

ABSTRAK

Judul Skripsi "***Subjective Well Being* Pada Pria Madya Lajang di Labuhanbatu Sumatera Utara**" Skripsi ini disusun oleh **Ari Nasowaloon Harahap Nim. 2619036** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena *subjective well-being* pada pria dewasa madya lajang yang seringkali mengalami tantangan komponen kognitif dan komponen afektif pada pria dewasa madya lajang yang terlihat bahwa pria dewasa madya yang belum menikah dalam menghadapi berbagai masalah seperti ketidakpuasan dalam pekerjaan, kesulitan finansial, isolasi sosial, dan kecemasan terkait masa depan serta hubungan sosial. Kondisi ini menunjukkan adanya perbedaan dalam pengelolaan emosi positif dan negatif, yang memengaruhi kesejahteraan subjektif mereka secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis komponen kognitif dan afektif dalam *subjective well-being* pada pria dewasa madya lajang di Labuhanbatu Sumatera Utara.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif. Pengumpulan data dalam penelitian ini melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Pada penelitian ini menggunakan 5 informan kunci dan 5 informan pendukung. Teknik analisis data yaitu menelaah seluruh data, reduksi data, penarikan kesimpulan dan untuk keabsahan data peneliti melakukan triangulasi data.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa *Subjective well-being* pada pria dewasa madya lajang di Labuhanbatu Sumatera Utara, Penulis menemukan bahwa *Subjective well-being* pria dewasa madya lajang dilihat dari dua indikator *subjective well-being* komponen kognitif dan komponen afektif yaitu pria dewasa madya lajang yang puas dengan pekerjaan, punya kesehatan mental yang baik, dan hubungan sosial yang positif, cenderung merasa lebih bahagia. Sementara itu, pria dewasa madya lajang yang mengalami masalah dalam karier, keuangan, atau merasa kesepian, cenderung kurang bahagia. Perasaan positif seperti rasa syukur dan optimisme membantu meningkatkan kesejahteraan, sedangkan perasaan negatif seperti cemas dan sedih justru mengurangnya. *subjective well-being* pria dewasa madya lajang sangat tergantung pada bagaimana mereka menilai hidup dan mengelola emosinya.

Kata Kunci: *Subjective Well-Being, Pria Dewasa Madya, Lajang.*