



OVERVIEW OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DIFFERENCES IN THE SANDWICH GENERATION BASED ON GENDER: STATISTICAL ANALYSIS WITH SPSS

GAMBARAN PERBEDAAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING GENERASI SANDWICH BERDASARKAN JENIS KELAMIN: ANALISIS STATISTIK DENGAN SPSS

Cut Salma Komala Thayeb¹, Denrich Suryadi²,

^{1,2} Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

E-mail: cut.705200229@stu.untar.ac.id¹, denrichs@fpsi.untar.ac.id²

ARTICLE INFO

Correspondent

Cut Salma Komala Thayeb
cut.705200229@stu.untar.ac.id

Key words:

psychological well-being,
gender differences,
sandwich generation

Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 775 - 783

ABSTRACT

Research on Psychological Well-Being among the sandwich generation proves to be an intriguing study based on the current social phenomenon. The sandwich generation faces emotional, physical, and psychological pressures due to the demands of caring for both older and younger generations. They bear a dual caregiving burden that significantly impacts their Psychological Well-Being. This study highlights gender-based differences in Psychological Well-Being among the sandwich generation, experiencing the dual role demands of caring for elderly parents and children. From the analysis of 161 respondents utilizing a quantitative approach, the male group had an average score of 68.61, while the female group reached 87.25, with a significance value of Asymp. Sig (2-tailed) 0.017 ($p < 0.05$) in an independent sample t-test. The conducted differential analysis resulted in statistically significant differences in Psychological Well-Being between males and females. Higher scores in the female group indicate a more supportive dimension of Psychological Well-Being. This underscores the importance of these aspects in comprehending and enhancing Psychological Well-Being.

Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Koresponden</p> <p>Cut Salma Komala Thayeb cut.705200229@stu.untar.ac.id</p> <p>Kata kunci: kesejahteraan psikologis, perbedaan jenis kelamin, generasi sandwich</p> <p>Website: https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</p> <p>Hal: 775 - 783</p>	<p>Penelitian terhadap <i>Psychological Well-Being</i> pada generasi sandwich menjadi sebuah penelitian yang menarik berdasarkan fenomena sosial yang terjadi masa kini. Generasi sandwich akan mengalami tekanan emosional, fisik, dan psikologis yang berbeda karena tuntutan untuk menjaga generasi yang lebih tua dan merawat generasi yang lebih muda. Generasi ini menghadapi beban tugas ganda yang dapat memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> mereka secara signifikan. Penelitian ini menunjukkan perbedaan dalam <i>Psychological Well-Being</i> berdasarkan jenis kelamin pada generasi sandwich yang mengalami tuntutan peran ganda merawat orang tua dan anak-anak. Dari analisis 161 responden menggunakan pendekatan kuantitatif, kelompok laki-laki memiliki skor rata-rata 68.61, sedangkan kelompok perempuan mencapai 87.25 dengan nilai signifikansi Asymp. Sig (2 tailed) 0.017 ($p < 0.05$) dalam uji t sampel independen. Berdasarkan uji beda yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa analisis statistik menunjukkan perbedaan signifikan dalam <i>Psychological Well-Being</i> antara laki-laki dan perempuan. Skor tinggi pada kelompok perempuan mengindikasikan dimensi <i>Psychological Well-Being</i> yang lebih mendukung. Ini menunjukkan pentingnya aspek-aspek ini dalam memahami dan meningkatkan <i>Psychological Well-Being</i>.</p> <p>Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.</p>

PENDAHULUAN

Dalam dekade terakhir, pemahaman terhadap *Psychological Well-Being* telah menjadi fokus utama penelitian di bidang psikologi. *Psychological Well-Being* mencakup konsep luas yang melibatkan evaluasi subjektif terhadap kehidupan, kepuasan, dan perasaan positif terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar. *Psychological Well-Being* bukan hanya indikator dari ketiadaan penyakit mental, tetapi juga mencerminkan dimensi positif dari kesehatan mental, yang melibatkan perasaan positif, kehidupan yang bermakna, dan fungsi optimal dalam kehidupan sehari-hari (Diener, 1985).

Salah satu aspek menarik dalam pemahaman *Psychological Well-Being* adalah peran jenis kelamin dalam membentuk pengalaman individu terhadap kesejahteraan mereka. Jenis kelamin tidak hanya mencakup perbedaan biologis, tetapi juga memainkan peran penting dalam membentuk norma sosial, peran gender, dan harapan yang ditempatkan pada individu berdasarkan identitas jenis kelamin mereka. Oleh karena itu, mengidentifikasi dan memahami bagaimana perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi *Psychological Well-Being* menjadi suatu tantangan yang penting dalam penelitian psikologi kontemporer (Ryff, 1989).

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam perbedaan *Psychological Well-Being* berdasarkan jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan skala *Psychological Well-Being* yang terdiri dari enam dimensi utama, yaitu *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Personal Growth*, *Positive Relationships with Others*, *Life Goals*, dan *Self-Acceptance*. Skala ini dirancang untuk memberikan pemahaman holistik terhadap berbagai aspek yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* seseorang (Ryan, 2001).

Partisipan dalam penelitian ini mencakup 161 responden dari berbagai kelompok usia dan ukuran keluarga, menciptakan keragaman yang penting dalam analisis perbedaan jenis kelamin. Melalui pendekatan ini, kita berusaha memahami faktor-faktor yang mungkin menjadi kunci perbedaan dalam *Psychological Well-Being* antara laki-laki dan perempuan. Termasuk dalam pertimbangan tersebut adalah peran gender, harapan sosial, dan pengalaman unik yang mungkin membedakan pengalaman *Psychological Well-Being* antara kedua jenis kelamin (Smith, 2006).

Dengan mengeksplorasi perbedaan ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam untuk mendukung pengembangan strategi intervensi yang lebih tepat sasaran. Pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana jenis kelamin mempengaruhi *Psychological Well-Being* dapat menjadi landasan bagi pengembangan program-program yang memenuhi kebutuhan beragam dari masing-masing kelompok gender. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman kita tentang *Psychological Well-Being* dan membuka pintu untuk penelitian lebih lanjut yang mendalam (Keyes, 2005).

Dalam era modern ini, penelitian mengenai *Psychological Well-Being* telah menjadi fokus utama dalam upaya memahami dimensi positif dari kesehatan mental. *Psychological Well-Being* mencakup evaluasi individu terhadap kehidupan mereka, mencerminkan sejauh mana seseorang merasa positif terkait dengan diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar. Pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi *Psychological Well-Being* menjadi krusial untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dan mendukung individu mencapai potensi optimal mereka (Hupper, 2013).

Salah satu aspek yang memperkaya pemahaman *Psychological Well-Being* adalah peran jenis kelamin dalam membentuk pengalaman individu terhadap kehidupan mereka. Jenis kelamin bukan sekadar kategori biologis, melainkan juga mewakili konstruksi sosial yang memberikan norma dan peran tertentu pada individu berdasarkan identitas gender mereka. Perbedaan ini dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap cara individu mengartikan dan mengelola pengalaman hidup mereka (Veenhoven, 1996).

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam perbedaan *Psychological Well-Being* yang mungkin terjadi berdasarkan jenis kelamin. Skala yang digunakan dalam penelitian ini mencakup enam dimensi *Psychological Well-Being*, melibatkan aspek-aspek seperti *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Personal Growth*, *Positive Relationships with Others*, *Life Goals*, dan *Self-Acceptance*. Dimensi-dimensi ini dirancang untuk memberikan gambaran komprehensif tentang *Psychological Well-Being*, mengatasi kompleksitas dan keragaman pengalaman individu (Huppert, 2013).

Dengan melibatkan 161 responden dari berbagai kelompok usia dan ukuran keluarga, penelitian ini berupaya menciptakan keragaman yang signifikan untuk mengidentifikasi dan memahami perbedaan *Psychological Well-Being* antara laki-laki dan perempuan (Waterman, 1993). Faktor-faktor seperti peran gender, harapan sosial, dan pengalaman unik diharapkan akan menjadi poin kunci dalam membentuk pola perbedaan ini (Kahneman, 1999).

Penelitian ini tidak hanya bermaksud memberikan gambaran mendalam tentang perbedaan tersebut tetapi juga berupaya untuk membuka peluang pengembangan strategi intervensi yang lebih baik sesuai dengan kebutuhan yang spesifik pada masing-masing jenis kelamin. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya menciptakan sumbangan signifikan terhadap pemahaman kita tentang *Psychological Well-Being*, tetapi juga memberikan dasar untuk langkah-langkah praktis yang dapat diambil untuk meningkatkan kesejahteraan individu secara lebih efektif dan sesuai dengan dinamika gender yang kompleks (Deci, 2008).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional) untuk mengeksplorasi perbedaan *Psychological Well-Being* berdasarkan jenis kelamin. Pendekatan ini memungkinkan pengumpulan data pada satu titik waktu untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel yang diteliti.

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 161 responden yang dipilih melalui pengambilan sampel bertujuan (purposive sampling). Upaya dilakukan untuk memastikan keragaman dalam distribusi usia dan ukuran keluarga. Usia partisipan mencakup kategori 30-39, 40-49, 50-59, dan 60-65 tahun. Jenis kelamin dibagi antara laki-laki (54 partisipan) dan perempuan (107 partisipan). Ukuran keluarga dikategorikan sebagai memiliki 1, 2, 3, 4, atau 5 anak.

Data *Psychological Well-Being* diukur menggunakan skala *Psychological Well-Being* yang terdiri dari 42 butir, terbagi ke dalam enam dimensi: *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Personal Growth*, *Positive Relationships with Others*, *Life Goals*, dan *Self-Acceptance*. Skala ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya dalam penelitian sebelumnya.

Partisipan diminta untuk mengisi kuesioner *Psychological Well-Being* melalui survei online. Sebelumnya, mereka diberikan informasi tentang tujuan penelitian dan memberikan persetujuan partisipasi. Keamanan data dan kerahasiaan identitas partisipan dijaga selama seluruh proses pengumpulan data.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Statistical Package for Social Sciences (SPSS). Pertama, uji normalitas Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menguji distribusi normal data. Selanjutnya, analisis beda menggunakan uji-t sampel independen dilakukan untuk mengevaluasi perbedaan *Psychological Well-Being* antara kelompok laki-laki dan perempuan.

Penelitian ini mendapat persetujuan dari lembaga etika penelitian, dan partisipan diberikan informasi rinci tentang hak-hak mereka, termasuk privasi dan hak untuk menarik diri kapan saja selama penelitian. Meskipun berbagai upaya dilakukan untuk mendapatkan keragaman dalam partisipasi, hasil penelitian mungkin tidak

sepenuhnya dapat diterapkan secara umum. Selain itu, penggunaan data potong lintang menyiratkan keterbatasan dalam membuat inferensi sebab-akibat.

Dengan menggabungkan pendekatan kuantitatif, desain potong lintang, dan pengambilan sampel yang cermat, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang perbedaan *Psychological Well-Being* berdasarkan jenis kelamin. Analisis data yang mendalam diharapkan dapat mengungkap pola-pola yang bermanfaat untuk pengembangan intervensi dan pemahaman lebih lanjut tentang dinamika ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam *Psychological Well-Being* antara kelompok laki-laki dan perempuan (Asymp. Sig. = .017). Pria memiliki skor rata-rata *Psychological Well-Being* sebesar 68.61, sedangkan perempuan memiliki skor rata-rata sebesar 87.25. Perbedaan signifikan dalam *Psychological Well-Being* antara laki-laki dan perempuan memberikan dasar yang kuat untuk mendalami faktor-faktor yang mungkin memengaruhi perbedaan ini. Salah satu faktor yang mungkin berkontribusi adalah peran *gender* yang ditanamkan oleh norma sosial. Harapan yang berbeda terhadap laki-laki dan perempuan dapat menciptakan tekanan yang berbeda terhadap dimensi *Psychological Well-Being*.

Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* seperti otonomi, pertumbuhan pribadi, dan hubungan positif dengan orang lain mungkin dipengaruhi oleh ekspektasi *gender* yang berbeda. Perempuan mungkin merasakan tekanan untuk mencapai tingkat otonomi yang lebih tinggi dalam menjalani peran ganda, sementara laki-laki mungkin menghadapi tantangan dalam mengekspresikan pertumbuhan pribadi tanpa melanggar stereotip *gender*.

Penting untuk menyoroti bahwa hasil ini menawarkan potensi untuk pengembangan intervensi yang lebih spesifik. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* yang dipengaruhi oleh jenis kelamin, program-program dukungan dapat dirancang untuk lebih efektif memenuhi kebutuhan masing-masing kelompok *gender*.

Keterbatasan penelitian ini termasuk penggunaan data potong lintang, yang menghambat kemampuan untuk membuat inferensi sebab-akibat. Selain itu, faktor-faktor tambahan seperti pengaruh budaya atau latar belakang sosioekonomi dapat memainkan peran yang perlu dieksplorasi lebih lanjut.

Tabel 1. Blue Print Skala *Psychological Well-Being*

Dimensi	Butir	Jumlah Butir
<i>Autonomy</i>	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37	7
<i>Environtmental Mastery</i>	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38	7
<i>Personal Growth</i>	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39	7
<i>Positive Relations with Others</i>	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	7
<i>Purpose in Life</i>	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41	7
<i>Self-Acceptance</i>	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42	7
Jumlah Butir	42	42

Skala *Psychological Well-Being* yang digunakan dalam penelitian ini mencakup enam dimensi yang memadukan berbagai aspek penting dari kehidupan psikologis seseorang. Dimensi pertama, Otonomi, mengevaluasi sejauh mana individu merasa memiliki kendali atas keputusan dan tindakan dalam hidup mereka. Penguasaan Lingkungan, dimensi kedua, fokus pada kemampuan individu untuk mengatasi tantangan dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Pertumbuhan Pribadi, sebagai dimensi ketiga, mencerminkan sejauh mana seseorang merasa berkembang dan tumbuh sebagai individu. Hubungan Positif dengan Orang Lain, dimensi keempat, menilai kualitas hubungan sosial dan interaksi positif dengan orang lain. Tujuan Hidup, dimensi kelima, mengukur sejauh mana seseorang merasa memiliki tujuan dan makna dalam hidup. Penerimaan Diri, dimensi terakhir, mencerminkan sejauh mana individu menerima dan mencintai diri mereka sendiri, termasuk segala kelebihan dan kekurangan. Dengan total 42 butir tersebar dalam keenam dimensi ini, skala ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang *Psychological Well-Being* responden, memungkinkan analisis mendalam terhadap aspek-aspek khusus yang dapat memengaruhi *Psychological Well-Being* secara holistik.

Tabel 2. Karakteristik Responden

Kategori		Frekuensi	Persentase
Usia	30 - 39	33	20.4
	40 - 49	42	25.9
	50 - 59	49	30.2
	60 - 65	37	22.8
Jenis kelamin	Laki-laki	54	33.5
	Perempuan	107	66.5
Jumlah anak	1	49	30.2
	2	77	47.5
	3	31	19.1
	4	3	1.9
	5	1	.6

Hasil analisis data menunjukkan perbedaan signifikan dalam *Psychological Well-Being* antara laki-laki dan perempuan, dengan skor rata-rata yang lebih rendah pada kelompok laki-laki ($M = 68.61$) dibandingkan perempuan ($M = 87.25$). Pada pembahasan ini, fokus akan diberikan pada dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* yang mungkin menjadi kontributor utama terhadap perbedaan ini. Pertama, dimensi Otonomi menunjukkan bahwa laki-laki mungkin menghadapi tantangan dalam merasa memiliki kendali atas keputusan hidup mereka, mungkin terkait dengan ekspektasi *gender*. Kedua, Penguasaan Lingkungan yang lebih rendah pada laki-laki dapat mengindikasikan kesulitan mereka dalam mengelola stres dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Ketiga, Pertumbuhan Pribadi yang lebih rendah pada laki-laki mungkin mencerminkan kendala dalam pengembangan diri tanpa melanggar norma-norma *gender* tradisional. Meskipun demikian, temuan ini memberikan landasan untuk pengembangan intervensi yang lebih terfokus pada dimensi-dimensi tertentu yang memerlukan perhatian lebih intensif, dengan tujuan meningkatkan *Psychological Well-Being* khususnya pada kelompok laki-laki. Adapun faktor-faktor seperti peran *gender*, harapan sosial, dan pengalaman unik perlu

dieksplorasi lebih lanjut untuk memberikan konteks yang lebih mendalam terkait perbedaan ini.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas	Sig.
Kolmogorov-Smirnov	.000

Hasil pengujian menunjukkan bahwa distribusi data tidak mengikuti pola distribusi normal karena nilai signifikansi (sig) kurang dari 0.05. Oleh karena itu, untuk menyelidiki perbedaan antar kelompok, keputusan diambil untuk mengadopsi metode non-parametrik. Metode ini dipilih karena asumsi distribusi normal tidak terpenuhi. Dalam konteks ini, pemilihan uji non-parametrik, seperti Mann-Whitney atau Wilcoxon, dianggap lebih tepat karena dapat memberikan analisis yang lebih akurat terhadap data yang dihadapi, tanpa mengandalkan asumsi distribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Beda

Data Partisipan		N	Mean	Signifikasi	Keterangan
Jenis Kelamin	Laki-Laki	54	68.61	Asymp. Sig. = .017	Signifikan
	Perempuan	107	87.25		

Hasil analisis statistik menunjukkan perbedaan signifikan dalam *Psychological Well-Being* antara kelompok laki-laki dan perempuan. Kelompok laki-laki memiliki skor rata-rata sebesar 68.61, sementara kelompok perempuan memiliki skor rata-rata yang lebih tinggi, yaitu 87.25 (Asymp. Sig. = .017), dengan nilai signifikansi yang kurang dari 0.05, menunjukkan perbedaan yang signifikan.

Peningkatan skor *Psychological Well-Being* pada kelompok perempuan dapat diartikan sebagai adanya aspek-aspek tertentu dalam dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* yang lebih mendukung pada kelompok ini. Sebagai contoh, perempuan mungkin memiliki strategi coping yang lebih efektif, hubungan sosial yang lebih positif, atau kepuasan hidup yang lebih tinggi, yang semuanya dapat berkontribusi pada *Psychological Well-Being* yang lebih tinggi.

Perbedaan ini menciptakan peluang untuk pengembangan intervensi yang lebih terarah, dengan menyesuaikan pendekatan sesuai dengan kebutuhan spesifik pada masing-masing kelompok *gender*. Faktor-faktor yang mungkin memengaruhi perbedaan ini, seperti peran *gender*, norma sosial, dan pengalaman individu, perlu diperhatikan secara lebih mendalam. Studi lanjutan yang mempertimbangkan faktor-faktor tambahan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih kaya tentang determinan *Psychological Well-Being* dan membimbing pengembangan intervensi yang lebih efektif.

SIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita tentang perbedaan *Psychological Well-Being* berdasarkan jenis kelamin. Hasil analisis data menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki skor *Psychological Well-Being* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Kesimpulan ini membuka pintu untuk pertimbangan lebih lanjut terkait faktor-faktor

yang mungkin memengaruhi perbedaan ini, termasuk norma sosial, peran gender, dan pengalaman individu.

Berdasarkan temuan ini, saran untuk pengembangan intervensi *Psychological Well-Being* dapat difokuskan pada aspek-aspek tertentu yang memperlihatkan perbedaan signifikan antara kelompok laki-laki dan perempuan. Pendekatan yang lebih terarah dapat mencakup strategi coping khusus, penguatan hubungan sosial, dan pengembangan kepuasan hidup pada kelompok laki-laki. Selain itu, penelitian lanjutan yang melibatkan faktor-faktor tambahan seperti budaya, norma-norma sosial, dan perbedaan pengalaman individu dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dinamika ini.

Penting untuk mencatat bahwa *Psychological Well-Being* adalah konstruksi kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, dan perbedaan berdasarkan jenis kelamin hanya salah satu aspek dari banyak kemungkinan variabel. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut yang melibatkan sampel yang lebih besar, metode yang lebih kompleks, dan faktor-faktor tambahan dapat membawa kita menuju pemahaman yang lebih holistik tentang *Psychological Well-Being* dan bagaimana kita dapat memperkuatnya secara lebih efektif dalam berbagai kelompok gender.

DAFTAR PUSTAKA

- Deci, Edward L., and Richard M. Ryan. (2008). *Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction*. *Journal of Happiness Studies* 9, no. 1 (2008): 1–11. [DOI: 10.1007/s10902-006-9018-1]
- Diener, Ed, Richard A. Emmons, Randy J. Larsen, and Sharon Griffin (1985). *The Satisfaction With Life Scale*. *Journal of Personality Assessment* 49, no. 1 (1985): 71–75. [DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13]
- Huppert, Felicia A., and T. T. C. So. "Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being." *Social Indicators Research* 110, no. 3 (2013): 837–861. [DOI: 10.1007/s11205-011-9966-7]
- Kahneman, Daniel, Ed Diener, and Norbert Schwarz, eds. (1999). *Well-Being: Foundations of Hedonic Psychology*. Russell Sage Foundation, 1999.
- Keyes, Corey L. M. (2005). *Mental Illness And/Or Mental Health? Investigating Axioms of The Complete State Model of Health*. " *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 73, no. 3 (2005): 539–548. [DOI: 10.1037/0022-006X.73.3.539]
- Ryan, Richard M., and Edward L. Deci. (2001). *On Happiness And Human Potentials: A Review of Research on Hedonic And Eudaimonic Well-Being*. *Annual Review of Psychology* 52, no. 1 (2001): 141–166. [DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.141]
- Ryff, Carol D. (1989). *Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989): 1069–1081. [DOI: 10.1037/0022-3514.57.6.1069]
- Smith, J., & M. Wesson. (2006). *Understanding Well-Being in the Context of Diversity: A Conceptual Framework*. *Journal of Social Issues* 62, no. 3 (2006): 585–601. [DOI: 10.1111/j.1540-4560.2006.00452.x]

- Veenhoven, Ruut. (1996). *Developments in Satisfaction-Research*. *Social Indicators Research* 37, no. 1 (1996):1–46. [DOI: 10.1007/BF00300429]
- Waterman, Alan S. (1993). *Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment.*" *Journal of Personality and Social Psychology 64, no. 4 (1993): 678–691. [DOI: 10.1037/0022-3514.64.4.678]