

## Hubungan Self Efficacy dan Subjective Well Being pada Remaja Yang Berhubungan Jarak Jauh dengan Pasangan

Hesti Syukryah Yusni<sup>1</sup>, Zulian Fikry<sup>2</sup>

<sup>12</sup>Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

e-mail : [hestisyukrya24@gmail.com](mailto:hestisyukrya24@gmail.com)

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah melihat hubungan self efficacy dan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Subjek dalam penelitian ini adalah 56 orang yang mengalami atau pernah berhubungan jarak jauh. Jenis penelitian ini berupa penelitian kuantitatif non eksperimen berupa survey. Teknik dalam pengambilan data menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data yang digunakan adalah spearman's rho dengan hasil penelitian  $p < 0.05$  yaitu 0.048. Dalam hal ini,  $H_a$  diterima dengan adanya hubungan self efficacy dan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Correlation coefficient pada penelitian ini 0.266, sehingga hubungan berkorelasi positif.

**Kata Kunci :** *Efikasi Diri, Kesejahteraan Subjektif*

### Abstract

The purpose of this study was to see the relationship between self-efficacy and subjective well being of adolescents who experience long-distance relationships with their partners. The subjects in this study were 56 people who had or had long distance contact. This type of research is non-experimental quantitative research in the form of surveys. Techniques in collecting data using purposive sampling technique. The data analysis used was Spearman's rho with the results of the study  $p < 0.05$ , which is 0.048. In this case,  $H_a$  is accepted by the relationship between self-efficacy and subjective well being of adolescents who experience long-distance relationships with their partners. The correlation coefficient in this study is 0.266, so the relationship has a positive correlation.

**Keywords :** *Self Efficacy, Subjective Well Being*

### PENDAHULUAN

Self efficacy awalnya bermula dari konstruk yang diajukan oleh Bandura berdasarkan teori sosial kognitif. Self Efficacy ialah pandangan dan keputusan tentang keterampilannya sendiri dalam merancang dan melakukan suatu kegiatan dalam mencapai tujuan (Bandura, 1997). Self efficacy sangatlah penting bagi setiap orang, karena dengan adanya self efficacy maka seseorang akan lebih percaya dengan kemampuan yang mereka miliki tanpa adanya rasa pesimis. Teori self efficacy ini tidak menekankan pada keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam menyelesaikan suatu kegiatan, melainkan pada kepercayaan individu terhadap diri sendiri dalam menyelesaikan kegiatannya. Sehingga individu cenderung akan melakukan suatu hal atau kegiatan yang mereka yakini akan tuntas dan berhasil daripada kegiatan yang tidak mereka yakini akan tuntas atau gagal. Self efficacy akan mempengaruhi individu dalam cara atau tindakan yang harus dilakukannya, dan seberapa banyak atau lama individu dalam menyelesaikannya.

Teori self efficacy ini tidak menekankan pada keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam menyelesaikan suatu kegiatan, melainkan pada kepercayaan individu terhadap diri sendiri dalam menyelesaikan kegiatannya. Sehingga individu cenderung akan melakukan suatu hal atau kegiatan yang mereka yakini akan tuntas dan berhasil daripada kegiatan yang

tidak mereka yakini akan tuntas atau gagal. Self efficacy akan mempengaruhi individu dalam cara atau tindakan yang harus dilakukannya, dan seberapa banyak atau lama individu dalam menyelesaikannya. Patton P (1998), mengatakan bahwa self efficacy yang dimiliki setiap orang dapat membuat diri mereka mampu untuk menghadapi berbagai situasi yang terjadi. Kreitner, R dan Kinicki, E, (2003), mengatakan kepercayaan mengenai peluang untuk mencapai keberhasilan adalah self efficacy. Self efficacy ialah kepercayaan seseorang dapat mencapai hal yang diinginkan, misalnya menguasai hal-hal baru atau pencapaian tujuan (Wade & Tavis, 2007). Dengan penjelasan yang disampaikan ahli, maka self efficacy ialah kepercayaan terhadap diri sendiri saat melakukan hal atau kegiatan dalam mencapai hasil.

Bandura (1997) menyebutkan ada 3 aspek dalam self efficacy yaitu level atau tingkatan, kekuatan, dan keadaan umum. Level disini berhubungan dengan kualitas kegiatan yang dilakukan. Setiap individu akan merasakan keyakinan berbeda – beda walaupun memiliki tujuan yang sama. Self efficacy akan tinggi, jika individu dapat menyelesaikan tugas atau kegiatan yang memiliki rintangan dengan mudah begitu pula lainnya. Individu akan melakukan tugas yang mereka rasa mampu untuk menyelesaikannya dan cenderung menghindari dengan situasi dan perilaku yang berada diluar batasannya. Individu seringkali akan menghindari kegiatan atau tugas yang berada diluar batas kemampuannya karena mereka sudah mengetahui resiko yang akan mereka terima. Individu dengan self efficacy tinggi mampu menyesuaikan serta menghadapi hal atau kegiatan diluar kemampuan yang dirasakan.

Kekuatan adalah kemampuan terhadap keyakinan atau harapan. Harapan yang lemah karena pengalaman yang tidak sesuai dengan keinginan akan mudah digoyahkan. Sebaliknya, dengan pengharapan yang kuat akan membuat individu tetap bertahan dengan segala hal yang mungkin tidak sesuai dengan keinginannya. Kekuatan ini berkaitan dengan ketahanan dan keuletan individu dalam menyelesaikan tugas atau kegiatannya. Sedangkan keadaan umum (Generality) adalah kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam menggeneralisasikan tugas atau kegiatannya. Hal ini tergantung dengan individu itu sendiri yang menjadikan pengalaman sebagai “guru” atau sebagai penghambat terhadap segala usahanya dan akan menyebabkan suatu kegagalan. Individu dengan self efficacy tinggi akan cenderung menjadikan setiap pengalaman sebagai guru dan akan memperbaiki setiap kesalahannya dengan lebih baik dalam menyelesaikan setiap tugas atau kegiatan.

Self efficacy akan berkaitan dengan subjective well being atau kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan sesuatu yang sangat diinginkan oleh setiap manusia. Jika ditanya tentang tujuan hidup, mungkin kebahagiaan merupakan jawaban bagi sebagian besar orang. Kebahagiaan merupakan suatu bentuk kebutuhan manusia. Manusia butuh untuk bahagia dalam menjalani kehidupannya. Setiap orang memiliki hak untuk menilai apakah kehidupannya sudah lebih baik atau tidak dan apakah mereka bahagia atau tidak. Kebahagiaan merupakan sesuatu yang ingin dicapai oleh seseorang. Meskipun merupakan hal yang ingin dicapai, tapi bahagia tidak mudah dimiliki pada kehidupan ini. Cukup banyak orang yang tidak bahagia sehingga mencari cara agar mencapai kebahagiaan. Penelitian mengenai aspek kebahagiaan, membuat individu dapat memahami kebahagiaan dan selanjutnya dapat mencapai kebahagiaan.

Seligman, kebahagiaan didefinisikan sebagai kegiatan positif (dan menyertai emosi positif) dimana kita menyukai melakukannya untuk kepentingan kita sendiri, bahkan ketika kita tidak menghasilkan aliran kesenangan. Seligman membagi lima dimensi dalam kebahagiaan yang disebut dengan PERMA. Dimensi tersebut meliputi, *positive emotion* (emosi positif), *engagement* (keterlibatan), *relationship* (Hubungan), *Meaning* (arti), dan *accomplishment* (Pencapaian). Hills dan Argyle dalam jurnal “*Measuring Happiness in Portuguese Adults: Validation of the CHQ-Covilha Happiness Questionnaire*” kebahagiaan adalah konstruksi multidimensional yang mencakup elemen emosional dan kognitif. Sedangkan menurut Veenhoven, kebahagiaan adalah kondisi mental sadar, yang dapat diukur dengan cara mempertanyakannya dan menerjemahkannya ke dalam penilaian keseluruhan bahwa kebahagiaan dapat diukur dengan metode survey. Diener berpendapat

dalam jurnal *"Measuring Happiness in Portuguese Adults: Validation of the CHQ-Covilha Happiness Questionnaire"* bahwa kebahagiaan adalah konsep yang demokratis dan bahwa individu memiliki hak untuk menilai apakah kehidupannya memuaskan atau tidak, dan apakah hidupnya bahagia atau tidak.

Namun, Seligman dalam jurnal *"Happiness and Virtue in Positive Psychology"* kebahagiaan didefinisikan sebagai kegiatan positif (dan menyertai emosi positif) dimana kita menyukai melakukannya untuk kepentingan kita sendiri, bahkan ketika kita tidak menghasilkan aliran kesenangan. Seligman mendefinisikan kebahagiaan otentik dalam jurnal *"Is The Study of Happiness A Worthy Scientific Pursuit"* sebagai kehidupan yang menyenangkan, kehidupan yang baik dan hidup yang bermakna yang mengintegrasikan dan membangun konsepsi hedonis dan eudaimonic kebahagiaan. Seligman dalam jurnal *"The PERMA-Profilers: A brief Multidimensional Measure Of Flourishing"* kebahagiaan terdiri dari 5 pilar yaitu emosi positif, keterlibatan, hubungan, kebermaknaan, dan Pencapaian. Orang bisa mengalami emosi negatif dan positif secara bersamaan (Watson & Tellegen, 1985). Banyak yang mendukung nilai positif emosi di berbagai keberhasilan hidup (Huppert, 2009).

Pada psikologi positif, langkah-langkah telah berfokus pada aliran, atau tingkat ekstrim keterlibatan psikologis yang melibatkan konsentrasi intens, penyerapan, dan fokus (Csikszentmihalyi, 1990). Keterlibatan siswa meliputi psikologis, perilaku, kognitif, dan akademik domain (Appleton, Christenson, & Furlong 2008). Keterlibatan juga merupakan komponen penting dari sukses penuaan (Rowe & Kahn, 1987), tetapi sedikit kerja telah berusaha untuk mengukur keterlibatan dalam usia yang lebih tua di luar keterlibatan kegiatan. Hubungan sosial yang mendasar untuk hidup (Berscheid & Reis, 1998). Dukungan sosial telah dikaitkan dengan kurang depresi dan psikopatologi, kesehatan fisik yang lebih baik, risiko kematian lebih rendah, perilaku sehat, dan hasil positif lainnya (Taylor, 2011). Dimensi hubungan memiliki tempat mapan di sebagian besar survei kesejahteraan yang ada utama yang digunakan secara internasional.

Rasa bermakna telah didefinisikan dalam hal memiliki arah dalam hidup, menghubungkan ke sesuatu yang lebih besar dari dirinya sendiri, merasa bahwa hidup seseorang adalah bernilai dan berharga, dan bahwa ada alasan untuk apa yang dilakukan seseorang (Steger, 2012). Kinerja yang unggul sering dikenal dan diakui di masyarakat barat, namun keberhasilan tujuan dipengaruhi oleh keadaan, kesempatan, dan ambisi pribadi. Secara subyektif, prestasi melibatkan keinginan untuk menuju dan mencapai tujuan, penguasaan, dan kemanjuran untuk menyelesaikan tugas. Memang, teori penentuan nasib menunjukkan bahwa kompetensi adalah inti kebutuhan dasar manusia (Ryan & Deci, 2000).

Penelitian sebelumnya oleh Natovova L dan Chylova H (2014), yang berjudul *"Is The A Relationship Between Self-Efficacy, Well Being And Behavioral Markets In Managing Stress At university Students?"* menyatakan hasil adanya hubungan antara semua variabel yang diperiksa, yaitu well being, self efficacy dan pengelolaan stres. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada dua orang subjek, didapatkan bahwa subjek membutuhkan waktu untuk beradaptasi dengan kehidupan yang saat ini di alamnya. Tidak hanya itu, subjek juga sering merasa kurang diperhatikan, sehingga subjek seringkali harus menguatkan diri untuk percaya dengan pasangan. Subjek juga memiliki jam tidur yang berantakan karena waktu kesibukan yang berbeda dengan pasangan. Subjek merasa diperhatikan selama awal berhubungan jarak jauh saja dan merasa ada perubahan dari pasangan, sehingga membuat subjek dan pasangan seringkali bertengkar. Fenomena diatas menunjukkan rasa kesal, marah, dan kecewa yang dialami subjek kepada pasangannya. Sehingga disini dibutuhkan self efficacy dalam pemecahan masalah yang dilalui. Oleh karenanya. Peneliti ingin membuat penelitian " Hubungan Self Efficacy dan Subjective Well Being Remaja yang Berhubungan Jarak Jauh dengan Pasangan".

## METODE

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan variabel independent (bebas) self efficacy dan variabel dependent (terikat) subjective well being. Sampel diambil dengan teknik

purposive sampling sebanyak 56 orang. Dimana kriteria yang dibutuhkan adalah : a) Remaja yang berusia 18 – 24 tahun, b) Pernah atau sedang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Penelitian menggunakan skala likert dan skala self efficacy beracuan kepada aspek teori Bandura (1997). Sedangkan skala subjective well being beracuan kepada aspek teori dari Seligmen. Aitem dalam skala ini sebanyak 15 aitem untk self efficacy dalam melakukan try out, dan 15 aitem untuk subjective well being. Hasil setelah try out hanya 2 aitem yang gugur yaitu pada aitem self efficacy. Sehingga pada pengambilan data akhir hanya 13 aitem self efficacy, dan 15 aitem subjective well being.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian dari variabel self efficacy dan subjective well being yang diambil dari subjek sebanyak 56 orang yang berhubungan jarak jauh, dapat dikategorikan pada tiga tabel. Dimana tabel 1 menjelaskan kategori dari self efficacy, tabel 2 menjelaskan kategori subjective well being dan tabel 3 menjelaskan uji korelasi.

**Tabel 1. Hasil kategorisasi pengukuran skala self efficacy**

Kategori	Skor	Subjek
Tinggi	$X > 39$	28 (50%)
Sedang	$26 < X < 39$	26 (46,4%)
Rendah	$X < 26$	2 (3,6%)
Jumlah		56 (100%)

Berdasarkan pada tabel 1 kategorisasi skala self efficacy, dapat diketahui bahwa terdapat 28 atau 50% subjek dengan self efficacy tinggi, sedangkan pada kategori self efficacy sedang terdapat 26 atau 46,4% subjek dan pada self efficacy yang rendah terdapat 2 atau 3,6%.

**Tabel 2. Hasil kategorisasi pengukuran skala subjective well being**

Kategori	Skor	Subjek
Tinggi	$X \geq 45$	7 (12,5%)
Sedang	$30 < X < 45$	49 (87,5%)
Rendah	$X < 30$	0
Jumlah		56 (100%)

Berdasarkan pada tabel 2 kategori skala subjective well being didapatkan hasil bahwa 7 atau 12,5% subjek memiliki tingkat well being yang tinggi, sedangkan pada tingkat well being yang sedanga terdapat 49 atau 87,5% subjek, dan pada tingkat well being rendah terdapat 0 subjek.

Dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dan setelahnya melakukan uji korelasi pada variabel self efficacy dan subjective well being dengan teknik *Kolmogrov Smimov Test* dan terdapat  $p > 0.531$  lebih ( $p > 0.05$ ), maka self efficacy dan subjective well being dikatakan berdistribusi normal karena nilai  $p$  besar dari 0.005.

**Tabel 3. Uji korelasi  
Correlations**

		Self Efficacy	Subjective Well Being
Spearman's rho	Self Efficacy Correlation Coefficient	1.000	.266
	Sig. (2-tailed)	.	.048
	N	56	56

Subjective Well Being	Correlation Coefficient	.266*	1.000
	Sig. (2-tailed)	.048	
	N	56	56

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Untuk menguji korelasi pada penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Dapat dilihat pada tabel diatas bahwa adanya hubungan self efficacy dan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan  $p < 0.05$  yaitu 0.048. Angka koefisien korelasi bernilai positif, yaitu 0.266, sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah, dengan demikian dapat diartikan bahwa jika self efficacy ditingkatkan maka subjective well being juga akan meningkat).

### Pembahasan

Pada penelitian ini, terlihat pada tabel kategorisasi self efficacy kebanyakan subjek berada pada kategori tinggi dengan 28 atau 50% subjek. Sedangkan pada kategorisasi subjective well being kebanyakan subjek penelitian berada pada kategori sedang yaitu 49 atau 87,5% subjek. Dimana  $H_0$  di tolak dengan adanya hubungan self efficacy dan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Sebaliknya  $H_a$  diterima dengan tidak adanya hubungan self efficacy dan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Dilihat dari nilai correlation coefficient pada tabel korelasi, hubungan ini memiliki korelasi positif. Dimana semakin tinggi self efficacy maka subjective well being juga akan meningkat. Sebaliknya semakin rendah self efficacy, maka akan semakin rendah juga subjective well being.

Self efficacy sebagai pandangan dan keputusan tentang keterampilan sendiri dalam merancang dan melakukan suatu kegiatan dalam mencapai tujuan (Bandura, 1997). Self efficacy yang baik akan membantu individu untuk berkembang lebih baik. Individu dengan self efficacy tinggi menyelesaikan setiap hal atau kegiatan dengan lebih baik, sehingga akan menimbulkan rasa senang atau kepuasan dan memunculkan rasa bahagia.

Bandura (1997) menyebutkan ada 3 aspek dalam self efficacy yaitu level atau tingkatan, kekuatan, dan keadaan umum. Ketika semua aspek sudah terpenuhi maka individu akan memiliki self efficacy yang baik, sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan kualitas tinggi sekalipun, dan individu dapat lebih percaya diri dan optimis. Begitu juga dengan lima dimensi dalam kebahagiaan menurut Seligman yang disebut dengan PERMA, meliputi, *positive emotion* (emosi positif), *engagement* (keterlibatan), *relationship* (Hubungan), *Meaning* (arti), dan *accomplishment* (Pencapaian). Pemenuhan pada setiap dimensi membuat individu merasakan emosi positif, empati, suasana hati yang baik karena merasa bahagia sehingga akan membuat individu memiliki kesehatan fisik dan mental yang bagus.

### SIMPULAN

Pada penelitian ini diketahui bahwa kategori self efficacy pada remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan kebanyakan tinggi. Sedangkan pada kategori subjective well being diketahui rata-rata remaja berada dikategori sedang. Berdasarkan teknik Spearman's ditemukan hasil bahwa tidak ada hubungan subjective well being remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan ditinjau dari self efficacy. Hubungan ini berkorelasi positif dimana self efficacy tinggi akan membuat subjective well being tinggi juga. Sama halnya jika self efficacy rendah maka semakin rendah subjective well being pada remaja yang mengalami hubungan jarak jauh dengan pasangan. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan melakukan pembagian angket secara tatap muka. Hal ini dilakukan agar subjek dapat bertany mengenai hal yang kurang dipahami sehingga subjek mendapatkan kejelasan mengenai pengisian angket. Serta

peneliti juga dapat memberikan keyaninan pada subjek atas kerahasiaan setiap jawaban yang mereka berikan agar terhindar dari faking.

## DAFTAR PUSTAKA

- Appleton, J.J., Christenson S.L., & Furlong M.J. (2008). *Student Engagement With School: Critical Conceptual and Methodological Issues of the Construct*. \_\_\_\_\_: Wiley Periodicals, Inc.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman. New York.
- Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In D. T. Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48.
- Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 193-281). New York, NY, US: McGraw-Hill.
- Cupach, W. (2003). What Mad Pursuit?. *Aggression and Violent Behaviour*, 8, 345-375.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. 1st Edition. New York: Harper Perennial Modern Classics
- Deci. E. L & Ryan R.M. (2000). *The What and Why of Goal Pursuit: Human Needs and the Self - Determination of Behavior*. U.S: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Hasanah, U., Alizamar, A., Marjohan, M., & Engkizar, E. (2019). The Effect of Self Efficacy and Parent Support on Learning Motivation in Management Business Students in Padang's Private Vocational School. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 6(2), 133-140.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal compilation International Association of Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1 (2), 137-164.
- Kreitner, Robert, and Kinicki, Angelo, (2003), *Perilaku Organisasi, Dalam: Early Suandy (penterjemah)*, Jakarta: Salemba Empat.
- Lumbantobing, P. A. (2020). The Contribution of Lecturer Pedagogical Competence, Intellectual Intelligence and Self-Efficacy of Student Learning Motivation. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(1), 564-573.
- Martin, MW. (2007). Happiness And Virtue In Positive Psychology . *Journal For The Theory Of Social Behavior*. 37 (1) : 90-102.
- Monteiro, S., & Pereira, H. (2014). Measuring Happiness in Portuguese Adult: Validation of the CHQ – Covilha Happiness Questionnaire. *Juornal of Psychology & Psychotherapy*. 5 (1).
- Natovová, L., & Chýlová, H. (2014). Is there a relationship between Self-efficacy, Well-being and Behavioural Markers in Managing Stress at University Students?. *Journal on efficiency and responsibility in education and science*, 7(1), 14-18.
- Norrish, M.J., Dianne A., Vella, B. (2008). Is the Study of Happiness a Worthy Scientific Pursuit?. *Social Indicators Research*. 87:393-407.
- Poerwandari, E. K. 1998. *Pendekatan Kualitatif Dalam penelitian Psikologi*. Jakarta : Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rafiola, R., Setyosari, P., Radjah, C., & Ramli, M. (2020). The Effect of Learning Motivation, Self-Efficacy, and Blended Learning on Students' Achievement in The Industrial Revolution 4.0. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET)*, 15(8), 71-82.
- Rahmi, S., Nadia, R., Hasibah, B., & Hidayat, W. (2017). The relation between self-efficacy toward math with the math communication competence. *Infinity Journal*, 6(2), 177-182.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations Classic Definitions and New Directions. *Journal of Educational Psychology*, 25, 54-67. DOI: 10.1006/ceps. 199.1020.
- Shin, M. H. (2018). Effects of Project-based Learning on Students' Motivation and Self-efficacy. *English Teaching*, 73(1).
- Steger, M. F. (2012). Making Meaning in Life. *Psychology Inquiry*, 23, 381-385.
- Taylor, et al. (2011). *Fundamentals of Nursing : The Art and Science of Nursing Care 7th Edition*. China. Lippincott Company
- Wade, C dan Tavis, C. 2007. *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Watson, D. & Tellegen. A. (1985). Toward a consensual structure of mood *Psychological Bulletin*. 98. 219-235.