

Hubungan Antara *Self-Enhancement* dengan *Eudaimonic Well-Being* Pada Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung

The Relationship Between Self-Enhancement with Eudaimonic Well-Being on Odapus Early Adult Men in Syamsi Dhuha Foundation Bandung

¹Siska Trie Noviyanti¹, ²Hedi Wahyudi

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

email: ¹siskatrien@gmail.com ; ²hedipay@yahoo.com

Abstract. Systemic Lupus Erythematosus or commonly known as Lupus is a disease that occurs when the immune substance in the immune system reacts and overworks the stimulation of foreign things outside the body and then invades the body itself. People who have lupus are usually referred as odapus. Odapus experience physical and psychological impact due to the disease they have. It makes odapus decreased their psychic function significantly as the emergence of feelings disappointment, prolonged sadness and anxiety because they unable to do their usual activities. The phenomenon that occurs is there is a unique behavior on odapus early adult men in the Syamsi Dhuha Foundation Bandung where they can feel welfare or well being by doing the activity which is very congruent with the potential and value that they owned or called eudaimonic well being (Waterman, 2010). Based on more in-depth reviews, odapus also have effort to focus more on looking deeper about the positive aspects of himself and avoiding negative feedback from within or others called self enhancement (Sedikides, 2007) . The method used in this study is correlation, with a population of 23 people. The result of correlation obtained by using spearman rank correlation is 0,731.

Keywords: Self-enhancement, Eudaimonic Well-being, Lupus

Abstrak. *Systemic Lupus Erythematosus* atau yang biasa dikenal dengan nama Lupus adalah penyakit yang terjadi ketika zat imunitas dalam sistem kekebalan tubuh bereaksi dan bekerja terlalu berlebihan terhadap rangsangan dari benda asing di luar tubuh dan kemudian justru menyerang tubuh sendiri. Orang yang memiliki penyakit lupus biasanya disebut juga dengan odapus. Odapus mengalami dampak fisik dan psikis akibat penyakit yang dimilikinya. Hal tersebut membuat odapus mengalami penurunan fungsi psikis yang signifikan seperti munculnya perasaan kecewa, sedih dan cemas karena tidak bisa melakukan kegiatan seperti biasanya. Fenomena yang terjadi adalah terdapat perilaku unik pada odapus laki-laki dewasa awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung dimana mereka dapat merasakan kesejahteraan dengan melakukan aktivitas yang sangat kongruen dengan potensi serta nilai yang dimiliki atau disebut dengan *eudaimonic well being* (Waterman, 2010). Berdasarkan pada tinjauan yang lebih mendalam, terdapat adanya usaha odapus untuk lebih fokus melihat secara lebih mendalam mengenai aspek-aspek dan nilai yang positif tentang dirinya dan menghindari umpan balik negatif dari dalam diri ataupun orang lain yang disebut dengan *self enhancement* (Sedikides, 2007). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi, dengan populasi sebanyak 23 orang. Hasil korelasi keduanya termasuk ke dalam kategori tinggi dengan nilai rs; 0,731.

Kata kunci: Self-enhancement, Eudaimonic Well-being, Lupus

A. Pendahuluan

Nikmat sehat merupakan suatu anugrah yang didambakan oleh setiap orang. Dengan memiliki kesehatan yaitu kondisi fisik yang sehat maka seseorang akan dapat melaksanakan kegiatannya, melakukan usaha-usaha untuk mencapai tujuannya dalam hidup. Memiliki penyakit tentu saja bukan merupakan keinginan manusia pada umumnya, baik itu penyakit yang ringan ataupun berat. Semua penyakit memiliki dampak masing-masing berupa ketidaknyaman terhadap keadaan fisik dan psikis manusia. Sebenarnya, tubuh manusia secara alami telah dilengkapi dengan sistem kekebalan tubuh atau disebut dengan sistem imun yang bekerja penuh melindungi tubuh selama 24 jam. Sakit yang menyerang pada fisik biasanya dikarenakan oleh

kondisi fisik yang melemah sehingga virus ataupun bakteri dapat dengan mudah menyerang kedalam sistem kekebalan tubuh. Hal tersebut merupakan sesuatu hal yang menarik dalam dunia kesehatan karena sebagian besar penyakit justru timbul karena terganggunya sistem imun. Tanpa sebab yang diketahui secara jelas, tubuh dapat memproduksi sistem imun secara berlebihan yang selanjutnya malah berbalik menyerang organ tubuh yang sehat dengan cara yang sama sebagaimana sistem tersebut menyerang antigen (Nurjannah, 2014). Fenomena ini dalam dunia imunologi dikenal dengan autoimunitas yang salah satunya terjadi pada penderita lupus Erythematosus.

Menurut Zubairi (dalam Komalig *et.al*, 2008:747) jumlah penderita lupus atau odapus semakin meningkat setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri menurut Yayasan Lupus Indonesia pada tahun 2011, jumlah penderita lupus diperkirakan sama bahkan melebihi dengan jumlah penderita lupus di Amerika yaitu 1.500.000 orang (Wartapedia, 2012). Jawa Barat menjadi salah satu provinsi dengan prevalensi penderita lupus tertinggi ketiga di Indonesia, Bandung sebagai ibukota dari Jawa Barat tentu menjadi salah satu kota yang disoroti secara khusus dalam penanganan penderita lupus baik itu dukungan fisik maupun psikologis. Yayasan Syamsi Dhuha atau Syamsi Dhuha Foundation (SDF) adalah satu-satunya yayasan yang berisikan komunitas odapus satu-satunya di Jawa Barat yang berada di Kota Bandung.

Berdasarkan hasil wawancara dengan *program officer* SDF dinyatakan bahwa kebanyakan odapus yang baru didiagnosa memiliki lupus akan merasa terkejut dimana aktivitas yang biasa dilakukan odapus terpaksa berhenti karena penyakit yang dimiliki. Perubahan keadaan yang dialami memang berdampak kepada kondisi psikologis odapus.. Kebanyakan odapus akan merasa kecewa, marah, hingga depresi dalam bentuk kesedihan yang berlarut hingga sulit kembali melakukan aktivitas-aktivitasnya seperti bekerja, sekolah, serta mereka juga mengalami hambatan dalam pemenuhan tugas perkembangannya sebagai seorang individu seperti membatasi relasi sosial dan lain-lain. Begitu pula dengan para odapus laki-laki dewasa awal di Syamsi Dhuha *Foundation* (SDF) kota Bandung dimana pada tahapan usia mereka saat itu diharapkan untuk dapat menjadi lebih produktif, berkembang, beradaptasi dengan lingkungan sosial dan mampu menjalankan segala tugas-tugas perkembangannya dengan baik.

Berdasarkan wawancara kepada beberapa odapus laki-laki di SDF, mereka menyatakan bahwa Ketika kesehatan odapus sedang menurun atau biasa dikatakan dengan masa flare-up, odapus mengaku bahwa mereka merasa malas untuk berkegiatan. Mereka bahkan malas untuk melakukan kegiatan ringan yang sebenarnya dapat dilakukan tanpa harus mengeluarkan banyak tenaga seperti makan, bangun dari tempat tidur, berdiri, berjalan, membersihkan diri, dan lain-lain. Odapus merasa hal tersebut sangat mengganggu kehidupan sehari-harinya karena mereka kehilangan daya upaya untuk melakukan sesuatu yang berguna dan mempertahankan produktivitasnya. Odapus menjadi kesal pada dirinya sendiri khususnya karena odapus adalah seorang laki-laki yang menganggap dirinya memiliki tanggung jawab besar tidak hanya terhadap dirinya sendiri namun juga lingkungan dan keluarganya. Mereka juga menyatakan bahwa hingga saat ini dirinya masih merasa kesal karena mengalami kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-harinya yang dibatasi oleh lupus. Meskipun sudah mencoba berusaha menyesuaikan diri dengan mengurangi kegiatan dan selalu rutin memeriksakan kondisi fisiknya ke rumah sakit, namun odapus merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalani. Odapus merasa kecewa karena sangat banyak aktivitas yang ingin odapus lakukan namun seringkali tidak dapat terpenuhi karena

mudah merasa lelah dan terkena infeksi organ dalam tubuh. Odapus merasa apa yang dilakukannya menjadi sia-sia sehingga mereka berusaha untuk tidak memiliki harapan apapun yang ingin dicapai seperti cita-cita, tujuan hidup dan lain-lain. Odapus hanya menjalani pengobatan secara rutin dan menghindari melakukan banyak aktivitas agar kondisi fisiknya tetap stabil dan tidak banyak memikirkan mengenai masa depan seperti apa yang mereka inginkan karena ketakutan akan rasa kecewa dimana cita-citanya tersebut tidak dapat tercapai karena terhambat oleh penyakit lupusnya.

Namun pada beberapa odapus, mereka menyatakan bahwa seiring berjalannya waktu, odapus mulai menyusun kembali hidupnya, menenangkan diri dan mengingat bahwa Tuhan tidak akan memberikan cobaan diluar batas kemampuannya, berusaha menerima keadaannya dengan mulai mencoba terus melaksanakan aktivitas seperti biasa. Pada awalnya odapus mencoba mensiasati rasa malasnya dengan melakukan kegiatan yang disukai untuk mengisi waktu luangnya saja karena tidak dapat bekerja dan berkegiatan dalam waktu yang lama seperti laki-laki pada umumnya. Odapus tidak ingin merepotkan keluarga dan lingkungannya, tidak ingin terlihat lemah dan mendapatkan perlakuan yang berbeda dari lingkungan karena memiliki penyakit, mereka ingin dapat mengurus dirinya sendiri dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri, merasa bahwa dirinya harus mampu menjalani kehidupannya kembali dan melakukan aktivitas seperti biasanya. Odapus mulai merasa bahwa kegiatan sehari-harinya dapat dilakukan dengan baik ketika ia mengerjakan hobi dan kegiatan lain yang disukai dan dikehendaki oleh odapus. Kegiatan yang awalnya dilakukan sebagai hobi tersebut membuat odapus lupa akan tekanan yang dirasakan akibat penyakitnya. Odapus dapat merasa lebih bersemangat karena masih mampu melakukan sesuatu yang ia sukai. Odapus jadi menyadari bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengerjakan suatu kegiatan dan pekerjaan dimana kegiatan tersebut memang dirasa mampu dilakukan oleh odapus. Ketika melakukan kegiatan tersebut, odapus merasa dapat melupakan kesedihan dan kekecewaan yang mereka rasakan karena penyakit lupus.

Hal yang dialami oleh odapus dimana mereka merasakan kenyamanan dan melupakan perasaan-perasaan negatif dari penyakit lupus serta mulai menerima diri agar dapat hidup dengan tenang adalah bentuk kesejahteraan yang dirasakan oleh odapus. Kesejahteraan yang dirasakan oleh odapus tersebut peneliti identifikasi sebagai bentuk *Eudaimonic Well-Being* atau EWB.

Para odapus juga menyatakan bahwa meskipun pada awalnya mereka merasa ingin menyerah dan justru dengan sengaja melalaikan aturan dokter seperti sering tidur larut malam, tidak menjaga pola makan dan lain-lain, pada akhirnya keinginan mereka untuk sehat kembali dan hidup dengan normal lebih besar. Para odapus merasa bahwa segala keadaan negatif yang mereka alami diperparah dengan pemikiran yang negatif juga. Melihat seluruh keluarga dan lingkungan mendukung dirinya, para responden merasa harus menumbuhkan sugesti positif terhadap diri karena mereka merasa seberapa besar dan banyak pun dukungan yang diberikan padanya, apabila odapus sendiri tidak ada keinginan untuk ingin sembuh dan merasa bahwa dirinya mampu melawan penyakitnya, maka dukungan tersebut akan sia-sia dan hanya akan membuang waktu dan biaya keluarganya. Meskipun tidak dapat membuat dirinya sembuh secara total, namun pemikiran positif terhadap diri ini setidaknya membuat odapus menjadi lebih tenang dan merasa bahwa dirinya masih memiliki kelebihan lain dibandingkan hanya berfokus pada kekurangan yang dirasakan akibat penyakit lupusnya tersebut.

Hal tersebut menunjukkan bahwa agar dapat mengatasi kondisi-kondisi turunnya

fungsi psikis yang diakibatkan oleh penyakitnya, para odapus khususnya laki-laki usia dewasa awal membutuhkan penghayatan yang positif mengenai diri dan lingkungannya sebagai usaha beradaptasi yang tepat, mampu mengevaluasi diri dan lingkungan serta segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya secara lebih positif dan mengarahkan hidupnya secara baik sesuai dengan bagaimana individu ingin memaknakan hidupnya untuk tetap berbahagia meskipun dengan kondisi mengidap Lupus.

Keinginan dari individu untuk melihat secara mendalam aspek-aspek positif pada konsep diri merupakan definisi dari *Self-Enhancement*. *Self-Enhancement* atau peningkatan diri adalah salah satu usaha peningkatan pada diri manusia yang dapat membuat seseorang merasa dirinya lebih baik guna menjaga self-esteem dalam dirinya (Sedikides dan Strube, 1995).

Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara *Self-Enhancement* dengan *Eudaimonic Well-Being* pada Odapus Laki-laki Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung”

B. Landasan Teori

Self-Enhancement

Self-Enhancement adalah usaha individu untuk melihat secara mendalam aspek-aspek positif pada konsep diri dan menjauhkan diri dari informasi serta umpan balik yang bersifat negatif. Hal itu dapat menjadi sangat terlihat dalam situasi-situasi kegagalan, situasi yang mengancam, atau situasi yang menyerang self-esteem seseorang (Beauregard dan David, 1998). Termasuk di dalam *self-enhancement* adalah preferensi positif di atas perasaan negatif terhadap diri sendiri (Sedikides dan Gregg, 2008).

Self-Enhancement memiliki tiga aspek yang membangunnya (Alicke dan Sedikides, 2009; Sedikides dan Gregg, 2008), ketiga aspek tersebut adalah:

1. Positivity Embracement
Suatu strategi untuk mencari timbal balik yang positif (Hepper, Gramzow, & Sedikides, 2010). Positivity embracement adalah membuat orang lain memberikan timbal balik positif terhadap dirinya, membuat dan mendapatkan umpan balik yang positif dari orang lain baik secara kognitif ataupun perilaku.
2. Favorable construals
Membentuk suatu kognisi tersendiri mengenai dunia secara lebih positif. Menyediakan interpretasi mengenai dunia dan kejadian yang relevan dengan diri (Hepper, Gramzow, & Sedikides, 2010).
3. Self-affirming reflections
Menjaga integritas diri secara kognitif untuk menghadapi masa kini maupun ancaman pribadi dari pengalaman di masa lalu. Aspek ini merupakan respon natural manusia ketika menghadapi tekanan atau situasi yang mengancam dari masa lalu ataupun masa. (Hepper, Gramzow, & Sedikides, 2010)

Eudaimonic Well-Being

Eudaimonic Well-Being fokus pada realisasi diri, dimana kesejahteraan dipandang dari sejauh mana seseorang telah berfungsi sepenuhnya (Lazarus and Folkman, dalam Ryan and Deci 2001). Filosofi eudomonism mendefinisikan bahwa tindakan yang tepat akan membawa seseorang menuju kesejahteraan. Aristoteles menyatakan bahwa seseorang akan menemukan kebahagiaan dalam mengekspresikan kebajikan dan dalam melakukan apa yang layak untuk dilakukan sesuai dengan prinsip

yang ia pegang (Ryan & Deci, 2001).

Beberapa peneliti lain, seperti Schutee, Wissing, dan Khumalo membuat sebuah analisis faktor pada alat ukur *Eudaimonic Well-Being* Waterman pada tahun 2013. Pada penelitian tersebut, mereka menemukan adanya tiga aspek utama dalam variabel ini, yaitu:

1. Sense of Purpose (SoP)

Yaitu aspek yang berfokus pada sejauh mana seseorang mengenali dirinya (self knowledge) dan kebermaknaan suatu tujuan hidup dalam dirinya. Kebermaknaan tujuan hidup sejalan dengan bagaimana seseorang mempersepsikan makna hidupnya. Hal ini sejalan dengan konstruk makna hidup yang disampaikan Ryff (1989) yakni adanya tujuan hidup, arah yang jelas, dan intensitas dalam pencapaiannya.

2. Purposeful Personal Exvressiveness (PPE)

Yaitu aspek yang fokus pada keaktifan seseorang secara penuh pada setiap aktivitas yang bermakna dan bertujuan. Hal ini juga terkait dengan afeksi atau perasaan menikmati setiap kegiatan yang mengekspresikan kepribadiannya serta usaha yang dilakukan dalam pengembangan potensi. Aspek ini juga sejalan dengan motivasi intrinsik dari teori self-determination yang dikemukakan oleh Ryan (2008), yakni adanya ketertarikan, otonomi, dan pengekspresian diri pada setiap aktivitas yang dilakukannya.

3. Effortful Engagement (EE)

Yaitu aspek yang mengacu pada bagaimana seseorang memiliki suatu harapan sehingga menimbulkan upaya dalam setiap kegiatan yang memungkinkan dalam pencapaian harapan tersebut, sekalipun hal tersebut sulit. Tanggung jawab dalam pencapaian akan berkebalikan dengan sifat menyerah dan mengikuti arus kehidupan. Aspek ini berkaitan dengan optimalisasi diri di setiap pengalaman (Delle Fave dan Massimi, 2005).

C. Hasil Penelitian

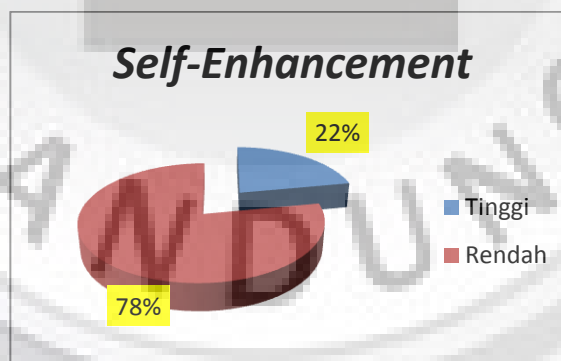


Diagram 1. Diagram Self-enhancement

Dari 23 orang responden yang diteliti dalam penelitian ini, Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung memiliki *Self-Enhancement* positif sebanyak 78% yaitu 18 orang. Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung memiliki *Self-Enhancement* negatif sebanyak 22% yaitu 5 orang.

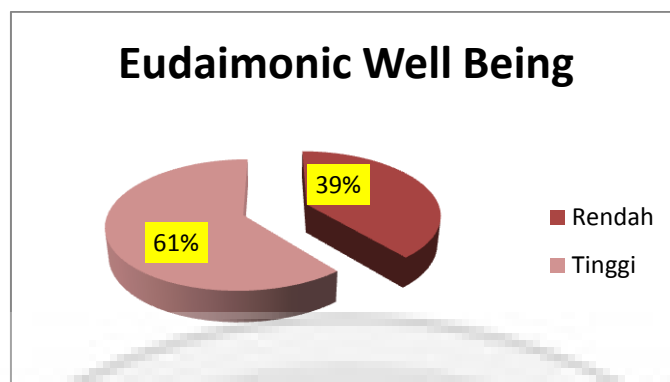


Diagram 2. Diagram Eudaimonic Well-being

Dari 23 orang responden yang diteliti dalam penelitian ini Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung memiliki *Eudaimonic Well-Being* dalam kategori tinggi sebanyak 61% yaitu 14 orang. Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung memiliki *Eudaimonic Well-Being* dalam kategori rendah sebanyak 39% yaitu 9 orang.

Hasil perhitungan diperoleh dari nilai signifikansi (2-tailed) = 0,731. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan menurut skala korelasi *Guillford* antara *Self Enhancement* dengan *Eudaimonic Well-Being* pada Odapus Laki-laki Usia Dewasa Awal di Yayasan Syamsi Dhuha Bandung. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin positif *Self Enhancement* maka semakin tinggi *Eudaimonic Well-Being*, begitupun sebaliknya.

D. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik beberapa simpulan, diantaranya ialah :

1. Terdapat hubungan yang kuat dan sangat signifikan antara *self enhancement* dengan EWB dimana nilai r_s ; 0,731. Sehingga semakin tinggi *self enhancement* maka semakin tinggi EWB.
2. Ketiga aspek dari *self-enhancement* memiliki hubungan yang kuat dan signifikan dengan EWB. Aspek *positivity embracement* memiliki hubungan yang cukup berarti dengan EWB dimana nilai r_s ; 0,693. Aspek *favorable construals* memiliki hubungan yang cukup berarti dengan EWB dimana nilai r_s ; 0,689. Aspek *self affirming reflections* memiliki hubungan yang tinggi dengan EWB dimana nilai r_s ; 0,712.

Daftar Pustaka

- Arndt, W. Jr. (1974). *Theories of Personality*. New York: MacMillan Publishing Co., Inc.
- Arisandy, Y. (2013, Mei 24). Lupus, Penyakit Seribu Wajah yang Harus Diwaspadai. Antara News [online], halaman 1. Tersedia: <http://www.antarane.ws.com/berita/376454/lupus-penyakit-seribu-wajah-yang-harus-diwaspadai>. [10 Maret 2017]
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Biswas-Diener, Robert. (2015). *A Brief History of Eudemonia in Positive Psychology*. Positive Acorn, www.positiveacorn.com.
- Bosson, Jennifer K. 2003. *Self-Enhancement Tendencies Among People With High*

- Explicit Self-Esteem : The Moderating Role of Implicit Self-Esteem*. Psychology Press
- Carducci, B. J. (2009). *The Psychology of Personality: Viewpoints, research, and Application*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Chaplin, C.P. (1995). *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemahan Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Pers.
- Field, Andy. (2009). *Discovering Statistics using SPSS*. London: SAGE.
- Guilford, J.P. (1956). *Fundamental Statistics in Psychology and Education*. (p. 145). New York: McGraw Hill.
- Hadi, Sutrisno. (2000). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Hurlock, Elizabeth B. (2004). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Karasz, A. K., Buchnak, E, & Oulette, S. C. (1993, August). Role strain and psychological well-being in lupus patients. American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Peringatan hari lupus sedunia. <http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/1500-peringatan-harilupus-sedunia.html>. (November 20. 2016).
- Keyes, C., Shmotkin, C., Ryff, C. (2002). *Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions*. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Landau, M. J., & Greenberg, J. (2006). Play If Scale or Go For the Gold? A Terror Management Perspective on Self-Enhancement and Self-Protective Motives in Risky Decision Making. *Personal and Social Psychology Bulletin*.
- Lupus Foundation of America. *How lupus affects the body*. http://www.lupus.org/webmodules/webarticlesnet/templates/new_learn_affects.aspx?articleid=2268. (November 12. 2016)
- Martin DA, Elkon KB. Apoptosis. In: Wallace DJ, editor. *Dubois' lupus erythematosus*. Philadelphia: Lippincott Williams & Williams; 2007. pp. 118–132.
- Nadhiroh, F. (2007, Agustus 14). Lupus, Penyakit Seribu Wajah Dominan Menyerang Wanita.
- Nurmalasari, Y. (2007). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Remaja Penderita Penyakit Lupus. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Ryan, R., Deci, E. (2001). *On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being*. New York: Department of clinical and social sciences in Psychology, Universitas Rochester.
- Savitri, T. (2013). *Aku dan lupus*. Jakarta: Puspa Swara.
- Seawell A, Danoff-Burg S. Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles*. 2005;53(11–12):865–876.
- Spearman. *Tabel Korelasi Spearman (Tabel R-Spearman)*. Diunduh dari <http://www.rey1024.com/wp-content/uploads/Tabel-r.pdf> pada tanggal 20 Desember 2017.
- Schuttee, L., Wissing, Khumalo, I. (2013). *Further Validation of The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being (QEWB)*. A SpringerOpen Journal. Potchefstroom, South Africa : Department of Psychology, North-west University.
- Waterman. (1993). *Two Conception of Happiness: Contrast of Personal Expressiveness (Eudomonia) and hedonic enjoyment*. *Journal Pers. Social Psychology*, Volume 64:678-91.
- Waterman, Schwartz, Zamboanga, Ravert, Williams, Agocha, Yeong Kim, & Donnellan. (2010). *The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being: Psychometric Properties, Demographic Comparisons, & Evidence of Validity*. *Journal Psikologi Positif*, Vol. 5, No. 1, 41-61. New Jersey: Routledge, Taylor & Francis Group.