



SUBJECTIVE WELL-BEING PADA LANSIA DITINJAU DARI TEMPAT TINGGAL

Sofa Indriyani , Moh. Iqbal Maburri, Edy Purwanto

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2014
Disetujui September 2014
Dipublikasikan Oktober 2014

Keywords:

Subjective well-being; Status of Residence.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh status tempat tinggal terhadap *Subjective well-being* pada lansia. Penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Subyek pada penelitian ini berjumlah 59 orang lansia yang terdiri dari 29 orang lansia yang tinggal di panti dan 30 orang lansia yang tinggal di rumah. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan skala penelitian yaitu skala *Subjective well-being* sebanyak 33 item. Metode analisis data yang digunakan tehnik statistik uji non parametrik *U Mann-Whitney* yang dikerjakan dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Subjective well-being* (SWB) lansia yang tinggal bersama keluarga lebih baik dari pada lansia yang tinggal di panti. Hasil analisis menunjukkan *U mann-whitney* sebesar 209,000 dan probabilitas (p) sebesar 0,001. Karena $p < 0,05$ ($p = 0,000 < 0,05$) maka H_0 diterima, atau ada perbedaan antara *subjective well-being pada Lansia* yang tinggal di rumah dan yang tinggal di panti.

Abstract

This research aims to determine the effect of residential status on Subjective well-being in the elderly. The research was a quantitative correlation. The subjects in this research amounted to 59 elderly people, including 29 elderly people living at home and 30 elderly people living at home. The sampling technique used in this study is purposive sampling. The research uses the research scale is a scale Subjective well-being as much as 33 items. Methods of data analysis used non-parametric statistical techniques test Mann-Whitney U were done with SPSS 16.0 for Windows. The results showed that the Subjective well-being (SWB) of elderly living with family is better than the elderly living at home. The analysis showed Mann-Whitney U was 209,000 and the probability (p) of 0.001. Because $p < 0.05$ ($p = 0.000 < 0.05$) then H_0 is accepted, or there is a difference between subjective well-being in the elderly living at home and living at home.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

 Alamat korespondensi:
Gedung A1 Lantai 2 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: Sofaindriyaniprabowo@gmail.com

ISSN 2252-6358

PENDAHULUAN

Perubahan pada manusia terjadi seiring dengan berjalannya waktu dengan melalui tahap-tahap perkembangan, yaitu periode pranatal, masa bayi masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa dan berakhir di masa lanjut usia (lansia). Dimana pada masing-masing tahapan tersebut melalui masa perkembangan dan karakteristik yang berbeda-beda. Seseorang yang memiliki kesehatan yang baik dan umur panjang pasti akan mengalami tahap perkembangan masa lansia, dimana hal tersebut pasti terjadi dan tidak dapat dihindari, sehingga seiring dengan bertambahnya usia, manusia akan menjadi tua yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan Hurlock (1996:308).

Jumlah lansia di Jawa Tengah tercatat 2.366.115 juta jiwa yang merupakan lansia dari jumlah total penduduk sebanyak 32.864.563 juta jiwa. Jumlah warga lansia di kota Semarang setiap tahun selalu meningkat, data yang di dapat dari Badan Pusat Statistik pada tahun 2008, jumlah lansia di kota Semarang sebanyak 129.293 jiwa. Berdasarkan data dari Pemkab Semarang dalam tahun 2012 jumlah penduduk usia lanjut 60 tahun keatas sebanyak 100.050 jiwa atau 10,66 persen dari total jumlah penduduk sebanyak 938.802 jiwa (www.dinkes-kotasemarang.go.id). Bertambah banyaknya jumlah lansia di Indonesia, merupakan konsekuensi dari bertambahnya usia harapan hidup.

Dengan adanya tuntutan dari dunia yang semakin modern, lansia tampaknya seringkali dianggap sebagai hambatan bagi keluarga. Mereka menjadi seperti anggota keluarga yang merepotkan dan membawa kesulitan tersendiri bagi keluarga. Lansia ingin untuk dapat lebih menghabiskan waktunya dengan orang-orang yang berarti buat mereka seperti anak-anak dan cucu-cucunya. Dukungan sosial menjadi kebutuhan yang semakin diperlukan lansia, lansia membutuhkan cinta, persahabatan, pengertian dan butuh untuk dihargai (Kohut et al., 1983).

Menurut Antonucci dan Akiyama (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2004) kebutuhan emosional tersebut dapat diperoleh dari keluarga, baik pasangan hidup maupun keturunan. Namun, tidak semua lansia kemudian tinggal bersama keluarganya. Ada juga lansia yang akhirnya tinggal di institusi. Salah satunya di Indonesia institusi yang menyediakan sarana tempat tinggal bagi para lansia adalah panti werdha.

Aktifitas yang hampir sama pula di alami lansia yang berada di luar panti namun, sumber dari dukungan sosialnya yang berbeda. Lansia yang hidup diluar panti secara utuh melaksanakan aktifitas sehari-hari erat hubungannya dengan masyarakat dan keluarga mereka. Mereka mendapatkan dukungan sosial berupa berinteraksi dengan tetangga mereka dan mendapatkan kebutuhan finansial dari keluarga mereka. Melihat hasil observasi dan wawancara baik di dalam atau pun di luar panti terlihat bahwa tingkat dukungan sosial cukup baik. Setelah seseorang memasuki masa lansia, maka dukungan sosial dari orang lain menjadi sangat berharga dan akan menambah ketenteraman hidupnya (Kuntjoro, 2002). Diakui faktor keluarga, kondisi masyarakat, instistusi sosial lainnya merupakan hal-hal yang secara objektif mempengaruhi kebahagiaan lansia di tempat mana tinggal (Anam & Dipenogoro, 2008).

Menurut Diener, Suh, dan Oishi dalam Erlangga (2010:1) pengalaman internal yang dialami oleh individu tersebut digambarkan sebagai *subjective well-being* (SWB). *Subjective well-being* ini merupakan suatu bentuk evaluasi mengenai kehidupan individu yang bersangkutan. Secara sederhana definisi dari *Subjective well-being* adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan mempresentasikan dalam kesejahteraan psikologis.

Subjective well-being terletak pada pengalaman setiap individu yang merupakan pengukuran positif dan secara khas mencakup pada penilaian dari seluruh aspek kehidupan.

Diener, Suh, & Oishi dalam Eid dan Larsen (2008: 45), 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.

Tempat tinggal merupakan keberadaan seseorang di dalam suatu tempat dan lingkungan di mana mereka hidup dan bertempat tinggal dalam jangka waktu lama. Monks, dkk (2006: 336) menjelaskan bahwa kehidupan orang lanjut usia sedikit banyak tergantung pada lingkungan, baik pada tingkat mikro, maupun pada tingkatan makro. Lingkungan dapat atau tidak dapat memberikan tantangan pada orang lanjut usia untuk menggunakan kemampuan-kemampuannya yang ada pada dirinya. Baik lingkungan fisik (perhatikan panti-panti werdha) maupun lingkungan sosial serta kesan umum mengenai orang lanjut usia biasanya masih agak bersifat negatif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional karena dalam pelaksanaannya mencari data sebanyak-banyaknya dan kemudian berusaha untuk mendeskripsikan sejelas-jelasnya.

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2006:12). Variabel merupakan konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif maupun kualitatif (Azwar, 2007: 59). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *subjective Well-being* dan Variabel independen dalam penelitian ini adalah

status tempat tinggal Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data yang didasarkan pada pertimbangan tertentu, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sesuai karakteristik yang telah ditentukan (Sugiyono, 2007:219). Total subyek penelitian ini adalah 59 orang terdiri dari 29 orang lansia yang tinggal di panti dan 30 orang lansia yang tinggal di rumah.

Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala *subjective Well-being*. Uji validitas yang digunakan adalah korelasi *product moment*, dan reliabilitas instrumen skala dicari dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, karena instrumen dalam penelitian ini berbentuk skala yang skornya merupakan rentangan antara 1-4. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis statistik. Alasan digunakannya metode analisis statistik adalah karena statistik dapat menunjukkan kesimpulan penelitian dan analisis data penelitian ini menggunakan bantuan program komputer *SPSS Windows Versi 16.00 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum *Subjective Well Being* pada Lansia

Berdasarkan tabel statistik deskriptif, diketahui bahwa *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di rumah memiliki nilai minimum sebesar 56,0 lebih tinggi dari pada lansia yang tinggal di panti werda sebesar 54,0. Nilai maksimum mencapai 112,0 lebih tinggi daripada *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di panti werda yang mencapai 105,0. Dari tabel tersebut terlihat bahwa rata-rata *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di rumah lebih tinggi (88,27) daripada pada *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di panti werda (74,89).

Uji Hipotesis

Berdasarkan perhitungan dalam tabel ranks, diketahui bahwa besar sampel pada kelompok lansia yang tinggal di rumah sebanyak 30 orang dengan rata-rata rangking 37,53, sedangkan besar sampel lansia yang tinggal di

panti sebanyak 29 orang dengan rata-rata ranking 22,21. Statistik uji *U mann-whitney* sebesar 209,000 dan probabilitas (p) untuk hipotesis dua sisi sebesar 0,001. Karena $p < 0,05$ ($p = 0,000 < 0,05$) maka H_0 diterima, atau ada pengaruh status tempat tinggal terhadap *subjective well-being* pada lansia.

Subjective well-being adalah penilaian seseorang terhadap diri dan pengalaman mereka sendiri, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan mempresentasikan dalam kesejahteraan psikologis. Seseorang yang memiliki *subjective well-being* adalah seseorang yang mengalami kepuasan hidup sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga dan lansia yang tinggal di panti menunjukkan bahwa secara umum para lansia di kedua tempat memiliki *subjective well-being* yang berbeda. *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga dalam penelitian ini ternyata lebih positif atau lebih baik dibandingkan *subjective well-being* pada lansia yang tinggal di panti. Hal ini ditunjukkan hasil penelitian pada masing-masing aspek penyusun *subjective well-being*. Aspek yang digunakan untuk mengetahui tingkat *subjective well-being* dalam penelitian ini meliputi 6 indikator, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonom, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan pribadi Riff (dalam Snyder, 2004:415).

Aspek penerimaan diri bukan berarti bersikap pasif atau pasrah akan tetapi pemahaman yang jelas akan peristiwa yang terjadi sehingga individu dapat memberikan tanggapan secara efektif. Individu yang memiliki penerimaan diri menunjukkan karakteristik: memiliki sikap positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik yang bersifat baik maupun buruk; serta merasa positif dengan kehidupan masa lalunya

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan aspek penerimaan diri berada pada kategori sedang. Hal ini dimungkinkan, karena para lansia yang masih tinggal bersama keluarga cenderung dapat melakukan segala macam aktivitas keseharian bersama keluarga dengan mendapatkan dukungan langsung dari keluarganya, sehingga salah satu yang dapat lansia di rumah lakukan adalah menyesuaikan diri dengan amat baik adalah mereka yang tetap sibuk, mengambil peran baru, atau terlibat penuh dalam aktivitas berkelanjutan, serta interaksi dengan masyarakat, teman/ sahabat dan saudara/anak. Berbeda halnya dengan yang terjadi pada lansia yang tinggal dipanti, para lansia cenderung kurang mendapat perhatian dari keluarga dan orang-orang terdekatnya, ditinggal meninggal oleh suami, saudara atau anaknya terlebih dahulu, atau bahkan sengaja ditinggal oleh keluarganya karena tidak mampu mengurus anggota keluarganya yang sudah lansia, sehingga para lansia merasa kesepian, tidak bisa merasakan kebermaknaan dan kepuasan dalam hidupnya, sehingga tidak bisa merasakan bahagia seperti pada orang lain umumnya. Akhirnya para lansia yang tinggal di panti memutuskan untuk tinggal di panti dengan tujuan kehidupan yang lebih baik dibandingkan kehidupan sebelum mereka di panti.

Tempat tinggal memiliki makna dorongan sosial. Setiap orang membutuhkan dorongan sosial, karena dorongan sosial berfungsi untuk mengembalikan keseimbangan psikis dalam menghadapi problem hidup. Karena itu, jelas dorongan sosial memiliki kaitan dengan kesehatan dan kebahagiaan (Myers, dalam Anam & Dipenogoro, 2008). Penelitian Indriana (dalam Anam & Dipenogoro, 2008), menemukan bahwa para lansia penghuni panti kondisi sangat buruk dalam berbagai aspek fisik dan psikologis, seperti kesehatan, penyesuaian diri dan sosial, serta kemandirian sangat rendah. Ini secara umum berarti lansia penghuni panti sangat rawan terhadap gangguan kebahagiaan.

Aspek *subjective well-being* pada lansia kedua adalah hubungan positif dengan orang lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan Aspek hubungan positif dengan orang lain berada pada kategori sedang, dimana pada lansia yang tinggal di rumah memiliki hubungan positif dengan orang lain lebih baik dibanding pada lansia yang tinggal di panti. Hal ini dimungkinkan karena di lingkungan rumah para lansia cenderung memperoleh dukungan dan support dari anggota keluarganya, sehingga para lansia cenderung lebih bersikap lebih peduli terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati, afeksi dan intimitas serta memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antar pribadi. Berbeda halnya yang terjadi pada lansia yang tinggal di panti, cenderung memiliki hubungan kurang baik dengan orang lain ditandai dengan tingkah laku yang tertutup dalam berhubungan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat, peduli dan terbuka dengan orang lain.

Aspek yang ketiga adalah otonom. Didapatkan hasil bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan Aspek otonom berada pada kategori sedang, dimana pada lansia yang tinggal di rumah memiliki otonom lebih baik dibanding pada lansia yang tinggal di panti. Kecenderungan lansia yang tinggal di rumah memiliki otonom ditunjukkan dengan adanya kemampuan mengambil keputusan secara tegas tanpa campur tangan dan tekanan orang lain sehingga mampu menghadapi tekanan sosial dari luar. Berbeda dengan lansia yang tinggal di panti cenderung tidak memiliki otonom yang baik, mengingat segala macam kegiatan dan aktivitasnya dibatasi oleh tempat tinggal mereka.

Hasil penelitian pada Aspek *subjective well-being* pada lansia ke empat adalah penguasaan terhadap lingkungan, dapat diketahui bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan Aspek penguasaan terhadap lingkungan bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan indikator penguasaan terhadap lingkungan berada pada kategori sedang, dimana pada lansia yang tinggal di rumah memiliki

penguasaan terhadap lingkungan lebih baik dibanding pada lansia yang tinggal di panti.. Para lansia yang tinggal di rumah cenderung mampu mengontrol berbagai aktifitas eksternal yang berada di lingkungan termasuk mengatur dan mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungannya, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi. Sedangkan pada lansia yang tinggal di panti cenderung memiliki penguasaan lingkungan yang kurang baik akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk ,mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya, kurang peka terhadap kesempatan yang ada di lingkungannya dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungannya karena keterbatasan fisik yang dimiliki.

Aspek kelima *subjective well-being* pada lansia adalah tujuan hidup. Hasil penelitian lansia berdasarkan aspek tujuan disimpulkan bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan indikator tujuan hidup berada pada kategori sedang, dimana pada lansia yang tinggal di rumah memiliki tujuan hidup lebih baik dibanding pada lansia yang tinggal di panti.. Lansia di luar panti cenderung memiliki komitmen dalam mengejar tujuan hidupnya, dia akan dapat memahami makna hidup dan mampu mengatasi masalah.

Aspek keenam perkembangan pribadi disimpulkan bahwa *subjective well-being* pada lansia berdasarkan indikator perkembangan pribadiberada pada kategori sedang, dimana pada lansia yang tinggal di rumah memiliki penguasaan terhadap lingkungan lebih baik dibanding pada lansia yang tinggal di panti. Lansia di luar panti mampu mengejar peluang yang ada untuk pengembangan pribadi dan untuk mewujudkan satu potensinya misalnya dengan tetap terus bekerja dan berkarya. Sedangkan lansia di panti cenderung terbatas dalam melakukan pengembangan potensi akibat adanya keterbatasan kondisi lingkungan tempat tinggalnya.

Pembahasan Perbedaan *Subjective Well-Being* Pada Lansia menurut Tempat Tinggal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara *subjective well-being* pada Lansia yang tinggal di rumah dan yang tinggal di panti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* pada Lansia yang tinggal di rumah lebih baik atau lebih positif dibandingkan pada lansia yang tinggal di panti. Dimungkinkan karena para lansia yang tinggal di rumah lebih mampu memperoleh kebebasannya dalam memenuhi kebutuhannya dengan tetap berinteraksi dengan keluarga dan orang diluar rumah tanpa adanya batas waktu serta lebih banyak mendapatkan dukungan keluarga yang terlihat mampu meningkatkan semangat hidup lansia sambil tetap melakukan aktivitas bekerja. Berbeda pada lansia yang tinggal di panti, cenderung kurang mendapatkan dukungan keluarga secara langsung

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga dan lansia yang tinggal di panti menunjukkan bahwa secara umum para lansia di kedua tempat memiliki *subjective well-being* yang berbeda. *Subjective well-being* pada lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga dalam penelitian ini ternyata lebih positif atau lebih baik dibandingkan *subjective well-being* pada lansia yang tinggal di panti. Hal ini ditunjukkan hasil penelitian pada masing-masing aspek penyusun *subjective well-being*. Aspek yang digunakan untuk mengetahui tingkat *subjective well-being* dalam penelitian ini meliputi 6 indikator, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonom, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan pribadi.

Berdasarkan perhitungan dalam tabel ranks, diketahui bahwa besar sampel pada kelompok lansia yang tinggal di rumah sebanyak 30 orang dengan rata-rata rangking 37,53, sedangkan besar sampel lansia yang tinggal di panti sebanyak 29 orang dengan rata-rata rangking 22,21. Statistik uji *U mann-whitney* sebesar 209,000 dan probabilitas (p) untuk hipotesis dua sisi sebesar 0,001. Karena $p < 0,05$ ($p = 0,000 < 0,05$) maka H_0 diterima, atau ada

pengaruh status tempat tinggal terhadap *subjective well-being* pada lansia.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara status tempat tinggal dengan *subjective well-being* lansia yang tinggal di Panti dengan *subjective well-being* lansia yang tinggal di rumah. Hasil persentase dan uji hipotesis menunjukkan pengaruh yang diberikan yaitu *subjective well-being* lansia yang tinggal di rumah lebih baik dibandingkan dengan *subjective well-being* lansia yang tinggal di panti wreda Harapan Asri Semarang.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data dan kesimpulan di atas, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut;

Bagi keluarga, lembaga, dan lingkungan masyarakat diharapkan dengan adanya penelitian ini atau penelitian serupa dapat lebih membukakan mata bahwa pentingnya dukungan sosial bagi para lansia untuk mencapai kebahagiaan di hari tua.

Bagi pengelola panti, diharapkan meningkatkan *subjective well-being* pada Lansia dengandi kalangan penghuni panti masih dapat diperbaiki agar dapat mempertahankan fungsi kognitif para penghuninya, hendaknya dapat diupayakan peningkatan jaringan sosial antara lain dengan meningkatkan komunikasi/kontak para penghuni dengan keluarga atau kerabat, terutama dengan menganjurkan kunjungan maupun melalui sarana komunikasi, baik surat, telepon maupun sarana SMS dan elektronik lainnya. Terlihat bahwa kontak langsung (temu muka) lebih bermakna dibandingkan dengan kontak tak langsung (melalui sarana komunikasi). Aktivitas sosial dapat diperbaiki dengan meningkatkan aktivitas bersama antara masyarakat dengan penghuni panti, baik dalam bentuk kunjungan maupun kegiatan bersama, baik kegiatan ibadah maupun kemasyarakatan lain.

Bagi penelitian selanjutnya agar mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti faktor kepribadian, jenis kelamin, status pernikahan, status ekonomi sehingga dapat memberikan manfaat lebih nyata pada kalangan yang lebih luas.

Ryff.C.& Keyes.C.2005.The Ryff Scales of Psychological Well-Being.Journal of Personality and Social Psychology.Vol 69.No.4

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2005. *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Compton, William C dan Edward Hoffman.2005.*Positive Psychology The Science of Happiness and Flourishing*.USA:Jon-David Hague
- Compton, William C. 2005.*Introduction to positive Psychology*.USA: Thomson Learning
- Diener, Ed. 2009. *The Science of Well-Being The Collected Works of Ed Diener*. USA: Springer
- Diener,E.et al.1993.*The Relationship Between Income and Subjective Well-Being: Relative or Absolute?*.Nethedlands:Kluwer Academic Publisher
- Eid, M.& Larsen R.J.2008.The Science of Subjective Well-being.London:The Guilford Press
- Hurlock, E.B. 1996. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (terjemahan). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Indriana, Y. 2008. *Gerontologi "Memahami Kehidupan Usia Lanjut"*. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro
- Lacey,H.P,Kirstead,T.A (2011).*De Biasing The Age-Happiness Bias:Memory Search Ang Cultural Expectation In Happiness Judments Across The Lifespan*.journal of happiness studies,10,107-120
- Lyubormrsky,S. Sheldon,K.M.2005.*Pursuiting Happiness:The Architecture Of Sustainable Change*.Review Of General Psychology,2,11-131.
- Linley, Alex and Joseph,A. 2004. *Positive Psychology in Practise*. USA: John Wiley&Sons,Inc.Hoboken, New Jersey
- Monks.2006.*Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*.Yogyakarta:Gadjah Mada University Press
- Nurhidayah, S. Agustini,R. 2012. Kebahagiaan Lansia di Tinjau Dari Dukungan Sosial dan Spiritualitas *Jurnal Soul*, Vol .5, No.2
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. 2004. *Human Development. (9thed.)* New York: Mc Graw-Hills Companies, Inc.