

**PENGARUH SELF ESTEEM DAN REGULASI EMOSI DALAM
MEMPREDIKSI TINGKAT KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR UNAIR**

SKRIPSI

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



Oleh:

Devandra Abimanyu Harianto

11020121066

Dosen Pembimbing:

Prof. Dr. Moh Sholeh. M.Pd

Nip. 195912091990021001

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

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul " Pengaruh *Self-Esteem* dan Regulasi Emosi dalam Memprediksi Tingkat Kebahagiaan pada Mahasiswa Tingkat Akhir UNAIR" adalah hasil karya asli yang saya susun sebagai bagian dari pemenuhan tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA). Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat pihak lain yang sepenuhnya sama dengan karya ini, kecuali yang telah dikutip secara tertulis dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 30 Mei 2025



Devandra Abimanyu Harianto

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh *Self Esteem* dan Regulasi Emosi dalam Memprediksi Tingkat
Kebahagiaan pada Mahasiswa Tingkat Akhir UNAIR

Oleh :

DEVANDRA ABIMANYU HARIANTO

11020121066

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 2025

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Moh. Sholeh', with a long horizontal stroke extending to the right and a vertical line crossing it near the end.

Prof. Dr. H. Moh. Sholeh. M.Pd.

NIP. 195912091990021001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Pengaruh *Self Esteem* dan Regulasi Emosi dalam Memprediksi Tingkat Kebahagiaan pada Mahasiswa Tingkat Akhir UNAIR

Yang disusun oleh
Devandra Abimanyu Harianto 11020121066

Telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Pada tanggal 10 Juni 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. phil. Khoirun Niam
NIP. 747007251996031004

Anggota Tim Penguji
Penguji I

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd
NIP. 195912091990021001

Penguji II

Dr. Survani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji III

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Penguji IV

Nova Lusiana, M. Keb
NIP. 198111022014032001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Devandra Abimanyu Harianto
NIM : 11020121066
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : hariantodevandra@gmail.com

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

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

**Pengaruh Self Esteem dan Regulasi Emosi dalam Memprediksi Tingkat
Kebahagiaan pada Mahasiswa Tingkat Akhir UNAIR**

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, 21 Juli 2025

Penulis

(Devandra Abimanyu Harianto)
nama terang dan tanda tangan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kebahagiaan.....	7
B. <i>Self-Esteem</i>	12
C. Regulasi Emosi.....	14
D. Pengaruh Antara Variabel.....	17
E. Kerangka Teori.....	19
F. Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	21
B. Populasi, Sample dan Teknik Sampling.....	21
C. Teknik Pengumpulan Data.....	22

D. Validitas dan Reliabilitas Data.....	28
E. Analisis Data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pengujian Hipotesis.....	41
C. Pembahasan.....	43
BAB V PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	55



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Mahasiswa Akhir UNAIR kampus B	22
Tabel 2. Skala Kebahagiaan Oxford Happiness Questionnaire	23
Tabel 3. Validitas Happiness	24
Tabel 4. Reliabilitas Happiness	25
Tabel 5. Rosenberg Self Esteem Inventory	25
Tabel 6. Validitas Self-Esteem	26
Tabel 7. Reliabilitas Self-Esteem	26
Tabel 8. Skala Emotional Regulation	27
Tabel 9. Validitas Regulasi Emosi	27
Tabel 10. Reliabilitas Regulasi Emosi	27
Tabel 11. Hasil Uji Validitas Oxford Happiness Questionnaire	29
Tabel 12. Hasil Uji Validitas Rosenberg Self-Esteem	30
Tabel 13. Hasil Uji Validitas Emotional Regulation Scale	30
Tabel 14. Hasil Uji reliabilitas Oxford Happiness Questionnaire	31
Tabel 15. Hasil Uji reliabilitas Rosenberg Self Esteem Scale	31
Tabel 16. Hasil Uji Reliabilitas Emotional Regulation Questionnaire	32
Tabel 17. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	33
Tabel 18. Uji Heteroskedastisitas	33
Tabel 19. Uji Multikolinearitas	34
Tabel 20. Data Demografi JK	33
Tabel 21. Data Demografi Usia	33
Tabel 22. Data Demografi Fakultas	36
Tabel 23. Data Demografi Semester	36
Tabel 24. Kategorisasi Variabel	37
Tabel 25. Hasil Kategorisasi Kebahagiaan	37
Tabel 26. Hasil Kategorisasi Self-Esteem	37
Tabel 27. Hasil Kategorisasi Regulasi Emosi	38
Tabel 28. Hasil Tabulasi Silang Jenis Kelamin Dengan Kebahagiaan	38
Tabel 29. Hasil Tabulasi Silang Usia Dengan Kebahagiaan	39
Tabel 30. Hasil Tabulasi Silang Dengan Fakultas	39
Tabel 31. Hasil Tabulasi Silang Semester Dengan Kebahagiaan	40
Tabel 32. Hasil Uji T	41
Tabel 33. Hasil Uji F	42
Tabel 34. Hasil Koefisien Determinasi	42
Tabel 35. Self esteem terhadap kebahagiaan	43
Tabel 36. Regulasi emosi terhadap kebahagiaan	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hipotesis Penelitian.....	20
-------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala	57
Lampiran 2. Data Hasil Kuesioner	64
Lampiran 3. Validitas.....	103
Lampiran 4. Reliabilitas.....	112
Lampiran 5. Uji Prasyarat	113
Lampiran 6. Tabulasi Suling.....	114
Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis.....	115

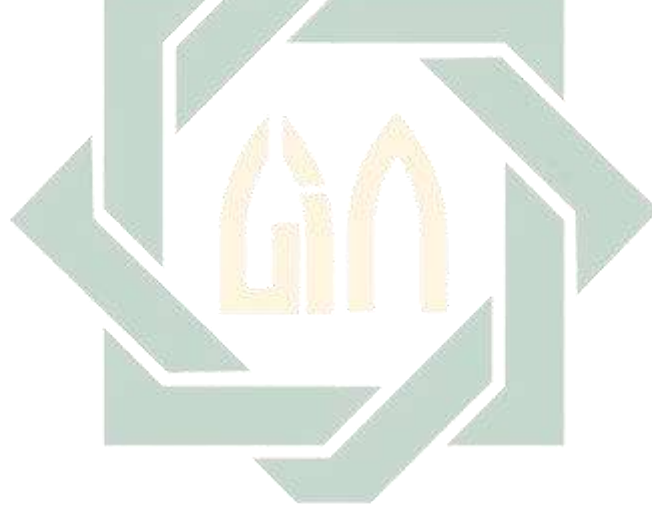


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

INTISARI

Kebahagiaan merupakan kondisi mental yang sehat dan ditandai dengan perasaan senang, puas, dan adanya makna dalam hidup. Penelitian ini **bertujuan** untuk **mengetahui** pengaruh *Self-Esteem* dan Regulasi Emosi dalam memprediksi tingkat kebahagiaan pada mahasiswa tingkat akhir UNAIR kampus B. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir UNAIR kampus B. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, dengan menggunakan kuesioner penelitian yang disebar kepada seluruh subjek. Ada tiga instrumen yang digunakan yaitu *Oxford Happiness Questionnaire*, *Rosenberg Self-Esteem Inventory* dan *Emotional Regulation Questionnaire*. Hasil penelitian **menemukan** korelasi dan dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan mahasiswa.

Kata Kunci: *Kebahagiaan, Self-Esteem, Regulasi Emosi*

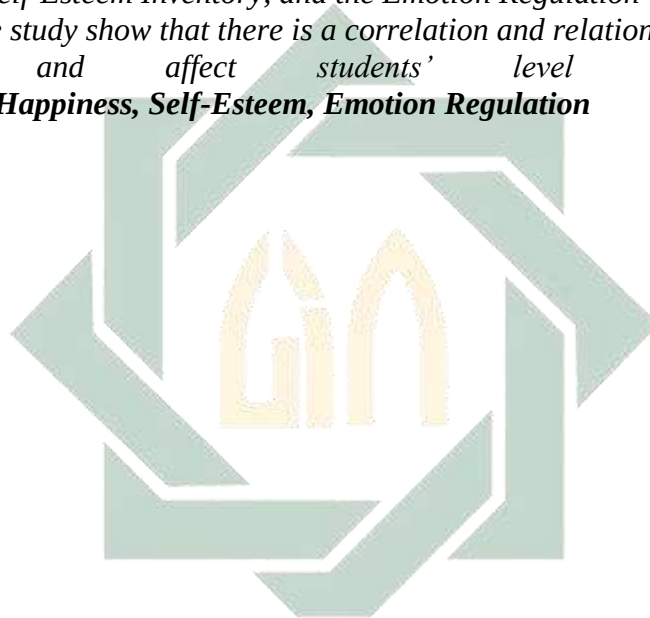


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Happiness is a mentally healthy condition characterized by feelings of joy, satisfaction, and a sense of meaning in life. This study aims to examine the role of self-esteem and emotion regulation in predicting the level of happiness among final-year students at UNAIR Campus B. The subjects of this study are final-year students at UNAIR Campus B. This research uses a quantitative correlational method, employing research questionnaires distributed to all participants. Three instruments were used in the study: the Oxford Happiness Questionnaire, the Rosenberg Self-Esteem Inventory, and the Emotion Regulation Questionnaire. The results of the study show that there is a correlation and relationship between these variables and affect students' level of happiness.

Keywords: *Happiness, Self-Esteem, Emotion Regulation*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, N. R., Khumas, A., & Rifani, R. (2023). *Kebahagiaan Mahasiswa Suku Bugis-Makassar*. 2(4), 563–578.
- Agnes. (2022). *The Relationship Between Gratitude and Happiness in Year*
Hubungan Antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Siswa
Pendahuluan. 7, 1–7.
- Agung Santoso. (2023). *Rumus Slovin: Panacea, Masalah Ukuran Sampel?* 6.
- Atika, N. (2021). Socio Humanus. *Socio Humanus*, 3(3), 265–271.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*.
- Baghdadi, N. A., Sankarapandian, C., Arulappan, J., Taani, M. H., Snethen, J., & Andargeery, S. Y. (2024). The Association between Nursing Students' Happiness, Emotional Intelligence, and Perceived Caring Behavior in Riyadh City, Saudi Arabia. *Healthcare (Switzerland)*, 12(1), 1–11.
<https://doi.org/10.3390/healthcare12010067>
- Baumeister, B. R. (2005). *Self- Esteem*.
- Baumeister, R., Campbell, J., Krueger, J., & Vohs, K. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44.
- Budiastuti, D. D., & Agustinus Bandur, P. D. (2018). VALIDITAS DAN RELIABILITAS PENELITIAN. In *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.
- Cahyaningtyas, H., Dale, A. A., Karimah, F. N., & Caesaria, I. (2020). Kebahagiaan pada guru sekolah luar biasa (SLB). *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 93–102. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v5i1.11133>
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths* (Vol. 16, Nomor 1).
- Chen, X., Huang, Z., & Lin, W. (2022). The effect of emotion regulation on happiness and resilience of university students: The chain mediating role of learning motivation and target positioning. *Frontiers in Psychology*, 13(December), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1029655>
- Choi, Y. S., Shin, H. K., Hong, D. Y., Kim, J. R., Kang, Y. S., Jeong, B., Park, K. S., & Lee, K. H. (2019). Self-esteem as a Moderator of the Effects of Happiness, Depression, and Hostility on Suicidality Among Early Adolescents in Korea. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 52(1), 30–40. <https://doi.org/10.3961/jpmph.18.095>
- Engry, A., & Ambarini, T. K. (2019). Efektivitas Pelatihan Self Management Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Pekerja Sosial Di Lembaga Swadaya Masyarakat (Lsm) Yang Menangani Kasus Anak. *Experientia: Jurnal*

- Psikologi Indonesia*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2117>
- Fitriani, Y., & Gina, F. (2024). Validasi Modul Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 97. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i1.14699>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologis* (hal. 202).
- Graciyal, D. G., & Viswam, D. (2021). Social Media and Emotional Well-being: Pursuit of Happiness or Pleasure. *Asia Pacific Media Educator*, 31(1), 99–115. <https://doi.org/10.1177/1326365X211003737>
- Gross, J. (1998). Cyclin D1 is not an essential target of β -catenin signaling during intestinal tumorigenesis, but it may act as a modifier of disease severity in multiple intestinal neoplasia (Min) mice. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2014). Handbook of Emotion Regulation, Second Edition. In *Handbook of Emotion Regulation*.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Halimah Nur Rohmah, F. S. (2021). Self-Esteem, Tawakal, and Social Support: Its Effect on Student Happiness. *Psychology and Education Journal*, 58(1), 5430–5435. <https://doi.org/10.17762/pae.v58i1.1800>
- Hamim Khairul. (2016). Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Quran Dan Filsafat. *Tasamuh*, 13(2), 136. <https://core.ac.uk/download/pdf/266978934.pdf>
- Hanifah, N., & Suhana. (2019). Hubungan Self Esteem dengan Interaksi Parasosial pada Nijikon di Komunitas “X” Correlation between Self Esteem and Parasocial Interaction on Nijikon in “X” Community. *Prosiding Psikologi*, 5(1), 30–36.
- Hasibuan, A. D. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa di Masa pandemi Covid-19. *Al-Irsyad*, 10(1), 79. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i1.7654>
- Heryana, A. (2023). Bekerja dengan Data Tidak Normal. *Esa Unggul*, January, 1–9. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.27700.73604>
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- Hohyuns, S., Jihwan, S., & Seungman, L. (2021). Effects of self-esteem on resilience and school happiness of korean students participating in school sports club. *Journal of Engineering Education Transformations*, 34(3), 89–

99. <https://doi.org/10.16920/jeet/2021/v34i3/155398>
- Husaini, A. (2023). *BELAJAR DARI KASUS BUNUH DIRI MAHASISWA, PENDIDIKAN ITU HARUSNYA MENYENANGKAN – Dewan Da'wah Islamiyah Indonesia Provinsi Jawa Timur*.
<https://dewandakwahjatim.com/2023/04/29/belajar-dari-kasus-bunuh-diri-mahasiswapendidikan-itu-harusnya-menyenangkan/>
- Ibrahim, N. (2022). *The Influence of Emotional Regulation and Self-Motivation on Happiness and Psychological Well-Being during the Covid-19 Pandemic in Counseling Sessions in Malaysia*. 12(2022).
- Jannah, R., Putra, M. S., Nurudin, A. S., & Situmorang, N. Z. (2019). Makna kebahagiaan mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(1), 22. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15126>
- Kezia, M., & Tobeli, Y. (2023). Efektivitas Terapi Self Healing Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 321–327.
- Krisdiyanto, J. (2022). Meningkatkan Regulasi Emosi Mahasiswa Dalam Mengendalikan Perilaku Agresif Melalui Pelatihan Meditasi Mindfulness. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 104–113.
<https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.6079>
- Kumar, D., Yadav, P., M. Joshy, V., & Thomas, B. (2023). *Happiness index of medical students and related factors in Andaman and Nicobar Islands, India*. January, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Lakani, N., & Akbari, B. (2021). *The Effectiveness of Cognitive Emotion Regulation on Emotional Regulation, Cognitive Flexibility, and Mental Happiness among Students with Internet-addicted: A Pilot Study*.
- Lee, H. J., Yang, J. H., & Bum, C. H. (2023). The Relationship between MZ Generation Screen Golf Participants' Participation Motivation, Self-Esteem, and Psychological Happiness. *Healthcare (Switzerland)*, 11(18).
<https://doi.org/10.3390/healthcare11182548>
- Leonita A.A., Hidayatullah M.S., & Akbar S.N. (2020). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kebahagiaan Pada Perempuan Yang Bergabung Dalam Komunitas Motor di Kuala Kapuas. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 121–124.
- Lumban Tobing, L., Sitorus, M. H., Simbolon, E. T., & Manullang, M. (2020). Analisis Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Kristen. *Jurnal Christian Humaniora*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.46965/jch.v4i1.8>
- Mafaza, N., Kawuryan, F., & Pramono, R. B. (2021). Kebahagiaan Mahasiswa ditinjau dari Optimisme dan Student Engagement. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 6(2), 148–159. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v6i2.6877>
- Marie, C., & Bond, C. (2019). *The Effects of a Brief Intervention Workshop on*

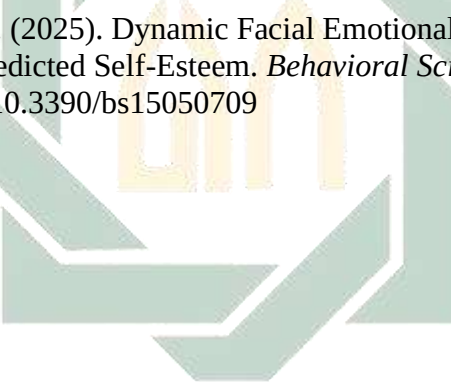
Emotional Regulation and Well-being : Stress , Happiness and Depressive Symptoms A thesis in fulfilment of the requirements for the degree of Master of Science in Psychology at the University of Canterbury ,.

- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2024). *Social Support and Self - Care Behavior Study*. January, 1–6.
<https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Mruk, C. J. (2006). Self-esteem: research, theory, and practice. In *Choice Reviews Online* (Vol. 32, Nomor 10). <https://doi.org/10.5860/choice.32-5938>
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik SPSS. In *Zifatama Jawara*.
- Murdaningsih, D., & Awaliyah, G. (2019). 87 Persen Mahasiswa Mengaku Salah Pilih Jurusan *Republika Online*. Republika.
<https://republika.co.id/berita/pmjuhw368/87-persen-mahasiswa-mengaku-salah-pilih-jurusan>
- Nathaniel Branden. (1992). The Power Of Self-Esteem. In *Health Communications, Inc*.
- Nikmarijal. (2022). Perkembangan Self-Esteem Anak. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 3(2), 29–32.
<https://doi.org/10.32923/ijoce.v3i2.2727>
- Paradizsa, I., Malik, L. I., Isa, M., & Anugrah, P. (2019). Self-Esteem, Contagion Theory dan Suporter Persija Jakarta. *Jurnal Komunikasi*, 11(1), 1.
<https://doi.org/10.24912/jk.v10i1.2072>
- Prafitralia, A., Kiai, U., Achmad, H., Jember, S., & Abstrak, K. K. (2023). Analisis Faktor Kebahagiaan pada Mahasiswa Generasi Z. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2(1), 1–14.
<https://doi.org/10.35719/p>
- Purnawan, R. A., & Situmurang, N. Z. (2021). Peranan Regulasi Emosi, Kontrol Diri, Penerimaan Diri Terhadap Perilaku Agresif Siswa Smp Di Yogyakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(1), 205.
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.10777.2021>
- Rahma, A. (2022). Gambaran Kebahagiaan pada Anak Dari Orang Tua yang Bercerai. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2017), 8451–8454.
<https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/3560%0Ahttps://www.jptam.org/index.php/jptam/article/download/3560/3576>
- Rahmawati, R., Arni, A., & Imadduddin, I. (2021). Persepsi Kebahagiaan Pada Masyarakat Banjar di Desa Gandaraya Kecamatan Anjir Pasar Kabupaten Barito Kuala. *Jurnal Al-Husna*, 1(1), 78.
<https://doi.org/10.18592/jah.v1i1.3506>
- Rusman, A. A., & Nasution, F. (2020). Deskripsi Kebahagiaan Belajar Mahasiswa BKI Pada Masa Pandemi COVID-19. *Al-Irsyad*, 10(1), 1.

<https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i1.7649>

- Ryden, M. B. (1978). An Adult Version of the Coopersmith Self-Esteem Inventory: Test-Retest Reliability and Social Desirability. *Psychological Reports*, 43(3_suppl), 1189–1190.
<https://doi.org/10.2466/pr0.1978.43.3f.1189>
- Salavera, C., Usán, P., & Teruel, P. (2020). The mediating role of positive and negative affects in the relationship between self-esteem and happiness. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 355–361.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S240917>
- Sativa, A. R., & Helmi, A. F. (2015). *SYUKUR DAN HARGA DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN REMAJA*. 6.
- Sharma, I., & Upadhyaya, A. (2019). Impact of Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence on Learning with Mediating Effect of Curiosity. *SSRN Electronic Journal*, January. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3308028>
- Shdaifat, E., Shudayfat, T., & Alshowkan, A. (2024). The relationship between personality traits and happiness: the mediating role of emotional regulation. *BMC Nursing*, 23(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01959-0>
- Sheibani, N., & Sourk, S. S. (2020). ... contribution of cognitive emotion regulation strategies in anticipation of happiness and anxiety in Birjand Islamic Azad University in the academic year 2018-19. *Journal of Advanced Pharmacy Education & ...*, 10, 62–71.
<https://japer.in/storage/models/article/qKNBsUHbL9DFtBM5R2wYSBxun6qvUwsrYlu1asm65wfou2v5OAATgYucB6qt/the-contribution-of-cognitive-emotion-regulation-strategies-in-anticipation-of-happiness-and-anxie.pdf>
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Suryani, I. I. S. (2022). Hubungan Kebahagiaan dengan Kecemasan pada Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. In *Skripsi*.
- Tan, M. D. (2025). *Social Support as a Predictor of Happiness in Undergraduate Students Working on Their Thesis Dukungan Sosial sebagai Prediktor Kebahagiaan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*. 14(2), 280–285.
- Tien Nam, P., Thanh Tung, P., Phuong Linh, B., Hanh Dung, N., & Van Minh, H. (2024). Happiness among university students and associated factors: A cross-sectional study in Vietnam. *Journal of Public Health Research*, 13(3).
<https://doi.org/10.1177/22799036241272402>
- Tinakon, W., & Nahathai, W. (2012). A comparison of reliability and construct validity between the original and revised versions of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Psychiatry Investigation*, 9(1), 54–58.
<https://doi.org/10.4306/pi.2012.9.1.54>

- Trisna Murti, M. A., & Ayriza, Y. (2024). Regulasi emosi sebagai prediktor kebahagiaan pada individu dewasa awal casual sad-music listener. *Acta Psychologia*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.21831/ap.v5i1.72025>
- Vilkhu, H. K., & Behera, S. (2019). A Study on Happiness and Life-Satisfaction among Elderly in Relation with Self-Esteem. *The International Journal of Indian Psychology*, 7(3). <https://doi.org/10.25215/0703.022>
- Wicaksono, M. W. (2019). *Konsep Kebahagiaan Pada Mahasiswa Uin Syarif*.
- Wirani, Z., & Kurniawan, R. (2024). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Psikologi*, 7(1), 34. <https://doi.org/10.24036/jrp.v7i1.15659>
- Yap, C. C., Mohamad Som, R. B., Sum, X. Y., Tan, S. A., & Yee, K. W. (2022). Association Between Self-Esteem and Happiness Among Adolescents in Malaysia: The Mediating Role of Motivation. *Psychological Reports*, 125(3), 1348–1362. <https://doi.org/10.1177/00332941211005124>
- Zang, X., & Yang, J. (2025). Dynamic Facial Emotional Expressions in Self-Presentation Predicted Self-Esteem. *Behavioral Sciences*, 15(5), 1–18. <https://doi.org/10.3390/bs15050709>



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A