



## HAKIKAT ILMU PSIKOLOGI POSITIF: TINJAUAN FILSAFAT PESIKOLOGI PENDIDIKAN

**Yuliastri Ambar Pambudhi**  
Universitah Halu Oleo Kendari  
[yuliastri\\_ambar@uho.ac.id](mailto:yuliastri_ambar@uho.ac.id)

### **Abstract**

*This article discusses the nature of the philosophy of positive psychology in the context of education in Indonesia as an approach that aims to improve individual welfare and happiness holistically. The background of this study is the shift in the focus of psychology from curing mental illness to strengthening human potential, which is influenced by the humanistic approach and Aristotle's principle of eudaimonia. The main purpose of this paper is to describe the history of the birth of positive psychology, the philosophical dimensions that underlie it (ontology, epistemology, and axiology), and the direction of its development in Indonesia. The results of the study show that positive psychology has a major contribution to education, especially in building character, improving emotional well-being, and creating a supportive and meaningful learning environment. The concept of eudaimonia, Maslow's theory of needs, and the PERMA model are the main foundations in designing a learning approach that humanizes students. In Indonesia, the integration of local values, technology, and policies based on positive psychology is the strategic direction of its development. Thus, the philosophy of positive psychology provides a strong conceptual framework for adaptive, ethical, and sustainable education.*

**Keywords:** *The nature of science, Educational psychology, Philosophy of educational psychology*

### **Abstrak**

Artikel ini membahas hakikat filsafat ilmu psikologi positif dalam konteks pendidikan di Indonesia sebagai pendekatan yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan individu secara holistik. Latar belakang kajian ini adalah pergeseran fokus psikologi dari penyembuhan penyakit mental menuju penguatan potensi manusia, yang dipengaruhi oleh pendekatan humanistik dan prinsip eudaimonia Aristoteles. Tujuan utama tulisan ini adalah mendeskripsikan sejarah lahirnya psikologi positif, dimensi filosofis yang melandasinya (ontologi, epistemologi, dan aksiologi), serta arah pengembangannya di Indonesia. Hasil kajian menunjukkan bahwa psikologi positif memiliki kontribusi besar dalam pendidikan, terutama dalam membangun karakter, meningkatkan kesejahteraan emosional, serta menciptakan lingkungan belajar yang suportif dan bermakna. Konsep

eudaimonia, teori kebutuhan Maslow, dan model PERMA menjadi fondasi utama dalam merancang pendekatan pembelajaran yang memanusiakan peserta didik. Di Indonesia, integrasi nilai lokal, teknologi, dan kebijakan berbasis psikologi positif menjadi arah strategis pengembangannya. Dengan demikian, filsafat ilmu psikologi positif memberikan kerangka konseptual yang kuat untuk pendidikan yang adaptif, etis, dan berkelanjutan.

**Kata kunci:** Hakikat ilmu, Psikologi pendidikan, Filsafat Psikologi pendidikan

## A. Pendahuluan

Perkembangan ilmu psikologi terus berubah dari masa ke masa, hal ini karena ilmu psikologi mempelajari tentang perilaku manusia yang dinamis secara konsisten berubah menyesuaikan dengan perkembangan jaman. Berubahnya kajian ilmu pengetahuan tidak menjadikan hakikat dari ilmu itu sendiri mengalami perubahan. Filsafat ilmu psikologi tetap dianggap perlu untuk mengkaji asal dari perkembangan ilmu itu sendiri. Ilmu psikologi awalnya mempelajari tentang penyakit mental dan fokus pada penyembuhan penyakit mental tersebut. Selain itu, ilmu psikologi juga banyak membahas perilaku manusia yang maladaptive, sifat atau karakter yang lemah untuk diberikan intervensi. Perubahan besar terjadi sejak Perang Dunia II dimana banyak pasien yang mengalami masalah di kesehatan mental-nya sehingga memerlukan pelayanan yang cukup melelahkan. Fenomena ini menyebabkan psikolog mulai berpikir untuk merancang usaha preventif agar mampu mengendalikan jumlah pasien tidak semakin bertambah.

Usaha preventif ini didasarkan pada menggali potensi dasar manusia, kebahagiaan dan kesejahteraan manusia tersebut. Berdasarkan pendekatan humanistik dengan berpegang pada prinsip *eudaimonia* yang dipopulerkan oleh filsuf Aristoteles. Psikologi positif mulai lahir dan berkembang yang dipelopori oleh Seligman, dimana banyak penelitian dan bukunya yang menjadi acuan pembahasan tentang psikologi positif. Ilmu psikologi positif mulai berkembang pesat, dikenalkan pada para psikolog dan masyarakat umum. Hingga saat ini psikologi positif masih diterapkan tidak hanya sebagai usaha preventif melainkan juga sebagai intervensi.

Perkembangan psikologi positif tentunya membuat bertanya asal mula munculnya ilmu tersebut. Filsafat ilmu psikologi merupakan telaahan berdasarkan pertanyaan mengenai hakikat ilmu: obyek apa yang ditelaah ilmu? Bagaimana proses yang memungkinkan ditimbanya pengetahuan yang berupa ilmu? Untuk apa pengetahuan ilmu psikologi positif dipergunakan? (Suriasumantri, 2009). Pertanyaan tersebut mengandung tiga hal mendasar, antara lain: ontologis, epistemologi, dan aksiologis.

Tidak hanya dalam kajian psikologi klinis tentang kesehatan mental, dalam perkembangannya psikologi positif saat ini sudah merambah di bidang pendidikan. Psikologi pendidikan sudah menggunakan prinsip psikologi positif

dalam penerapannya karena dianggap efektif dan tidak menjadi “tekanan” sendiri bagi para siswa, guru maupun tenaga kependidikan lainnya. Diharapkan para individu mendapatkan kebahagiaan, kesejahteraan dan menemukan potensinya di dunia pendidikan.

## **B. Metode**

Penyusunan artikel menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif berbasis *Systematic Literature Review* (SLR). Data dikumpulkan melalui studi pustaka yang mencakup buku-buku akademik, jurnal ilmiah, serta artikel yang relevan dengan topik filsafat ilmu, psikologi positif, dan pendidikan di Indonesia. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menyeleksi literatur berdasarkan relevansi terhadap tiga aspek utama filsafat ilmu ontologi, epistemologi, dan aksiologi. Literatur yang dipilih dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi konsep dasar psikologi positif, kerangka filosofis pendukungnya, serta implikasi praktisnya dalam konteks pendidikan. Analisis dilakukan secara induktif-reflektif untuk menyintesis temuan dari berbagai sumber menjadi narasi yang utuh, kritis, dan kontekstual, guna merumuskan arah pengembangan psikologi positif yang sesuai dengan nilai dan budaya pendidikan di Indonesia.

## **C. Temuan dan Diskusi**

### **2.1. Sejarah Psikologi Positif**

Pada awalnya ilmu psikologi lebih banyak menelaah sisi negatif dari manusia, terkait kekurangan manusia, penyakit yang dideritanya, masa lalunya yang buruk, dsb. Sedangkan untuk membahas sisi positif manusia masih sangat sedikit, misalnya tentang potensinya, kebaikannya, harapan, cita-cita yang dapat dicapai, dsb (Darwis Hude et al., n.d.). Hal ini terjadi sebelum Perang Dunia II (PD-II), psikolog mempunyai tiga misi utama yaitu 1) menyembuhkan penyakit mental; 2) membuat hidup semua orang lebih memuaskan; 3) mengidentifikasi dan membina bakat-bakat hebat. Misi utama ini dicanangkan dan terus bergulir sampai masa setelah PD-II (1946). Pasca PD-II, psikolog praktik mencari nafkah dengan mengobati penyakit mental akibat perang. Jumlah klien yang meningkat membuat para psikolog khususnya yang juga berkecimpung di bidang akademisi mendapat dana penelitian tentang penyakit mental. Hasilnya jutaan orang pasca perang dapat ditangani oleh psikolog untuk mengatasi permasalahan psikologisnya, namun satu sisi para psikolog “hamper melupakan” dua misi lainnya yaitu membuat hidup semua orang lebih memuaskan, serta mengidentifikasi dan membina bakat-bakat hebat.

Memasuki tahun 1950-an pendekatan humanistik mulai berpikir untuk membentuk pandangan tentang sisi positif manusia, hal ini berdasarkan pada tiga hal, yaitu: 1) Perilaku berdasarkan persepsi terhadap eksternal dan pemaknaan pribadi; 2) Individu bukan semata-mata produk lingkungan atau gen; 3) Individu dari motivasi internal untuk memenuhi kebutuhan dari potensi diri. Dorongan utama psikologi humanistik adalah untuk fokus pada kesehatan mental, atribut positif tertentu seperti kebahagiaan, kepuasan, kebaikan,

kepedulian, berbagi dan saling mengasihi (Ardani & Istiqomah, 2020) . Sekitar tahun 1954 Abraham Maslow mulai mengenalkan psikologi positif sebagai sebuah paradigma baru dalam memandang hakikat ilmu psikologi manusia yang berdasarkan sisi positif.

Latar belakang pendekatan ini berangkat dari perhatian para psikolog terhadap pencegahan, dan hal ini merupakan tema utama dari konferensi *American Psychological Association* tahun 1998 di San Fransisco. Tentang bagaimana bagaimana pencegahan terhadap masalah penyakit mental seperti depresi, penyalahgunaan zat, skizofrenia, kekerasan di sekolah, dsb. Langkah besar dalam pencegahan Sebagian besar berasal dari perspektif yang berfokus pada membangun kompetensi secara sistematis, bukan memperbaiki kelemahan. Para peneliti menemukan bahwa ada beberapa kekuatan manusia yang berperan sebagai penyangga terhadap penyakit mental; antara lain keberanian, pemikiran masa depan, optimisme, keterampilan interpersonal, keyakinan, etos kerja, harapan, kejujuran, ketekunan, dan kapasitas untuk mengalir serta wawasan untuk mengatasinya (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Berdasarkan hal itu, ilmu psikologi positif mulai dikenalkan oleh Seligman pada tahun 1998 dan terus berkembang sampai saat ini.

## 2.2. Hakikat Filsafat Psikologi Positif

Filsafat psikologi positif berakar pada pertanyaan mendasar tentang apa yang membuat hidup manusia bermakna dan layak dijalani. Ilmu psikologi positif muncul pada abad ke-21 namun telaah ilmu psikologi positif sama dengan ilmu lainnya dimana masih dipengaruhi filsuf-filsuf dengan segenap pemikiran filsafat yang jenius. Filsuf-filsuf yang terkenal itu diantaranya adalah Thales, Demokritus, Herakleitus, Sokrates, Plato, Aristoteles, Thomas Aquinas, Augustinus, Rene Descartes, Ibnu Sina, Ibnu Rusyd, dan Jean Paul Sartre (Cooper, 1996 dalam Hanurawan & Suhariadi, 2019).

Ilmu psikologi positif berangkat dari aliran filsuf Aristoteles (384-322 SM). Aristoteles menyatakan konsep *eudaimonia* adalah tujuan akhir dari hidup manusia. *Eudaimonia* adalah konsep kebahagiaan atau kehidupan yang baik. Konsep *eudaimonia* tidak semata-mata kebahagiaan yang hanya berupa perasaan atau kesenangan sementara, melainkan mengacu pada pencapaian kehidupan yang bermakna, utuh, dan berkelanjutan sesuai dengan kodrat manusia. Lebih lanjut, Aristoteles (dalam Kraut, 2022) mendefinisikan *eudaimonia* sebagai:

1. Keutamaan tertinggi (*the highest good*): semua tindakan manusia bertujuan untuk mencapai kebahagiaan, tetapi kebahagiaan dalam arti *eudaimonia* tidak hanya berupa kesenangan fisik atau material.
2. Aktivitas jiwa sesuai keutamaan: *eudaimonia* dicapai melalui pengembangan keutamaan atau Kebajikan. Ini berarti hidup yang dijalani sesuai dengan potensi terbaik manusia.
3. Kehidupan bermakna dan berkesadaran: *eudaimonia* membutuhkan akal budi (ilmu/*logos*) dan hidup dalam harmoni dengan nilai-nilai Kebajikan.

Kaitan *eudaimonia* dengan akal budi, dimana manusia adalah makhluk yang berakal (*rational animal*). Oleh karena itu, kehidupan yang baik harus melibatkan penggunaan akal budi untuk membuat keputusan yang tepat dan menjalani kehidupan secara bijaksana.

Tidak seorang pun mencoba hidup dengan baik demi tujuan lebih lanjut; sebaliknya menjadi *eudaimonia* adalah tujuan tertinggi, dan semua tujuan lain (kesehatan, kekayaan dan sumber daya lainnya) diupayakan karena tujuan tersebut mendorong kesejahteraan, bukan karena tujuan tersebut merupakan bagian dari kesejahteraan. Berbeda dari kehidupan hedonism, *eudaimonia* bagi Aristoteles bukan sekedar kesenangan fisik atau emosional tetapi lebih mendalam fokus pada pemenuhan potensi manusia sebagai makhluk yang berakal (Huta & Waterman, 2014). Memaknai kekayaan dan ketenaran bukan pula sebagai tujuan akhir manusia melainkan dua hal tersebut merupakan sarana, sedangkan *eudaimonia* melampaui hal-hal yang berhubungan dengan materi. *Eudaimonia* melibatkan beberapa komponen antara lain: 1) Keutamaan etis (*moral virtues*): keberanian, keadilan, kedermawanan, dan kesederhanaan; 2) Keutamaan intelektual (*intellectual virtues*): kebijaksanaan (*sophia*) dan kecerdasan praktis (*phronesis*); 3) Pengendalian diri (*moderation*): menghindari ekstrem dalam emosi dan tindakan, sehingga mencapai keseimbangan atau *mesotes* (Kraut, 2022).

Filsafat psikologi positif berakar pada pertanyaan mendasar tentang apa yang membuat hidup manusia bermakna dan layak dijalani. Cabang ini memadukan berbagai aspek filsafat, antara lain.

### 1. Ontologi

Ontologi atau metafisika adalah cabang filsafat yang mempelajari hakikat realitas terdalam dari segala sesuatu, baik yang bersifat fisik maupun non fisik (Colman, 2006 dalam Hanurawan & Suhariadi, 2019). Ontologi dalam ilmu psikologi positif menyelidiki hakikat kebahagiaan, kesejahteraan, dan potensi manusia.

#### a. Hakikat Kebahagiaan

Kebahagiaan dalam psikologi positif adalah kondisi emosi dan kognitif yang melibatkan perasaan puas, Bahagia, dan memiliki hidup yang bermakna. Model kebahagiaan Seligman mencakup lima elemen utama yang dikenal dengan istilah PERMA, yaitu: 1) P (*Positive emotions*): emosi positif seperti cinta, syukur, dan harapan; 2) E (*Engagement*): keterlibatan penuh dalam aktivitas yang memberikan makna; 3) R (*Relationships*): hubungan sosial yang sehat dan mendukung; 4) M (*Meaning*): hidup yang bermakna dan memiliki tujuan; 5) A (*Accomplishment*): pencapaian dan keberhasilan dalam hidup. Implementasi kebahagiaan dalam kehidupan dapat diwujudkan melalui peningkatan emosi positif melalui praktik bersyukur, *mindfulness*, dan membina hubungan sosial yang sehat (Tugade et al., 2016).

#### b. Hakikat Kesejahteraan (*well-being*)

Kesejahteraan dalam psikologi positif adalah kondisi optimal dimana seseorang merasa sehat secara emosional, fisik, sosial, dan spiritual. Konsep ini melampaui kebahagiaan semata dan mencakup aspek keseimbangan hidup. Model kesejahteraan menurut Ryff mencakup enam dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu: 1) Penerimaan diri: menerima diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan; 2) Hubungan positif dengan orang lain: membangun hubungan yang hangat dan saling mendukung; 3) Tujuan hidup: memiliki arah hidup yang jelas dan bermakna; 4) Pertumbuhan pribadi: berusaha untuk terus berkembang dan belajar; 5) Otonomi: kemampuan untuk membuat keputusan sendiri; 6) Penguasaan lingkungan: kemampuan untuk mengatur dan beradaptasi dengan lingkungan. Kesejahteraan juga mencakup dimensi sosial (*social well-being*) yang melibatkan peran aktif dalam masyarakat dan rasa keterhubungan sosial, serta dimensi emosional (*emotional well-being*) yang melibatkan perasaan positif dan negatif, kepuasan hidup pribadi dan kegembiraan (Lopez et al., 2016). Implementasi kesejahteraan dalam kehidupan dapat diwujudkan dengan menjaga keseimbangan antara aspek fisik, emosional, dan sosial.

c. Hakikat Potensi Manusia

Potensi manusia dalam psikologi positif merujuk pada kapasitas individu untuk berkembang, belajar, dan menjalani hidup bermakna. Potensi ini diwujudkan melalui aktualisasi diri, yaitu pencapaian versi terbaik dari diri seseorang (Modul & 2022, n.d.). Teori hierarki kebutuhan Maslow menjelaskan bahwa potensi manusia dapat diwujudkan melalui pemenuhan kebutuhan, mulai dari kebutuhan dasar hingga aktualisasi diri, yaitu: 1) Kebutuhan fisiologis: makan, minum, tidur, dsb.; 2) Kebutuhan keamanan: perlindungan fisik dan psikologis; 3) Kebutuhan sosial: rasa cinta dan keterhubungan; 4) Kebutuhan penghargaan: pengakuan dan rasa dihargai; 5) Aktualisasi diri: mengembangkan kemampuan, kreativitas, dan makna hidup. Csikszentmihalyi (1990) menjelaskan potensi manusia melalui konsep *flow*, yaitu kondisi dimana seseorang sepenuhnya tenggelam dalam aktivitas yang sesuai dengan keterampilan mereka. *Flow* adalah bentuk tertinggi dari keterlibatan, yang memungkinkan manusia mengembangkan potensi mereka secara optimal (Mirvis, 1991). Implementasi potensi manusia dalam kehidupan dapat dilakukan dengan mendorong pendidikan dan pengembangan diri dalam rangka aktualisasi diri dan keterlibatan penuh dalam kehidupan.

## 2. Epistemologi

Epistemologi adalah cabang filsafat yang melakukan penelaahan tentang hakikat pengetahuan manusia (Neisha et al., n.d.). Dalam

epistemologi dilakukan kajian mendalam tentang hakikat terjadinya perbuatan mengetahui, sumber pengetahuan, tingkat pengetahuan, metode untuk memperoleh pengetahuan, kesahihan atau validitas pengetahuan, dan kebenaran pengetahuan (Hanurawan & Suhariadi, 2019). Epistemologi dalam psikologi positif mempertanyakan bagaimana kita mengetahui dan mengukur kebahagiaan, makna hidup, dan kesejahteraan psikologis.

Mengukur kebahagiaan, makna hidup dan kesejahteraan psikologis melibatkan pendekatan ilmiah melalui survey, wawancara, dan alat ukur psikologi yang dirancang untuk mengevaluasi aspek-aspek subyektif dan obyektif dari pengalaman manusia. Alat ukur yang digunakan dirancang dan diuji sehingga diketahui valid dan reliabel untuk mengukur pengalaman manusia. Hal ini menjelaskan bahwa secara epistemologi, psikologi positif didapatkan dengan mengukur pengalaman, maka sumber pemerolehan pengetahuan berdasarkan pengalaman manusia. Menurut Hanurawan & Suhariadi (2019), pengalaman indrawi (*sense experience*) dapat menjadi sumber utama bagi pemerolehan keseluruhan pengetahuan manusia.

Aliran empirisme adalah pendekatan yang menekankan pada pengalaman indrawi manusia dan pengamatan sebagai dasar utama pengetahuan. Filsuf aliran ini adalah John Locke yang berpendapat bahwa pengetahuan manusia berasal dari pencerapan indrawi yang kemudian diolah oleh akal budi manusia (Hanurawan & Suhariadi, 2019). Prinsip empirisme dalam psikologi positif antara lain: 1) Terukur (*measurability*), dimana semua konsep dalam psikologi positif harus dapat diukur dengan pendekatan yang sistematis; 2) Teruji hipotesis, dimana semua teori dan model dalam psikologi positif diuji melalui eksperimen dan studi longitudinal; 3) Replikasi, dimana studi empiris dalam psikologi positif harus dapat direplikasi di berbagai konteks dan populasi untuk memastikan validitasnya.

### 3. Aksiologi

Aksiologi adalah cabang filsafat yang mempelajari hakikat nilai. Berdasar pada pokok penekanannya, aksiologi dapat dibagi menjadi etika (filsafat tentang baik buruk perilaku manusia) atau filsafat moral dan estetika atau filsafat keindahan (Hanurawan & Suhariadi, 2019). Dalam konteks psikologi positif, aksiologi berfokus pada nilai yang dihasilkan dan bagaimana ilmu diterapkan untuk meningkatkan kualitas hidup individu, komunitas, dan masyarakat secara keseluruhan (Manurung et al., n.d.).

Dimensi aksiologi psikologi positif dalam kehidupan individu adalah 1) Kesejahteraan subyektif: alat untuk memahami dan meningkatkan kebahagiaan individu, misalnya dengan Latihan bersyukur; 2) Makna hidup: mendorong individu untuk menemukan tujuan hidup yang bermakna melalui refleksi dan eksplorasi nilai pribadi. Dimensi aksiologi psikologi positif dalam konteks sosial adalah 1) Hubungan positif: meningkatkan

kualitas hubungan antar individu dengan pendekatan berbasis empati, kasih sayang, dan kerja sama; 2) Komunitas positif: menciptakan komunitas yang suportif dengan memperkuat nilai komunitas. Dimensi aksiologi dalam pendidikan dan pekerjaan adalah 1) Integrasi psikologi positif ke dalam kurikulum pendidikan untuk meningkatkan kesejahteraan siswa dan guru; 2) Kepuasan kerja: meningkatkan kesejahteraan di tempat kerja. Dimensi aksiologi juga bisa diterapkan dalam kebijakan publik, dengan membuat kebijakan berbasis psikologi positif untuk meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan masyarakat.

### 2.3. Arah Pengembangan Psikologi Positif di Indonesia

Arah pengembangan psikologi positif di Indonesia menekankan integrasi nilai lokal, pendidikan, penelitian berbasis bukti, implementasi dalam kebijakan publik, dan pemanfaatan teknologi. 1) Integrasi nilai lokal: Indonesia memiliki budaya yang beragam dan nilai yang mendukung prinsip psikologi positif; 2) Pendidikan dan pengembangan karakter: psikologi positif menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia khususnya dalam pengembangan karakter peserta didik; 3) Penelitian dan intervensi berbasis bukti: perkembangan melalui penelitian empiris yang disesuaikan dengan konteks lokal, menerapkan intervensi yang disesuaikan budaya/kebiasaan lokal; 4) Implementasi dalam kebijakan publik: dapat menjadi landasan untuk kebijakan yang mendukung kesejahteraan masyarakat secara holistik; 5) Pemanfaatan teknologi: pengembangan aplikasi atau platform berbasis psikologi positif, edukasi tentang penggunaan media sosial yang mendukung emosi positif.

## D. Kesimpulan

Filsafat ilmu psikologi di Indonesia merupakan refleksi dari keragaman budaya, nilai-nilai religius, dan perkembangan global. Dengan landasan filosofis yang kuat, ilmu psikologi dapat terus berkembang untuk mendukung transformasi pendidikan nasional yang relevan dan berdaya saing. Melalui penelitian dan implementasi yang tepat, psikologi pendidikan di Indonesia memiliki potensi besar untuk menciptakan sistem pendidikan yang inklusif, adaptif, dan berkelanjutan. Filsafat ilmu psikologi positif di Indonesia menawarkan pendekatan yang menjanjikan untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan masyarakat. Dengan memadukan teori modern dengan nilai-nilai lokal dan religius, psikologi positif dapat menjadi landasan penting dalam membangun masyarakat yang lebih bahagia, harmonis, dan bermakna. Penelitian dan implementasi yang kontekstual akan memperkuat kontribusinya terhadap pembangunan nasional yang lebih holistik. Psikologi positif memberikan pendekatan yang menjanjikan untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia. Dengan integrasi nilai-nilai lokal, pengembangan kurikulum yang relevan, dan dukungan dari berbagai pihak,



psikologi positif dapat menciptakan generasi siswa yang tidak hanya cerdas secara akademik tetapi juga sehat secara emosional, sosial, dan psikologis.

### REFERENSI

- Ardani, T., & Istiqomah. (2020). *Psikologi Positif* (F. D. Dwatra, Ed.). PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Darwis Hude, M., Muid, A., Imam, U., & Padang, B. (n.d.). *Fondasi Psikologi Positif Qur'ani: Character Strengths dan Virtue dalam Tinjauan Psikologi Positif dan Al-Qur'an Faizin\**.
- Hanurawan, F., & Suhariadi, F. (2019). *Filsafat Ilmu Psikologi*. Remaja Rosdakarya.
- Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and Its Distinction from Hedonia : Developing a Classification and Terminology for Understanding Conceptual and Operational Definitions. *Journal of Happiness Studies*, 15, 1425–1456. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0>
- Kraut, R. (2022). Aristotle's Ethics. In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Fall 2022). Metaphysics Research Lab, Stanford University. <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/aristotle-ethics/>
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T., & Snyder, C. R. (2016). *Positive Psychology : The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*.
- Manurung, Y., Saragih, H., Hukum, A. S.-J. C., & 2022, undefined. (n.d.). Martabat bangsa dan negara di atas segala-galanya: Tinjauan aksiologis filsafat ilmu pertahanan dalam upaya meningkatkan kemampuan bela negara. *Ejournal.Umm.Ac.Id*. Retrieved April 20, 2025, from <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jurnalcivichukum/article/view/20511>
- Mirvis, P. H. (1991). Flow: The Psychology of Optimal Experience. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*, by Csikszentmihalyi Michael. New York: Harper & Row, 1990, 303 pp., \$19.95, cloth. *Academy of Management Review*, 16(3), 636–640. <https://doi.org/10.5465/amr.1991.4279513>
- Modul, H. S.-, & 2022, undefined. (n.d.). Positivisme Dan Post Positivisme: Refleksi Atas Perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Perencanaan Kota Dalam Tinjauan Filsafat Ilmu Dan Metodologi Penelitian. *Ejournal.Undip.Ac.Id*. Retrieved April 20, 2025, from <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/modul/article/view/42907>
- Neisha, F., Karneli, Y., ... S. S.-W. (BIMBINGAN D., & 2024, undefined. (n.d.). Kajian Ontologi, Epistimologi, dan Aksiologi dalam Penerapan Filsafat Stoikisme

- Mengatasi Stress Pada Remaja. *Jurnal.Stkipbima.Ac.Id*. Retrieved November 20, 2024, from <http://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/GW/article/view/2737>
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *The American Psychologist*, 55(1), 5–14.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Suriasumantri, J. S. (2009). *Filsafat Ilmu-Sebuah Pengantar Populer*. Pustaka Sinar Harapan.
- Tugade, M. M., Devlin, H. C., & Fredrickson, B. L. (2016). Positive emotions. *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 18–32.  
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.1>