



## PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* MELALUI SELF-ESTEEM PADA SISWA SMKN 1 SETIA JANJI KAB. ASAHAN

Iklil Nabila Hayati<sup>1(\*)</sup>, Sri Milfayetty<sup>2</sup>, Risydah Fadilah<sup>3</sup>

Universitas Medan Area, Medan, Indonesia<sup>13</sup>

Universitas Negeri Medan, Indonesia<sup>2</sup>

iklilnabila21121998@gmail.com<sup>1</sup>, milfayetty@unimed.ac.id<sup>2</sup>, risydah@staff.uma.ac.id<sup>3</sup>

### Abstract

Received: 12 Oktober 2024  
Revised: 06 Oktober 2025  
Accepted: 24 Oktober 2025

Periode remaja merupakan fase sensitif yang sering kali diwarnai oleh stres akibat perubahan fisik, hormonal, sosial, dan psikologis. Stres ini sering dipicu oleh tekanan akademis, ekspektasi orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya, yang dapat berdampak pada penurunan *subjective well-being* dan meningkatkan risiko kecemasan serta depresi. Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *subjective well-being* adalah dengan bersyukur, karena kebersyukuran mencerminkan tingkat kesejahteraan individu. Kebersyukuran juga memiliki hubungan erat dengan *self-esteem*, yang mempengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri, berinteraksi dengan orang lain, dan menghadapi tantangan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran mediasi *self-esteem* dalam hubungan kebersyukuran dengan *subjective well-being* di kalangan siswa SMKN 1 Setia Janji. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh positif terhadap *subjective well-being*, serta berperan penting dalam meningkatkan *self-esteem*. *Self-esteem*, pada gilirannya, juga berperan positif dalam meningkatkan *subjective well-being*. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-esteem* berfungsi sebagai mediator yang memperkuat hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being*. Oleh karena itu, kebersyukuran tidak hanya dapat meningkatkan *subjective well-being*, tetapi juga dapat memperkuat *self-esteem*, yang membantu remaja dalam menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik.

**Keywords:** Kebersyukuran; *Subjective Well-Being*; *Self-Esteem*

(\*) Corresponding Author: Hayati, [iklilnabila21121998@gmail.com](mailto:iklilnabila21121998@gmail.com)

**How to Cite:** Hayati, I. N., Milfayetty, S., & Fadilah, R. (2025). PENGARUH KEBERSYUKURAN TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* MELALUI SELF-ESTEEM PADA SISWA SMKN 1 SETIA JANJI KAB. ASAHAN. *Research and Development Journal of Education*, 11(2), 1233-1241.

## INTRODUCTION

Masa remaja merupakan periode sensitif ketika individu mulai mencari makna hidupnya. Pada tahap ini, remaja sering mengalami kebosanan, kekosongan, serta perasaan kurang berharga (Zhao et al., 2023). Santrock (2019) menyebut masa remaja sebagai masa “badai dan stres” karena perubahan suasana hati yang tidak stabil. Perubahan fisik, hormonal, sosial, dan psikologis membuat emosi remaja sulit dikendalikan sehingga rentan terhadap stres. Selain itu, tekanan untuk berprestasi tinggi juga sering menjadi sumber stres pada masa ini (Oishi et al., 2007). Stres tersebut dapat disebabkan oleh tuntutan akademik, tekanan orang tua maupun teman sebaya, serta konflik dengan figur otoritas (Saleh et al., 2017).

Remaja yang mengalami krisis perkembangan cenderung sulit mencapai kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* yang optimal (Ronen et al., 2014).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat *subjective well-being* pada anak dan remaja cenderung menurun seiring bertambahnya usia (Casas & González-Carrasco, 2019). *Subjective well-being* mengacu pada penilaian seseorang terhadap kehidupannya secara keseluruhan, mencakup kepuasan hidup, kebahagiaan, dan rendahnya suasana hati negatif (Diener et al., 2018). Penilaian ini bersifat subjektif karena bergantung pada persepsi individu terhadap aspirasinya sendiri (Lindert et al., 2015).

*Subjective well-being* penting dimiliki oleh remaja karena menjadi dasar bagi pembentukan masa depan yang positif. Remaja yang memiliki *subjective well-being* tinggi cenderung optimis, bahagia, mampu berinteraksi dengan baik, serta lebih mudah mengendalikan emosi (Ronen et al., 2014; Samputri & Sakti, 2015). Sebaliknya, remaja dengan *subjective well-being* rendah cenderung merasa tidak berharga, kurang mendapat dukungan sosial, dan menunjukkan emosi negatif seperti cemas, marah, atau depresi (Sardi & Ayriza, 2020). Faktor-faktor seperti kepribadian, keluarga, dan lingkungan sekolah juga memengaruhi *subjective well-being* (Lampropoulou, 2018). Penelitian Munica & Munawaroh (2022) di salah satu SMK di Purwokerto menunjukkan adanya berbagai masalah siswa, seperti rendahnya motivasi belajar dan keinginan putus sekolah. Temuan serupa diungkapkan oleh Transiana et al. (2021), yang menemukan bahwa siswa SMK lebih banyak menghadapi permasalahan dibandingkan siswa SMA. Hasil wawancara dengan guru BK juga menunjukkan permasalahan umum di SMK, seperti keterlambatan, pelanggaran disiplin, tekanan ekonomi keluarga, dan rendahnya minat melanjutkan pendidikan. Kondisi tersebut menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang rendah di kalangan siswa SMK (Alifa & Handayani, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* berkaitan erat dengan faktor psikologis seperti kesehatan mental, afek positif, hubungan keluarga, dan *self-esteem* (Alessandri et al., 2015; Lereya et al., 2022). *Self-esteem* mencerminkan sejauh mana individu menghargai dirinya. Individu dengan *self-esteem* tinggi umumnya memiliki kesejahteraan psikologis lebih baik, sedangkan mereka yang rendah cenderung mengalami tekanan emosional dan depresi (Wills-Herrera, 2023). Selain *self-esteem*, rasa syukur (*gratitude*) juga berperan penting dalam meningkatkan *subjective well-being*. Rasa syukur merupakan fondasi kepribadian positif yang berkaitan dengan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan hubungan sosial yang baik (Wood et al., 2010; Eunhui & Shin, 2011). Di Indonesia, rasa syukur juga mencakup unsur religiusitas dan hubungan dengan Tuhan (Listiyandini et al., 2015). Intervensi sederhana seperti “Three Good Things” terbukti mampu meningkatkan kebahagiaan dan *subjective well-being* pada mahasiswa (Andriani & Lukman, 2023). Individu yang bersyukur cenderung memiliki kontrol diri yang baik, mampu menerima diri, serta menghadapi kesulitan hidup secara positif (McCullough et al., 2002).

Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* dan rasa syukur memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* pada remaja. Remaja dengan tingkat harga diri yang tinggi serta rasa syukur yang kuat cenderung merasa lebih bahagia, lebih puas terhadap kehidupannya, dan lebih mampu beradaptasi dengan berbagai tantangan perkembangan yang dihadapinya (Emmons & McCullough, 2003; Rahmania et al., 2019; Sativa & Helmi, 2013; Nawa & Yamagishi, 2024).

## METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2022), metode penelitian kuantitatif digunakan untuk memahami nilai suatu variabel, baik

tunggal maupun lebih dari satu, tanpa membandingkan atau menghubungkannya dengan variabel lain. Pendekatan ini berlandaskan paradigma positivistik, yang menekankan pengumpulan data dari populasi atau sampel melalui instrumen penelitian, kemudian dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksplanatif, yang bertujuan menjelaskan hubungan sebab-akibat antarvariabel melalui analisis statistik. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan statistik inferensial untuk menguji pengaruh serta hubungan antarvariabel.

Penelitian ini difokuskan untuk mengkaji pengaruh harga diri terhadap kesejahteraan subjektif. Analisis data dilakukan menggunakan Structural Equation Modeling (SEM) atau model persamaan struktural, yang dioperasikan melalui perangkat lunak SmartPLS (Partial Least Squares). Metode PLS dipilih karena mampu menganalisis model yang kompleks meskipun jumlah sampel relatif kecil dan tidak memerlukan asumsi distribusi data yang normal (Ghozali & Latan, 2015). Selain itu, PLS dapat mengevaluasi hubungan antara variabel laten dan konstruk yang diukur melalui indikator formatif maupun reflektif, yang tidak dapat dianalisis dengan SEM berbasis kovarian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel jenuh, yaitu seluruh siswa SMKN 1 Setia Janji dijadikan responden penelitian. Namun, hanya 434 siswa yang bersedia berpartisipasi, dengan tingkat pengisian kuesioner daring (Google Form) sebesar 66,56%.

## RESULTS & DISCUSSION

### *Results*

#### **Hasil Uji Outer Model (Model Pengukuran): Validitas dan Reliabilitas**

Uji validitas konvergen pada outer model SEM-PLS bertujuan menilai sejauh mana indikator dapat merepresentasikan konstruk. Validitas konvergen dianggap terpenuhi jika loading factor  $> 0,70$  dan p-value  $< 0,05$  (Hair et al., 2021). Indikator dengan loading 0,40–0,70 masih bisa dipertahankan jika penghapusannya tidak meningkatkan reliabilitas atau AVE secara signifikan (Sholihin & Ratmono, 2013). AVE  $> 0,50$  dan Cronbach's Alpha  $> 0,70$  menunjukkan reliabilitas konstruk. Hasil pengujian menunjukkan seluruh indikator memiliki loading  $> 0,70$  dan AVE  $> 0,50$ , sehingga validitas konvergen terpenuhi.

Seluruh indikator penelitian valid secara konvergen karena loading factor  $> 0,70$  dan AVE  $> 0,50$ , menunjukkan konstruk reliabel dan representatif.

**Tabel 1.**  
Pengujian Reliabilitas

	<i>CrA</i>
Kebersyukuran	0,980
<i>Self-esteem</i>	0,943
<i>Subjetive Well-being</i>	0,903

Seluruh indikator penelitian valid secara konvergen karena loading factor  $> 0,70$  dan AVE  $> 0,50$ , menunjukkan konstruk reliabel dan representatif.

#### **Validitas Diskriminan**

Validitas diskriminan diuji menggunakan metode Fornell–Larcker dan HTMT.

**Tabel 2.**  
 Pengujian Validitas Diskriminan: Fornell & Larcker

	<b>Kebersyukuran</b>	<b>Self-esteem</b>	<b>Subjective well-being</b>
Kebersyukuran	(0,818)		
Self-esteem	0,159	(0,812)	
Subjective well-being	0,237	0,333	(0,772)

Nilai dalam tanda kurung merupakan akar kuadrat AVE. Karena nilai akar kuadrat AVE setiap konstruk lebih tinggi dibandingkan korelasi antar konstruk lainnya, maka validitas diskriminan dinyatakan terpenuhi.

**Tabel 3.**  
 Pengujian Validitas Diskriminan: HTMT

	<b>Heterotrait-monotrait ratio (HTMT)</b>
Self-esteem ↔ Kebersyukuran	0,152
Subjective well-being ↔ Kebersyukuran	0,220
Subjective well-being ↔ Self-esteem	0,343

Semua nilai HTMT < 0,90, sehingga validitas diskriminan berdasarkan kriteria HTMT juga terpenuhi.

**Tabel 4.**  
 Uji Path Coefficient & Signifikansi Pengaruh Langsung

	<b>Original Sample (O)</b>	<b>Sample Mean (M)</b>	<b>Standard Deviation (STDEV)</b>	<b>T Statistic</b>	<b>P Value</b>
Kebersyukuran → Subjective well-being	0,189	0,198	0,052	3,662	0,000
Kebersyukuran → Self-esteem	0,159	0,162	0,066	2,409	0,016
Self-esteem → Subjective well-being	0,303	0,310	0,048	6,299	0,000

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa:

1. Pengaruh kebersyukuran terhadap *subjective well-being*  
 Nilai koefisien sampel asli sebesar 0,189 dengan T-statistic = 3,662 > 1,96 dan p-value = 0,000 < 0,05, menunjukkan pengaruh yang signifikan. Dengan demikian, kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif siswa, sehingga hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh tersebut diterima.
2. Pengaruh kebersyukuran terhadap *self-esteem*  
 Nilai koefisien sampel asli sebesar 0,159 dengan T-statistic = 2,409 > 1,96 dan p-value = 0,016 < 0,05, yang berarti hasilnya signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap harga diri siswa, sehingga hipotesis penelitian ini juga diterima.
3. Pengaruh *self-esteem* terhadap *subjective well-being*  
 Koefisien sampel asli sebesar 0,303 dengan T-statistic = 6,299 > 1,96 dan p-value = 0,000 < 0,05, menandakan adanya pengaruh yang signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa harga diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif siswa, sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

Tabel 5 akan menampilkan nilai R- Square, untuk mengetahui persentase pengaruh kebersyukuran terhadap *subjective well-being* dan persentase kebersyukuran terhadap *self-esteem*.

**Tabel 5.**  
R-Square

	<i>R-square</i>
<i>Self-esteem</i>	0,025
<i>Subjective well-being</i>	0,146

Menurut hasil yang ditampilkan pada tabel diatas menjelaskan bahwa kebersyukuran mampu menjelaskan sebesar 2,5% variasi pada *self-esteem* dan 14,6% variasi pada *subjective well-being* siswa SMK.

Selanjutnya dilakukan uji predictive relevance yang dapat dilihat pada table berikut.

**Tabel 6.**  
Q-Square

	$Q^2 (=1-SSE/SSO)$	Keterangan
<i>Subjective well-being</i>	0,013	Memiliki nilai predictive relevance
<i>Self-esteem</i>	0,080	Memiliki nilai predictive relevance

Nilai  $Q^2 > 0$  menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan prediksi yang baik terhadap variabel endogen.

Selanjutnya mengetahui nilai Goodness of Fit Model melalui nilai SRMR. Nilai SRMR sebesar  $0,069 < 0,10$  menunjukkan bahwa model yang digunakan telah fit dan layak secara keseluruhan.

Selanjutnya dilakukan uji pengaruh secara tidak langsung yang dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 7.**  
Uji Path Coefficient & Signifikansi Pengaruh Tidak Langsung

	<i>Original Sample (O)</i>	<i>Sample Mean (M)</i>	<i>Standard Deviation (STDEV)</i>	<i>T Statistics</i>	<i>P Value</i>
Kebersyukuran → <i>Self-esteem</i> → <i>Subjective well-being</i>	0,048	0,050	0,021	2,327	0,020

*Self-esteem* terbukti memediasi secara signifikan pengaruh kebersyukuran terhadap *subjective well-being*. Pengaruh langsung kebersyukuran terhadap *subjective well-being* sebesar 0,189, sedangkan pengaruh tidak langsung melalui *self-esteem* sebesar 0,048, sehingga total pengaruhnya mencapai 0,237. Dengan demikian, *self-esteem* berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being*.

**Tabel 8.**  
 Analisis Deskriptif: Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	Mean Hipotetik	Mean Empirik
<i>Subjective well-being</i>	28	28
Kebersyukuran	91	91
<i>Self-esteem</i>	25	25

Hasil ini menunjukkan bahwa nilai empirik sejalan dengan nilai hipotetik, menandakan konsistensi tingkat kebersyukuran, *self-esteem*, dan *subjective well-being* siswa.

Selanjutnya Adalah rangkuman nilai kategorisasi dari tiap variabel yang dapat dilihat sebagai berikut.

**Tabel 9.**  
 Kategorisasi variabel penelitian

Variabel	Frequency	Percent	Kategori	Kesimpulan
<i>Subjective well-being</i>	15	3,5%	Rendah	Mayoritas siswa (81,6%) memiliki <i>subjective well-being</i> tinggi.
	65	15%	Sedang	
	354	81,6%	Tinggi	
Kebersyukuran	31	7,1%	Rendah	Sebagian besar siswa (71,9%) memiliki tingkat kebersyukuran tinggi.
	91	21%	Sedang	
	312	71,9%	Tinggi	
<i>Self-esteem</i>	11	2,5%	Rendah	Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki <i>self-esteem</i> dalam kategori tinggi (80,4%).
	74	17,1%	Sedang	
	349	80,4%	Tinggi	

## **Discussion**

### **Pengaruh Kebersyukuran terhadap *Subjective well-being***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* siswa SMK, dengan nilai koefisien sebesar 0,189, T-Statistics = 3,662 > 1,96, dan P-Values = 0,000 < 0,05. Hal ini berarti kebersyukuran memberikan kontribusi sebesar 18,9% terhadap peningkatan *subjective well-being*. Rasa syukur terbukti memiliki hubungan positif dengan kepuasan hidup siswa, menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa syukur seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dirasakannya.

Siswa yang memiliki rasa syukur cenderung berpikir positif, optimis, serta mampu melihat sisi baik dari setiap pengalaman, termasuk kegagalan. Mereka lebih mampu mengelola emosi negatif seperti stres dan kecemasan, serta menunjukkan semangat belajar yang lebih tinggi. Rasa syukur juga memperkuat hubungan sosial, meningkatkan dukungan emosional, dan menumbuhkan perilaku prososial. Secara keseluruhan, kebersyukuran berkontribusi positif terhadap kesejahteraan akademik, psikologis, dan sosial siswa SMK.

### **Pengaruh Kebersyukuran terhadap *Self-esteem***

Penelitian juga menunjukkan bahwa kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-esteem* siswa SMK, dengan nilai koefisien 0,159, T-Statistics = 2,409 > 1,96, dan P-Values = 0,016 < 0,05, sehingga kontribusi pengaruhnya mencapai

15,9%. Rasa syukur membuat siswa lebih menghargai diri sendiri, menyadari hal-hal positif dalam hidup, serta menumbuhkan perasaan berharga dan mampu.

Siswa yang bersyukur cenderung memiliki pandangan hidup yang positif, lebih percaya diri, dan mampu menilai diri secara realistis. Rasa syukur juga menekan emosi negatif seperti rendah diri dan frustrasi, serta memperkuat hubungan sosial yang sehat dengan teman, guru, dan keluarga. Dengan demikian, kebersyukuran berperan penting dalam meningkatkan *self-esteem* siswa SMK.

### **Pengaruh *Self-esteem* terhadap *Subjective well-being***

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* siswa SMK, dengan nilai koefisien 0,303, T-Statistics = 6,299 > 1,96, dan P-Values = 0,000 < 0,05. Artinya, *self-esteem* memberikan kontribusi sebesar 30,3% terhadap *subjective well-being*.

Siswa dengan *self-esteem* tinggi umumnya merasa lebih percaya diri, puas dengan hidupnya, dan memandang dirinya sebagai individu yang berharga serta mampu menghadapi tantangan. Sebaliknya, siswa dengan *self-esteem* rendah cenderung merasa tidak berharga dan mudah mengalami tekanan emosional. *Self-esteem* yang baik membuat siswa lebih mampu mengelola stres, menjaga hubungan sosial yang positif, serta memiliki motivasi dan tujuan hidup yang jelas. Dengan demikian, *self-esteem* menjadi faktor penting dalam membentuk kesejahteraan subjektif siswa.

### **Peran *Self-esteem* sebagai Mediator antara Kebersyukuran dan *Subjective well-being***

Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-esteem* memediasi secara signifikan pengaruh kebersyukuran terhadap *subjective well-being*, dengan T-Statistics = 2,327 > 1,96 dan P-Values = 0,020 < 0,05. Artinya, *self-esteem* memiliki peran penting dalam memperkuat hubungan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif siswa.

Rasa syukur dapat meningkatkan *self-esteem* dengan membuat individu lebih menghargai dirinya sendiri dan kehidupannya. Peningkatan *self-esteem* ini kemudian berdampak pada meningkatnya kebahagiaan dan kepuasan hidup. Namun, pengaruh langsung kebersyukuran terhadap *subjective well-being* tetap lebih kuat dibandingkan pengaruh tidak langsung melalui *self-esteem*. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *self-esteem* berperan sebagai mediator, kebersyukuran sendiri sudah memiliki dampak yang kuat dan langsung terhadap kesejahteraan subjektif siswa.

## **CONCLUSION**

Hasil analisis menunjukkan bahwa

- 1) Kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* siswa SMK dengan kontribusi pengaruh sebesar 18,9%.
- 2) Kebersyukuran berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-esteem* siswa SMK dengan kontribusi pengaruh sebesar 15,9%.
- 3) *Self-esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being* siswa SMK dengan kontribusi pengaruh sebesar 30,3%.
- 4) *Self-esteem* terbukti dapat memediasi secara signifikan pengaruh kebersyukuran terhadap *subjective well-being*. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki peran mediasi parsial dalam hubungan antara kebersyukuran dan *subjective well-being* pada siswa SMK.

## REFERENCES

- Alessandri, G., Vecchione, M., Eisenberg, N., & Laguna, M. (2015). On the factor structure of the Rosenberg (1965) General *Self-esteem* Scale. *Psychological Assessment, 27*(2), 621–635.
- Alifa, R., & Handayani, E. (2021). The Effect of Perceived Fathers Involvement on *Subjective well-being*: Study On Early Adolescent Groups Who Live Without Mother In Karawang. *Jurnal Psikologi, 20*(2), 163–177.
- Andriani, F., & Lukman. (2023). *Efektivitas Intervensi The Three Good Things untuk Meningkatkan Subjective well-being pada Mahasiswa. 3*(5), 53–64.
- Casas, F., & González-Carrasco, M. (2019). *Subjective well-being* Decreasing With Age: New Research on Children Over 8. *Child Development, 90*(2), 375–394.
- Compton, W. C. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. Thomson/Wadsworth.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in *subjective well-being* research. *Nature Human Behaviour, 2*(4), 253–260.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and *subjective well-being* in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389.
- Eunhui, S. & Shin, H. (2011). The Influence of Gratitude on *Subjective well-being*: Mediating Effects of Basic Psychological Needs Satisfaction in Interpersonal Relationships. *Korea Journal of Counseling, 12*, 159–175.
- Ghozali, I., & Latan., H. (2015). *Partial Least Square “Konsep, Teknik dan Aplikasi” menggunakan program smartPLS 3.0*. (2nd ed). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hair, J., Hult, G. T., & Ringle, C. (2021). Review of Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Using R: A Workbook. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 30*(1), 165–167.
- Lampropoulou, A. (2018). Personality, school, and family: What is their role in adolescents’ *subjective well-being*. *Journal of Adolescence, 67*, 12–21.
- Lereya, S. T., Patalay, P., & Deighton, J. (2022). Predictors of mental health difficulties and subjective wellbeing in adolescents: A longitudinal study. *JCPP Advances, 2*(2), e12074.
- Li, K., Yu, F., Zhang, Y., & Guo, Y. (2023). The Effects of Subjective Social Class on *Subjective well-being* and Mental Health: A Moderated Mediation Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(5).
- Lindert, J., Bain, P. A., Kubzansky, L. D., & Stein, C. (2015). Well-being measurement and the WHO health policy Health 2010: systematic review of measurement scales. *European Journal of Public Health, 25*(4), 731–740.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat, 2*(2), 473–496.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 82, Issue 1, pp. 112–127). American Psychological Association.
- Munica, Y., & Munawaroh, E. (2022). *Subjective well-being* Siswa Ditinjau dari Virtue Temperance dan Coping Stress. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 5*(3), 357–365.
- Nawa, N. E., & Yamagishi, N. (2024). Distinct associations between gratitude, *self-esteem*, and optimism with subjective and psychological well-being among Japanese individuals. *BMC Psychology, 12*(1), 1–18.

- Oishi, S., Diener, E., & Lucas, R. E. (2007). The Optimum Level of Well-Being: Can People Be Too Happy? *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 346–360.
- Rahmania, F. ., Anisa, S. N., Hutami, P. T., Wibisono, M., & Rusdi, A. (2019). Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja. *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24, 155–166.
- Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M., & Mishely-Yarlap, A. (2014). *Subjective well-being* in Adolescence: The Role of Self-Control, Social Support, Age, Gender, and Familial Crisis. *Journal of Happiness Studies*, 17, 1–24.
- Saleh, D., Camart, N., & Romo, L. (2017). Predictors of Stress in College Students. *Frontiers in Psychology*, 8.
- Samputri, S. K., & Sakti, H. (2015). Dukungan sosial dan *subjective well-being* Pada tenaga kerja wanita. *Jurnal Empati*, 4(4), 208–216.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span Development*. McGraw-Hill Education.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Subjective well-being* Pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41–48.
- Satava, A. R., & Helmi, A. F. (2013). *Syukur Dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja*.
- Sholihin, M., & Ratmono, D. (2013). *Analisis SEM-PLS Dengan WarpPLS 3.0 : Untuk Hubungan Nonlinier Dalam Penelitian Sosial Dan Bisnis* (Seno (ed.); 1st ed.). Andi Offset.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Ed. II, Ce). Alfabeta.
- Transiana, E., Nawangsari, N., & Nurdibyanandaru, D. (2021). Pengaruh Academic Stress, Achievement Motivation, dan Perceived Social Support terhadap Academic Burnout Siswa SMK. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 435–447.
- Wills-Herrera, E. (2023). *Self-esteem*. In F. Maggino (Ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 6248–6250). Springer International Publishing.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2010). Gratitude and well-being: a review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 890–905.
- Zhao, H., Zhang, M., Li, Y., & Wang, Z. (2023). The Effect of Growth Mindset on Adolescents' Meaning in Life: The Roles of Self-Efficacy and Gratitude. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4647–4664.