



Pengaruh Kualitas Persahabatan Dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan Pada Mahasiswa

Indria Galuh Hapsari¹, Ima Fitri Sholichah²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Email: indriagaluh@gmail.com¹, ima_fitri@umg.ac.id²

Abstrak

Kebahagiaan merupakan hak semua orang. Kebahagiaan memiliki peran penting dalam lingkungan pendidikan khususnya bagi individu yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kualitas persahabatan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Subjek penelitian ini adalah 198 mahasiswa dengan teknik *non probability* sampling. Pengumpulan data menggunakan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ), *Friendship Quality* (FQUA), dan *Self Esteem Inventory* (SEI). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas persahabatan dan harga diri secara bersama-sama berperan mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa ($F= 43.962$, $R= 0.311$, $p<0.05$). Subjek berada pada kategori sedang pada variabel kualitas persahabatan, harga diri dan kebahagiaan.

Kata Kunci: *Kualitas Persahabatan, Harga Diri, dan Kebahagiaan*

Abstract

Happiness is rights of everyone. Happiness has an important role in the educational environment, especially for individuals who are studying in College Education. The purpose of this study was to determine the effect of friendship quality and self-esteem on happiness in college students. The subjects of this research were 198 students with non-probability sampling technique. Data collection used the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), Friendship Quality (FQUA), and Self Esteem Inventory (SEI). Data analysis in this study used multiple regression analysis techniques. The results showed that the quality of friendship and self-esteem together affect on college student happiness ($F = 43.962$, $R = 0.311$, $p < 0.05$). Subjects are in the medium category on the variables of friendship quality, self-esteem and happiness.

Keywords: *Quality of Friendship, Self-Esteem, and Happiness*

PENDAHULUAN

Setiap individu tentunya tidak terlepas dari permasalahan, baik itu masalah pribadi ataupun masalah sosial yang akan dapat mempengaruhi kebahagiaan individu tersebut. Kebahagiaan memiliki nilai yang tinggi dan merupakan hak setiap individu (Samardi, 2018: 26). Hills dan Argyle (2002) menjelaskan kebahagiaan merupakan emosi positif yang dirasakan seseorang yang merasa puas terhadap diri dan kehidupannya. Seligman (2005: 48) juga berpendapat bahwa kebahagiaan merupakan keadaan dimana individu akan lebih banyak mengingat pengalaman yang menyenangkan daripada pengalaman yang buruk. Kebahagiaan merupakan sebuah istilah untuk menggambarkan perasaan positif pada individu (ekstase dan kenyamanan) dan kegiatan positif yang tidak melibatkan unsur perasaan (ketersediaan dan keterlibatan).

Kebahagiaan dibentuk oleh beberapa faktor baik berasal dari internal dan eksternal (Salavera, Usán, & Teruel, 2020). Faktor internal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan yaitu emosi positif terhadap masa lalu, emosi positif tentang masa depan, emosi positif masa sekarang (Seligman, 2005: 80-132), harapan, iman, bersyukur (Julianto et al., 2020; Putra & Sudibia, 2019) harga diri (*self-esteem*) (Baumeister et al., 2003; Julianto et al., 2020; Leonita, Hidayatullah, & Akbar, 2020; Lutfiah & Takwin, 2018; Widodo & Pratitis, 2013; Yap et al., 2021; Yue et al., 2014), dan humor (*humor styles*) (Yue et al., 2014).

Sedangkan faktor eksternal kebahagiaan yaitu pendidikan, gender (Lyubomirsky et al., 2005; Putra & Sudibia, 2019; Seligman, 2005: 66-76), kualitas kehidupan kerja (*quality of work life*) (Lyubomirsky et al., 2005), kepemimpinan (*leadership*) (Chaiprasit & Santidhiraku, 2011), penghasilan (Lyubomirsky et al., 2005), keluarga, orang-orang spesial (Elfida et al., 2015), dan kualitas persahabatan (Demir et al., 2013; Elfida et al., 2015; Dyartika, 2015; Lyubomirsky et al., 2005; Nadhifah & Wahyuni, 2020; Sandjojo, 2018).

Individu yang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi menurut Azizah (2013) berada pada fase kebahagiaan taraf menengah, dimana hal-hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan mereka adalah: (a) Keberhasilan (*Success*), (b) Karir yang bisa mendapatkan imbalan (*a rewarding career*), (c) Menemukan identitas diri (*Finding one's identity*), (d) Mengembangkan kesadaran diri (*Developing self awareness*). Permasalahan yang ditemukan melalui wawancara didapatkan informasi bahwa mahasiswa yang mengalami permasalahan dengan teman, sahabatnya, dan orang-orang yang ada di lingkungan sekitarnya merasa sedih. Mereka menganggap sumber kebahagiaan mereka adalah orang-orang yang ada disekitarnya seperti teman-teman dan orangtua. Namun ketika orang-orang yang disekitarnya tidak menganggap dirinya mereka akan berkecil hati.

Dari hasil wawancara yang dilakukan tentang permasalahan kebahagiaan pada mahasiswa menunjukkan hasil yang sesuai dengan aspek-aspek kebahagiaan menurut Hills dan Argyle (2002), yaitu (1) Kepuasan hidup (*life satisfaction*), (2) Kesenangan (*joy*), (3) Harga diri (*self-esteem*), (4) Ketenangan (*calm*), (5) Kontrol diri (*self control*), dan (6) Efikasi (*efficacy*). Mahasiswa yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah berdampak pada aktifitas yang mereka lakukan, cenderung tidak fokus dan kurangnya minat dalam melakukan sebuah aktifitas. Berawal dari hal kecil seperti rendahnya tingkat kebahagiaan, akan menimbulkan permasalahan-permasalahan lain yang berdampak pada psikologis mereka.

Individu yang merasa bahagia akan menghabiskan waktunya untuk bersosialisasi. Individu yang bahagia lebih banyak memiliki teman biasa ataupun teman dekat. Individu yang bahagia lebih banyak terlibat dalam kegiatan dengan lingkungan sekitarnya dibandingkan individu yang kurang bahagia (Seligman, 2005: 55). Hal tersebut didukung penemuan oleh Lestari dan Palasari (2020) bahwa kualitas persahabatan menyumbang 7,5% pada kebahagiaan seseorang. Semua orang bahagia kecuali 10% yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik (Seligman, 2005).

Salavera, Usan, dan Teruel (2020) mengemukakan harga diri merupakan salah satu komponen yang digunakan untuk memprediksi kebahagiaan pada itu sendiri. Sumbangan efektif harga diri dengan kebahagiaan sebesar 71% sedangkan 29% sisanya merupakan faktor lain (Leonita et al., 2020). Harga diri mencakup kebutuhan berprestasi, kelebihan dan kompetensi, kepercayaan diri, kebebasan dan kemandirian, sedangkan penghargaan yang berasal dari orang lain meliputi kedudukan, nama baik, kekuasaan, perhatian, dan pengakuan (Widodo & Pratitis, 2013).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada pengaruh kualitas persahabatan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Berdasarkan paparan diatas perlu diteliti karena kebahagiaan dianggap penting oleh mahasiswa. Jika mahasiswa mengalami permasalahan pada kebahagiaan akan berdampak juga pada psikologis mereka. Selain itu kebahagiaan juga untuk menunjang proses pendidikan di perguruan tinggi sekaligus dalam kehidupannya.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Gresik. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan metode survey. Subjek penelitian sebanyak 198 mahasiswa dengan teknik *non probability sampling*.

Instrumen yang digunakan yaitu skala *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang dikembangkan oleh Hills dan Argyle (2002) dengan realibilitas 0,604, skala *Friendship Quality* (FQUA) yang disusun oleh Bukowski dan Hoza (1989) dengan realibilitas 0,951, dan skala *Self Esteem Inventory* (SEI) versi pendek yang disusun oleh Coopersmith (1967) dengan realibilitas 0,748.

Hipotesis yang akan diuji penelitian ini, yaitu:

H₁: Ada pengaruh kualitas persahabatan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada mahasiswa.

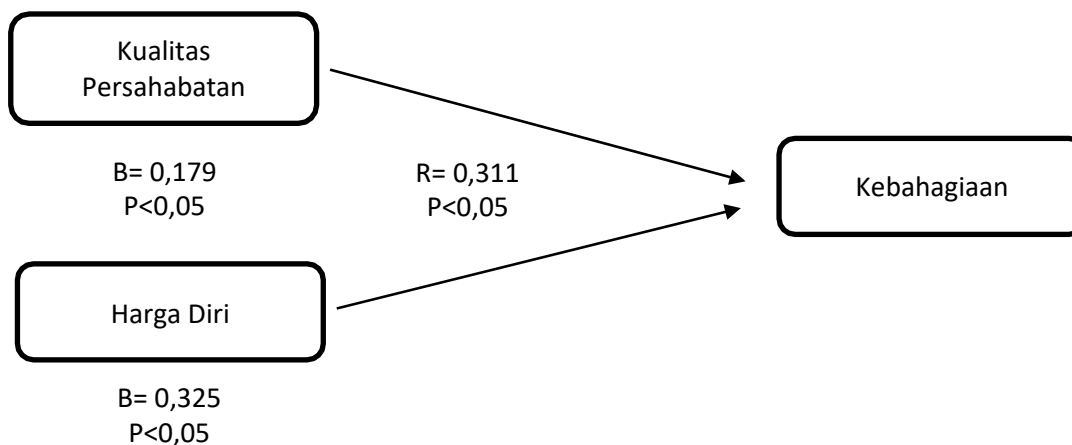
H₂: Ada pengaruh kualitas persahabatan terhadap kebahagiaan mahasiswa.

H₃: Ada pengaruh harga diri terhadap kebahagiaan pada mahasiswa.

Data yang diperoleh pada penelitian ini selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan bantuan program SPSS (*Statistical of Package for Social Science*) versi 26.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda, diketahui bahwa pengaruh kualitas persahabatan dan harga diri terhadap kebahagiaan memiliki nilai R Square = 0,311 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0.05$), artinya kualitas persahabatan dan harga diri berpengaruh secara signifikan pada kebahagiaan pada mahasiswa. Dengan demikian hipotesis pertama dari penelitian diterima.



Gambar 1 Hasil Uji Hipotesis

Hal ini berarti kualitas persahabatan dan harga diri memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Semakin meningkat kualitas persahabatan dan harga diri maka akan meningkat pula kebahagiaan pada mahasiswa. Sesuai dengan hasil koefisien determinasi, diperoleh 0,311 atau 31,1% kualitas persahabatan dan harga diri mempengaruhi kebahagiaan pada mahasiswa, sedangkan sisanya 68,9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian. Konstanta dalam persamaan regresi adalah $Y = 55,085 + 0,179X_1 + 0,325X_2$. Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap penambahan X_1 (kualitas persahabatan) akan meningkatkan kebahagiaan, begitu pula untuk koefisien regresi X_2 (harga diri) setiap penambahan nilainya akan meningkatkan kebahagiaan.

Berikutnya pada variabel kualitas persahabatan dengan kebahagiaan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya kualitas persahabatan berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Sehingga hipotesis kedua dari penelitian diterima. Kualitas persahabatan berpengaruh sebesar 12,57% terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Karena pada dasarnya kualitas persahabatan merupakan salah satu faktor eksternal dalam menunjang kebahagiaan individu (Demir et al., 2013; Elfida et al., 2015; Dyartika, 2015; Lyubomirsky et al., 2005; Nadhifah & Wahyuni, 2020; Sandjojo, 2018).

Hasil penelitian di atas juga selaras dengan penelitian yang dilakukan Dyartika (2015) menunjukkan bahwa persahabatan mempengaruhi kebahagiaan. Meningkatnya kualitas persahabatan maka kebahagiaan yang dirasakan oleh individu tersebut juga semakin meningkat, dan sebaliknya. Individu yang merasa bahagia akan sedikit menghabiskan waktunya untuk sendiri, mereka akan lebih banyak menghabiskan waktunya bersosialisasi. Dalam kajiannya menunjukkan bahwa orang-orang yang berbahagia lebih banyak memiliki teman biasa ataupun teman dekat. Individu yang bahagia lebih banyak terlibat dalam kegiatan dengan lingkungan sekitarnya dibandingkan individu yang kurang bahagia (Seligman, 2005: 55).

Begitu juga dengan pengaruh harga diri terhadap kebahagiaan memiliki nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), artinya harga diri berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada mahasiswa. Dengan demikian hipotesis ketiga dalam penelitian diterima. Harga diri berpengaruh pada kebahagiaan mahasiswa sebesar 18,41%. Hal ini karena harga diri merupakan salah satu faktor internal yang menunjang kebahagiaan seseorang (Baumeister et al., 2003; Julianto et al., 2020; Leonita, Hidayatullah, & Akbar, 2020; Lutfiyah & Takwin, 2018; Widodo & Pratitis, 2013; Yap et al., 2021; Yue et al., 2014).

Hasil penelitian di atas juga sejalan dengan penemuan oleh Leonita et al., (2020) yang menunjukkan harga diri menyumbang efektif sebesar 71% pada kebahagiaan dan 29% adalah faktor lainnya. Harga diri dikatakan sebagai penentu individu dalam melakukan interaksi dan penyesuaian pada orang lain dimana juga merupakan salah satu hal yang mempengaruhi kebahagiaan. Harga diri berpengaruh terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Kebahagiaan seseorang akan tinggi jika mempunyai harga diri yang tinggi pula. Harga diri membuat orang menjadi paham tentang dirinya, sedangkan kebahagiaan membuat orang dapat memahami makna hidupnya (Julianto et al., 2020). Baumeister (2003) juga berpendapat bahwa harga diri yang tinggi memang memiliki beberapa manfaat yaitu memperkuat inisiatif, daya tahan, dan perasaan senang.

Pada data sebaran subjek yang paling mendominasi adalah, perempuan, usia 18-21 tahun yang termasuk dalam kategori remaja akhir (Desmita, 2008: 190), tidak bekerja, berasal dari fakultas psikologi, dan belum menikah. Hal ini sejalan dengan penelitian Rusdiana (2017) menunjukkan bahwa 11% remaja memiliki konsep kebahagiaan yang tinggi, 30% remaja memiliki konsep kebahagiaan sedang, dan 59% remaja memiliki konsep kebahagiaan yang rendah sesuai dengan indikator kebahagiaan. Artinya remaja sangat rentan terhadap permasalahan yang menyangkut pada kebahagiaan mereka baik secara sosial, personal, dan interpersonal.

Dalam hal ini perempuan seringkali mengalami emosi negatif khususnya *internalizing disorder* yaitu mengalami emosi negatif pada dirinya sendiri. Perempuan bukan hanya mengalami emosi, namun juga mengekspresikan emosi tersebut. Emosi-emosi yang sering dialami oleh perempuan yaitu rasa sedih, takut, cemas, malu, dan rasa bersalah (Amaliya, 2015). Elfida et al., (2015) dalam penelitiannya menemukan bentuk prosentase tempat yang membuat remaja merasa bahagia adalah sahabat (46,5%), keluarga (32,6%), pacar (14,1%), dan guru (0,5%). Ditemukan *friendship quality* dan aspek-aspeknya berkorelasi dengan *orientation to happiness*, maka terlihat bahwa kualitas persahabatan berasosiasi dengan kebahagiaan. Semakin baik kualitas persahabatan maka semakin baik pula kebahagiaan remaja (Sandjojo, 2018).

Peneliti juga melakukan pengkategorian pada variabel kebahagiaan, kualitas persahabatan, dan harga diri pada mahasiswa. Dalam hal ini diperoleh kebahagiaan pada mahasiswa termasuk pada kategori sedang dengan prosentase 77%, kualitas persahabatan pada mahasiswa termasuk pada kategori sedang dengan prosentase 73%, dan harga diri pada mahasiswa termasuk pada kategori sedang dengan prosentase 73%. Hasil penelitian juga menunjukkan pentingnya kebahagiaan bagi mahasiswa.

Sebagaimana pendapat Azizah (2013) hal-hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan individu yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi, yaitu: a) Keberhasilan (*Success*), (b) Karir yang bisa mendapatkan imbalan (*a rewarding career*), (c) Menemukan identitas diri (*Finding one's identity*), (d) Mengembangkan kesadaran diri (*Developing self awareness*). Dari kebahagiaan yang dicapai mahasiswa, dapat menjauhkan individu tersebut dari masalah-masalah atau yang dapat menjatuhkan dirinya pada permasalahan yang lebih serius dan dapat berdampak pada akademik mereka.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kualitas persahabatan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada mahasiswa dengan taraf signifikansi 0,000. Artinya semakin tinggi kualitas persahabatan dan harga diri maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada mahasiswa, dan sebaliknya. Sumbangan efektif kualitas persahabatan dan harga diri sebesar 31,1% sedangkan 68,1% sisanya merupakan faktor lain. Kualitas persahabatan berpengaruh sebesar 12,57% terhadap kebahagiaan mahasiswa, dan harga diri berpengaruh sebesar 18,41% terhadap kebahagiaan mahasiswa. Sehingga kualitas persahabatan dan harga diri bukan merupakan faktor satu-satunya yang berpengaruh pada kebahagiaan.

SARAN

Diperlukan adanya sikap saling menghargai antar mahasiswa. Karena kebahagiaan dianggap penting oleh mahasiswa. Kebahagiaan mereka berpengaruh pada kegiatan baik secara akademik atau non akademik. Teman dan orang yang ada disekitar memiliki peran penting dalam menjaga psikologis seseorang. Sehingga diharapkan mampu menjalin hubungan yang lebih baik dan saling menghargai satu samalain.

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengganti atau memasukkan variabel lain untuk memperkaya hasil penelitian yang diperoleh. Begitu pula dengan subjek penelitian ini mencakup mahasiswa, peneliti selanjutnya dapat meneliti subjek yang lain dengan rentang usia yang lebih luas, seperti usia remaja secara menyeluruh dan usia dewasa. Terkait penggunaan skala, peneliti selanjutnya dapat melakukan penyempurnaan pada skala untuk meningkatkan kualitas penelitian dan mengurangi kemungkinan adanya butir aitem yang mengandung *social desirability*. Juga menggunakan skala terbaru untuk lebih dapat menyempurnakan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliya, R. (2015). Kebahagiaan dan Gender : Tinjauan Kritis Tentang Makna Kebahagiaan Ditinjau dari Perspektif Gender. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 12(2), 17. <https://doi.org/10.18860/psi.v12i2.6400>
- Azizah, A. (2013). Kebahagiaan dan Permasalahan di Usia Remaja (Penggunaan informasi dalam pelayanan Bimbingan Individual).
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Bukowski, W. M., & Hoza, B. (1989). Popularity and friendship: Issues in theory, measurement, and outcome.
- Chaiprasit, K., & Santidhiraku, O. (2011). Happiness at Work of Employees in Small and Medium-sized

- Enterprises, Thailand. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 25, 189–200. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.540>
- Coopersmith. (1967). *The Antecedents Of Self-Esteem*. Freeman And Company.
- Demir, M., Doğan, A., & Procsal, A. D. (2013). I am so happy cause my friend is happy for me: Capitalization, friendship, and happiness among U.S. and Turkish college students. *Journal of Social Psychology*, 153(2), 250–255. <https://doi.org/10.1080/00224545.2012.714814>
- Desmita. (2008). *Psikologi Perkembangan*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Dyartika, Erlinda Hayu. (2015). “Hubungan Antara Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja.” *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Elfida, D., Lestari, Y. I., Diamera, A., Angraeni, R., & Islami, S. (2014). Hubungan Baik Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 10(Desember), 66–73.
- 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.
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016>
- Leonita, A. A., Hidayatullah, M. S., & Akbar, S. N. (2020). Hubungan antara perempuan yang bergabung dalam komunitas motor di Kuala Kapuas the relationship between self-esteem with happiness for women who join the motorbike community in Kuala Kapuas. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 121–124.
- Lestari, Y. I., & Palasari, W. (2020). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Santri Pondok Pesantren Iik Riau: The Relationship Between The Quality Of Friendship And Happiness In Santri Pondok Pesantren Iik Riau. *Jurnal Psikologi Jambi*, 5(2), 17-27.
- Lutfiyah, L., & Takwin, B. (2018). Hubungan antara Kepribadian dan Kebahagiaan dengan Harga Diri sebagai Mediator. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 9(1), 17-26.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Nadhifah, N. U., & Wahyuni, Z. I. (2020). Pengaruh Orientasi Religius, Hardiness, dan Quality of Friendship Terhadap Kebahagiaan Santri. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 8(1), 9–22. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v8i1.15270>
- Putra, Gede Bagus Brahma, and I. Ketut Sudibia. (2019). “Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali.” *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Universitas Udayana* 8(1): 79–94.
- Rusdiana, I. (2017). Konsep authentic happiness pada remaja dalam perspektif teori myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 2(1), 37-44.
- 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>
- Samardi. (2018). *Psikologi Positif*. Titah Surga.
- Sandjojo, C. T. (2018). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban. *Calyptra*, 6(2), 1721-1739.
- Seligman, M. . (2005). *Authentic Happiness*. Penerbit Mizan.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Taniredja, T., & Mustafidah, H. (2012). *Penelitian Kuantitatif Sebuah Pengantar*. Penerbit Alfabeta.
- Widodo, A. S., & Pratitis, N. T. (2013). Harga Diri Dan Interaksi Sosial Ditinjau Dari Status Sosial Ekonomi Orang Tua. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 131–138. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.100>
- Yap, C. C., Mohamad Som, R. B., Sum, X. Y., Tan, S. A., & Yee, K. W. (2021). Association Between Self-Esteem and Happiness Among Adolescents in Malaysia: The Mediating Role of Motivation. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/00332941211005124>
- Yue, X. D., Wing-Yin, K. L., Jiang, F., & Hiranandani, N. A. (2014). Humor styles, self-esteem, and subjective happiness. *Psychological Reports*, 115(2), 517–525. <https://doi.org/10.2466/07.02.PR0.115c18z6>