



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 1 Tahun 2025 Page 3500-3512

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Perbedaan Persepsi Kebahagiaan dan Kesadaran Diri pada Individu Jelang Dewasa Ditinjau dari Jenis Kelamin

Byosvelma Michelle Blessya Tucunan^{1✉}, Raynata Danielle Mulya², Yohana Intan Simbolon³,

Victoria Elizabeth Zefanya Runtu⁴, Bonar Hutapea⁵

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: bonarh@fpsi.untar.ac.id[✉]

Abstrak

Permulaan masa dewasa, merupakan fase penting yang mempengaruhi pengalaman gender, wanita dan laki-laki secara mendalam. Ini adalah periode pematangan otak, pembelajaran tentang keintiman dan saling mendukung, intensifikasi persahabatan yang sudah ada sebelumnya, sosialisasi berorientasi keluarga, dan terbentuknya kualitas hidup seseorang. Kebahagiaan dan kesadaran diri menjadi tujuan yang penting dalam perjalanan ini, karena kedua faktor ini berkontribusi besar terhadap kualitas hidup seseorang. Namun, adanya perbedaan pemikiran terhadap persepsi antara dua variabel ini pada individu menjelang dewasa. Dalam penelitian ini, kami ingin meninjau terdapatnya perbedaan persepsi antara kebahagiaan dan kesadaran diri melalui jenis kelamin dengan metode kuantitatif non-eksperimental dan probability sampling. Pengambilan data melalui penyebaran kuesioner pada pria dan wanita berusia 18-21 tahun. Kami menerapkan instrumen *Awareness Outcomes Measure* dan *Oxford Happiness Questionnaire* yang dianalisis dengan *MANOVA*. Faktor jenis kelamin memiliki nilai F (0,081) tidak signifikan ($p = 0,9242 > 0,05$). Jadi, hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif yang moderat antara persepsi kesadaran diri dan kebahagiaan pada individu menjelang dewasa

Keywords: *jenis kelamin; kebahagiaan; kesadaran diri*

Abstract

Emerging adulthood, is a pivotal phase where genders, women and men influences experiences in profound ways. It is a period of brain maturation, learning about intimacy and mutual support, intensification of pre-existing friendships, family-oriented socialization, and the quality of life. Happiness and self-awareness are important goals on this journey, because these two factors contribute greatly to a person's quality of life. However, there are differences in thinking regarding perceptions between the two variables in individuals approaching adulthood. In this research, we want to review the existence of differences in perceptions between happiness and self-awareness through gender using non-experimental quantitative methods and probability sampling. Data were collected through distributing questionnaires to men and women aged 18-21 years. We implement the Awareness Outcomes Measure and the Oxford Happiness Questionnaire which were analyzed using MANOVA. F value for genders factor (0.081) is not significant ($p = 0.9242 > 0.05$). So these results shows indicate a moderate positive relationship between perception of self-awareness and happiness in emerging adulthood.

Keywords: *genders; happiness; self-awareness*

PENDAHULUAN

Setiap manusia pastinya akan mengalami perubahan yang sangat signifikan dimana salah satunya secara hukum alamnya manusia dibedakan berdasarkan gender ataupun dikenal dengan kata jenis kelamin, yaitu pria dan wanita. Hal ini sejalan dengan teori dari Kornblum tahun 2008 (dalam Octavianti dan Hutapea, 2018) semua masyarakat manusia dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin, yang berarti bahwa pria dan wanita tersebut disalurkan ke status dan peran tertentu dan teori Rice tahun 1999 (dalam Octavianti dan Hutapea, 2018) mengatakan remaja perempuan menunjukkan derajat yang baik dalam konformitas dibandingkan dengan laki-laki. Adapun perbedaan pandangan sosial tentang "Wanita berasal dari Venus, pria berasal dari Mars" dimana ungkapan yang sering digunakan untuk menjelaskan perbedaan yang terlihat dalam cara berpikir, merasakan, dan bertindak antara wanita dan pria serta cara mereka menyesuaikan diri dan bereaksi terhadap norma yang tersedia atau yang disebut dengan tingkah laku psikologi sosial. Definisi psikologi sosial sendiri menurut McDougall pada tahun 1908 (dalam Rogers, 2003) yaitu ilmu yang mempelajari manusia secara tidak bebas, karena lingkunganlah yang membuatnya menjadi manusia seutuhnya.

Berdasarkan penjelasan psikologi sosial, kita dapat melihat bahwa tiap individu akan melalui periode penting dalam kehidupan individu yang dikenal sebagai transisi menuju dewasa. Pada masa ini, individu menghadapi berbagai tuntutan baru dari lingkungan, seperti menetapkan identitas diri, mengatur hubungan interpersonal, dan mengambil

tanggung jawab yang lebih besar dalam kehidupan mereka. Dalam tahapan ini, ada berbagai hal yang didambakan dalam kehidupan manusia adalah memiliki rasa bahagia dalam hidupnya. Banyak individu yang bekerja dengan tujuan untuk bahagia.

Kebahagiaan yang sering dianggap sebagai tujuan hidup universal, melibatkan persepsi positif terhadap kehidupan dan kepuasan dengan pencapaian dan hubungan mereka. Menurut Aristoteles, kebahagiaan atau disebut *eudaimonia* (bahasa Yunani) merupakan salah satu tujuan hidup manusia yang berarti "mempunyai *daimon* yang baik" *daimon* adalah jiwa. Penjelasan lain Diener dan Ryan (2009), kebahagiaan mengacu kepada emosi yang bersifat positif, sedangkan *subjective well-being* mencakup emosi yang positif maupun negatif. Namun demikian kedua istilah tersebut menunjukkan penilaian individu terhadap kualitas hidupnya. Jadi bisa disimpulkan, kebahagiaan merupakan penilaian seseorang akan kualitas hidupnya yang ditandai dengan adanya emosi yang menyenangkan dan rasa puas dengan kehidupannya (Hutapea et al., 2019).

Melihat beberapa poin dari kebahagiaan, bisa dinyatakan penilaian individu mengenai kualitas dirinya menyatakan bahwa individu memiliki kesadaran diri yang cukup baik. Pemahaman kesadaran diri ini adalah dimana individu mengenal tentang diri mereka sendiri, termasuk nilai-nilai, keinginan, kekuatan, dan kelemahan. Ini melibatkan refleksi yang mendalam tentang siapa kita, bagaimana kita berperilaku dan mempengaruhi orang lain maupun lingkungan kita. Maka pentingnya kesadaran diri menurut Makmum (2017) adalah salah satu proses revolusi mental dan harus dimiliki oleh setiap individu.

Walaupun kedua variabel ini terlihat berkaitan, namun adanya perbedaan persepsi antar masing-masing variabel yang kami temukan pada individu jelang dewasa atau yang kami sebut dengan remaja karena tercermin pada perkembangan mental maupun tujuan hidup remaja saat ini sangat beragam dan dapat berubah seiring dengan berjalannya waktu. Hal tersebut terlihat dari berbagai faktor maupun peristiwa yang terjadi pada kehidupan sehari-hari khususnya pada individu menjelang dewasa atau yang dikenal remaja. Tingkat kesadaran diri tentang identitas gender mereka dan bagaimana identitas ini berkaitan dengan kebahagiaan mereka bisa dinyatakan sebagai peranan penting dalam kehidupan manusia.

Melihat hal yang terkait diatas, perbedaan persepsi terhadap kebahagiaan dan kesadaran diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah jenis kelamin. Pria dan wanita cenderung memiliki pengalaman dan ekspresi yang berbeda terkait dengan kedua konsep ini. Misalnya, penelitian menunjukkan bahwa wanita mungkin lebih cenderung untuk menilai kebahagiaan mereka berdasarkan kualitas hubungan sosial, sementara pria mungkin lebih terfokus pada pencapaian pribadi dan status. Atas dasar ini,

kami ingin meninjau apakah ada pengaruh maupun efek akan tingkatan maupun pengertian persepsi kebahagiaan dan kesadaran diri pada pria dan wanita.

Dengan memahami perbedaan ini secara lebih mendalam, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana faktor-faktor seperti jenis kelamin mempengaruhi perkembangan psikologis individu pada fase ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti ada maupun tidak adanya 'Perbedaan Persepsi Kebahagiaan dan Kesadaran Diri pada Individu Jelang Dewasa Ditinjau dari Jenis Kelamin' yang signifikan. Dengan harapan, hasil dari penelitian ini dapat memberikan dasar yang lebih kuat untuk merancang intervensi dan program pendukung yang lebih efektif bagi individu yang sedang mengalami transisi menuju dewasa.

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Partisipan berusia 18-21 tahun masuk ke dalam kategori individu yang menjelang dewasa. Pada penelitian ini peneliti menggunakan *Probability Sampling*, dengan ini sampel yang diambil secara acak dan dapat diisi oleh siapa saja yang sesuai dengan kriteria.

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode kuantitatif. Pada penelitian ini menggunakan 4 (empat) variabel yang diteliti, yaitu kebahagiaan (Y1) dan kesadaran diri (Y2) sebagai variabel dependen dan jenis kelamin, yaitu laki-laki (X1) dan perempuan (X2) sebagai variabel independen. Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini dengan menggunakan kuesioner melalui *Google Forms*, yang dibagikan secara daring/*online* melalui media sosial. Menurut Sugiyono (2019), kuesioner adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi responden sejumlah pernyataan tertulis untuk dijawab.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah *Awareness Outcomes Measure* oleh Sutton & Medvedev (2023) yang memiliki 21 butir pertanyaan dengan skala *likert* yang diberikan 5 poin, yaitu: 1=Tidak Pernah, 2=Jarang, 3=Kadang-kadang, 4=Sering, dan 5=Selalu. *Oxford Happiness Questionnaire* oleh Michael Argyle & Peter Hill (2002) yang memiliki 29 butir pertanyaan dengan skala *likert* yang diberikan 6 poin, yaitu: 1=Sangat Tidak Setuju, 2=Cukup Tidak Setuju, 3=Sedikit Tidak Setuju, 4=Sedikit Setuju, 5=Cukup Setuju, dan 6=Sangat Setuju. Hasil perhitungan reliabilitas untuk *Awareness Outcomes Measure* dengan 21 butir sebesar 0,826 dan *Oxford Happiness Questionnaire* dengan 29 butir sebesar 0,766. Analisis data yang digunakan adalah *MANOVA* dengan bantuan aplikasi JASP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Total responden yang terlibat sebanyak 220, dengan hasil laki-laki berjumlah 46 orang atau sekitar 20.909% kemudian responden perempuan yaitu 174 orang atau 79.091% dari total responden.

Tabel 1. Karakteristik Demografis

Karakteristik	Jumlah (n)	Presentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	46	20.9
Perempuan	174	79.1
n	220	100
Usia		
18	8	3.6
19	29	13.3
20	65	29.5
21	118	53.6

Dari responden ini terbagi ke dalam empat kelompok usia yaitu, 18-21 tahun. Data ini menunjukkan bahwa responden perempuan mendominasi sampel penelitian, mencakup hampir 80% dari keseluruhan populasi.

Tabel 2. Statistik deskriptif

	Kesadaran Diri		Kebahagiaan	
	Laki-laki	Perempuan	Laki-Laki	Perempuan
Valid	46	174	46	174
Mean	81.848	82.368	110.674	111.178
Std. Deviation	8.498	8.553	9.843	9.526
Shapiro-Wilk	0.972	0.981	0.978	0.987
P-value of Shapiro-Wilk	0.335	0.016	0.542	0.191

Berdasarkan hasil data yang diperoleh rata-rata kesadaran diri untuk laki-laki (81,848) dan perempuan (82,368), sedangkan rata-rata kebahagiaan untuk laki-laki (110,674) dan perempuan (111,178) . Pada aspek uji *Shapiro-Wilk* Kesadaran diri nilai p-value untuk laki-laki (0,335) dan Perempuan (0,016). Pada aspek uji *Shapiro-Wilk* Kebahagiaan nilai p-value untuk laki-laki (0,542) dan Perempuan adalah (0,191). Secara keseluruhan untuk laki-laki, data kesadaran diri dan kebahagiaan terdistribusi normal. Namun, untuk perempuan, pada data kesadaran diri terdistribusi normal, sedangkan data kebahagiaan tidak terdistribusi normal.

Tabel 3. Analisis Faktor Konfirmatori

Chi-square test			
Model	χ^2	df	p
Mode dasar	4414.743	1225	
Model faktor	3150.506	1174	< .001

Analisis model yang dilakukan menggunakan metode *Chi-square* menunjukkan perbedaan signifikan antara model dasar dan model faktor. Perbedaan nilai *Chi-square* antara kedua model (Model dasar= $\chi^2 = 4414.743$, df = 1225) dengan ($\chi^2 = 3150.506$, df = 1174) menunjukkan perubahan yang substansial dalam kesesuaian model. Nilai p < .001 untuk model faktor menunjukkan bahwa perbedaan antara model dasar dan model faktor sangat signifikan secara statistik.

Tabel 4. Independent Samples T-Test pada Kesadaran diri dan Kebahagiaan

	t	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d
Kesadaran diri	-0.367	218	0.714	-0.061	0.166
Kebahagiaan	-0.317	218	0.751	-0.053	0.166

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukan Kesadaran Diri tidak memiliki perbedaan yang signifikan antara dua kelompok yang dibandingkan t (218) = -0.367, p = 0.714, d = -0.061) dan Kebahagiaan juga tidak ada perbedaan yang signifikan antara dua kelompok dalam hal kebahagiaan t (218) = -0.317, p = 0.751, d = -0.053). Dari hasil uji t-test independen ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan baik dalam kesadaran diri maupun kebahagiaan antara kedua kelompok yang dibandingkan.

Tabel 5. Uji Korelasi Spearman

Variabel	rho	p
Kesadaran diri - Kebahagiaan	0.457***	< .001
Kesadaran diri - Jenis kelamin	0.028	0.684
Kebahagiaan - Jenis kelamin	0.027	0.690

Pada hasil data Kesadaran diri - Kebahagiaan terdapat korelasi positif moderat ($\rho = 0,457$) dan signifikan secara statistik ($p < 0,001$). Kesadaran diri - Jenis kelamin korelasinya sangat lemah ($\rho = 0,028$) dan tidak signifikan secara statistik ($p = 0,684$). Kebahagiaan - Jenis kelamin serupa dengan sebelumnya, terdapat korelasi yang sangat lemah ($\rho = 0,027$) dan tidak signifikan secara statistik ($p = 0,690$). Secara keseluruhan data ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kesadaran diri dan Kebahagiaan, namun antara jenis kelamin dengan Kesadaran diri maupun kebahagiaan tidak ada hubungan yang signifikan.

Tabel 6. Linear Regression

Model Summary - Jenis Kelamin				
Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	0.408
H ₁	0.027	0.001	-0.008	0.409

Baik model H₀ maupun H₁ menunjukkan koefisien korelasi yang sangat rendah, menunjukkan hubungan linear yang sangat lemah antara variabel prediktor (Jenis Kelamin) dan variabel hasil.

Tabel 7. MANOVA: Pillai Test

Cases	df	Approx. F	Trace Pillai	Num df	Den df	p
(Intercept)	1	17251.100	0.994	2	217.000	< .001
Jenis Kelamin	1	0.081	7.455×10 ⁻⁴	2	217.000	0.922
Residuals	218					

Nilai F untuk faktor jenis kelamin (0.081) tidak signifikan ($p = 0.9242 > 0.05$). Ini berarti tidak ada perbedaan signifikan dalam persepsi kebahagiaan dan kesadaran diri antara individu jelang dewasa laki-laki dan perempuan.

DISKUSI

Hasil penelitian ini memberikan pandangan komprehensif tentang hubungan antara kesadaran diri dengan jenis kelamin serta kebahagiaan pada individu jelang dewasa. Penemuan utama ini menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara kesadaran diri dan kebahagiaan namun tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam kedua aspek tersebut. Hubungan positif antara kesadaran diri dan kebahagiaan yang ditemukan dalam penelitian yang sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Morin (2017) yaitu tentang kesadaran diri, Morin menekankan bahwa kesadaran diri memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan individu. Morin berpendapat bahwa kesadaran diri memungkinkan individu untuk lebih memahami diri sendiri, mengelola emosi dengan lebih baik, dan membuat keputusan yang lebih selaras dengan nilai-nilai pribadi, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kebahagiaan. Temuan penelitian ini memperkuat argumen Morin, yang menunjukkan bahwa pada individu jelang dewasa, tingkat kesadaran diri yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi juga.

Sama halnya dengan teori (Aprina et al., 2021) juga membahas hal yang sama tentang kesadaran diri yang tinggi berkaitan dengan tingkat kebahagiaan yang tinggi memiliki pengaruh yang baik dalam pikiran, emosi, maupun pengenalan diri pada responden. Menariknya, dari hasil penelitian tidak menunjukkan perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam hal kesadaran diri maupun kebahagiaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bleidorn et al. (2016) yang mengkaji tentang perbedaan gender dalam perkembangan kepribadian selama masa remaja akhir dan dewasa awal. Bleidorn dan rekan-rekannya menemukan bahwa meskipun ada beberapa perbedaan kecil dalam aspek-aspek tertentu kepribadian, namun secara keseluruhan tidak ada perbedaan besar antara laki-laki dan perempuan dalam perkembangan kesadaran diri dan kaitannya dengan kesejahteraan psikologis. Temuan ini menentang stereotip gender yang sering diasumsikan dalam masyarakat dan menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan memiliki kapasitas yang setara untuk mengembangkan kesadaran diri dan mencapai kebahagiaan.

Dalam teori (Carlquist et al., 2017) berpendapat meskipun kesadaran diri sebagai penilaian kognitif atas kehidupan seseorang dan juga digunakan untuk mengukur kebahagiaan seseorang, korelasi ini menunjukkan bahwa kesadaran diri sebagai komponen kognitif dari kesejahteraan subjektif tidak dapat mencakup makna penuh kebahagiaan, di mana komponen emosional juga penting. Dalam konteks perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal, penelitian ini juga relevan dengan teori yang dikemukakan oleh Arnett (2015) tentang "*emerging adulthood*". Arnett berpendapat bahwa periode ini ditandai oleh eksplorasi identitas yang intensif, dan individu aktif mencari pemahaman diri yang lebih dalam. Hasil penelitian yang menunjukkan korelasi positif antara kesadaran diri dan kebahagiaan pada kelompok usia ini (18-21 tahun) mendukung gagasan Arnett bahwa proses pencarian identitas dan peningkatan kesadaran diri pada masa ini berperan penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis.

Lebih lanjut, temuan ini menyatakan bahwa tidak ada perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin dalam kesadaran diri dan kebahagiaan juga sejalan dengan penelitian terbaru oleh Syed dan McLean (2018) tentang perkembangan identitas pada remaja akhir. Mereka menemukan bahwa proses pembentukan identitas dan pencapaian kesadaran diri yang lebih tinggi cenderung serupa antara laki-laki dan perempuan, meskipun konteks sosial dan budaya dapat mempengaruhi aspek-aspek tertentu dari proses tersebut. Penelitian ini juga menarik perhatian pada diskusi tentang motif potensial yang mengarah pada perbedaan gender dalam pola karakteristik kepribadian yang berhubungan dengan pengendalian impuls. Melampaui perspektif yang menekankan aspek biologis yang mempengaruhi perbedaan gender dalam perilaku, (Else-Quest et al., 2006). Perbedaan gender dalam dimensi-dimensi ini yang dihasilkan, misalnya, dari pola ekspektasi akademis dan sosial yang berbeda untuk laki-laki dan perempuan (Voyer & Voyer, 2014), serta dari pengaruh sosialisasi dalam pembentukan perilaku gender yang sesuai dengan norma-norma budaya untuk maskulinitas dan femininitas (Gibb dkk., 2008), dapat menyebabkan pola perilaku sekolah yang berbeda, dan akibatnya, pola prestasi yang berbeda pula.

Secara keseluruhan, penelitian ini mendorong lebih lanjut yang menggunakan ukuran objektif dan mengontrol variabel dan subdomain yang relevan, sehingga sifat perbedaan antara perempuan dan laki-laki dapat dipahami dengan lebih baik. Selain itu, penelitian yang mengatasi pendekatan "perempuan versus laki-laki" dengan mempertimbangkan variabilitas pada masing-masing jenis kelamin (Matthews dkk., 2009; Steinmayr & Spinath, 2008). Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa data tidak berdistribusi normal, yang mengindikasikan adanya faktor lain yang mempengaruhi

distribusi data seperti bias responden atau faktor demografis lainnya. Dalam analisis untuk melihat perbedaan gender dapat dilihat dalam *MANOVA*. *Manova* merupakan uji statistik yang digunakan untuk mengukur pengaruh variabel independen yang berskala kategori terhadap beberapa variabel dependen sekaligus yang berskala data kuantitatif. Uji *manova* digunakan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik pada beberapa variabel yang terjadi secara serentak antara dua tingkatan dalam satu variabel. Hasil data analisis manova secara keseluruhan tidak ada perbedaan yang signifikan dalam persepsi kebahagiaan dan kesadaran diri antara individu jelang dewasa laki-laki dan perempuan.

Manova sesuai dengan model analisis varian multivariat (*MANOVA*) dan analisis kovarians multivariat (*MANOVA*) untuk desain yang seimbang dan tidak seimbang, termasuk desain dengan sel yang hilang, dan untuk desain faktorial, bertingkat, atau campuran, atau desain yang melibatkan tindakan berulang (StataCorp, L. P. 2007). Penelitian ini menegaskan bahwa pentingnya kesadaran diri dalam mencapai kebahagiaan pada individu jelang dewasa, terlepas dari jenis kelamin mereka. Temuan ini memberikan landasan yang kuat untuk pengembangan intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan kesadaran diri sebagai sarana untuk meningkatkan kebahagiaan, dengan pendekatan yang setara untuk laki-laki dan perempuan.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah karena metode pengumpulan data menggunakan kuesioner melalui *Google Forms*, maka peneliti tidak dapat melihat reaksi responden pada saat melakukan pengisian kuesioner dan juga peneliti tidak mengetahui waktu yang dibutuhkan responden saat melakukan pengisian kuesioner tersebut. Adanya keterbatasan dalam penelitian ini yaitu tidak seimbang jumlah responden laki-laki dengan jumlah 46 orang dan perempuan dengan jumlah 174 jadi hasil penelitian kurang akurat.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan pada penelitian ini mengenai perbedaan persepsi kesadaran diri dan kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin. Secara garis besar, dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri dan kebahagiaan tidak ditemukan perbedaan yang signifikan terhadap jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Dari penelitian hasil analisis menunjukkan adanya korelasi positif antara Kesadaran Diri dan Kebahagiaan, tetapi baik Kesadaran Diri maupun Kebahagiaan tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan Jenis Kelamin dalam sampel penelitian.

Hal ini dapat disebabkan karena saat ini sudah adanya kesetaraan gender dan perkembangan norma sosial dan budaya di masyarakat yang memberikan penjelasan matang terhadap Kesadaran diri dan Kebahagiaan yang berdampak baik bagi kehidupan manusia. Selain itu, hasil dari penelitian ini menunjukkan juga bahwa adanya hubungan positif antara kesadaran diri dan kebahagiaan pada individu jelang dewasa.

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat memiliki responden laki-laki dan perempuan yang seimbang, dikarenakan pada penelitian ini memiliki perbedaan yang cukup jauh antara responden laki-laki dan perempuan, sehingga saat melakukan penelitian lanjutan bisa mendapatkan hasil yang berbeda dan lebih akurat. Selain itu peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dari alat ukur yang berbeda dan baru untuk kuesioner yang digunakan ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprina, A. F., et al., (2021). Tingkat Self Awareness Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2017 Universitas Negeri Malang Sebagai Kesiapan Menjadi Konselor Sekolah. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(4), 328–335. <https://doi.org/10.17977/um065v1i42021p328-335>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bleidorn, W., Klimstra, T. A., Denissen, J. J., Rentfrow, P. J., Potter, J., & Gosling, S. D. (2016). Personality maturation around the world: A cross-cultural examination of social-investment theory. *Psychological Science*, 27(12), 1561-1573.
- Carlquist, E., Ulleberg, et al., (2017). Everyday understandings of happiness, good life, and satisfaction: Three different facets of well-being. *Applied Research in Quality of Life*, 12(2), 481-505. <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9472-9>
- Diener, Ed dan Ryan, Katherine. (2009). Subjective Well Being: a General Overview. *South African Journal of Psychology*. Vol 39 (4), pp 391-406
- Ellemers, N. (2018). Gender Stereotypes. *Annual Review of Psychology*, 69, 275–298. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122216-011719>
- Else-Quest, N.M., Hyde, J.S., Goldsmith, H.H., & Van Hulle, C.A. (2006). Gender differences in temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 132(1), 33–72. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.33>.
- Gibb, S.J., Fergusson, D.M., & Horwood, L.J. (2008). Gender differences in educational

- achievement to age 25. *Australian Journal of Education*, 52(1), 63–80. <http://dx.doi.org/10.1177/000494410805200105>.
- Hills, P., dan Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1992). *Personality theories: Basic assumptions, research, and applications*. McGraw-Hill Book Company.
- Hutapea, B., Ayun, dkk. (2019). Penghayatan Hidup Bahagia dan Kesejahteraan Pada Kaum Pemulung. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v2i2.975>
- Makmun, H. (2017). *Life Skill Personal Self Awareness (Kecakapan Mengenal Diri)*. Deepublish
- Matthews, J.S., Morrison, F.J., & Ponitz, C.C. (2009). Early gender differences in self-regulation and academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 689–704. <http://dx.doi.org/10.1037/a0014240>.
- Morin, A. (2017). Toward a glossary of self-related terms. *Frontiers in Psychology*, 8, 280.
- Octavianti, R., & Hutapea, B. (2018). Kontribusi Peran Gender Dan Konformitas Terhadap Agresivitas Remaja Putri Suporter Sepakbola. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 221. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.927>
- Rogers W. S. (2003). *Social Psychology Experimental and Critical Approaches*. Philadelphia: Open University Press.
- StataCorp, L. P. (2007). *Stata multivariate statistics: reference manual*. Stata Press Publication.
- Steinmayr, R., & Spinath, B. (2008). Sex differences in school achievement: What are the roles of personality and achievement motivation? *European Journal of Personality*, 22, 185–209. <http://dx.doi.org/10.1002/per.676>.
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sutton, A., dan Medvedev, O. N. (2023). Development and Validation of the Awareness Outcomes Measure (AOM) Using Rasch Approach. *Mindfulness*.
- Syed, M., & McLean, K. C. (2018). Erikson's theory of psychosocial development. In E. Braaten (Ed.), *The SAGE encyclopedia of intellectual and developmental disorders*. SAGE Publications.
- Voyer, D., & Voyer, S.D. (2014). Gender differences in scholastic achievement: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1174–1204. <http://dx.doi.org/10.1037/a0036620>.

Williams, K, Brian; Sawyer, et al., (2006). Marriages, Families & Intimate Relationships. A Practical Introduction. USA: Pearson Education, Inc. Diunduh pada <http://www.wikimu.com/News/Display News.aspx?id=5530>