibu; wali; atau lainnya). Penelitian Pahlevi dan Salve (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal di kos memiliki resiliensi yang tinggi. Resiliensi adalah respon positif dan produktif yang dilakukan seseorang ketika mendapati adanya kesulitan dalam hidupnya. Penelitian lain menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan subjektif seorang individu (Lutfiyah & Dwarawati, 2023). Hal tersebut dapat menjelaskan kesejahteraan subjektif yang tinggi dari *emerging adults* pada penelitian ini yang bertempat tinggal di kos. Mekanisme potensi hubungan antarvariabel tersebut berpotensi untuk dieksplorasi pada penelitian selanjutnya.

Hasil uji beda pada welas diri menunjukkan bahwa responden usia 18 tahun menunjukkan rata-rata welas diri yang paling rendah dibanding usia lain pada fase *emerging adulthood*. Mengingat usia 18 tahun merupakan usia awal transisi dari remaja akhir ke tahap *emerging adulthood*, hal tersebut dapat dimaknai berdasarkan hasil penelitian Bluth dan Blanton (2015) yang menyatakan bahwa remaja usia sekolah cenderung sulit untuk menerima penderitaan yang dialami sebab mereka masih sering kritis pada diri sendiri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan orang tua berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults*. Hasil penelitian ini didukung dan sejalan dengan penelitian terdahulu (Özbiler *et al.*, 2023) yang menunjukkan bahwa persepsi seseorang terhadap kehangatan orang tua di masa kecil memiliki dampak terhadap kesejahteraan subjektifnya ketika memasuki

usia dewasa. Pada penelitiannya, Yasmin dan Hossain (2014) juga menyatakan bahwa kehangatan orang tua yang ditunjukkan pada anak penting untuk perkembangan kepuasan hidup anak. Anak yang memandang orang tuanya penuh cinta untuknya ketika kecil akan cenderung merasakan emosi positif serta kepuasan hidup di masa dewasanya. Hasil penelitian ini membuktikan teori penerimaan orang tua (*PARTheory*) oleh Rohner (1980) bahwa cinta ayah dan ibu memiliki peran yang kuat dalam perkembangan perilaku serta kesehatan dan kesejahteraan anak. Namun, kehangatan dari orang tua tidak hanya penting diimplementasikan ketika anak masih kecil saja sebab kehangatan dan dukungan orang tua merupakan hal yang penting selama masa perkembangan hidup individu. Penelitian Novianti dan Alfiasari (2017) menunjukkan bahwa kehangatan dan dukungan dari ayah memengaruhi kepuasan hidup mahasiswa, yang berarti keterlibatan orang tua pada hidup anak adalah hal yang penting bahkan ketika anak telah beranjak dewasa.

Keterlibatan keluarga dan anggotanya merupakan hal yang penting dalam memprediksi kesejahteraan subjektif *emerging adults*. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan yang ditunjukkan oleh keluarga akan dapat memenuhi kebutuhan cinta, kepemilikan, dan penerimaan seseorang (Nguyen *et al.*, 2016; Schnettler *et al.*, 2015). Selain itu, interaksi ibu dan anak, struktur keluarga, fungsi keluarga, serta kohesi keluarga juga berhubungan dengan kesejahteraan subjektif anak (Guo, 2019; Sari & Dahlia, 2018; Wijayanti *et al.*, 2020; Xiang *et al.*, 2022). Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai variabel terkait.

Penelitian ini menunjukkan bahwa welas diri berpengaruh terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis tersebut diterima, yakni welas diri berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan subjektif *emerging adults*. Maka dari itu, seseorang yang baik pada dirinya, memaklumi penderitaan, dan menerapkan *mindfulness* dapat merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Arslan (2023) yang menyatakan bahwa welas diri berkontribusi pada kesejahteraan subjektif. Namun, penelitian ini menunjukkan rata-rata skor welas diri pada *emerging adults* di DKI Jakarta relatif sedang. Hal itu berarti *emerging adults* di DKI Jakarta cenderung belum sepenuhnya berbelas kasih kepada diri sendiri. Mayoritas responden

penelitian ini adalah perempuan, dan penelitian oleh Yarnell *et al.* (2015) menunjukkan bahwa welas diri perempuan cenderung lebih rendah daripada laki-laki karena perempuan lebih kritis pada dirinya sendiri dan lebih sering berbicara negatif pada dirinya (*negative self-talk*). Hal itu dapat menjadi salah satu kemungkinan yang menjelaskan skor welas diri pada penelitian ini tergolong sedang.

Penelitian ini menunjukkan bahwa welas diri tidak berperan sebagai moderator dalam hubungan penerimaan orang tua dengan kesejahteraan subjektif karena tidak ada interaksi signifikan antara welas diri dan penerimaan orang tua terhadap kesejahteraan subjektif. Hal ini serupa dengan penelitian Mróz (2023) menyatakan bahwa responden yang menunjukkan welas diri yang rendah (*uncompassionate*) cenderung berpotensi menunjukkan hubungan yang tidak signifikan jika diuji dengan variabel lain. Sejauh mana welas diri bisa memoderasi mungkin bergantung pada intensitas subjektif dari kejadian yang dialami (Salinger & Whisman, 2020).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu teknik *sampling* yang tidak *random*. Hal ini mengakibatkan hasil yang kurang beragam dari segi jenis kelamin karena jumlah responden wanita lebih banyak dari responden pria. Terlepas dari keterbatasan yang ada, penelitian ini menyumbangkan kebaruan pada literatur penerimaan orang tua, welas diri, dan kesejahteraan subjektif yakni sampel yang berasal dari berbagai status pendidikan dan tidak terbatas pada mahasiswa sebagaimana penelitian sebelumnya (Arslan, 2023; Özbiler *et al.*, 2023). Temuan baru pada penelitian ini menunjukkan bahwa *emerging adults* yang berstatus sebagai mahasiswa diploma dan mahasiswa jenjang strata satu dan strata dua cenderung merasa lebih diterima oleh ibu mereka di masa kecil daripada *emerging adults* yang saat ini berstatus pendidikan SMA. Temuan ini dapat menjadi fokus untuk penelitian selanjutnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini diketahui bahwa penerimaan orang tua memengaruhi kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta. Welas diri juga memengaruhi kesejahteraan subjektif *emerging adults* di DKI Jakarta. Faktor sosiodemografis jenis kelamin, usia, dan status tempat tinggal memengaruhi kesejahteraan subjektif. Rata-rata *emerging adults* di DKI Jakarta memersepsikan bahwa

mereka diterima oleh orang tua mereka ketika berusia 7-12 tahun. Kemudian, rata-rata *emerging adults* menunjukkan kesejahteraan subjektif pada kategori sedang. Sementara itu, skor rata-rata welas diri ada pada kategori sedang. Penelitian ini menemukan adanya perbedaan signifikan status pekerjaan dan status tempat tinggal pada penerimaan ayah. Terdapat pula perbedaan signifikan usia dan pendidikan pada penerimaan ibu. Pada kesejahteraan subjektif ditemukan adanya perbedaan signifikan dalam kategori sosiodemografi jenis kelamin, usia, dan status tempat tinggal. Kemudian, pada welas diri terdapat perbedaan yang signifikan ditinjau dari kategori usia.

Terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan kepada orang tua, *emerging adults*, dan peneliti selanjutnya yang akan mengangkat topik serupa. Bagi orang tua, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan, kehangatan, dan kasih sayang yang ditunjukkan kepada anak ketika usianya masih kecil dapat membuat anak merasa bahagia bahkan ketika anak beranjak dewasa. Hal ini dapat diimplementasikan dengan menunjukkan kehangatan, kepedulian, dan afeksi baik secara fisik maupun verbal. Bagi *emerging adults*, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa welas diri dapat berkontribusi pada kebahagiaan. Dengan demikian, *emerging adults* DKI Jakarta dapat mulai mengimplementasikan *compassion* pada diri masing-masing untuk mencapai kesejahteraan. Peneliti selanjutnya dapat melakukan eksplorasi lebih dalam dari temuan baru yang ada pada penelitian ini, khususnya tentang perbedaan *emerging adults* dalam memersepsikan penerimaan ayah berdasarkan status pekerjaan dan status tempat tinggalnya. Penelitian selanjutnya dapat pula melakukan eksplorasi dengan lebih fokus pada persepsi *emerging adults* ketika kecil terhadap penerimaan ibu berdasarkan usia *emerging adults* dan pendidikan saat ini. Selain itu, pengujian pada topik kesejahteraan subjektif dapat dilakukan pada usia *emerging adults* dan status tempat tinggal. Terakhir, pada topik *welas diri*, penelitian selanjutnya dapat melakukan eksplorasi berdasarkan perbedaan usia *emerging adults*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Arslan, G. (2023). My inner perfectionist and nasty side! Self-compassion, emotional

- health, and subjective well-being in college students. *Personality and Individual Differences*, 210(April), 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112232>
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). *4 dari 100 anak dapat asuhan tak layak, BKKBN dorong pengasuhan positif untuk cegah stunting*. <https://www.bkkbn.go.id/berita-4-dari-100-anak-dapat-asuhan-tak-layak-bkkbn-dorong-pengasuhan-positif-untuk-cegah-stunting>
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2021). *Indeks Kebahagiaan 2021*. Badan Pusat Statistik.
- Bluth, K., & Blanton, P. W. (2015). The influence of self-compassion on emotional well-being among early and older adolescent males and females. *Journal of Positive Psychology*, 10(3), 219–230. <https://doi.org/10.4049/jimmunol.1801473>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Griffin, P. W., & Ward, P. M. (2016). Happiness and subjective well-being. *Encyclopedia of Mental Health*, 2, 285–293. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00041-0>
- Guo, X. (2019). The association between family structure and subjective well-being among emerging adults in China: Examining the sequential mediation effects of maternal attachment, peer attachment, and self-efficacy. *Journal of Adult Development*, 26(1), 22–30. <https://doi.org/10.1007/s10804-018-9293-1>
- Milovanska-Farrington, S., & Farrington, S. (2022). Happiness, domains of life satisfaction, perceptions, and valuation differences across genders. *Acta Psychologica*, 230(January), 1–18. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103720>
- Moirangthem, S., & Panda, S. (2018). Happiness across age groups: Findings based on three measures. *International Journal of Health Sciences & Research*, 8(10), 15–25. https://www.ijhsr.org/IJHSR_Vol.8_Issue.10_Oct2018/3.pdf
- Mróz, J. (2023). Forgiveness and flourishing: The mediating and moderating role of self-compassion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010666>
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Nguyen, A. W., Chatters, L. M., Taylor, R. J., & Mouzon, D. M. (2016). Social support from family and friends and subjective well-being of older African Americans. *Journal of Happiness Studies*, 17(3), 959–979. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9626-8>
- Novianti, D. S., & Alfiasari, A. (2017). Kepuasan hidup mahasiswa tingkat pertama: Kaitannya dengan karakter mahasiswa dan gaya pengasuhan orang tua. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 10(1), 13–23. <https://doi.org/10.24156/jikk.2017.10.1.13>
- Özbiler, Ş., Taner, M., & Francis, M. (2023). New paths for parental warmth and subjective well-being: The mediator roles of automatic negative thoughts. *Psychological Reports*, 1–21. <https://doi.org/10.1177/00332941231159606>
- Pahlevi, G. R., & Salve, H. R. (2018). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa merantau yang tinggal di tempat kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180–189. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2263>
- Rohner, R. P. (1980). Worldwide tests of parental acceptance-rejection theory: An overview. *Behavior Science Research*, 15(1), 1–21. <https://doi.org/10.1177/10693971800150102>
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2003). Cross-national perspectives on parental acceptance-rejection theory. *Marriage & Family Review*, 35(3–4), 85–105. <https://doi.org/10.4324/9780203725733-6>
- Salinger, J. M., & Whisman, M. A. (2020). Does self-compassion moderate the cross-sectional association between life stress and depressive symptoms? *Mindfulness*,

- 12(4), 889–898.
<https://doi.org/10.1007/s12671-020-01554-9>
- Sari, E. P., & Dahlia, W. (2018). Family functioning and subjective well-being among adolescents. *Malaysian Online Journal of Counseling*, 5(1), 43–51. <https://jice.um.edu.my/index.php/MOJC/article/view/10776/7539>
- Schnettler, B., Denegri, M., Miranda, H., Sepúlveda, J., Orellana, L., Paiva, G., & Grunert, K. G. (2015). Family support and subjective well-being: An exploratory study of university students in Southern Chile. *Social Indicators Research*, 122(3), 833–864. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0718-3>
- Wang, A., & Haworth, C. M. A. (2020). *Life-course predictors of wellbeing in emerging adulthood* (pp. 1–40). University of Bristol. <https://doi.org/10.31234/osf.io/ykh8f>
- Wicaksana, W. D., & Utami, M. S. (2020). *Hubungan self-compassion dan subjective well-being pada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Gadjah Mada* [Undergraduate thesis, Universitas Gadjah Mada]. ETD UGM. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/186328>
- Wijayanti, R., Sunarti, S., & Krisnatuti, D. (2020). Peran dukungan sosial dan interaksi ibu-anak dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif remaja pada keluarga orang tua bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(2), 125–136. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.2.125>
- Xiang, G., Li, Q., Du, X., Liu, X., Xiao, M., & Chen, H. (2022). Links between family cohesion and subjective well-being in adolescents and early adults: The mediating role of self-concept clarity and hope. *Current Psychology*, 41(1), 76–85. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00795-0>
- YANG, Z. (2023). Self-compassion and other compassion improves subjective well-being in university studies. *International Conference on Interdisciplinary Humanities and Communication Studies*, 6(1), 598–604. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/6/20220539>
- Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity*, 14(5), 499–520. <http://dx.doi.org/10.1080/15298868.2015.1029966>
- Yasmin, S., & Hossain, A. (2014). Relation of parental rejection with self-esteem and life satisfaction of young adults. *Dhaka University Journal of Biological Sciences*, 23(1), 69–76. <https://doi.org/10.3329/dujbs.v23i1.19828>
- Yuan, S., Weiser, D. A., & Fischer, J. L. (2016). Self-efficacy, parent–child relationships, and academic performance: A comparison of European American and Asian American college students. *Social Psychology of Education*, 19(2), 261–280. <https://doi.org/10.1007/s11218-015-9330-x>
- Lutfiyah, Z. F., & Dwarawati, D. (2023). Pengaruh resilience at work terhadap subjective well-being pada perawat rumah sakit jiwa. *Jurnal Riset Psikologi*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.29313/jrp.v3i1.1982>
- Zessin, U., Dickhäuser, O., & Garbade, S. (2015). The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 7(3), 340–364. <https://doi.org/10.1111/aphw.12051>