HUBUNGAN ANTARA *COPING STRESS* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA LUAR JAWA

Widya Candraning Tyas

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa, email: onewiuid@yahoo.com

Siti Ina Savira

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa, email: inasavira@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa luar Jawa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* pada mahasiswaluar Jawa. Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala *coping stress* dan skala *subjective well-being*. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* Pearson. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada variabel *coping stress* dan *subjective well-being* kurang dari 0.05 yaitu $p=0.00$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar 0.604.

Kata Kunci: *coping stress*, *subjective well-being*, mahasiswa luar Jawa.

Abstract

The aim of this research is to examine the relationship between coping stress and subjective well-being the college student out of Java. Hypothesis of this research that there is relationship between coping stress and subjective well-being the college students out of Java. The instruments of this research uses coping stress and subjective well-being scales. Data analysis used is correlation technique of product moment Pearson. The result of correlation analysis shows that the significance level on the coping stress variable and the subjective well-being is less than 0.05 that is $p=0.00$, so it can be concluded that there is a relationship between coping stress and subjective well-being with correlation coefficient is 0.604.

Keyword: *coping stress, subjective well-being, college students out of java.*

PENDAHULUAN

Dewasa ini banyak lulusan pelajar Sekolah Menengah Atas di berbagai provinsi di Indonesia tertarik untuk melanjutkan tingkat pendidikan perguruan tinggi di Pulau Jawa. Hal ini dikarenakan pulau Jawa memiliki perkembangan fasilitas dan segala aspek kebutuhan di pulau Jawa terpenuhi dengan baik dan mudah. Selain itu, pulau Jawa juga merupakan pulau dengan penduduk terbanyak di Indonesiayang mencakup sekitar 60% dari total populasi Indonesia.

Pulau Jawa memiliki banyak perguruan tinggi dengan kualitas yang dinilai lebih baik dibanding perguruan tinggi di luar pulau Jawa. Berdasarkan data Badan Akreditasi Nasional-Perguruan Tinggi yang dilansir universitas-di-indonesiaa.blogspot.co.id, pada tahun 2015 terdapat 96 perguruan tinggi di Indonesia yang telah terakreditasi dari total 76 perguruan tinggi negeri dan 428 perguruan tinggi swasta. Pulau Jawa memiliki perguruan tinggi yang terakreditasi dengan jumlah terbanyak di banding pulau lain, dengan total 59 perguruan tinggi yang terdiri dari 33 perguruan tinggi negeri dan 235 perguruan tinggi swasta. Hal tersebut menyebabkan tingginya minat calon mahasiswa saat mendaftar SNMPTN pada tahun 2016 untuk mendaftar di perguruan tinggi negeri di Jawa.

Daerah yang menjadi pilihan bagi pelajar dari berbagai daerah di Indonesia yang ingin meneruskan studi ke tingkat pendidikan tinggi adalah kota-kota besar dan maju di pulau Jawa, misalnya Bandung, Bogor, Yogyakarta, Jawa Tengah (Semarang dan Solo), Malang dan Surabaya. Daerah-daerah tersebut didukung pula dengan memiliki iklim yang kondusif untuk proses belajar mengajar

Mahasiswa yang memilih untuk kuliah di kota-kota besar di Jawa Timur berasal dari berbagai daerah di Indonesia dan memiliki karakteristik sosial budaya yang beragam, dan tentu saja berbeda dengan sosial budaya yang ada di tiap-tiap kota di Pulau Jawa Timur, yang salah satunya adalah di Kota Surabaya, ibu kota Jawa Timur dan merupakan kota terpadat kedua setelah DKI Jakarta.

Keberagaman sosial budaya mahasiswa dapat dilihat misalnya saja dari segi bahasa. Sebagian besar masyarakat Jawa Timur menggunakan bahasa Jawa sebagai bahasa sehari-hari, walaupun bahasa orang Sumatera atau Kalimantan hampir sama dengan bahasa Jawa yang memiliki ritme yang cepat, keras dan bernada lebih tinggi. Selain itu, masyarakat Jawa sangat menjunjung tinggi adat istiadat Jawa, sehingga perilakunya sehari-hari juga terkait erat dengan adat Jawa. Perilaku dan bahasa sehari-hari pendidik terbawa

saat proses belajar mengajar, bahkan tidak sedikit dosen di kampus yang menggunakan bahasa Jawa sebagai pengantar disamping bahasa Indonesia sebagai bahasa utama.

Perbedaan-perbedaan antara kondisi di daerah asal dengan di daerah baru dapat memunculkan hal-hal yang tidak menyenangkan bagi seorang mahasiswa pendatang. Menurut Furnham dan Bochner (dalam Hidajat, dkk., 2000) hal-hal yang tidak menyenangkan tersebut adalah seperti masalah perbedaan bahasa antara daerah asal dan daerah baru, perbedaan cara berbicara, dan kesulitan mengartikan ekspresi berbicara menjadi sumber atau penyebab dari munculnya kesulitan dalam beradaptasi pada individu yang pindah ke suatu daerah baru sehingga menyebabkan individu mengalami tekanan dan kecemasan. Kecemasan yang terjadi pada mahasiswa dari luar Jawa membuat mereka kehilangan arah, merasa tidak mengetahui harus berbuat apa atau bagaimana mengerjakan segala sesuatu di lingkungan yang baru, dan tidak mengetahui apa yang tidak sesuai atau sesuai. Kondisi yang serba baru dan berbeda, serta hilangnya segala hal yang selama ini dikenal dengan baik di daerah asal mengharuskan mahasiswa luar Jawa berusaha menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka dengan melakukan penyesuaian diri terhadap keadaan masyarakat dan budaya setempat.

Hal-hal yang tidak menyenangkan tersebut seringkali menjadi penyebab timbulnya *stressor*, sehingga individu mengalami stres akibat dari adaptasi dalam suatu lingkungan budaya yang baru (Oberg, 1960, dalam Devinta dkk, 2015). Menurut Niam (dalam Siwi, 2009), kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa luar Jawa sewaktu tinggal di Jawa membawa beberapa dampak negatif, seperti turunnya prestasi akademik; gangguan psikis yang berupa stres akibat perbedaan antara daerah asal mereka dengan kebiasaan di daerah baru, dan sulitnya berinteraksi dengan masyarakat atau teman di kampus; serta masalah keuangan. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa pendatang tersebut dapat mempengaruhi mereka dalam merasakan kebahagiaan dan kepuasan hidup. Menurut Carr (dalam Jamilah, 2013), kebahagiaan dan kepuasan hidup dapat disetarakan dengan istilah *subjective well-being*. *Subjective well-being* merupakan suatu bentuk evaluasi mengenai kehidupan individu yang bersangkutan. Bentuk evaluasi ini dapat dilakukan melalui dua cara yaitu penilaian secara kognitif dan respon emosional terhadap kejadian (Diener, 2002).

Individu yang mampu mengevaluasi kepuasan kehidupannya, dapat juga mengontrol emosinya dan

menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik, sedangkan individu tidak mampu mengevaluasi kehidupannya cenderung memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan. Hal inilah yang menyebabkan timbulnya emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, stres, dan kemarahan (Myers & Diener, 2000). Selain itu, Compton (2005) menjelaskan bahwa *subjective well-being* dapat dilihat dari bagaimana individu dalam menghadapi situasi atau pengalaman dalam hidupnya secara positif, sehingga semakin sering individu menghadapi peristiwa yang menyenangkan, maka individu tersebut akan semakin bahagia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di asrama UNESA dengan beberapa mahasiswa luar Jawa angkatan 2014 diperoleh data yang menyatakan bahwa mereka seringkali mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan kampus. Mereka mengatakan kesulitan yang paling sering mereka alami dan sempat membuatnya merasa sangat cemas, dan tertekan di awal-awal masa perkuliahan adalah masalah bahasa, yaitu dari cara berbicara atau berkomunikasi dengan teman-teman lain, pengolahan kata dan intonasi ketika berkomunikasi satu sama lain, lalu ada juga beberapa menyatakan jenis makanan yang berbeda dari daerah asal mereka membuatnya juga harus berusaha keras menyesuaikan dengan selera mereka. Mereka mengatakan ketika berteman mereka berusaha keras untuk memahami maksud obrolan teman lainnya khususnya mahasiswa yang asli berasal dari Jawa. Karena menurut mereka beberapa temannya yang asli dari Jawa ketika berbicara menggunakan intonasi yang cepat dan kosakata yang terdengar sulit walaupun kadangkala beberapa teman ada yang mencampurnya dengan bahasa Indonesia, namun mereka masih merasakan tekanan dalam bergaul. Salah satu subjek mengungkapkan bahwa kesulitan itu sangat terasa terhadap dirinya saat temannya dan dia ada dalam pertengkaran misalnya mengomel sehingga dia dan temannya seringkali terlibat salah paham.

Permasalahan-permasalahan tersebut menuntut para mahasiswa pendatang untuk meningkatkan kemampuan *subjective well-being* mereka dengan mengontrol emosi, bersyukur bahwa mereka bisa kuliah di Universitas Negeri Surabaya yang menjadi pilihan atau minat mereka sejak lulus dari SMA. Alasan lain yang diungkapkan adalah mereka senang karena kuliah di Surabaya mereka tidak mengalami kesulitan dalam akses pendidikan serta banyaknya fasilitas penunjang lainnya, seperti warung makan, toko alat tulis dan *fotocopy*, minimarket, dan

sebagainya. Mereka mengatakan senang berada disini meskipun sering banyak tekanan tetapi mereka bisa mencari solusi atau tempat-tempat yang bisa dikunjungi untuk melepaskan *stress* mereka yang disebut *coping stress*.

Menurut Breakwell (dalam Utomo, 2008), *coping stress* merupakan segala pikiran dan perilaku yang berhasil mengurangi atau menghilangkan *stressor* atau ancaman, baik secara dikenali oleh individu maupun tidak. Jadi individu dapat disebut melakukan *coping* meskipun individu tersebut tidak menyadari atau tidak mau mengakuinya. Selanjutnya menurut Lazarus & Folkman (Utomo, 2008) *coping* didefinisikan sebagai proses untuk mengelola jarak antara tuntutan-tuntutan baik yang berasal dari individu (internal) maupun dari luar individu (eksternal) dengan sumber-sumber daya yang digunakan dalam menghadapi tekanan.

Subjective well being memiliki keterkaitan dengan *coping stress*. Hal ini sesuai dengan hasil studi oleh Diponegoro (dalam Wati, 2015) mengenai peran *stress management* terhadap kesejahteraan subjektif yang menyatakan bahwa *stress management* atau *coping stress* dianggap menjadi salah satu faktor yang mampu meningkatkan kesejahteraan subjektif atau *subjective well being*. Menurut Cohen dan Lazarus (dalam Wati, 2015), efektivitas *coping* tergantung dari keberhasilan tugas *coping* yang harus dipenuhi oleh individu tersebut. Setelah dapat memenuhi fungsi tugas tersebut, maka individu akan memiliki evaluasi yang lebih positif akan hidupnya, misalnya individu tersebut dapat menerima dan menilai lingkungannya, dirinya, serta kondisi gangguan yang diterimanya dengan positif, sebagai bentuk dari refleksi akan kesejahteraan dan kepuasan hidup.

Berdasarkan uraian dan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *coping stress* dan *subjective well-being* dengan mengambil subjek dari mahasiswa Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya Kampus Lidah Wetan yang berasal dari luar Jawa, dengan judul penelitian yaitu Hubungan Antara *Coping Stress* dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Luar Jawa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* sebagai variabel bebas (X) dengan *subjective well-being* sebagai variabel terikat (Y).

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Subjek penelitian adalah mahasiswa jurusan psikologi Fakultas

Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya angkatan 2013-2016 yang bukan etnis Jawa dan bukan berasal dari pulau Jawa. Subjek penelitian ini berjumlah 60 orang atau mengambil keseluruhan populasi.

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan angket yang disusun dengan pemodelan skala Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). *Coping stress* yang terdiri dari *problem focused coping* dan *emotion focused coping* diuji dengan menggunakan skala *coping stress* yang terdiri dari 52 aitem, sedangkan *subjective well-being* yang terdiri dari kepuasan hidup, kepuasan domain hidup, dan aspek diuji dengan menggunakan skala *subjective well-being* yang terdiri dari 66 aitem.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis uji korelasi *product moment* yang terdiri dari uji asumsi normalitas dan linearitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam uji linieritas diketahui nilai signifikansi variabel *coping stress* dengan *subjective well-being* adalah 0,000 yang dibawah 0,05 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang linier. Hubungan linier ini menunjukkan bahwa jika terjadi perubahan pada variabel *coping stress* maka juga terjadi perubahan pada variabel *subjective well-being*. Berdasarkan hasil uji hipotesis dapat dilihat bahwa di antara variabel *coping stress* dengan *subjective well-being* memiliki koefisien korelasi *product moment* yang dibantu dengan program SPSS 21 for windows menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r=0,604$ yang berarti hubungan *coping stress* dengan *subjective well-being* diterima dengan sebagai hubungan positif. Nilai signifikansi yang ditunjukkan oleh variabel *coping stress* dengan *subjective well-being* adalah 0,000 yang berarti nilainya dibawah 0,05 sehingga kedua variabel tersebut juga memiliki hubungan yang signifikan.

Hasil tersebut sesuai dengan pendapat Coyne, dkk (dalam Sijangga, 2010) menyatakan bahwa *coping* merupakan usaha-usaha baik kognitif maupun perilaku yang bertujuan untuk mengelola tuntutan lingkungan dan internal, serta mengelola konflik-konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu. Jadi, perilaku individu dapat dikategorikan sebagai perilaku *coping* hanya jika ada konflik atau *stressor* dalam menghadapi permasalahan. Sedangkan Cohen dan Lazarus (dalam Sijangga, 2010) juga menyebutkan tujuan dari perilaku *coping* adalah untuk mengurangi kondisi lingkungan yang menyakitkan, menyesuaikan dengan peristiwa atau kenyataan yang negatif, mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan *self image* yang positif, serta

meneruskan interaksi sosial. Diener, Suh, dan Oishi (2003) menyebutkan *subjective well-being* didefinisikan sebagai penilaian seseorang terhadap kehidupannya, baik penilaian yang bersifat kognitif maupun penilaian yang bersifat afektif. Penilaian kognitif berkaitan dengan standar dan kepuasan hidup, sementara itu penilaian afektif berkaitan dengan seberapa sering seseorang mengalami *mood* dan emosi yang bersifat positif dan negatif. Diener, Suh, & Oishi (dalam Eid dan Larsen, 2008), menjelaskan bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Menurut Niam (dalam Siwi, 2009), kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa luar Jawa sewaktu tinggal di Jawa juga membawa beberapa dampak negatif, seperti turunnya prestasi akademik; gangguan psikis yang berupa *stress* akibat perbedaan antara daerah asal mereka dengan kebiasaan di daerah baru, dan sulitnya berinteraksi dengan masyarakat atau teman di kampus; serta masalah keuangan. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa pendatang tersebut dapat mempengaruhi mereka dalam merasakan kebahagiaan atau *subjective well-being*. Namun dalam penelitian ini, *stressor* yang sering dialami oleh mahasiswa luar Jawa adalah adanya perbedaan bahasa antara daerah asal dan daerah baru, perbedaan cara berbicara, dan kesulitan mengartikan ekspresi berbicara menjadi sumber atau penyebab dari munculnya kesulitan dalam beradaptasi pada individu yang pindah ke suatu daerah baru.

Hubungan signifikan dari kedua variabel *coping stress* dan *subjective well-being* diperoleh dari masing-masing faktor yang saling berkaitan. Faktor dari variabel *coping stress* yang mencakup dukungan sosial, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status sosial ekonomi. Sedangkan dari variabel *subjective well-being* mencakup perangai atau watak, sifat, karakter pribadi lain, hubungan sosial, pendapatan, pengaruh sosial atau budaya, sehingga ada hubungan yang mana dukungan sosial dan hubungan sosial dari lingkungan sekitar terutama bagi mahasiswa luar Jawa di lingkungan baru mampu termotivasi untuk mengurangi *stress* terhadap masalah yang dihadapi. Seperti yang telah disampaikan oleh Seligman dan Diener (2002) bahwa orang-orang yang berbahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan

kebanyakan dari mereka lebih senang untuk bersosialisasi.

Faktor lainnya berupa pengangguran, pendapatan dan status sosial ekonomi yang didapat oleh mahasiswa dimana didalam status sosial ekonomi terdapat pendapatan dan masa pengangguran baik dari orang tua ataupun mahasiswa itu sendiri yang akan berpengaruh pada kehidupannya di lingkungan baru. Hal tersebut sejalan dengan hasil studi kasus yang diteliti oleh Fafchamps dan Kebede (2008) terdapat hubungan positif antara *subjective well-being* dan kekayaan seseorang di suatu kota. Artinya bahwa semakin seseorang memiliki kekayaan yang banyak maka *subjective well-being* akan mudah dicapai dalam status sosial ekonominya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *coping stress* dengan *subjective well-being* memiliki hubungan yang positif, artinya persepsi positif terhadap *coping stress* yang diterima mempengaruhi tingkat *subjective well-being* pada mahasiswa luar Jawa, begitu pula sebaliknya. Kategorisasi data *coping stress* pada 60 subjek diketahui 8 (13,3 %) mahasiswa luar Jawa memiliki *coping stress* yang tinggi, 44 (73,3 %) mahasiswa luar Jawa memiliki *coping stress* sedang, 8 (13,3 %) mahasiswa luar Jawa memiliki *coping stress* rendah. Deskripsi kategori tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki kategori dengan *coping stress* sedang. Perbedaan tingkat *coping stress* tersebut ditentukan oleh sejauh mana individu berhasil melakukan tugas *coping* yang harus dilaksanakannya. Hal ini sesuai dengan penuturan Cohen & Lazarus (dalam Wati, 2015), bahwa efektivitas *coping* tergantung dari keberhasilan tugas *coping* yang harus dipenuhi seseorang. Setelah dapat memenuhi fungsi tugas tersebut, maka individu tersebut akan memiliki evaluasi yang lebih positif akan hidupnya, yakni dalam hal penerimaan dan penilaian positif terhadap lingkungan, dirinya, serta kondisi gangguan yang merupakan refleksi akan *subjective well-being*.

Hasil data penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa luar Jawa cenderung mengatasi *stress* dengan cara mengatur respon emosional terhadap *stress* dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu keadaan yang dianggap penuh tekanan. Pengaturan respon emosi tersebut menggunakan dua pendekatan, yaitu perilaku dan kognitif. Pendekatan perilaku dilakukan dengan mencari dukungan sosial dari teman atau keluarga dan melakukan aktivitas lain. Sedangkan pendekatan kognitif adalah bagaimana orang berpikir mengenai situasi yang penuh tekanan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *coping stress* berkaitan dengan *subjective well-*

being pada mahasiswa luar Jawa. *Coping* dilakukan untuk menyeimbangkan emosi individu tersebut dalam situasi yang penuh tekanan antara tuntutan yang berasal dari individu dan tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang mengakibatkan *stress*. Oleh sebab itu, mahasiswa luar Jawa yang melakukan *coping* stres dapat mengatasi permasalahan dengan mempertahankan keseimbangan emosi dan *self image* yang positif, serta meneruskan interaksi sosial sehingga mahasiswa luar Jawa tersebut dapat mencapai kebahagiaan dan kepuasan hidup.

PENUTUP

Simpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa luar Jawa. Hasil analisis *product moment* pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada variabel *coping stress* dan *subjective well-being* kurang dari 0.05 yaitu $p=0.00$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar 0.604. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa ada hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa luar Jawa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, diajukan beberapa saran yang berkaitan dengan hasil penelitian, yaitu:

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Peneliti selanjutnya yang ingin meneliti berkaitan dengan *coping stress* dan *subjective well-being* diharapkan dapat menggali informasi lebih banyak dan dapat mencari serta menambah aspek-aspek lain yang dapat digunakan dari kedua variabel yang digunakan.
 - b. Peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya dapat menambah variabel lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* sehingga hubungan yang ada tidak hanya dilihat dari satu variabel *coping stress* saja, karena masih banyak variabel lain yang belum diungkap dalam penelitian ini.
2. Bagi mahasiswa
Bagi mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini diharapkan lebih membenahi dirinya sendiri agar dapat memajemen stresnya dengan

sebaik mungkin sehingga mampu bertahan dalam situasi apapun yang sedang dihadapi.

3. Bagi perguruan tinggi
Pihak perguruan tinggi sebaiknya lebih sering meninjau apa yang dirasa dibutuhkan oleh mahasiswanya baik dari segi fasilitas maupun hal-hal yang dibutuhkan mahasiswa untuk menunjang proses belajar mengajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena *Culture Shock* (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1-15. (<http://journal.student.uny.ac.id>), diakses 13 Januari 2017.
- Diener, Ed. (2000). *Subjective Well Being: The Science of Happiness and Proposal for the National Index*. American Psychological Association. *Journal of Happiness*, 55(1), 34-43. (<http://www.scribd.com>), diakses 22 Agustus 2016.
- Diener, Ed., Lucas, RE, & Oishi, S. (2003). *Personality, Culture, and Subjective Well Being: Emotional and Cognitive Evaluation of Life*. *Annual Reviews*.
- Eid, M. & Larsen, R. (2008) Ed Diene and The Science of Subjective Well Being dalam Eid, M & Larsen (eds). *The Science of Subjective Well Being*. USA: The Guilford Press.
- Jamilah, M. (2013). Pengaruh Tipe Kepribadian dan Dukungan Sosial Terhadap Subjective Well Being (SWB) Mahasiswa Perantau UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. (<https://psikoche2009.files.wordpress.com>), diakses 20 September 2016.
- Sijangga, W. N. (2010). Hubungan Antara Strategi Coping dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Hipertensi. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Siwi, F. R. (2009). *Culture Shock Pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta Ditinjau dari Etnis dan Dukungan Sosial*. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta. (<http://eprints.ums.ac.id>), diakses 13 Januari 2017.
- Utomo. (2008). Hubungan Antara Model-Model Coping Stres Dengan Tingkat Stres Pada

Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. (Skripsi)
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN)
Malang.

Wati, L. (2015). Hubungan Antara Coping Stress dengan Subjective Well-being Pada Penduduk Desa Balerante, Kemalang, Klaten. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta. (<http://eprints.ums.ac.id>), diakses 13 Januari 2017.

Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.

<http://universitas-di-indonesia.blogspot.co.id/2015/03/daftar-akreditasi-universitas-di-indonesia-seluruh-propinsi.html>