

Hubungan Social Support terhadap Happiness pada Lansia

Oleh:

Windi Lestari

Ika Lely Mariyati

Progam Studi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Febuari, 2024

Pendahuluan

- Proses menjadi lansia adalah sebuah proses alamiah yang ditandai dengan menurunnya seluruh fungsi tubuh mulai dari fisik, psikologis, dan kemampuan diri untuk melakukan sesuatu (Parasari & Lestari, 2015)
- Proses penuaan ini menyebabkan adanya problem kebahagiaan pada lansia, yang biasanya bisa disebabkan oleh beberapa mulai berkembangnya beberapa penyakit kronis, serta relasi sosial yang semakin menyempit (Killen & Macaskill, 2015)
- Problem kebahagiaan ini juga ditemukan pada kelompok lansia yang tinggal di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, wawancara yang dilakukan peneliti dengan kelompok lansia yang mengindikasikan permasalahan kebahagiaan pada aspek kepuasan pada hidup saat kini

- Kebahagiaan didefinisikan sebagai bagaimana penilaian atau perspektif individu kepada kehidupannya yang bersifat ekspresi subjektif serta merupakan evaluasi terkait keadaan emosional dan juga kepuasan hidup (Luchesi et al., 2018)
- Selignman menjelaskan bahwa kebahagiaan memiliki 3 aspek yaitu adalah kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang, dan optimisme akan masa depan (Extremera & Fernández-Berrocal, 2014)
- Tingkatan Happiness yang baik akan mengarah pada fungsionalitas psikologis yang optimal (Killen & Macaskill, 2015), sedangkan tingkatan kebahagiaan yang rendah dapat mengarah pada pola hidup yang buruk seperti makan tidak sehat, kelelahan emosional, serta resiko terkena depresi (Mahmoodi et al., 2022)

- Steptoe menjelaskan bahwa status keluarga termasuk hubungan dan dukungan yang diberikan keluarga dapat berpengaruh pada tingkatan kebahagiaan lansia (Shah et al., 2021) Hal ini menandakan bahwa dukungan keluarga dapat berpengaruh kepada kebahagiaan lansia
- Anbazhagan dan Gurumoorthi menjelaskan bahwa social support merupakan suatu interaksi antara individu dengan orang lain yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar individu yang meliputi kebutuhan untuk dicintai, dihargai, serta adanya kebutuhan akan rasa aman sehingga memperoleh kebahagiaan (Mardiyah, 2017).
- Weiss selanjutnya menambahkan bahwa *social support* memiliki 6 aspek diantaranya adalah kerekatan emosional (Emotional Attachment), Integrasi Sosial (Social Integration), Penghargaan atau Pengakuan (Reassurance of Worth), Hubungan yang dapat diandalkan (Reliable Alliance), Saran atau Informasi (Guidance), kemungkinan membantu (Opportunity for Nurture) (Mardiyah, 2017).

- Beberapa studi terdahulu telah membahas keterkaitan antara *happiness* dengan *social support*, namun diperlukan kajian lebih lanjut untuk memperkuat pemahaman terkait fenomena *happiness* pada lansia, khususnya pada kelompok lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya.
- Berdasarkan pemaparan teori dan juga fenomena tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social support* dengan *happiness* pada kelompok lansia Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Adakah Hubungan antara *social support* dengan Happiness pada kelompok lansia Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya?

Metode

- Penelitian ini menggunakan Metode Kuantitatif Korelasional
- Populasi dalam penelitian ini adalah kelompok lansia yang berada pada Rumah Usiawan Panti Surabaya
- Jumlah Sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 5% sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 80 orang
- Teknik Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* dimana terdapat kriteria sampel yang ditentukan oleh peneliti

Metode

- Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi *social support* dan *Happiness* yang mengadopsi dari penelitian sebelumnya
- Skala *social support* mengadopsi dari skala yang digunakan pada penelitian oleh Pratiwi (2015) yang mengacu pada teori dukungan sosial Weiss, skala ini terdiri atas 23 aitem Valid dengan nilai reliabilitas *Cronbach* sebesar 0,84
- skala *happiness* mengadopsi dari penelitian oleh Mardiah (2011) yang mengacu pada teori *happiness* Selignman, Skala ini terdiri atas 20 aitem valid dengan nilai reliabilitas *Cronbach* sebesar 0,909
- Kedua Skala merupakan skala likert yang terdiri atas 5 Alternatif jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS) Tidak Setuju (TS), Kurang Setuju (KS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

- Analisa Data menggunakan Teknik analisis Pearson Product Moment Correlation
- Software untuk kebutuhan analisa data menggunakan JASP versi 14.0

Hasil

Berikut data demografi data dalam penelitian:

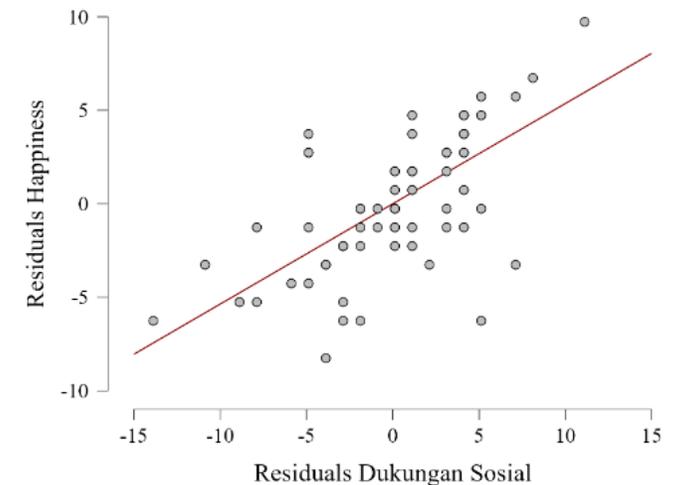
Jenis Kelamin	Jumlah Sampel	Persentase
Laki-Laki	34	42,50%
Perempuan	46	57,50%
Total	80	100%

Usia	Jumlah Sampel	Persentase
61-70 tahun	45	56,25%
71-80 tahun	35	43,75%
Total	80	100%

Hasil

Selanjutnya, Berikut hasil Uji Asumsi Normalitas dan Linearitas yang telah dilakukan

Statistik Deskriptif	Dukungan Sosial	Happiness
Shapiro-Wilk	0.974	0.985
P-value of Shapiro-Wilk	0.102	0.471



Bedasarkan hasil Normalitas Shapiro Wilk, Masing-masing variabel terlihat memenuhi asumsi Normalitas ($P > 0,05$), selanjutnya jika dilihat dari grafik scatterplot maka dapat disimpulkan bahwa data memiliki hubungan linear (terbentuknya bentuk elips) Hasil ini menandakan bahwa uji asumsi normalitas dan linearitas telah terpenuhi

Hasil

Selanjutnya, Berikut hasil Uji Korelasi Pearson

Variables	Pearson's r	p	Mode	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
Dukungan Sosial - Happiness	0.675	< .001	H ₀	0.000	0.000	0.000	3.599
			H ₁	0.675	0.455	0.448	2.673

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *happiness* ($r=0,675$, $p\text{-value} < 0,001$). Ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkatan dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula tingkatan *happiness* dan begitu juga sebaliknya, selanjutnya ditemukan bahwa sumbangan efektif yang diberikan dukungan sosial kepada *happiness* sebesar 45,5%

Pembahasan

- Hasil analisa data yang telah dilakukan pada lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *social support* dengan *happiness* ($r=0,675$, $p\text{-value} < 0,001$). Hal ini juga membuktikan bahwa hipotesis penelitian tentang adanya hubungan antara *social support* dengan *happiness* terbukti benar sehingga hipotesis dapat diterima
- Hasil ini juga sesuai dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara (Mardiyah, 2017), (Khuzaimah et al., 2021) (Amalia, 2014)
- kelekatan kepada pasangan dan keluarga berpengaruh kepada kesejahteraan emosional dan kebahagiaan dari individu, khususnya lansia dimana pada masa lansia, lansia mulai kehilangan orang-orang yang dia kenali sedangkan lansia juga tetap membutuhkan interaksi untuk memenuhi kebutuhan sosialnya (Waldinger et al., 2014) Aspek lain seperti pengakuan dan penghargaan orang terdekat dari lansia juga memberikan pengaruh kepada *self esteem* lansia, dimana lansia dengan *self esteem* yang rendah akan berpengaruh kepada kesejahteraan dan *happiness* yang dimiliki pada usia lansia (Sharma, 2015).

- Tan et al menjelaskan bahwa *social support* yang dimiliki oleh lansia dapat mempengaruhi tingkatan *happiness* pada kelompok lansia secara tidak langsung melalui variabel *hope*, dan konstruk dari *social support* sendiri dapat memberikan dampak kepada *well-being* yang selanjutnya dapat mengarahkan seorang individu untuk bahagia didalam hidupnya (Tan et al., 2018) Keluarga, teman, dan juga aktivitas sosial juga berkorelasi dengan kualitas hidup, kesejahteraan emosional, dan kepuasan hidup dimana ketiga hal tersebut berkaitan dengan kebahagiaan, adapu keluarga teman dan juga aktivitas sosial disebut dengan sumber daya sosial atau *social resources* yang dapat memberikan dampak kepada *happiness* (Lara et al., 2020).
- Adapun bantuan dari orang-orang terdekat yang berada pada posisi dan rentan kehidupan yang produktif dapat membantu lansia dengan beberapa kekurangan yang dialami di masa lansia, yang selanjutnya memunculkan perasaan dipedulikan dan kebahagiaan pada lansia dan menghindarkan mereka dari kelelahan secara emosional karena beberapa perasaan yang dialami (Peralta & Saldanha, 2017)

- Salah satu kebutuhan dari lansia sendiri adalah kebutuhan lansia yang diantaranya adalah bersosialisasi dengan semua individu pada segala usia sehingga mereka memiliki banyak teman untuk diajak berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan juga berdiskusi terkait bagaimana caranya untuk mencapai kehidupan yang lebih baik, beberapa hal tersebut dibutuhkan lansia untuk memenuhi kebutuhan sosialnya yang dapat mengarahkan lansia untuk merasa bahagia (Refnandes et al., 2018)
- Pada tabel kategorisasi data menunjukkan bahwa sebagian besar sampel penelitian berada pada tingkatan *social support* dan *happiness* menengah ke atas. Selanjutnya hanya ditemukan pula beberapa sampel berada pada kategori rendah yang menunjukkan bahwa fenomena *social support* dan *happiness* yang rendah masih dapat ditemukan pada sampel lansia pada penelitian ini.
- sebanyak 54,5% dari fenomena *happiness* lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yang berada diluar variabel *social support*. Menurut Seligman bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) individu yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor Eksternal yang terdiri dari uang, pernikahan, kesehatan, agama, *family support* dan usia, sedangkan faktor internal diantaranya adalah Kekuatan Karakter, Kepuasan terhadap masa lalu, dan Kebahagiaan pada masa sekarang (Amalia, 2012).

- Beberapa limitasi pada penelitian ini adalah subjek yang digunakan dalam penelitian terbatas, hanya terfokus pada Lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, sehingga perlu adanya pengembangan penelitian dengan menambah populasi yang lebih luas lagi

Temuan Penting Penelitian

- Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil bahwa *social support* dengan *happiness* memiliki hubungan yang positif dan signifikan.
- Hasil ini membuktikan hipotesis yang diajukan peneliti terbukti benar sehingga hipotesis dapat diterima

Manfaat Penelitian

- Manfaat praktis dari penelitian ini adalah saran untuk meningkatkan intensitas pada pemberian dukungan sosial pada lansia-lansia yang berada di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya, baik dari pihak panti ataupun dari pihak keluarga lansia.
- Panti dapat menjalankan beberapa program yang menyenangkan untuk meningkatkan interaksi sosial lansia dengan orang disekitarnya, ataupun juga keluarga disarankan untuk meluangkan waktu untuk menjenguk lansia yang berada pada panti agar mereka merasa dipedulikan.
- Manfaat Teoritis dari penelitian ini adalah Adapun penelitian selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi dan bahan pengembangan dengan mempertimbangkan beberapa variabel lain yang dapat mempengaruhi variabel *social support* pada lansia

Referensi

- [1] V. D. Kaunang, A. Buanasari, and V. Kallo, "Gambaran Tingkat Stres pada Lansia," *J. Keperawatan*, vol. 7, no. 2, 2019.
- [2] A. Anbazhagan and S. Gurumoorthy, "Social Support and Role Conflict-What Is the Link," *J. Manage.*, vol. 7, no. 1, pp. 193–198, 2015.
- [3] E. Meliyana, "Masa Tua Yang Bahagia dan Berguna," *J. Sociohumaniora Kodepena*, vol. 4, no. 2, pp. 192–197, 2023.
- [4] G. A. T. Parasari and M. D. Lestari, "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Kelurahan Sading," *J. Psikol. Udayana*, vol. 2, no. 1, pp. 68–77, 2015, doi: 10.24843/jpu.2015.v02.i01.p07.
- [5] H. Yusuf, N. R. Irmayani, I. Noviana, and A. D. Amalia, "Kualitas Hidup Lanjut Usia di Daerah Rawan Bencana (Studi kasus di Desa Sukamanah Kecamatan Pangalengan)," 2016. [Online]. Available: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:115077722>
- [6] L. Andriani and Sugiharto, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan pada Lansia yang Tinggal di Komunitas," *J. Keperawatan BSI*, vol. 10, no. 2 SE-Articles, Sep. 2022, [Online]. Available: <https://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/873>
- [7] A. Boyle and M. R. Anderson, *Human rights approaches to environmental protection*. Oxford University Press, 1996.
- [8] A. Carr, *Positive psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. Routledge, 2013.
- [9] N. Extremera and P. Fernández-Berrocal, "The Subjective Happiness Scale: Translation and Preliminary Psychometric Evaluation of a Spanish Version," *Soc. Indic. Res.*, vol. 119, no. 1, pp. 473–481, 2014, doi: 10.1007/s11205-013-0497-2.
- [10] J. de Neve, E. Diener, L. Tay, and C. Xuereb, "The objective benefits of subjective well-being.," *CEP Discuss. Pap. No 1236*, no. 1236, pp. 1–35, 2013, [Online]. Available: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2306651

Referensi

- [11] A. Killen and A. Macaskill, "Using a Gratitude Intervention to Enhance Well-Being in Older Adults," *J. Happiness Stud.*, vol. 16, no. 4, pp. 947–964, 2015, doi: 10.1007/s10902-014-9542-3.
- [12] B. M. Luchesi, N. A. de Oliveira, D. de Moraes, R. M. de Paula Pessoa, S. C. I. Pavarini, and M. H. N. Chagas, "Factors associated with happiness in the elderly persons living in the community," *Arch. Gerontol. Geriatr.*, vol. 74, pp. 83–87, 2018, doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.10.006>.
- [13] B. P. Statistik, "Pelanggaran Lalu Lintas Menurut Bulan Tahun 2018," 2019. <https://sidoarjo.kab.bps.go.id/statictable/2019/08/12/93/pelanggaran-lalu-lintas-menurut-bulan-2018-.html>
- [14] J. Harijanto and J. L. Setiawan, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perantau Di Surabaya," *Psychopreneur J.*, vol. 1, no. 1 SE-Articles, pp. 85–93, May 2017, doi: 10.37715/psy.v1i1.361.
- [15] M. A. Sharif, C. Mogilner, and H. E. Hershfield, "Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being.," *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 121, no. 4. American Psychological Association, Sharif, Marissa A.: Department of Marketing, Wharton School, University of Pennsylvania, 3730 Walnut Street, Jon M. Huntsman Hall 751, Philadelphia, PA, US, 19103, masharif@wharton.upenn.edu, pp. 933–947, 2021. doi: 10.1037/pspp0000391.
- [16] S. Read, E. Grundy, and E. Foverskov, "Socio-economic position and subjective health and well-being among older people in Europe: A systematic narrative review," *Aging Ment. Heal.*, vol. 20, no. 5, pp. 529–542, 2016, doi: 10.1080/13607863.2015.1023766.
- [17] Z. Mahmoodi, M. Yazdkhasti, M. Rostami, and N. Ghavidel, "Factors affecting mental health and happiness in the elderly: A structural equation model by gender differences," *Brain Behav.*, vol. 12, no. 5, p. e2549, May 2022, doi: <https://doi.org/10.1002/brb3.2549>.
- [18] S. A. Shah *et al.*, "Factors associated with happiness among malaysian elderly," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 18, no. 7, 2021, doi: 10.3390/ijerph18073831.
- [19] B. Moeini, M. Barati, M. Farhadian, and M. H. Ara, "The Association between Social Support and Happiness among Elderly in Iran.," *Korean J. Fam. Med.*, vol. 39, no. 4, pp. 260–265, Jul. 2018, doi: 10.4082/kjfm.17.0121.
- [20] Z. L. Muzizatun, "Pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan remaja di man 1 kota malang," pp. 1–116, 2021, [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/34795/>

Referensi

- [21] M. Mardiyah, "Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Agama Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak," *J. Kependidikan*, vol. 3, no. 2, pp. 109–122, 2017, doi: 10.24090/jk.v3i2.902.
- [22] L. Marini and S. Hayati, "Pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia di perkumpulan lansia Habibi dan Habibah," *Sumatera Fak. Psikol. Univ. Sumatera Utara fpsi. mercubuana-yogya*, 2009.
- [23] S. Hidayah, "Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di UPTD Panti Sosial," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 4, no. 3, pp. 544–552, 2016, doi: 10.30872/psikoborneo.v4i3.4091.
- [24] E. Hikmawati and A. Purnama, "Kondisi Kepuasan Hidup Lansia." PKS, 2008.
- [25] Y. Pratiwi, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia di Pusat Santunan Keluarga (PUSAKA) Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan," Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015.
- [26] I. Mardiah, "Pengaruh Religiusitas dan Family Support terhadap Happiness pada Lansia di Panti Werdha," Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011.
- [27] F. Uraningsari and M. A. Djalali, "Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia," *Pers. J. Psikol. Indones.*, vol. 5, no. 01, 2016, [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/291850300.pdf>
- [28] U. Khuzaimah, Y. Anggraini, Z. Rusyda Hinduan, H. Agustiani, and A. G. Prathama Siswadi, "Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial di Medan," *Psikologika J. Pemikir. dan Penelit. Psikol.*, vol. 26, no. 1, pp. 121–142, 2021, doi: 10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7.
- [29] S. Amalia, "Kebahagiaan Personal Dan Dukungan Sosial Pada Lansia: Studi Pada Lansia Di Komunitas Keluarga Dan Panti Jompo," *J. Ilm. Kesehat. Media Husada*, vol. 3, no. 1, pp. 53–58, 2014, doi: 10.33475/jikmh.v3i1.147.
- [30] R. J. Waldinger, S. Cohen, M. S. Schulz, and J. A. Crowell, "Security of Attachment to Spouses in Late Life: Concurrent and Prospective Links With Cognitive and Emotional Well-Being," *Clin. Psychol. Sci.*, vol. 3, no. 4, pp. 516–529, Aug. 2014, doi: 10.1177/2167702614541261.

Referensi

- [21] M. Mardiyah, "Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Agama Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak," *J. Kependidikan*, vol. 3, no. 2, pp. 109–122, 2017, doi: 10.24090/jk.v3i2.902.
- [22] L. Marini and S. Hayati, "Pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia di perkumpulan lansia Habibi dan Habibah," *Sumatera Fak. Psikol. Univ. Sumatera Utara fpsi. mercubuana-yogya*, 2009.
- [23] S. Hidayah, "Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lansia yang Tinggal di UPTD Panti Sosial," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 4, no. 3, pp. 544–552, 2016, doi: 10.30872/psikoborneo.v4i3.4091.
- [24] E. Hikmawati and A. Purnama, "Kondisi Kepuasan Hidup Lansia." PKS, 2008.
- [25] Y. Pratiwi, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia di Pusat Santunan Keluarga (PUSAKA) Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan," Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015.
- [26] I. Mardiah, "Pengaruh Religiusitas dan Family Support terhadap Happiness pada Lansia di Panti Werdha," Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011.
- [27] F. Uraningsari and M. A. Djalali, "Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia," *Pers. J. Psikol. Indones.*, vol. 5, no. 01, 2016, [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/291850300.pdf>
- [28] U. Khuzaimah, Y. Anggraini, Z. Rusyda Hinduan, H. Agustiani, and A. G. Prathama Siswadi, "Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial di Medan," *Psikologika J. Pemikir. dan Penelit. Psikol.*, vol. 26, no. 1, pp. 121–142, 2021, doi: 10.20885/psikologika.vol26.iss1.art7.
- [29] S. Amalia, "Kebahagiaan Personal Dan Dukungan Sosial Pada Lansia: Studi Pada Lansia Di Komunitas Keluarga Dan Panti Jompo," *J. Ilm. Kesehat. Media Husada*, vol. 3, no. 1, pp. 53–58, 2014, doi: 10.33475/jikmh.v3i1.147.
- [30] R. J. Waldinger, S. Cohen, M. S. Schulz, and J. A. Crowell, "Security of Attachment to Spouses in Late Life: Concurrent and Prospective Links With Cognitive and Emotional Well-Being," *Clin. Psychol. Sci.*, vol. 3, no. 4, pp. 516–529, Aug. 2014, doi: 10.1177/2167702614541261.

- [31] N. K. Sharma, "Determinants of Psychological Well-being among Retirees," *Int. Res. J. Soc. Sci.*, vol. 4, no. 3, pp. 19–26, 2015, [Online]. Available: <http://isca.me/IJSS/Archive/v4/i3/4.ISCA-IRJSS-2014-294.pdf>
- [32] C.-S. Tan, S.-K. Low, and G. N. Viapude, "Extraversion and happiness: The mediating role of social support and hope," *PsyCh J.*, vol. 7, no. 3, pp. 133–143, Sep. 2018, doi: <https://doi.org/10.1002/pchj.220>.
- [33] X. Zhu, S. E. Woo, C. Porter, and M. Brzezinski, "Pathways to happiness: From personality to social networks and perceived support," *Soc. Networks*, vol. 35, no. 3, pp. 382–393, 2013, doi: [10.1016/j.socnet.2013.04.005](https://doi.org/10.1016/j.socnet.2013.04.005).
- [34] R. Lara, M. L. Vázquez, A. Ogallar, and D. Godoy-Izquierdo, "Optimism and social support moderate the indirect relationship between self-efficacy and happiness through mental health in the elderly," *Heal. Psychol. Open*, vol. 7, no. 2, 2020, doi: [10.1177/2055102920947905](https://doi.org/10.1177/2055102920947905).
- [35] C. F. Peralta and M. F. Saldanha, "Can dealing with emotional exhaustion lead to enhanced happiness? The roles of planning and social support," *Work Stress*, vol. 31, no. 2, pp. 121–144, 2017, doi: [10.1080/02678373.2017.1308445](https://doi.org/10.1080/02678373.2017.1308445).
- [36] M. A. Zareipour, Z. Mohammad Rezaei, M. S. Jadgal, S. Khodavandi, M. Tasouji Azari, and F. Haghi, "Happiness and its Relationship with Social Support and Health Promoting Behaviors in Military Elderly," *Iran. J. War Public Heal.*, vol. 13, no. 4, pp. 271–276, 2021, doi: [10.29252/acadpub.ijwph.13.4.271](https://doi.org/10.29252/acadpub.ijwph.13.4.271).
- [37] R. Refnandes, A. Y. S. Hamid, and H. Sasmita, "Social and Spiritual Support as Correlated Determinants of Elderly Happiness in Nursing Home," *Elev. Int. J. Nurs. Educ. Pract. Res.*, vol. 1, no. 1, pp. 8–11, 2018, doi: [10.25077/elevate.1.1.8-11.2018](https://doi.org/10.25077/elevate.1.1.8-11.2018).
- [38] M. Seligman, "Beyond Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Sempurna dengan Psikologi Positif," *Bandung: Kaifa*, 2013.
- [39] S. Amalia, "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kbahagiaan (Happiness) Pada Lansia Di Kota Malang," *Bandung Univ. Padjajaran*, 2012

