

HUBUNGAN HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA SISWA KELAS XI
DI SMA NEGERI 9 JAKARTA

Viola Shafira
Fara Dwi Andjarsari

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being*. Dalam penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu harga diri dan dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel *independent* sedangkan *subjective well-being* sebagai variabel *dependent*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta yang berjumlah 108 orang dan teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling*. Dalam pengumpulan data tiga variabel menggunakan skala *subjective well-being* sebanyak 26 item valid dan 4 item gugur, skala harga diri sebanyak 23 item valid dan 4 item gugur serta skala dukungan sosial teman sebaya sebanyak 26 item valid dan 1 item gugur. Uji Hipotesis antara harga diri dengan *subjective well-being* nilai $r = 0,636$ dan $p = 0,000$ maka terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta. Dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* nilai $r = 0,494$ dan $p = 0,000$ maka terdapat dukungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta. Harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* dengan $R = 0,640$ dan $R^2 = 0,409$ dengan $p < 0,05$. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being*.

Kata Kunci : Harga Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya, *Subjective Well-Being*

THE CORRELATION BETWEEN SELF-ESTEEM AND PEERS SOCIAL SUPPORT
WITH SUBJECTIVE WELL-BEING TO STUDENTS
GRADE OF XI IN SMA NEGERI 9 JAKARTA

Viola Shafira
Fara Dwi Andjarsari

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Abstarct

The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and peers support with subjective well-being on students grade of XI in SMA Negeri 9 Jakarta. In this study, using three variables, namely self-esteem and peers support as independent variables while subjective well-being as the dependent variable. The population in this study were 108 students grade of XI in SMA Negeri 9 Jakarta, and the sampling technique used a convenience sampling. In collecting the three variables using a Likert scale. Validity test of 26 valid items and 4 invalid subjective well-being items, 23 items of peers social support valid and 4 invalid items, also 26 valid items and 1 invalid peers social support items. Hypothesis test between self-esteem and subjective well-being, the value $r = 0,636$ and $p = 0,000$ then there is a positive significant relationship between self-esteem and subjective well-being for students grade IX in SMA Negeri 9 Jakarta, peers social support and subjective well-being, the value of $r = 0,494$ and $p = 0,000$. There is a positive significant relationship between peers social support and subjective well-being for students of grade IX in SMA Negeri 9 Jakarta. Self-esteem, peers social support with *subjective well-being* with $R = 0.640$ and $R^2 = 0,409$ with $p < 0.05$. This means there is a significant relationship between self-esteem and peers social support with subjective well-being of students of grade XI in SMA Negeri 9 Jakarta.

Keywords: Self-esteem, Peers Social Support, Subjective Well-being

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Setiap individu memiliki fase yang berbeda-beda dalam kehidupan, termasuk remaja. Remaja akan mengalami perubahan-perubahan dalam proses tumbuh kembang, di mana hal ini sesuai dengan pernyataan Santrock (2007, p.20) yang mana remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional.

Menurut Steinberg (2007) periode remaja dikarakteristikan dengan perubahan *personality* individu yang cepat karena pada saat itu merupakan masa-masa di mana remaja mengalami perkembangan secara fisik, psikologi, sosial, dan kognitif. Pada masa-masa ini, remaja merasakan gejala psikologis dalam dua kebutuhan, yaitu kebutuhan jasmani seperti makan, minum, dorongan seksual, dan kebutuhan psikis seperti kasih sayang, rasa aman, serta kebebasan. Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dan dialami dalam diri remaja, remaja juga dihadapkan dengan tugas-tugas yang berbeda dari tugas-tugas yang ada pada masa kanak-kanak. Remaja juga memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi, apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan, *subjective well-being*.

Subjective well-being merupakan sesuatu yang penting di dalam hidup, karena ketika individu merasakan bahagia, maka individu akan merasakan kehidupan yang nyaman serta merasa lebih berharga. Seperti yang diungkapkan oleh Seligman (2006) bahwa kebahagiaan di dalam hidup adalah sesuatu hal yang menjadi harapan di dalam kehidupan banyak individu, bahkan semua individu mendambakan kehidupan yang berbahagia.

Diener, Lucas dan Oishi (dalam Snyder & Lopez, 2002) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang mengenai kehidupan. Evaluasi tersebut termasuk reaksi emosional individu terhadap kejadian yang terjadi dalam kehidupan serta penilaian kognitif individu terhadap pemenuhan kepuasan hidup.

Salah satu faktor yang membuat remaja merasa bahagia adalah perasaan bahwa dirinya berharga. Seperti yang diungkapkan oleh Diener (dalam Lubis, 2011) bahwa tingkat *subjective well-being* atau yang disebut kebahagiaan subjektif dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu harga diri. Menurut Coopersmith (1967) harga diri mengacu pada suatu penilaian individu mengenai kelayakan diri dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga.

Menurut Schimmack dan Diener (2002) harga diri merupakan prediktor yang signifikan untuk semua pengukuran *subjective well-being*. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi biasanya menggunakan lebih banyak proses peningkatan diri. Harga diri menjadikan sikap positif atau negatif pada individu ke arah kesempurnaan diri, yang

berhubungan erat dengan *subjective well-being* secara keseluruhan.

Selain itu, terdapat faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu dukungan sosial. Dalam menghadapi masalah dan menjalani kehidupan, tentu manusia membutuhkan individu lain. Manusia merupakan makhluk sosial yang mempunyai arti bahwa manusia tidak bisa hidup tanpa kehadiran individu lain di kehidupannya. Menurut Diener (dalam Lyubomirsky, 2005) salah satu sumber yang paling penting dari kebahagiaan adalah adanya hubungan pribadi, salah satunya yaitu dukungan sosial.

Rook (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan individu lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat individu mendapat dukungan dari lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah, mengurangi tekanan emosional sehingga dapat merubah suasana hati ke arah yang lebih positif untuk dapat meningkatkan *subjective well-being*.

Dilihat dari kenyataan pada saat ini, aktivitas yang padat dan menyita banyak waktu seringkali membuat remaja merasa tertekan dengan banyaknya pelajaran dan juga berbagai tuntutan yang harus dipenuhi, hal ini membuat remaja stres. Penyelesaian masalah setiap siswa berbeda-beda, bila siswa tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya maka akan timbul emosi yang tidak menyenangkan dalam dirinya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada beberapa siswa SMA Negeri 9 Jakarta menunjukkan gejala *subjective well-being* yang rendah. Mereka mengatakan bahwa mereka kurang puas dengan kehidupan saat ini merasakan kesedihan, juga sedikit kesenangan. Siswa mengharapkan memperoleh kesejahteraan hidup dalam melaksanakan tuntutan sebagai siswa. Mereka merasa lebih baik ketika dihargai oleh lingkungan sekitar dan diberi dukungan baik dalam bentuk dorongan semangat, perhatian, bantuan, dan kasih sayang yang membuat mereka menganggap bahwa dirinya dihargai dan merasa nyaman, mengurangi tekanan emosional sehingga dapat merubah suasana hati ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan fenomena yang telah disampaikan, penulis tertarik untuk meneliti hubungan Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Subjective Well-Being* pada remaja kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.

Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta?

2. Apakah ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta?
3. Apakah ada hubungan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.
2. Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.
3. Untuk mengetahui hubungan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Subjective Well-Being*

1. Pengertian *Subjective Well-Being*

Subjective well-being dapat diartikan sebagai penilaian individu terhadap kehidupannya yang meliputi penilaian kognitif mengenai kepuasan hidup dan penilaian afektif mengenai emosi seperti perasaan emosional positif dan negatif (Eddington & Shuman, 2008). Sedangkan Carr (2004) menyatakan bahwa *subjective well-being* merupakan keadaan psikologis yang positif dan ditandai dengan adanya tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tingkat afek positif yang tinggi, dan tingkat afek negatif yang rendah.

Veenhoven (dalam Eid & Larsen, 2008) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang mengenai kehidupan, evaluasi kognitif dan afektif tersebut menyertai perasaan yang memiliki keterhubungan dengan lingkungan sosial seseorang. Selanjutnya Stone dan Mackie (2013) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai bagaimana individu mengalami dan mengevaluasi kehidupan dan domain spesifik serta aktivitas dalam kehidupan.

Berdasarkan beberapa pengertian *subjective well-being* yang telah dijabarkan, maka dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan persepsi individu terkait dengan pengalaman kehidupannya yang menyangkut dua komponen yakni komponen kognitif yang berkaitan dengan kepuasan hidup dan komponen afektif yang berkaitan dengan kebahagiaan dan dicirikan dengan tingginya tingkat kepuasan terhadap hidup, tingginya tingkat emosi positif dan rendahnya tingkat emosi negatif.

2. Aspek-aspek *Subjective Well-Being*

Diener (dalam Baumgardner dan Crothers, 2014) menyebutkan bahwa ada tiga aspek dari *subjective well-being*, yaitu:

a. Kepuasan hidup (*life satisfaction*)

Kepuasan hidup mengacu pada penilaian kognitif individu tentang seberapa puas individu tersebut dengan kehidupan secara menyeluruh. Secara lebih spesifik, kepuasan hidup melibatkan cara pandang individu yang memiliki kriteria dalam hidup individu tersebut dengan standar yang masing-masing individu miliki.

b. Afek Positif (*positive affect*)

Afek positif mengacu pada *mood* dan emosi yang menyenangkan. Emosi positif adalah bagian dari *subjective well-being* karena emosi-emosi tersebut merupakan respon individu terhadap peristiwa dalam hidup yang menunjukkan bahwa peristiwa tersebut berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan individu seperti kegembiraan, bangga, minat, dan semangat.

c. Afek negatif (*negative affect*)

Afek negatif mengacu pada frekuensi dan intensitas emosi yang tidak menyenangkan dan akan menunjukkan respon negatif terhadap peristiwa yang terjadi dalam kehidupan individu. Afek negatif terlihat dari emosi spesifik seperti kesedihan, kekecewaan, rasa bersalah dan kecemasan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek *subjective well-being* menurut Diener (dalam Baumgardner dan Crothers, 2014) terdiri dari: kepuasan hidup (*life satisfaction*), afek positif (*positive affect*), dan afek negatif (*negative affect*).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being*

Menurut Argyle, Myers, dan Diener (dalam Compton, 2005: 48) faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah:

1. Harga diri positif (*self-esteem*)

Harga diri merupakan prediktor paling penting dari *subjective well-being*. Harga diri yang positif dihubungkan dengan keberfungsian yang adaptif dalam setiap bidang kehidupan meliputi perasaan bermakna dan berharga dalam diri individu. Harga diri yang positif membuat individu dapat mengontrol rasa marah individu, individu akan dapat menjalin hubungan yang intim dan baik dengan lingkungan dan orang lain disekitar individu. Harga diri yang positif dihubungkan dengan keberfungsian yang adaptif.

2. Kontrol diri (*Sense of perceived control*)

Kontrol diri merupakan keyakinan bahwa individu dapat berperilaku dengan cara memaksimalkan hasil yang baik dan meminimalkan hasil yang buruk. Kontrol diri pun dapat diartikan bahwa ketika individu menghadapi suatu peristiwa, maka individu tersebut dapat berperilaku dengan cara yang tepat.

Kontrol diri melibatkan proses pengambilan keputusan, mampu mengerti, memahami serta mengatasi konsekuensi dari keputusan yang telah individu ambil. Dengan kata lain, kontrol diri dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam hidup individu, memilih hasil yang diinginkan serta dapat menginterpretasikan hasil dari pilihan individu.

3. Keterbukaan (*Ekstroversi*)

Individu dengan kepribadian ekstrovert (sifat terbuka) akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar diri, seperti lingkungan fisik dan sosial. Individu dengan tipe kepribadian *ekstraversi* cenderung memiliki teman dan relasi sosial yang lebih banyak dan relasi sosial yang lebih baik. Hal ini yang memungkinkan individu mendapatkan timbal balik yang positif dari individu lain yang kemudian dapat mewujudkan kondisi *well-being* yang lebih tinggi.

4. Optimisme (*Optimism*)

Secara umum, individu yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupan. Individu yang mengevaluasi hidup secara positif, akan memiliki kontrol yang lebih baik terhadap kehidupan, selain itu individu akan memiliki interaksi sosial yang baik dengan lingkungan sekitar, sehingga memiliki impian dan harapan positif tentang masa depan.

5. Relasi sosial yang positif (*Positive relationship*)

Relasi sosial yang positif tercipta apabila ada dukungan sosial dan keintiman emosional. Hubungan yang di dalamnya terdapat dukungan dan keintiman akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif dan membuat individu menjadi sehat secara fisik.

6. Pemahaman arti dan tujuan hidup (*A sense of meaning and purpose to life*)

Variabel ini seringkali diukur dari sisi religiusitas. Penelitian melaporkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan religi yang besar, memiliki kesejahteraan psikologis yang besar. Agama memberikan perasaan bermakna bagi individu di samping juga dukungan sosial dan meningkatkan harga diri. Kepuasan dan kebahagiaan dalam hidup tentunya akan didapatkan dengan adanya makna dalam hidup individu.

7. Penyelesaian konflik batin dan neurotisme rendah (*Resolution of inner conflicts or low neuroticism*)

Pemecahan masalah yang baik dapat meningkatkan *subjective well-being* yang dimiliki individu, karena semakin tinggi *well-being* yang dimiliki individu, maka semakin rendah konflik-konflik psikologis yang dimiliki individu.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* individu adalah harga diri yang positif, kontrol diri, keterbukaan, optimisme, relasi sosial yang positif, pemahaman arti dan tujuan hidup, serta penyelesaian konflik batin dan neurotisme rendah.

C. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Menurut Sudirman (2015) harga diri merupakan suatu penilaian subjektif yang dibuat individu mengenai diri sendiri yang pada dasarnya positif atau negatif, apakah individu tersebut merasa bahwa dirinya berharga, penting, mampu dan memiliki arti bagi individu lain, yang berasal dari berbagai sumber baik internal maupun eksternal seperti dukungan keluarga, dan yang lain.

Menurut Baron & Byrne (dalam Nur Afni Safarina, 2016) harga diri merupakan aspek yang sangat penting pada remaja, karena manusia memang sangat memperhatikan berbagai hal tentang diri, termasuk siapa diri, seberapa positif atau negatif individu memandang diri, bagaimana citra yang ditampilkan pada individu lain, dan lain-lain.

Menurut Coopersmith (dalam Nur Afni Safarina, 2016) harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu terhadap dirinya dan biasanya dipertahankan dengan menghargai dirinya sendiri. Secara singkat harga diri adalah penilaian pribadi atas kelayakan yang diekspresikan melalui sikap individu terhadap diri. Harga diri juga merupakan penilaian subjektif yang disampaikan pada orang lain melalui laporan verbal dan tindakan ekspresif lain.

Dari pengertian yang telah disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan suatu penilaian subjektif yang dibuat individu mengenai diri sendiri, bagaimana citra yang ditampilkan pada individu lain, dan penilaian subjektif yang disampaikan pada orang lain melalui laporan verbal dan tindakan ekspresif lain.

2. Aspek-aspek Harga Diri

Menurut Coopersmith (dalam Komaruddin & Bashori, 2016 p. 44) terdapat empat (4) aspek yang terkandung dalam harga diri, yaitu:

a. *Power* (Kekuasaan)

Kekuasaan dalam arti kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku diri sendiri individu lain.

b. *Significance* (Keberartian)

Significance atau keberartian adalah adanya kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Hal tersebut merupakan penghargaan dan minat dari individu lain dan pertanda penerimaan dan popularitasnya.

c. *Virtue* (Kebajikan)

Virtue atau kebajikan adalah ketaatan atau mengikuti standar moral dan etika. Kebajikan ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan atau diharuskan oleh moral atau etika dan agama.

d. *Competence* (Kemampuan)

Kemampuan, dalam arti sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan bermacam-macam tugas atau pekerjaan dengan baik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek harga diri menurut Coopersmith (dalam Komaruddin & Bashori, 2016 p. 44) terdiri dari: *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kemampuan).

C. Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut House (dalam Fani & Latifah, 2012) dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan.

Dukungan sosial menurut Cohen & Syme (dalam Apollo dan Cahyadi, 2012: 261) adalah sumber-sumber yang disediakan individu lain terhadap individu yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu. Dapat dikatakan dukungan sosial merupakan sumber eksternal yang membantu pertukaran sumber yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan serta keberadaan orang-orang yang mampu diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian individu untuk mengatasi suatu permasalahan, apapun wujud dukungan yang diberikan.

Menurut Johnson dan Johnson (dalam Saputri, Metta dan Indrawati, 2011) dukungan sosial merupakan keberadaan individu lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan, perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Dari beberapa pengertian yang tertulis di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan, berisi pemberian bantuan yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu.

2. Dimensi Dukungan Sosial Teman Sebaya

House (dalam Smet, 1994, p.136) menyebutkan empat (4) dimensi dukungan sosial:

- a. *Emotional Support*, mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan.
- b. *Apprasial Support*, terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk individu bersangkutan, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif individu itu dengan individu yang lain.
- c. *Instrumental Support*, mencakup bantuan langsung, seperti menolong dengan pekerjaan dan memberi pinjaman uang.
- d. *Informational Support*, mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, atau umpan balik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial oleh House yang terdiri dari empat dimensi, yaitu *emotional support*, *apprasial support*, *instrumental support*, dan *information support*.

B. Hipotesis

Berdasarkan teori yang diuraikan pada tinjauan pustaka, maka penulis mengajukan hipotesis yang nanti akan diuji, sebagai berikut:

Ha1 : Ada hubungan harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.

Ha2 : Ada hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.

Ha3 : Ada hubungan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Jakarta.

METODOLOGI

Definisi Operasional

Berdasarkan penjelasan pada tinjauan pustaka, maka definisi operasional dari masing-masing variabel adalah:

a. *Subjective well-being*

Subjective well-being adalah evaluasi kehidupan seorang individu mengenai kepuasan hidup serta keseimbangan antara afeksi positif dan negatif. Penelitian ini diukur menggunakan skala *subjective well-being* yang terdiri dari aspek kepuasan hidup (perasaan puas dengan hidupnya secara keseluruhan, terpenuhinya kebutuhan dalam hidupnya), afek positif (merasa gembira, merasa bangga

terhadap diri, memiliki minat, memiliki semangat), dan afek negatif (merasa sedih, merasa kecewa, merasa malu, merasa bersalah).

b. Harga Diri

Harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu terhadap dirinya dan biasanya dipertahankan dengan menghargai dirinya sendiri. Penelitian ini diukur menggunakan skala harga diri yang mengacu pada aspek harga diri oleh Coopersmith yaitu *power* (mampu mengontrol diri sendiri, mampu mengontrol orang lain), *significance* (mendapat penerimaan dari lingkungan, mendapat afeksi dari orang lain, mendapat perhatian dari orang lain), *virtue* (melakukan tingkah laku yang diperbolehkan moral, taat terhadap tingkah laku yang dilarang moral), dan *competence* (mampu mengerjakan tugas dengan baik, dapat mencapai tujuan).

c. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial merupakan keberadaan individu lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan, perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Penelitian ini diukur dengan skala dukungan sosial teman sebaya yang mengacu pada dimensi dukungan sosial oleh House yaitu *emotional support* (menerima empati, menerima perhatian), *appraisal support* (menerima motivasi, menerima pujian), *instrumental support* (mendapat dukungan langsung berupa jasa, mendapat bantuan dalam finansial), dan *informational support* (mendapatkan nasihat, mendapatkan saran, mendapatkan petunjuk).

METODE PENELITIAN

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah skala Likert yang terdiri dari lima kategori jawaban pernyataan sikap. Di dalam penelitian ini terdapat tiga skala psikologi yaitu skala *subjective well-being*, skala harga diri, dan skala dukungan sosial teman sebaya.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta yang berusia antara 15 sampai 16 tahun yang tercatat sebagai siswa aktif pada periode semester ganjil tahun ajaran 2020/2021 sebanyak 108 orang.

Hasil data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis untuk mendapatkan suatu kesimpulan dengan metode perhitungan statistik *bivariate correlation* dan *multivariate correlation* yang pelaksanaannya menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25.0 for macOS.

ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas variabel *subjective well-being* diperoleh taraf signifikansi *subjective well-being* sebesar $p = 0,015$ sehingga data *subjective well-being* berdistribusi tidak normal. Selanjutnya taraf signifikansi harga diri sebesar $p = 0,200$ sehingga data harga diri berdistribusi normal.

Sementara itu taraf signifikansi dukungan sosial teman sebaya sebesar $p = 0,000$ sehingga data dukungan sosial teman sebaya berdistribusi tidak normal.

Variabel *subjective well-being* memiliki kategorisasi skor tinggi dengan $x > 79,90$, kategori skor sedang $76,09 \leq x \leq 79,90$ dan kategori skor rendah $x < 76,09$. Berdasarkan hasil kategorisasi, skor variabel *subjective well-being* tergolong tinggi, dilihat dari mean temuan sebesar 91,60 yaitu $x > 79,90$.

Variabel harga diri memiliki kategorisasi skor tinggi dengan $x > 77$, kategori skor sedang dengan $61 \leq x \leq 77$ dan kategori skor rendah $x < 61$. Berdasarkan hasil kategorisasi, skor variabel harga diri tergolong tinggi, dilihat dari mean temuan sebesar 83,54 yaitu $x > 77$.

Variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki kategori skor tinggi dengan $x > 79,90$, kategori skor sedang $76,09 \leq x \leq 79,90$ dan kategori rendah $x < 76,09$. Berdasarkan hasil kategorisasi, skor variabel dukungan sosial teman sebaya tergolong tinggi, dilihat dari mean temuan sebesar 94,41 yaitu $x > 79,90$.

Berdasarkan uji regresi dengan metode *Enter* diperoleh kontribusi harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta sebesar 40,9% dengan hasil *R Square* (R^2) 0,409 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kontribusi variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* memiliki jumlah kontribusi sebesar 40,9% sedangkan sisanya yaitu 59,1% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti.

Adapun hasil analisis data regresi linear dengan metode *Stepwise* diperoleh kontribusi harga diri pada *subjective well-being* siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta sebesar 40,5% dengan hasil *R Square* (R^2) 0,405. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri dan dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi terhadap *subjective well-being*, namun harga diri lebih menonjol dibandingkan dengan dukungan sosial teman sebaya.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik *Bivariate Correlation* dinyatakan bahwa Hipotesis alternatif (H_{a1}) diterima, di mana terdapat hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being* diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,636$ dan taraf signifikansi sebesar $p = 0,000$. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa harga diri memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *subjective well-being*, di mana semakin tinggi harga diri maka akan meningkatkan *subjective well-being* siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lubis, 2011) bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being*. Semakin tinggi harga diri maka akan semakin tinggi *subjective well-being* yang dirasakan seseorang. Pada penelitiannya Lubis menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi harga diri adalah pembentukan karakter diri yang dipengaruhi oleh pendidikan dan lingkungan dan hal tersebut sangat berhubungan dengan kepuasan hidup yang merupakan aspek dari

subjective well-being. Selain itu, terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Pardhy, Rana, & Mishra (2010) menemukan bahwa *self-esteem* mempengaruhi *subjective well-being* bahkan *self-esteem* merupakan faktor terpenting dalam meningkatkan *subjective well-being*. Pendapat lain yang mendukung dari Rosenberg dalam Perera (2001) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* tinggi akan mencoba mengembangkan potensi dirinya seoptimal mungkin sampai batas kemampuan dirinya.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik *Bivariate Correlation* dihasilkan bahwa Hipotesis alternatif kedua (H_{a2}) diterima, terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,494$ dan taraf signifikansi sebesar $p = 0,000$. Dengan demikian dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *subjective well-being*. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya akan meningkatkan *subjective well-being* siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mustika (2018) bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well being*. Rook (dalam Kumalasari & Latifah, 2012) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik *Multivariate Correlation* ditemukan bahwa Hipotesis alternatif ketiga (H_{a3}) diterima, di mana dinyatakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* dengan diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0,640$ dan $R^2=0,409$ dan taraf signifikansi sebesar $p = 0,000$. Demikian dapat disimpulkan kedua variabel independen berhubungan dengan *subjective well-being*.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sry Pegianti Tolewo, dkk. pada tahun 2019 tentang pengaruh dan hubungan dukungan sosial dan *self-esteem* terhadap *subjective well-being* pada lansia di Kecamatan Pamona Utara yang menghasilkan adanya pengaruh simultan antara dukungan sosial dan *self-esteem* terhadap *subjective well-being* pada lansia di kecamatan Pamona Utara. Juga terdapat pengaruh dan hubungan positif antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* dengan hasil dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 5,9% terhadap *subjective well-being*. Selanjutnya terdapat pengaruh dan hubungan positif antara *self-esteem* dan *subjective well-being* dengan hasil *self-esteem* memberikan sumbangan efektif sebesar 27,9% terhadap *subjective well-being*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada

siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta. Hal ini berarti semakin tinggi harga diri maka semakin baik *subjective well-being*.

Selanjutnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin baik *subjective well-being*.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan hubungan yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Jakarta. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi harga diri dan dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin baik *subjective well-being*.

DAFTAR REFERENSI

- Ariati, J. (2017). Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikologi universitas diponegoro.
- Bart, Smet. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.
- Baumgardner, S., & Crothers, M. (2014). *Positive psychology*. United Kingdom: Person Education Limited.
- Compton, C. W. (2005). *An introduction to positive psychology*. United States: Thomson Wadsworth.
- Damayanti, P., & Haryanto, H. (n.d.). Kecerdasan Emosional dan Kualitas Hubungan Persahabatan. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(2), 86-97.
- Elfida, D., Diamera, A., Anggreini, R., Islami, S., & Lestari, Y. I. (2015). Hubungan baik dengan orang yang signifikan dan kontribusinya terhadap kebahagiaan remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 66-73.
- Fajriani, I. T., & Suprihatin, T. (2018). Harga diri, kepuasan kerja dan kesejahteraan subjektif pada guru madrasah tsanawiyah. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 12(1), 67-76.
- Fitrianur, F., Situmorang, N. Z., & Tentama, F. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being pada ibu jalanan. In *temu Ilmiah psikologi positif I. Seminar dan call for paper "positive psychology in dealing with multigeneration"*. Universitas Pertamina Jakarta.
- Hayu, D. E. (2015). Hubungan antara persahabatan dengan kebahagiaan pada remaja (*doctoral dissertation*). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hidayat, Komaruddin & Khoirudin Bashori. (2016). *Psikologi sosial. Aku, kami, dan kita*. Yogyakarta: Erlangga.
- Khairat, M., & Adiyanti, M. G. (2015). *Self-esteem* dan prestasi akademik sebagai prediktor *subjective well-being* remaja awal. *Gajah mada journal of psychology*, 1 (3).
- Kumalasari, F., & Ahyani, L.N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, (1)1.
- Maslihah, S. (2017). Faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif anak didik lembaga pembinaan khusus anak. *Jurnal Psikologi Insight*, 1(1), 82-94.
- Priyanto, P.H. (2014). *Subjective well-being* pada remaja ditinjau dari kesadaran lingkungan. *Psikodimensia*, 13(1), 10.

- Putri, D. R. (2016). Peran dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1).
- Radeya, S. H. (2011). Konsep *happines* dan pengukurannya. In *Forum Penelitian* (Vol. 1, No. 1, p. 7).
- Rahmanillah, C., Pratiwi, E.Y., & Sari, F. H. (2018). Pengaruh *social support* dan *self esteem* terhadap *subjective well-being* remaja korban *bullying* di pondok pesantren. *Intuisi: jurnal psikologi ilmiah*, 10(3), 269-276.
- Risnawati, R., & Ghufro, M. N. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Rohmad, R. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah surakarta. (*Doctoral dissertation*). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Safarina, N.A. (2017). Hubungan harga diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa magister psikologi universitas medan area (*doctoral dissertation*) universitas medan area.
- Sandjojo, C. T. (2017). Hubungan antara Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan pada Remaja. *CALYPTRA*. 6(2). 1721-1739.
- Santrock, J. (2011). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. (2007). *Perkembangan Anak. Jilid I Edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiarto, Siagian D, Sunaryanto T.L, Oetomo S,D. (2003) *Teknik Sampling*. Jakarta. Penerbit Gramedia Pustaka Utama
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif*. R&D. Bandung: Alfabeta.
- Tarigan, M. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal. *Jurnal Diversitas*. ISSN-2461-1263.
- Tawakal, I., & Kusdiyati, S. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan *self esteem* pada remaja yang tinggal di panti yatim indonesia kota cimahi.