

**PENGARUH *HEALTH LOCUS OF CONTROL* DAN *OPTIMISM*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA
PEROKOK AKTIF DI SURABAYA**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



MARIYATUL QIBTIYAH ANGGRAENI

11010121026

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Health Locus of Control* dan *Optimism* terhadap *Psychological Well-Being* Pada Remaja di Surabaya” merupakan karya ilmiah yang berasal dari hasil penelitian yang saya lakukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Keorisinilan karya ilmiah ini berdasarkan pengetahuan saya, belum pernah ditulis dan diterbitkan sebelumnya oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 23 Februari 2025



Mariyatul Qibtiyah Anggraeni

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *HEALTH LOCUS OF CONTROL* DAN *OPTIMISM*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA DI
SURABAYA**

Oleh :

**MARIYATUL QIBTIYAH ANGGRAENI
11010121026**

Telah Disetujui untuk Diajukan dalam Sidang Skripsi

Surabaya, 23 Februari 2025
Dosen Pembimbing



Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *HEALTH LOCUS OF CONTROL* DAN *OPTIMISM* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA PEROKOK AKTIF DI SURABAYA

Yang disusun oleh:
Mariyatul Qibtiyah Anggraeni
11010121026

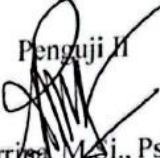
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 17 Maret 2025

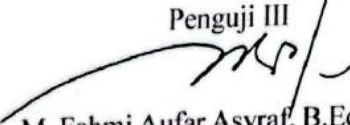
Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

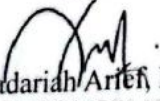
Drs. H. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I


Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji II

Dr. Mierrina M.Si., Psikolog
NIP. 196804132014112001

Penguji III

M. Fahmi Aufar Asyraf, B.Ed, M.A
NIP. 199109302020121012

Penguji IV

Ria Qadariah Arif, M.Kes
NIP. 198703142014032001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mariyatul Qibtiyah Anggraeni

NIM : 11010121026

Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi

E-mail address : mariyatulqibtiyah375@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Pengaruh Health Locus of Control dan Optimism Terhadap Psychological Well-Being

Pada Remaja Perokok Aktif di Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 17 Maret 2025

Penulis



(Mariyatul Qibtiyah Anggraeni)

INTISARI

Remaja seringkali memiliki *psychological well-being* rendah yang diakibatkan karena berbagai masalah yang dialami sehingga mereka merasa stres. Hal tersebut membuat mereka melampiaskan dengan melakukan perilaku negatif, seperti merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *health locus of control* dan *optimism* terhadap *psychological well-being*. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linear berganda dan melibatkan sebanyak 270 remaja di Surabaya. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala *psychological well-being* untuk mengukur *psychological well-being*, *multidimensional health locus of control* untuk mengukur *health locus of control*, dan skala *optimism* untuk mengukur *optimism*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *health locus of control* dan *optimims* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Surabaya secara simultan maupun parsial sebesar 49,6%.

Kata Kunci: *health locus of control, optimism, psychological well-being*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Adolescents often have low psychological well-being due to various problems they experience so that they feel stressed. This makes them vent by engaging in negative behavior, such as smoking. This study aims to determine whether there is an influence of health locus of control and optimism on psychological well-being. The approach in this study uses a quantitative correlational method with multiple linear regression analysis and involves 270 adolescents in Surabaya. There are three measuring instruments used in this study, namely the psychological well-being scale to measure psychological well-being, the multidimensional health locus of control to measure health locus of control, and the optimism scale to measure optimism. The results of this study indicate that there is an influence of health locus of control and optimism on psychological well-being in adolescents in Surabaya simultaneously and partially by 49.6%.

Keywords: *health locus of control, optimism, psychological well-being*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Remaja.....	9
B. <i>Psychological Well-Being</i>	10
C. <i>Health Locus of Control</i>	17
D. <i>Optimism</i>	19
E. Hubungan <i>Health Locus of Control</i> dan <i>Optimism</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	22
F. Kerangka Teori.....	23
G. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Variabel dan Definisi Operasional.....	27
B. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	28
C. Teknik Pengumpulan Data.....	32
D. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	35
E. Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian.....	40
B. Pengujian Hipotesis.....	45
C. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP.....	54
A. Simpulan.....	54
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rumus <i>Isaac</i> dan <i>Michael</i>	30
Tabel 3.2 <i>Blueprint Psychological Well-Being Scale</i>	33
Tabel 3.3 <i>Blueprint Health Locus of Control Scale</i>	34
Tabel 3.4 <i>Blueprint Optimism Scale</i>	35
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas	36
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas	36
Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas.....	37
Tabel 3.8 Hasil Uji Multikoleniaritas.....	38
Tabel 3.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	39
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek.....	40
Tabel 4.2 Pedoman Hasil Pengukuran.....	41
Tabel 4.3 Ketogerisasi Variabel.....	41
Tabel 4.4 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Psychological Well-Being</i>	42
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Usia dengan <i>Psychological Well-Being</i>	42
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Lama Merokok dengan <i>Psychological Well-Being</i>	43
Tabel 4.7 Tabulasi Silang Jumlah Batang Rokok Perhari dengan <i>Psychological Well-Being</i>	43
Tabel 4.8 Tabulasi Silang <i>Health Locus of Control</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i>	44
Tabel 4.9 Tabulasi Silang <i>Optimism</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i>	44
Tabel 4.10 Hasil Uji F.....	45
Tabel 4.11 Hasil Uji T.....	46
Tabel 4.12 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	47
Tabel 4.13 Sumbangan Efektif Variabel.....	47

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

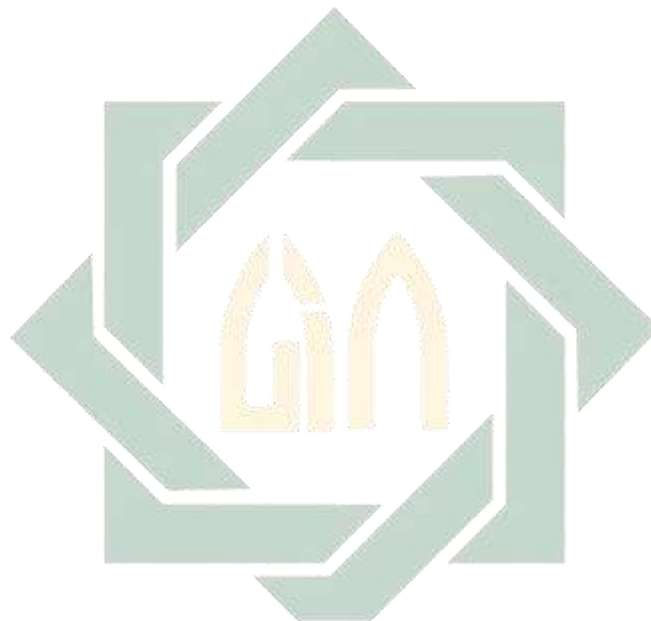
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
--------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kuesioner.....	66
Lampiran 2. Data Hasil kuesioner.....	69
Lampiran 3. Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas.....	93
Lampiran 4. Output SPSS Uji Prasyarat Regresi Berganda.....	95
Lampiran 5. Output SPSS Uji Regresi berganda.....	96
Lampiran 6. Output SPSS Kategorisasi variabel.....	96
Lampiran 7. Output SPSS Tabulasi silang.....	97



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ablelo, F. O., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan Antara Frekuensi Merokok dengan Tingkat Stres pada Remaja Akhir. *Nursing News*, 4(1), 133–144
- Adityawarman, D. (2019). Optimisme dan Dukungan Sosial terhadap Self-Efficacy Anak Jalanan. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 7(2), 136–144. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i2.13473>
- Anggriani, Y., Rudini, D., & Oktarina, Y. (2024). Hubungan Health Locus of Control dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Puskesmas Sidorejo Kota Pagaralam. *Malahayati Nursing Journal*, 6(1), 152–165. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.10324>
- Angraini, U. Y., & Rahardjo, W. (2023). Psychological Well-Being Mahasiswa Rantau: Peran Resilience dan Optimisme. *Psycho Idea*, 21(2), 166. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i2.17901>
- Arum, L. N., & Antika, E. R. (2022). Pengaruh Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis dalam Menghadapi Covid-19 Siswa Kelas X SMAN 1 Gondang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.23887/XXXXXX-XX-0000-00>
- Aswad, L. O. A., Siregar, N. R., & Sunarjo, I. S. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(07), 727–738. <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i07.344>
- Azizah, I. N., Arum, P. R., & Wasono, R. (2021). Model terbaik uji multikolinearitas untuk analisis faktor-faktor yang mempengaruhi produksi padi di Kabupaten Blora tahun 2020. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 61–69. https://scholar.google.com/scholar?as_ylo=2021&q=uji+autokorelasi+adalah&hl=id&as_sdt=0,5
- Babazadeh, T., Ghaffari-fam, S., Shahnavaiz-Yoshanluie, F., & Ranjbaran, S. (2024). Psychological well-being and factors affecting it after the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 15(February), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1295774>
- Bandungbergerak.id. (2024). *Mahasiswa bersuara penguatan mental remaja untuk mencegah kasus bunuh diri*.
- Barros, V. V., Kozasa, E. H., Formagini, T. D. B., Pereira, L. H., & Ronzani, T. M. (2015). Smokers show lower levels of psychological well-being and mindfulness than non-smokers. *Plos One*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0135377>

- Boyd, J. M., & Wilcox, S. (2020). Examining the relationship between health locus of control and God Locus of Health Control: Is God an internal or external source? *Journal of Health Psychology*, 25(7), 931–940. <https://doi.org/10.1177/1359105317739099>
- Brin.go.id. (2024). *Kasus bunuh diri tertinggi di usia muda, apa penyebabnya?*
- Budiono, E. (2020). Analisis Financial Knowledge, Financial Attitude, Income, Locus of Control, Financial Management Behavior Masyarakat Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Manajemen (JIM)*, Vol.8(1), 284–295.
- Burris, J. L., Brechting, E. H., Salsman, J., & Carlson, C. R. (2010). Factors Associated with The Psychological Well-Being and Distress of University Students. *Journal of American College Health*, 57(5), 536–544.
- Candra, I. W., Ratnaningsih, A. N., & Sumirta, I. N. (2016). Health locus of control dalam menjalani diet pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Gema Keperawatan*, 9(2), 143–150
- Chang, E. C. (2001). *Optimism & Pessimism: Implications for Theory, Research, And Practice*. Washington, DC: American Psychological Association
- Cheng, C., Cheung, M. W. L., & Lo, B. C. Y. (2016). Relationship of health locus of control with specific health behaviours and global health appraisal: a meta-analysis and effects of moderators. *Health Psychology Review*, 10(4), 460–477
- Fauziyah, D. U., & Abidin, Z. (2020). Hubungan Antara Gratitude Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Bidikmisi Angkatan 2016 Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 8(3), 620–625. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26504>
- Fakhrurrazi. (2019). Karakteristik Anak Usia Murahiqah (Perkembangan Kognitif, Afektif dan Psikomotorik). *Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(1), 573–580. <https://doi.org/10.32505/ikhtibar.vol6i1.pp60>
- Fitriana, L., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2023). Psychological well-being pada penyintas COVID-19: Menguji peranan kebersyukuran. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 155–163.
- Gerland, H. M. E., & Prell, T. (2021). Association Between the Health Locus of Control And Medication Adherence: An Observational, Cross-Sectional Study In Primary Care. *Frontiers In Medicine*, 8. <https://doi.org/10.3389/fmed.2021.705202>
- Goleman D. (2002). *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama)

- Gruszka, W., Owczarek, A. J., Glinianowicz, M., Bąk-Sosnowska, M., Chudek, J., & Olszanecka-Glinianowicz, M. (2022). Can Nutritional Status in Adults Be Influenced by Health Locus of Control? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192315513>
- Gustine, E., & Nurhadiani, R. D. D. (2021). Hubungan Antara Rasa Syukur dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Kelas XII IPA SMAN 113 Jakarta Timur. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 63–73
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur depresi, kecemasan, dan stres pada kelompok dewasa awal di Indonesia: Uji validitas dan reliabilitas konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232–250. <https://doi.org/10.24854/jpu553>
- Harpan, A. (2019). *Peran Religiusitas dan Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja*. 1–18.
- Hauser, R.M., Springer, K. W., & Pudrovskaya, T. (2005). *Temporal structures of psychological wellbeing*
- Health.indozone.id. (2024). *Dampak merokok pada kesehatan mental gen Z dari stres hingga depresi*
- Health.tribunnews.com. (2024). *Psikolog beberkan faktor pemicu stres pada remaja, apa saja?*
- Huda, A. M. N., Fitriah, A., & Marsha, G. C. (2024). Pengaruh Dukungan Tenaga Kesehatan Terhadap Psychological Well-Being Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kayu Tangi. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 23. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2825>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Hutapea, C. D. A., & Mashoedi, S. F. M. (2020). Hubungan antara Optimisme dan Distres Psikologis pada Emerging Adults Miskin di DKI Jakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 10(02), 87–103. <https://doi.org/10.35814/mindset.v10i02.1129>
- Iffah, N., & Faradina, S. (2018). Hubungan Health Locus of Control Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 46–53. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.631>
- Irawan, D. H. (2019). Kepribadian Hardiness dan Optimisme Hubungannya Dengan Subjective Well Being Pemulung Barang Bekas di Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 11(1), 1–14.

<http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciu rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484>
Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari

Jatim.bps.go.id (2022). *Presentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir menurut kabupaten/kota dan kelompok umur di provinsi jawa timur 2021*

Khairunnisa, D., Putri, R. N., & Ulandary, Y. (2023). Perbandingan psychological well-being pada mahasiswa psikologi dan pendidikan khusus di Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. *Sikontan Journal*, 2(1), 97–101.

Khoirunnisa, A., & Ratnaningsih, I. Z. (2016). Optimisme Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 1–4.
<https://doi.org/10.14710/empati.2016.14936>

Kholik, A. F., Setyoko, & Faizin, C. (2024). Hubungan Health Locus of Control Dengan Psychological Well Being Pada Penderita Hemodialisis di Rs Roemani Semarang. *Jurnal Malahayati*, 11(8), 1555–1561

Kilic, M., & Arslan, S. (2018). Evaluation of Health Locus of Control of Individuals with Type 2 Diabete. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(2), 126–135. <https://doi.org/10.21763/tjfmpe.432547>

Krok, D. (2015). The mediating role of optimism in the relations between sense of coherence, subjective and psychological well-being among late adolescents. *Personality and Individual Differences*, 85, 134–139.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.05.006>

Kumparan.com. (2023). *Kenapa orang stres banyak merokok?*

Lesmana, A., & Hidayati, N. L. (2019). *Perbandingan Tingkat Stres Remaja Laki-Laki Dan Perempuan*.

Lestari, R. H. S., Maslahah, W., & Wahyudi, A. (2022). Hubungan antara Optimisme dan Self Efficacy Dengan Resiliensi Warga Dusun Jamberejo dan Krajangsae di Masa Pandemi Covid 19 Desa Beji Kecamatan Junrejo Kota Batu. *Open Jurnal System*, 2(1978), 87–94.

Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 Di Sman 21 Jakarta. *Bulan Maret*, 3(1), 1

Luque, B., Farhane-Medina, N. Z., Villalba, M., Castillo-Mayén, R., Cuadrado, E., & Tabernero, C. (2023). Positivity and Health Locus of Control: Key

- Variables to Intervene on Well-Being of Cardiovascular Disease Patients. *Journal of Personalized Medicine*, 13(5). <https://doi.org/10.3390/jpm13050873>
- Maharani, D. L., & Huwae, A. (2024). Locus of Contol dan Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Lajang Suku Toraja yang Berkarier. *Psikostudia*, 13 No. 2(2), 195–203.
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda (Studi Kasus Penyusunan Persamaan Allometrik Kenari Muda [*Canarium Indicum L.*]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333–342. <https://doi.org/10.30598/barekengvol14iss3pp333-342>
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- McKay, T., & Walker, B. R. (2021). Mindfulness, self-compassion and well-being. *Personality and Individual Differences*, 168. 110412
- Milaniak, I., Debska, G., Krol, B., Wierzbicki, K., & Przybylowski, P. (2022). Lokus Kontrol Kesehatan dan Perilaku Kesehatan pada Penerima Transplantasi Organ: Sebuah Studi Multisenter. *Transplantation Proceedings*, 54(4), 995–1001.
- Monks, F.J., Knoers, AMP, dan Haditono, S.R. (2002). Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Edisi 8. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Moshki, M., & Ashtarian, H. (2010). Perceived health locus of control, self-esteem, and its relations to psychological well-being status in Iranian students. *Iranian Journal of Public Health*, 39(4), 70–77.
- Musthofawi, A. (2019). Hubungan Antara Optimisme dan Self-Esteem pada Mahasiswa Program Diploma III Kebidanan. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 5(1), 1–13. <https://doi.org/10.36749/seajom.v5i1.40>
- Nasution, A. S., Ghifari, F. A. Al, Abdilah, M. A., & Purwantini, L. (2024). Pengaruh Optimisme Dan Kemampuan Penyelesaian Masalah Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 133–150. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.183>

- Noviantoro, I., & Saloom, G. (2019). Pengaruh Self Esteem, Optimisme, dan Dukungan Sosial. *Dialog*, 42(1), 69–80.
<https://jurnaldialog.kemenag.go.id/index.php/dialog/article/view/322>
- Nugroho, Y. A. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Psychological Well-Being pada Narapidana Anak di Lapas Klas 1 Kutoarjo. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532.
<https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Nurisani, A., Mamay, Sugiah, & Ziyah, M. (2023). Gambaran Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Karakteristik Perokok Pada Perokok Aktif Usia Remaja Di Kecamatan Cilawu Kabupaten Garut. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(2), 200–209. <https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v1i2.1247>
- Pasyola, N. E., Abdullah, A. M., & Puspasari, D. (2021). Peran Parenting Self-Efficacy dan Optimisme terhadap Psychological Well-Being Ibu yang Memiliki Anak Intellectual Disability. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 131–142. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.12645>
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 65. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Pramesti, A. D., & Sulistyarini, R. I. (2019). Hubungan Antara Health Locus Of Control Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. 6.
- Pratama, H., & Fikri, Z. (2023). Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 3774–3781.
- Pridayati, T., & Indrawati, E. (2019). Hubungan Antara Forgiveness Dan Gratitude Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja di Panti Asuhan X Bekasi. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(3), 197–206.
- Purwadi, Ramadhan, P. S., & Safitri, N. (2019). Penerapan Data Mining Untuk Mengestimasi Laju Pertumbuhan Penduduk Menggunakan Metode Regresi Linier Berganda Pada BPS Deli Serdang. *Jurnal SAINTIKOM (Jurnal Sains Manajemen Informatika Dan Komputer)*, 18(1), 55.
<https://doi.org/10.53513/jis.v18i1.104>
- Ramadhani, T., Djunaedi, D., & Sismiati S., A. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa yang Orang tuanya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108.
<https://doi.org/10.21009/insight.051.16>

- Rarung, J., Lumanauw, B., & Mandagie, Y. (2022). Pengaruh online customer review, online customer rating, dan customer trust terhadap customer purchase decision fcoffee & roastery Manado. *Jurnal EMBA*, 10(1), 891–899
- Revelia, M. (2018). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Ryff' S Psychological Well -Being. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 8–14.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D. and Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), pp. 719–727.
- Sachar, I. A., & Maslihah, S. (2023). Hubungan Health Locus of Control dan Sikap Orang Dewasa pada Protokol Kesehatan COVID-19. *Jurnal Psikologi Insight*, 7(2), 171–180. <https://doi.org/10.17509/insight.v7i2.64777>
- Salsabila, A. R., & Asyanti, S. (2024). Role of Optimism, Gratitude, and Hope on The Psychological Well-Being of Final Year Students in Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Journal Psikogenesis*, 11(2), 132–144. <https://doi.org/10.24854/jps.v11i2.2862>
- Sandhi, S. I. (2019). Studi Fenomenologi: Kesadaran Diri (Self Awareness) Perokok Aktif yang Mempunyai Anak Balita dalam Perilaku Merokok di Temapt Umum di Kelurahan Pegulon, Kabupaten Kendal. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 6(3), 237–243. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol6.iss2.61>
- Sari, A. T., & Eva, N. (2021). Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan: Sebuah Literature Review. *Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 1(1), 143–148
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, selfmastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078. doi: 10.1037//0022-3514.67.6.1063

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). Optimism. Dalam C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (hal. 231-255). New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Vintage
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Simon and Schuster
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfill-Ment*. New York: Free Press
- Septiani, Y., Aribbe, E., & Diansyah, R. (2020). Analisis Kualitas Layanan Sistem Informasi Akademik Universitas Abdurrah terhadap Kepuasan Pengguna
- Setriawati, N. (2021). A Picture of Optimism in The Final Students Who Compiled The Thesis During The Covid-19 Pandemic Gambaran Optimisme Pada Mahasiswa Akhir Yang Menyusun Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 114494–114499.
- Sevari, K. (2022). Protecting Students' Psychological Well-being During COVID-19 Pandemic: The Role of Optimism and Gratitude. *Journal of Research and Health*, 12(5), 331–338. <https://doi.org/10.32598/JRH.12.5.2015.1>
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541–1544. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.299>
- Sugiono. (2021). *Statistika untuk penelitian* (31st ed.). Alfabeta
- Sugiono. (2022). *METODE PENELITIAN : Kuantitatif, Kualitatif dan RND* (Cetakan Ke). Alfabeta
- Sugito, Suyitno, Y., & Kuntoro. (2019). Pengaruh Masa Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Guru Sekolah Dasar di Desa Samudra dan Samudra Kulon. *Jurnal Dinamika Pendidikan Dasar*, 11(1), 1-18.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Trihastuti, M. C. W., & Anindya, R. (2022). Kondisi Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psiko Edukasi*, 20(2), 107–119. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3917>

- Tolukun, T. (2020). Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(4), 1140–1143. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7641831>
- Utomo, S. (2023). Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa. *Indonesian Journal of Economic and Business*, 1(2), 81–92. <https://doi.org/10.58818/ijeb.v1i2.30>
- Wardani, I. A., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Hubungan Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Dengan Optimisme Akademik Pada Siswa SMP Negeri 1 Wanadadi. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling"*, 4(2), 160–178. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i2.7975>
- Wallston, A. K., Stein, J.M., & Smith, A.C. (1994). Form C of the MHLC scales: a condition-specific measure of locus of control. *Journal of Personality Assesment*, 6(3), 534-553
- Wallston, K.A., Wallston B.S., & DeVellis, R. (1978). Development of the multidimensional health locus of control (MHLC) scales. *Health Education Monographs*, 6(2). 160-170
- Wini, N., Marpaung, W., & Sarinah, S. (2020). Optimisme Ditinjau Dari Penerimaan Diri Pada Remaja Di Panti Asuhan. *Proyeksi*, 15(1), 12. <https://doi.org/10.30659/jp.15.1.12-21>
- Yerangga, J. I., Fretes. F. D., & Setiawan. H. (2021). Kesejahteraan Psikologis: Mahasiswa Papua Perokok dan Non Perokok di Salatiga. *Jurnal Keperawatan Muhammdiyah*, 6(1).
- Yoga, A. D. P., Sofiah, D., & Prasetyo, Y. (2022). INNER: Journal of Psychological Research Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19. *Journal of Psychological Research*, 1(4), 187–193.
- Zulfikar, Rahmatina, S., Musfirah, N. (2022). Optimisme Siswa SMP Dalam Proses Pembelajaran Matematika Daring. *Jurnal Dimas: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 1(2), 39–44