



Pengaruh Karakter *Strength* Apresiasi Keindahan terhadap Relasi Positif pada Mahasiswa Perguruan Tinggi

Fadhilah Ahmad Qaniah ✉, Universitas Negeri Gorontalo

Nicki Yutapratama, Universitas Negeri Gorontalo

Reska Putri Ismail, Universitas Negeri Gorontalo

✉ fadhilah.aqr@gmail.com

Abstract: College is a place where one can experience diversity feeling. Students as independent learners with different cultures, customs, and backgrounds collaborate together to become appropriate individuals. In addition to cognitive aspects, they are required to have good character and have humanistic values. This will help them have positive relationships, which based on previous research, positive relationships can improve over-all well-being. Unity in diversity is a principle of beauty in philosophy and research. This article aims to see the effect of appreciation of beauty on positive relationships. This study took data from 190 student participants aged 18-25 years with regression analysis. The results of the study explain the strong and significant contribution of appreciation of beauty to positive relationships. With a correlation coefficient of R of 0.802 and R² of 0.643 which is quite high in the regression model. Suggestions for further research include interventions to strengthen the traits of appreciation of beauty to maintain positive relationships for students while they study in college.

Keywords: appreciation of beauty, positive relationship, well-being, student

Abstrak: Perguruan tinggi merupakan tempat di mana seseorang mampu menghayati kepelbagaian yang begitu beragam. Mahasiswa sebagai pembelajar mandiri dengan budaya, adat istiadat, dan latar belakang berbeda tersebut berkolaborasi bersama untuk menjadi pribadi yang unggul. Selain aspek kognitif, mereka dituntut berbudi pekerti dan memiliki nilai humaniora. Hal ini akan membantu mereka memiliki relasi positif yang berdasarkan riset sebelumnya, relasi positif mampu meningkatkan keseluruhan well-being. Adapun kesatuan dalam keberagaman atau unity-in-diversity merupakan prinsip dari keindahan secara filosofi dan riset. Artikel ini bertujuan melihat pengaruh dari apresiasi keindahan terhadap relasi positif. Studi ini mengambil data 190 partisipan mahasiswa usia 18-25 tahun dengan analisis regresi. Hasil penelitian menjelaskan kontribusi yang kuat dan signifikan apresiasi keindahan terhadap relasi positif. Dengan koefisien korelasi R sebesar .802 dan R² sebesar .643 yang cukup tinggi pada model regresi. Saran untuk penelitian selanjutnya adanya intervensi penguatan traits apresiasi keindahan untuk memelihara relasi positif mahasiswa selama mereka belajar di perguruan tinggi.

Kata kunci: apresiasi keindahan, relasi positif, well-being, mahasiswa

Received 2 Januari 2025; **Accepted** 18 Januari 2025; **Published** 10 Februari 2025

Citation: Qaniah, F.A., Yutapratama, N., Ismail, R.P. (2025). Pengaruh Karakter *Strength* Apresiasi Keindahan terhadap Relasi Positif pada Mahasiswa Perguruan Tinggi. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 5 (01), 47-53.



Copyright ©2025 Jurnal Jendela Pendidikan

Published by CV. Jendela Edukasi Indonesia. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-Non Commercial-Share Alike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Menurut survey Indonesia-National Adolescence Mental Health Survey (I-NAMHS), pada tahun 2022 memperlihatkan bahwa 1 dari 3 remaja atau sebanyak 15,5 juta remaja mengalami masalah pada kesehatan mental (KemenPPPA, 2024). Remaja usia dibawah 25 tahun tersebut umumnya termasuk berada di dalam lingkungan perguruan tinggi yang memiliki dinamika kehidupannya sendiri. Salah satu dukungan yang mampu menguatkan kesehatan mental di perguruan tinggi adalah relasi positif dalam kehidupan sosial dengan bentuk-bentuk dukungan yang beragam, mulai dari dukungan dari pengajar, teman, tenaga pendidikan, keluarga, dan *significant others* lainnya. Sehingga, remaja perlu memiliki relasi yang baik ketika berinteraksi di perguruan tinggi.

Perguruan tinggi sendiri merupakan tempat di mana seseorang mampu menghayati kepebagaian budaya, adat istiadat, kearifan lokal, latar belakang baik individu, organisasi, serta masyarakat yang begitu luas dan dalam. Mahasiswa, sebagai pembelajar mandiri yang berasal dari latar belakang dan budaya beragam tersebut akan belajar dan berproses bersama menjadi pribadi yang kompak, unggul, dan berdaya saing. Mereka pun perlu coping strategi beradaptasi di lingkungan dengan keberagaman tinggi, khususnya mahasiswa yang baru masuk dari lingkungan sekolah menengah atas (SMA) ke perguruan tinggi. Harapannya, mahasiswa mampu mengembangkan relasi positif antara satu sama lainnya selama kehidupan mereka di perguruan tinggi.

Mahasiswa dituntut tidak hanya unggul dalam bidang kognitif, namun juga membangun karakter positif berbudi perkerti, serta mengamalkan nilai-nilai humaniora di kampus. Hal tersebut dalam prosesnya mewujudkan relasi positif yang merupakan faktor interpersonal dan intrapersonal penting untuk meningkatkan kesejahteraan di lingkungan pendidikan (Dimiyati et al., 2022). Relasi positif berkorelasi dengan kepuasan hidup, kesehatan fisik, kepuasan kerja, komitmen organisasi, dan keberhasilan di bidang akademik (Kern et al., 2014; Tansey et al., 2018). Penelitian sebelumnya dan terus berlanjut memperlihatkan bahwa kualitas relasi dapat mempengaruhi seluruh aspek dalam teori-teori well-being. Salah satu penelitian longitudinal terlama di Universitas Harvard, lebih dari 80 tahun, menjelaskan bahwa relasi positif memelihara kesehatan dan kebahagiaan sekaligus (Waldinger & Schulz, 2023).

Penulis mengambil data awal dengan cara menanyakan mahasiswa secara langsung; “Hal apa yang ada disekitar Anda yang menurut Anda bisa menunjang keberhasilan yang Anda miliki saat ini?” Dari 105 partisipan; 53 partisipan yang mengatakan dukungan keluarga, 43 partisipan mengatakan dukungan teman, 17 partisipan mengatakan dukungan dosen, 13 partisipan mengatakan fasilitas dan sarana-prasarana, 11 partisipan mengatakan dukungan organisasi, 6 partisipan mengatakan dukungan dari pasangan/pacar, 5 partisipan mengatakan dukungan diri sendiri, dan 3 partisipan mengatakan dukungan dari kakak tingkat. Secara umum, tiap dukungan tersebut berbeda-beda tergantung peran yang mahasiswa butuhkan dari sistem tersebut (keluarga, teman, dosen, organisasi, dsb). Namun, secara keseluruhan tiap dukungan tersebut disokong dengan relasi yang positif.

Seseorang merasakan perasaan terhubung (*connectedness*) melalui kegiatan bersama sehari-hari. Momen-momen unik cukup mampu membagikan pengalaman positif. Aktivitas membagi perasaan positivities ini menghasilkan kualitas hubungan interpersonal yang baik, yang disebut sebagai positivity resonance (Koci & Donaldson, 2024). Positivity resonance memiliki korelasi yang kuat dengan well-being (West & Frederickson, 2020). Positivity resonance sebagai hubungan interpersonal memiliki tiga elemen: (a) aktivitas membagikan positivities dan emosi positif, (b) kepedulian yang mutual dan perhatian, (c) sinkron antaran biologis dan tingkah laku (Koci & Donaldson, 2024).

Salah satu cara untuk merasakan *positivity resonance* dalam rangka meningkatkan relasi adalah kemampuan apresiasi akan keindahan. Apresiasi keindahan adalah *traits*

kepribadian dimana seseorang cenderung mengapresiasi, menghargai, hal-hal positif dan indah dalam keseharian. Apresiasi keindahan adalah salah satu dari 24 karakter kekuatan, termasuk *virtue* transedensi karena menghubungkan orang ke sesuatu lebih besar di luar dirinya (Peterson & Seligman, 2004). Apresiasi keindahan melibatkan transedensi diri, perolehan pengetahuan intuitif yang mendalam tentang dunia, di mana individu mengenali identitas dengan orang lain dan dengan keseluruhan, baik dalam filosofi maupun riset, dan dapat digunakan dalam proses terapi (Marti et al., 2015).

Diessner (2019) dalam bukunya "*Understanding the Beauty Appreciation Trait*" mengatakan bahwa bersatu dalam keberagaman (*unity-in-diversity*), adalah salah satu prinsip dari keindahan. Hal ini terasa abstrak, namun cukup menggambarkan pengalaman *beauty*. Misalnya, ekosistem yang mewujudkan kesatuan dalam keberagaman. Sebuah hutan yang luas dengan keragaman: gunung, pohon, semak, bunga, tanah, suara angin, serangga, hewan lain, jamur, dan sebagainya. Contoh lainnya adalah lagu berjudul *Moonlight Sonata* yang menggunakan banyak nada dan instrument. Kesatuan dalam keberagaman tersebut mengarahkan pengalaman pada sikap apresiasi keindahan (Diessner, 2019). Hal ini juga dapat diarahkan pengalaman seseorang di kampus yang penuh keberagaman.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa kuat kemampuan apresiasi keindahan memberikan kontribusi kepada relasi positif, khususnya pada mahasiswa yang merasakan *unity-in-diversity* di kampus, keindahan dalam perbedaan dalam membangun relasinya adalah sebuah keindahan yang dapat meningkatkan transedensi diri dan memelihara *well-being*. Sehingga, hipotesis pada penelitian ini adalah, ada pengaruh Apresiasi Keindahan terhadap Relasi Positif Mahasiswa. Harapannya, dengan mengetahui hubungan dan pengaruh dari variabel, dapat dilakukan intervensi dan desain program untuk meningkatkan relasi positif.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross-sectional method* dengan studi korelasional antar variabel (desain non-experimental). Cozby dan Bates (2015) mengatakan bahwa *cross-sectional method* merupakan metode pengembangan penelitian di mana orang-orang dari berbagai umur dipelajari dalam satu titik waktu. Penelitian ini menggunakan uji statistik untuk menguji hipotesis penelitian. Uji yang digunakan adalah korelasi *Spearman* dan model regresi sederhana dengan melihat signifikansi nilai t dan F hitung. Sehingga, dapat diketahui nilai kontribusi karakter apresiasi keindahan (variabel bebas) terhadap relasi positif mahasiswa (variabel terikat). Penelitian ini menggunakan software SPSS. Sampel penelitian merupakan mahasiswa usia 18 hingga 25 tahun sebanyak 190 partisipan.

Untuk mengukur apresiasi keindahan, penulis menggunakan dimensi apresiasi keindahan atau ABE alat ukur VIA-IS oleh Seligman & Peterson (2004), yang telah diadaptasi di Indonesia oleh Indriyani pada tahun 2021. Hasil penelitiannya mengambil 8 butir item valid dan reliabel terkait apresiasi keindahan atau ABE.

Untuk mengukur relasi positif, penulis menggunakan dimensi *positive relationship* dalam alat ukur PERMA-Profilier oleh Butler & Kern (2016), yang mana diuji dan diadaptasi di Indonesia oleh Diana et al., pada tahun 2021. Ada 3 butir item valid dan reliabel dengan rating-scale 0 hingga 9 terkait relasi positif.

Setelah penulis melakukan uji realibilitas, dimensi ABE pada penelitian ini memiliki *cronbach's alpha* sebesar 0.770. Sedangkan dimensi *positive relationship* pada penelitian ini memiliki *cronbach's alpha* sebesar 0.826. Kedua alat ukur cukup reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian.

HASIL PENELITIAN

Penulis menggunakan analisis statistik regresi sederhana untuk melihat korelasi, pengaruh, dan kontribusi apresiasi keindahan sebagai variabel terikat terhadap relasi positif sebagai variabel bebas. Berikut adalah hasil analisis statistik regresi sederhana.

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi Sederhana

R (Korelasi)	R ²	Standardized Coefficient B	t	f	Sig.
.802	.643	.802	18.394	338.342	.000

Ket: variabel terikat: relasi positif, bebas: apresiasi keindahan

Hasil korelasi memperlihatkan bahwa hubungan antar variabel sebesar .802 (sig .000) yang berarti ada hubungan yang signifikan dan kuat (0.6 - 0.8 termasuk kuat) antar variabel. Skor apresiasi keindahan sebagai variabel bebas terhadap relasi positif juga memperlihatkan nilai R² sebesar .643 (sig .000). Yang berarti, apresiasi keindahan memiliki kontribusi sebesar 64,3% terhadap relasi positif. Adapun sisa persentase lainnya 35,7% adalah variabel lain diluar model regresi sederhana.

Hasil uji pengaruh memperlihatkan nilai koefisien beta sebesar .802 yang berarti, setiap kenaikan apresiasi keindahan sebesar 1, maka akan meningkatkan relasi positif sebesar .802. Uji t dan F juga memperlihatkan signifikansi .000. Sehingga dapat disimpulkan hipotesis diterima: adanya pengaruh positif yang signifikan dan kuat apresiasi keindahan terhadap relasi positif.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Relasi Positif

Kategorisasi	Frekuensi	Standar Deviasi	Persentase
Tinggi	32	> 23	16,8%
Sedang	127	16 - 23	66,8%
Rendah	31	< 16	16,6%

Berikut adalah kategorisasi partisipan berdasarkan skor *mean*. Skor minimal partisipan adalah 3, skor maksimal 30. Pada penelitian ini, partisipan dengan kategori tinggi sebanyak 16,8% dengan rentang skor 23-30. Kategori sedang sebanyak 66,8% dengan rentang skor 16 - 23. Kategori rendah sebanyak 16,6% dengan rentang skor dibawah 16.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Apresiasi Keindahan

Kategorisasi	Frekuensi	Standar Deviasi	Persentase
Tinggi	37	> 32	19,5%
Sedang	122	25 - 32	64,2%
Rendah	31	< 25	16,3%

Berikut adalah kategorisasi partisipan berdasarkan skor *mean*. Skor minimal partisipan adalah 8, skor maksimal 40. Pada penelitian ini, partisipan dengan kategori tinggi sebanyak 19,5% dengan rentang skor 32-40. Kategori sedang sebanyak 64,2% rentang skor 25 - 32. Kategori rendah sebanyak 16,4% rentang skor dibawah 25. Partisipan pada penelitian cenderung lebih banyak pada kategori tinggi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa apresiasi keindahan berkorelasi positif dan signifikan dengan relasi positif. Hubungan antar variabel juga kuat, dengan nilai .802.

Kemudian, apresiasi keindahan juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap relasi positif berdasarkan uji regresi sederhana. Yang berarti, hipotesis penelitian diterima.

Kemampuan seseorang mengapresiasi keindahan diyakini akan lebih mudah menangkap *unity-in-diversity*, atau keindahan yang muncul dalam kepelbagaian, khususnya kehidupan dalam perguruan tinggi. Seseorang akan mudah menangkap kayanya beraneka ragam budaya, adat istiadat, berbagai kearifan lokal, sudut pandang dan perspektif yang berbeda sehingga dapat menambah wawasan yang mendalam dan luas kepada seseorang ketika berada di perguruan tinggi. Yang kemudian, dapat mengantarkan mereka untuk membangun relasi yang positif dengan pihak-pihak yang ada. Baik kepada pengajar, tenaga pendidik, teman sebaya, kenalan sesama jurusan, sesama fakultas, sesama universitas, universitas lain, termasuk juga keluarga dan masyarakat secara umumnya.

Menurut riset kualitatif sebelumnya, pemberian apresiasi berperan dalam pemeliharaan hubungan secara proaktif. Penelitian yang ada memperlihatkan hubungan yang signifikan dan positif apresiasi yang dapat dirasakan/diekspresikan dan penggunaan berbagai bentuk *maintenance behavior* atau perilaku pemeliharaan. Misalnya, responsivitas, kenyamanan dalam menyuarkan kekhawatiran, pengorbanan yang intim. (Busra et al., 2020). Apresiasi digambarkan sebagai perasaan bersyukur atas seseorang, keadaan, peristiwa, atau ketika seseorang menyadari nilai hal tersebut (Busra et al., 2020).

Perasaan dihargai tersebut kemudian akan menunjukkan apresiasi dan rasa terima kasih secara lisan, khususnya kepada hubungan dekat satu sama lainnya, sehingga ada relasi positif satu diantara yang lain. Semuanya ditemukan berfungsi sebagai faktor positif dan protektif terhadap kepuasan hubungan (Busra et al., 2020). Secara umum, orang juga merasa dihargai oleh hubungan dekat yang responsif dan terlibat dalam *maintenance behavior*. Seperti mereka yang mencoba menyelesaikan konflik atau mendorong pasangannya untuk berbagi perasaan mereka. Orang juga cenderung merasa dihargai ketika teman bicara berusaha memperhatikan perilakunya. Seperti menjadi pendengar aktif dan yang memahami dan mengakui perilaku tenggang rasa dari pasangan (Gordon, 2023).

Ada beberapa cara untuk memperlihatkan rasa apresiasi secara umum. Misalnya, aktif mendengarkan memiliki peran penting dalam menumbuhkan pemahaman dan penghargaan yang dirasakan. Teori terkini terkait mendengarkan dan responsivitas juga menunjukkan bahwa pasangan dapat menunjukkan perhatian dan pemahaman mereka selama percakapan dengan terlibat dalam perilaku seperti mengajukan pertanyaan lanjutan, konfirmasi pembicara, menjaga kontak mata, dan mengangguk (*nodding*), pada gilirannya, perilaku mendengarkan yang responsif ini kemungkinan besar meningkatkan perasaan akan dipahami dan dihargai yang mana baik untuk memelihara relasi (Gordon & Diamond, 2023).

Diessner (2019) mengemukakan beberapa cara lainnya dalam meningkatkan apresiasi terhadap keindahan yang berbeda dengan tulisan di atas. Cara pertama adalah dengan metode *behaviorism*, yaitu melakukan aktivitas-aktivitas yang mendorong pengalaman apresiasi keindahan yang dianggap *rewarding*. Misalnya; berjalan-jalan di taman kota, melihat keindahan di pemandangan liar, *hiking* bersama orang yang suka dengan aktivitas tersebut, atau bisa juga ke museum tergantung dari preferensi tiap-tiap individu. Aktivitas tersebut dapat dilakukan bersama orang lain dengan hobi yang sama untuk membangun relasi dan pengalaman apresiasi.

Cara kedua, dengan *Social Learning Theory* oleh Bandura. Yakni, melihat orang lain menikmati sesuatu yang mendorong pengalaman rasa ingin tahu dan apresiasi keindahan. Misalnya, melihat orang lain kagum dengan pemandangan indah, Melihat orang lain yang kagum dengan suara dan musik merdu. Atau melihat orang lain yang kagum dengan makanan tertentu. Hal ini secara naluriah mendorong rasa ingin tahu dan rasa empati kepada seseorang dan membuat mereka belajar hingga merasakan sensasi yang mendorong pengalaman apresiasi terhadap keindahan (Diessner, 2019).

Cara ketiga, dengan membuat jurnal harian terkait pengalaman-pengalaman ketika seseorang merasa kagum dan apresiasi keindahan atau *journal beauty logs* (Diessner, 2019). Studi sebelumnya menemukan bahwa seseorang yang membuat jurnal harian dengan mencatat perasaan kagum, selama beberapa minggu, mampu meningkatkan pengalaman engagement with beauty (Marti et al, 2018; Diessner & Steiner, 2017). Langkah-langkahnya, dengan menulis kegiatan sehari-hari dan mencatat serta mengingat pengalaman rasa kagum tersebut. Untuk mahasiswa, hal ini dapat diarahkan kepada kejadian di kehidupan sosial, misalnya di perguruan tinggi.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menyimpulkan adanya hubungan dan pengaruh yang kuat dan signifikan apresiasi keindahan dan relasi positif mahasiswa pada penelitian ini. Dengan meningkatkan apresiasi keindahan, maka dapat mempengaruhi relasi yang positif yang dimiliki oleh mahasiswa. Lingkungan kampus yang penuh dengan kepelbagaian, dapat dirasakan dengan apresiasi dengan sadar akan *unity-in-diversity*, salah satu prinsip dari *beauty* menurut berbagai pandangan filosofi dan riset. Hal-hal yang dianggap indah seringkali beragam namun satu kesatuan. Misalnya, musik yang indah, hutan dan pantai dengan ekosistem beragam, dan kolaborasi antar mahasiswa dan kolega. Mahasiswa diharapkan dapat memelihara relasi positif mereka melalui apresiasi keindahan. Adapun saran dari penulis, adanya intervensi untuk meningkatkan apresiasi keindahan yang dapat diterapkan kepada mahasiswa untuk memelihara relasi mereka di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Busra, N.B.K., & Sumer H.Z. (2020). How to maintain a marriage: Maintenance behaviors, equity, and appreciation in understanding marita; satisfaction. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00905-y>
2. Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profilier : A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
3. Cozby, P & Bates, C.B (2015). *Methods in Behavioral Research 12th edition*. Mc Graw Hill: New York
4. Diana, E., Milla, N.M., Mansoer, D.W.W., Takwin, B. (2021). Adaptasi dan Uji Properti Psikometrik the PERMA-Profilier pada orang Indonesia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 81-103
5. Diessner, Rhett. (2019) *Understanding the Beauty Appreciation Traits*. Empirical Research on seeking beauty on all things. Lewison: Palgrave Macmillan.
6. Dimiyati., Ayriza, Y., Harahap, F., Setiawati, A.F., Fathiya, N.K., Izzaty, E.K. R., Ksumayanti, E. R., & Nurhayati, R.S. (2022). Psikologi Positif dalam Berbagai Konteks. Indonesia: Bimedia Pustaka Utama
7. Gordon, M.A., Cross, E., Ascigil, E., Balzarini, R., Luerksen, A., & Muise, A. (2022). Feeling Appreciated Buffers Against the Negative Effect of Unequal Division of the Household Labor on Relationship Satisfaction. *Psychological Science*, 1-15
8. Gordon, M.A., & Diamond, E. (2023). Feeling understood and appreciated in relationships: where do these perception come from and why they matter? *Current Opinion in Psychology*; 2023, 53;101687
9. Indriyani, Natris. (2021). *Adaptasi Alat Ukur Kekuatan Karakter*. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

10. Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262–271. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>
11. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2024). Kolaborasi KemenPPPA dan UNICEF: Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementerian dan Lembaga. Diakses di <https://www.kemenpppa.go.id>
12. Koci, J., & Donaldson, I.S. (2024). Well-Being and Success for University Students. Applying PERMA+4. New York: Routledge Taylor & Franchise Group
13. Martínez-Martí, M. L., Avia, M. D., & Hernández-Lloreda, M. J. (2014). Appreciation of beauty training: A web-based intervention. *The Journal of Positive Psychology*, 9(6), 477–481. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.920512>
14. Seligman, Martin E &. Peterson, Christopher (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Oxford: Oxford University Press. ISBN 0-19-516701-5
15. Tansey, T. N., Smedema, S., Umucu, E., Iwanaga, K., Wu, J., Cardoso, S., & Strauser, D. (2018). Assessing college life adjustment of students with disabilities : Application of the PERMA framework. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 6(3), 131–142. <https://doi.org/10.1177/0034355217702136>
16. Waldinger, R. W., & Schulz, M. S. (2023). *The good life: Lessons from the world's longest scientific study on happiness*. New York: Simon & Schuster.

PROFIL SINGKAT

Fadhilah Ahmad Qaniah adalah dosen program studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Ia aktif dalam proyek penelitian pada bidang psikologi positif dan konsep diri.

Nicki Yutapratama adalah dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Ia aktif dalam proyek penelitian pada bidang pendidikan khusus (PKH).

Reska Putri Ismail adalah dosen program Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Ia aktif dalam proyek penelitian konseling individu dan kelompok.