

## Harga Diri dan Dukungan Teman Sebaya sebagai Prediktor *Subjective Well-Being*

### *Self-esteem and Peer Support as a Predictor Subjective Well-Being in Early Adolescence*

Sunarsih<sup>1\*</sup>, Farida Harahap<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Prima Indonesia PSDKU Pekanbaru,

<sup>2</sup>Program Studi Psikologi Pendidikan dan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta

Email: sunarsih@unprimdn.ac.id

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal, mengetahui apakah harga diri dapat menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal, dan mengetahui apakah dukungan teman sebaya dapat menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian ini adalah *ex-post facto*. Sampel yang digunakan sebanyak 394 orang remaja awal dari 3 SMP di Kabupaten Sleman yang berusia sekitar 12-13 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan 3 jenis angket yang terdiri dari angket *subjective well-being*, angket harga diri dan angket dukungan teman sebaya. Teknik validasi instrumen menggunakan validasi isi dan reliabilitas berdasarkan koefisien Alpha Cronbach. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda dengan taraf signifikansi sebesar 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal dengan sumbangan efektif sebesar 49,8%; (2) harga diri terbukti menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal dengan sumbangan efektif sebesar 11,7%; dan (3) dukungan teman sebaya terbukti menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal dengan sumbangan efektif sebesar 38,2%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dibandingkan dengan harga diri, dukungan teman sebaya dapat memberikan sumbangan efektif lebih besar terhadap *subjective well-being* pada remaja awal.

**Kata Kunci:** *Subjective Well-Being*, Harga Diri, Dukungan Teman Sebaya, Remaja Awal.

#### Abstract

*This study aims to find out (1) whether self-esteem and peer support together can be the predictors of subjective well-being in early adolescents, (2) whether self-esteem can be a predictor of subjective well-being in early adolescents, and (3) whether peer support can be a predictor of subjective well-being in early adolescents. This research uses a quantitative approach with the research type of ex-post facto. The sample used was 394 early adolescents, who were obtained from 3 junior high schools in Sleman Regency and were aged around 12-13 years. The data collection technique consisted of three questionnaires: (1) a subjective well-being questionnaire, (2) a self-esteem questionnaire, and (3) a peer support questionnaire. The instrument validation technique used was content validation and reliability based on the Cronbach Alpha coefficient. The data analysis technique used was multiple regression analysis with a significance level of 0.05.*

*The results showed that (1) self-esteem and peer support together can be the predictors of subjective well-being in early adolescent with an effective contribution of 49.8%; (2) self-esteem was proven to be a predictor of subjective well-being in early adolescent with an effective contribution of 11.7%; (3) peer support was proven to be a predictor of subjective well-being in early adolescent with an effective contribution of 38.2%. Therefore, it can be concluded that compared to self-esteem, peer support makes a greater effective contribution to subjective well-being in early adolescence.*

**Keywords:** *Early Adolescent, Peer Support, Self-Esteem, Subjective Well-Being.*

## PENDAHULUAN

*Subjective well-being* bagi remaja penting karena kondisi *subjective well-being* menyebabkan remaja merasa bahagia, menikmati hidup, memandang dirinya mampu melatih kendali diri, menghargai kerja dan sekolah, mengekspresikan keyakinan sehubungan dengan seksualitasnya, memiliki perasaan yang positif terhadap keluarga, dan mampu mengatasi tekanan hidup (Santrock, 2012). Remaja dengan *subjective well-being* tinggi akan memandang segala sesuatu dengan rasa penerimaan, menghargai diri sendiri serta menganggap kehidupannya begitu berharga (Ronen et al., 2016). Remaja yang mempunyai *subjective well-being* rendah akan memandang segala sesuatu kurang menarik untuk kehidupannya, akan mudah putus asa dan menganggap dirinya tidak berharga (Ronen, Hamama, Rosenbaum, & Mishely-Yarlap, 2016b). Dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* remaja perlu diupayakan semaksimal mungkin supaya remaja bisa merasa bahagia.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat *subjective well-being* remaja awal memiliki perbedaan diantaranya: penelitian yang dilakukan oleh (González-Carrasco et al., 2017) terhadap 940 remaja di Iroña Catalonia Spanyol Timur mengungkapkan bahwa *subjective well-being* remaja laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan *subjective well-being* remaja perempuan. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh (Garcia et al., 2017) mengenai *subjective well-being* 255 remaja Italia dan 277 remaja Swedia yang menunjukkan bahwa *subjective well-being* remaja Swedia lebih tinggi dibandingkan dengan *subjective well-being* remaja Italia. Penelitian lainnya dilakukan oleh (Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M., & Mishely-Yarlap, 2016a) terhadap 380 remaja di Israel yang mengungkapkan *subjective well-being* remaja Israel masih rendah. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan *subjective well-being* remaja laki-laki dan perempuan dan perbedaan *subjective well-being* remaja di beberapa negara.

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan tingkat *subjective well-being* remaja awal masih rendah. Penelitian (Khairat, M., dan Adiyanti, 2015) terhadap 117 siswa remaja Sekolah Menengah Pertama di Yogyakarta dan Solo yang berusia 12 tahun hingga 15 tahun mengungkapkan hasil *subjective well-being* remaja yang rendah. Penelitian mengenai *subjective well-being* remaja juga dilakukan oleh (Wahyuningsih, Pratisti, & Karyani, 2017) terhadap 150 siswa di kelas VII, VIII, dan IX SMP Muhammadiyah 7 Surakarta mengungkapkan bahwa remaja awal yang tengah duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama lebih didominasi oleh afek negatif serta ketidakpuasan hidup. Berdasarkan tingkat *subjective well-being* remaja yang rendah ternyata diikuti juga oleh afek negatif dan ketidakpuasan hidup.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* remaja menurut (Tov, W., & Diener, 2013) adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian dan temperamen, optimisme, harga diri (*self-esteem*), *forgiveness* (Nicholas, W. S., & Kerr, 2015), jenis kelamin (Diener, E., & Ryan, 2009). Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan teman sebaya dan guru (Flaspohler et al., 2009), orang tua, lingkungan sekolah serta keluarga. Dari sejumlah faktor yang disebutkan, peneliti memilih variabel harga diri dan dukungan teman sebaya menjadi prediktor *subjective well-being* remaja.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa harga diri menjadi prediktor *subjective well-being* remaja. Penelitian yang dilakukan oleh (Diener, E., Oishi, S., dan Lucas, 2015) terhadap 342 remaja di Amerika yang mengungkapkan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang rendah. Penelitian lainnya juga dilakukan oleh (Li et al., 2015) terhadap remaja 542 di China mengungkapkan bahwa harga diri yang rendah akan menyebabkan *subjective well-being* remaja rendah. Penelitian oleh (J. H. Wang et al., 2023) pada 200 remaja di China mengungkapkan bahwa harga diri menunjukkan efek moderasi dalam beberapa gaya pengasuhan dan hubungannya dengan *subjective well-being*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi *subjective well-being* remaja.

Prediktor lainnya yang perlu dipertimbangkan terhadap *subjective well-being* adalah dukungan teman sebaya. Penelitian (Brajša-Žganec, Kaliterna-Lipovčan, & Hanzec, 2018) terhadap 1000 remaja di Italia mengungkapkan hasil dukungan teman sebaya menjadi prediksi tertinggi dan signifikan dalam memprediksi *subjective well-being* remaja di bandingkan dengan dukungan keluarga dan dukungan sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh (Nguyen, 2024) terhadap remaja Afrika yang tinggal di Amerika mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya dan dukungan keluarga memberikan kontribusi pada *subjective well-being* remaja Afrika yang tinggal di Amerika. Literatur review dilakukan oleh (Cunsolo, 2017) pada 837 remaja di Italia Tengah mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi prestasi akademik dan *subjective well-being* remaja. Berdasarkan

hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya mempengaruhi *subjective well-being* remaja.

Berdasarkan studi pendahuluan disalah satu Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Sleman tahun 2019 melalui wawancara dan data yang terkait terungkap bahwa siswa masih banyak yang mengalami gangguan psikologis. Gangguan tersebut antara lain seperti siswa mudah dihindari rasa takut, perasaan tidak diterima dan selalu merasa dibenci oleh temannya, selalu merasa gagal jika hendak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, terlalu takut menghadapi kelemahan dan kekurangan dirinya, sangat peka terhadap kritik dan mudah tersinggung, serta cenderung menarik diri dalam pergaulannya dan lebih memilih bermain dengan *handphone* dibandingkan bermain dengan temannya. berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa indikator harga diri dan dukungan teman sebaya di atas sama dengan hasil penelitian (Khairat, & Adiyanti, 2015) yang mengungkapkan bahwa *subjective well-being* remaja masih rendah

Atas dasar fenomena yang dikemukakan di atas maka dirasa perlu untuk meneliti lebih jauh mengenai *subjective well-being* yang berfokus pada remaja yang kaitannya dengan harga diri dan dukungan teman sebaya. Hal ini dikarenakan pada masa remaja sedang mengalami masa transisi berbeda yang dapat mempengaruhi kondisi *subjective well-being*.

## METODE PENELITIAN

### Responden

Populasi di peroleh melalui teknik *purposive sampling* di Sekolah Menengah Pertama dan Madrasah Tsanawiyah yang ada di Kabupaten Sleman dengan karakteristik responden diantaranya: remaja awal dengan usia 12-13 tahun, remaja awal yang bersekolah di Kabupaten Sleman Yogyakarta.

Populasi diperoleh dari seluruh Sekolah yang ada di kabupaten Sleman Yogyakarta. Penelitian ini melibatkan 4 perwakilan Sekolah yang dijadikan sampel dalam penelitian, akan tetapi 1 Sekolah menolak untuk dilakukan penelitian dikarenakan padatnya jadwal di Sekolah dan sedang persiapan Ujian Akhir Semester. Oleh sebab itu penelitian ini hanya melibatkan 3 sekolah. Namun begitu penelitian di ketiga sekolah dirasa sudah mewakili populasi dari seluruh Sekolah yang terdapat di kabupaten Sleman. Jumlah sampel yang digunakan tidak sama dengan jumlah populasi yang sebenarnya. Sampel yang digunakan berjumlah 394 siswa/i SMP dan MTs di Kabupaten Sleman.

### Instrumen penelitian

Skala *subjective well-being* dimodifikasi dari skala Diener yang terdiri dari skala SWLS (*satisfaction with life scale*) dari (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) dan skala SPANE (*Scale of Positive and Negative Experience*) dari (Diener, E., & Biswas-Diener, 2002) yang terdiri dari 24 aitem pada skala afek positif dan afek negatif dan 12 aitem skala kepuasan hidup dengan mengacu pada aspek-aspek *subjective well-being* dari teori (Wheatley, 2017) Instrumen *subjective well-being* terdiri dari pernyataan yang bersifat positif (aitem positif) dan bersifat negatif (aitem negatif) dengan skala likert dengan alternative jawaban 1-5.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Afek Positif dan Afek Negatif

Aspek-aspek	Indikator	Nomor butir		Jumlah butir
		Aitem positif	Aitem Negatif	
Afek positif	Individu mengalami emosi yang menyenangkan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13		13
Afek negatif	Individu mengalami emosi yang tidak menyenangkan		14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	11
Jumlah				24 butir

**Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Kepuasan Hidup**

<b>Aspek-aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor butir</b> Aitem positif	<b>Jumlah butir</b>
Kognitif	Mampu memahami kemampuan diri sendiri dengan keadaan yang ada	1, 2, 3, 4, 7, 8 5, 6, 9, 10, 11, 12	12
Jumlah			12 butir

Skala harga diri, peneliti memodifikasi skala dari (Rosenberg, 1965) dengan didasarkan pada aspek-aspek harga diri yang dikemukakan oleh (Rosenberg, 1965). Instrumen dikembangkan dengan skala likert dengan alternatif jawaban 1 - 5. Instrumen yang diuji validitas dan reliabilitasnya dengan jumlah butir instrumen tentang harga diri (16 butir).

**Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen harga diri**

<b>Aspek-aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor Butir</b> Aitem Positif	<b>Jumlah Butir</b>
<i>Self competence</i>	Merasa memiliki kemampuan yang baik	1, 2, 3	3
	Merasa puas dengan kemampuan sendiri	4, 5, 6	3
<i>Self liking</i>	Merasa memiliki sejumlah kualitas diri yang positif	7,8,9	3
	Merasa diri sebagai orang yang berharga	10, 11	2
	Merasa mampu melakukan hal yang orang lain lakukan	12, 13, 14, 15, 16	5
Jumlah butir			16 butir

Skala untuk dukungan teman sebaya dimodifikasi dari (McBeath, 2015) berdasarkan aspek-aspek yang terdapat pada dukungan teman sebaya teori Salomon, (2003). Instrumen dikembangkan dengan skala likert dengan alternatif jawaban 1-5. Instrumen yang diuji validitas dan reliabilitasnya dengan jumlah butir instrumen dukungan teman sebaya (22 butir).

**Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Teman Sebaya**

<b>Aspek-aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor butir</b> Aitem positif	<b>Jumlah butir</b>
Perhatian emosional	Dukungan emosional berkaitan dengan fisik	1, 2, 3, 4, 5	5
	Dukungan emosional berkaitan dengan mental	6, 7, 8 9, 10, 11, 12	7
Bantuan instrumental	Dukungan yang berkaitan dengan bentuk nyata	13, 14, 15, 16, 17, 18	6
Pemberian informasi	Dukungan yang berkaitan dengan penggunaan bahasa verbal	19, 20, 21, 22	4
Jumlah			22 butir

### **Teknik Analisis Data**

Deskriptif statistik merupakan teknik statistik yang digunakan untuk mendapat informasi tentang data yang sudah ada dan bukan untuk menguji hipotesis yang ada, yang selanjutnya akan menarik inferensi untuk membentuk suatu kesimpulan pada atau populasi yang lebih besar (Marzuki, 2017). Tujuan lain dari analisis deskriptif adalah untuk memberikan gambaran pada sebuah data dari nilai maksimum, minimum, rata-rata, *standard of deviation*, dan sum (Ghozali, 2016).

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan dilihat dari histogram dan P-P Plots (Widarjono, 2015). Dikatakan normal apabila kurva histogram berada posisi sejajar dan memiliki

titik-titik yang berada pada garis diagonal di gambar P-P Plotsnya. Pada penelitian ini uji heterokedastisitas yang digunakan adalah uji Glejser dengan kriteria jika signifikan  $>0,05$  maka data yang diperoleh tersebut tidak terjadi heterokedastisitas. Akan tetapi, jika data tersebut menunjukkan signifikan  $<0,05$  maka data tersebut dikatakan terjadi heterokedastisitas (Ghozali, 2016).

Uji multikolinieritas memiliki tujuan agar dapat mengetahui apakah ada tidak hubungan linier antar variabel bebas. Berikut langkah-langkah analisis menggunakan SPSS menurut Bruhan, dkk (2017) diantaranya:

- 1) Uji multikolinieritas dilakukan melalui *Regression* dan *linear* pada SPSS 22, yang kemudian memisahkan masing-masing variabel terikat pada kotak dependen dan variabel bebas pada kotak independent
- 2) Pada menu *statistic* diaktifkan *Collibearity Diagnostics*, lalu pilih *continue*
- 3) Selanjutnya akan muncul hasil nilai *Tolerance* dan VIF yang dapat dilihat dalam tabel *coefficients* pada kolom *Collinearity Diagnostics*.

Berdasarkan hasil pengolahan SPSS, sebuah model regresi dinyatakan tidak bermasalah apabila: nilai cutoff yang umum digunakan adalah untuk melihat apakah ada tidaknya multikolinieritas dengan nilai *tolerance* lebih kecil dari 0,10 seharusnya adalah tidak terjadi korelasi diantara variabel independen sehingga data tersebut dikatakan orthogonal atau nilai korelasi antar sesama variabel independen sama dengan nol (Ghozali, 2016).

Teknik analisis data yang digunakan dalam peneltian ini diarahkan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis penelitian. Teknik analisis data menggunakan statistik regresi berganda. Analisis dilakukan untuk menghitung nilai setiap variabel dalam menguji struktur hubungan antar variabel yang mempengaruhi Y, menghitung hubungan langsung dan tidak langsung variabel X1 dan X2 menuju Y, dan menghitung pengaruh pada setiap variabel.

Uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan dari model dapat menerangkan variasi dari variabel dependen. Apabila  $R^2$  bernilai kecil, maka hal ini dapat diketahui bagaimana variabel independen dapat menjelaskan variabel dependen sangat terbatas dan menunjukkan bahwa ada sebab-sebab lain yang menjadi faktor dari variabel dependen, sedangkan apabila  $R^2$  memiliki nilai yang besar maka variabel independen dapat menjelaskan dengan baik variabel dependen tersebut (Ghozali, 2016).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Analisis Data

Berikut merupakan sajian deskripsi dalam penelitian ini, yakni gambaran umum mengenai data penelitian harga diri, dukungan teman sebaya, dan *subjective well-being* yang diteliti dijelaskan pada tabel 5. di bawah ini:

Tabel 5. Deskriptif Data Empirik

Variabel	Kesejahteraan Subjektif	Harga Diri	Dukungan Teman Sebaya
Mean	122.0305	48.446	75.918
Median	121.000	48.500	75.000
Modus	120.00 <sup>a</sup>	49.00	75.00
Standar deviasi	12.052	5.303	8.319
Nilai minimum	82.00	36.00	57.00
Nilai maksimum	157.00	63.00	101.00

Berdasarkan tabel 5. diperoleh data empirik dari setiap variabel harga diri, dukungan teman sebaya dan *subjective well-being*. Selanjutnya deskriptif data hipotetik penelitian dijelaskan pada tabel 6. Dibawah ini:

Tabel 6. Deskriptif Data Penelitian

Variabel	N	Data Hipotetik (skor)		M	SD	Data Empirik (skor)		M	SD
		Min	Maks			Min	Maks		
Harga diri	394	13	65	39	8,6	36	63	48.446	5,303
Dukungan teman sebaya	394	22	110	66	14,6	57	101	75.918	8.319

Kesejahteraan subjektif	394	35	175	105	23,3	82	157	122,0305	12.052
-------------------------	-----	----	-----	-----	------	----	-----	----------	--------

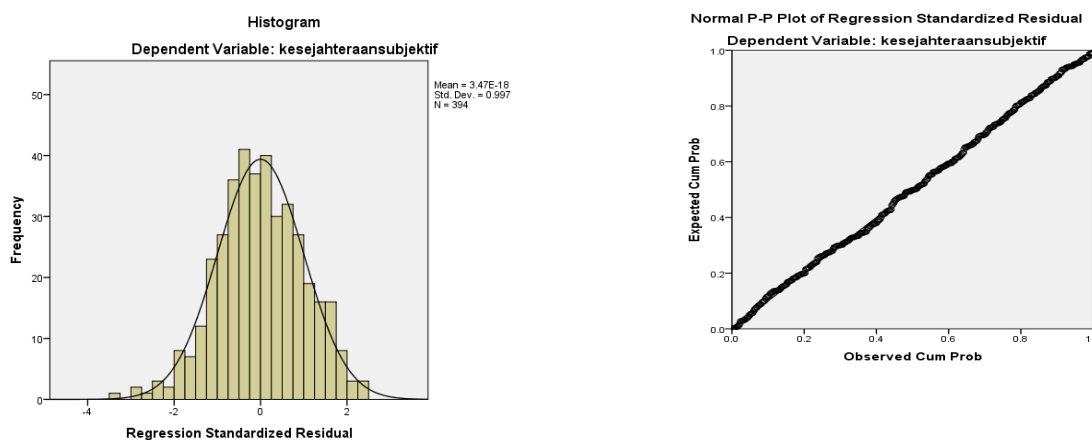
Berdasarkan tabel 6. hasil analisis deskriptif, skala harga diri, dukungan teman sebaya, dan kesejahteraan subjektif akan digolongkan dalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah untuk memberikan interpretasi skor skala. Kategorisasi dilakukan dengan mengasumsikan skor populasi subjek yang berdasarkan pada model distribusi normal (Azwar, 2012). Tujuan kategorisasi adalah untuk menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur (Azwar, 2019).

Berdasarkan norma tersebut, maka kategorisasi seluruh skor responden yang diperoleh dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 7. berikut.

Tabel 7. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	kategorisasi	Norma	Jumlah responden	%
Harga diri	Rendah	$X < 30,4$	0	0%
	Sedang	$30,4 \leq X < 47,6$	169	42,9%
	Tinggi	$X \leq 47,6$	225	57,1%
Dukungan teman sebaya	Rendah	$X < 51,4$	0	0%
	Sedang	$51,4 \leq X < 80,6$	273	69,3%
	Tinggi	$X \leq 80,6$	121	30,7%
Kesejahteraan subjektif	Rendah	$X < 81,7$	0	0%
	Sedang	$81,7 \leq X < 128,3$	276	70,1%
	Tinggi	$X \leq 128,3$	118	29,9%

Berdasarkan hasil SPSS 22 yang diperoleh dari analisis regresi berganda, berikut ini gambaran dari grafik normalitas residual:



Gambar 1. Histogram Normalitas Residual Ketiga Variabel

Tabel 8. Ringkasan koefisien korelasi variabel harga diri dan dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan subjektif teman sebaya terhadap kesejahteraan subjektif remaja awal dengan SPSS sebagai berikut

Gambar 8. P-P Plot Uji Normalitas Residual Ketiga Variabel

Model	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	T	Sig	Correlations		
	B	Etd. Error	Beta			Zero-order	partial	Part order
(constant)	38.943	4.325		9.004	.000			
Xhargadiri	.459	.111	.202	4.150	.000	.557	.205	.149

Xdukungan teman sebaya	.801	.071	.553	11.335	.000	.690	.498	.407
------------------------	------	------	------	--------	------	------	------	------

Dibawah ini merupakan hasil uji koefisien determinasi melalui langkah-langkah SPSS pada tabel 9:

Tabel 9. Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.706 <sup>a</sup>	.498	.496	8.55871	1.758

Berdasarkan tabel 9. Mengenai uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) diperoleh korelasi ganda antara X1, X2 terhadap Y adalah 0,706 dengan koefisien determinasi atau ( $R^2$ ) sebesar 0,498 atau 49,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa besarnya pengaruh harga diri dan dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan subjektif remaja awal sebesar 49,8%. Sisanya sebesar 50,2% merupakan prediktor faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### Pembahasan

#### 1. Harga Diri dan Dukungan Teman Sebaya secara bersama-sama sebagai Prediktor *Subjective well-being* Remaja Awal

Tingkat *subjective well-being* pada remaja awal disebabkan atas beberapa faktor yang berasal dari dalam diri (internal) dan dari luar diri (eksternal) yang dibuktikan pada penelitian ini diantaranya; harga diri dan dukungan teman sebaya. Liu et al., (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa harga diri adalah prediktor individu yang signifikan terhadap *subjective well-being* remaja, sehingga para remaja awal yang memiliki tingkat harga diri rendah akan membuat *subjective well-being* remaja awal menurun. Dukungan teman sebaya adalah variabel yang signifikan sebagai prediktor terhadap *subjective well-being* remaja awal, sehingga saat dukungan teman sebaya rendah, kemungkinan kecenderungan tingkat *subjective well-being* remaja awal mengalami penurunan (Cunsolo, 2017). Hal ini dikarenakan dukungan teman sebaya berfungsi untuk meningkatkan penyesuaian secara langsung dengan meningkatkan pengaruh positif, rasa penguasaan, kepercayaan diri, atau kepuasan pribadi pada diri seseorang ("The Science of *Subjective well-being*," 2013).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa *subjective well-being* yang dimiliki remaja awal di Kabupaten Sleman dalam kategori sedang. hal ini berarti remaja awal di Kabupaten Sleman dalam mengevaluasi, menilai kehidupannya berdasarkan kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif yang dialami dalam tingkatan sedang. Tingkatan sedang *subjective well-being* ini dipengaruhi oleh faktor dari harga diri dan dukungan teman sebaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama terhadap *subjective well-being* remaja awal di Kabupaten Sleman dalam tingkatan sedang.

Hasil penelitian ini memperkuat penelitian dari Wanda dkk., (2016) yang menemukan bahwa harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat mempengaruhi *subjective well-being* remaja. Ronen et al., (2016) mengungkapkan remaja dengan *subjective well-being* tinggi akan memandang segala sesuatu dengan rasa penerimaan, menghargai diri sendiri serta menganggap kehidupannya begitu berharga. Sebaliknya remaja yang mempunyai *subjective well-being* rendah akan memandang segala sesuatu kurang menarik untuk kehidupannya, akan mudah putus asa dan menganggap dirinya tidak berharga (Ronen et al., 2016).

Dari temuan ini menunjukkan bahwa intervensi berorientasi pada harga diri dan dukungan teman sebaya akan berhasil mengatasi rendahnya *subjective well-being* pada remaja awal. Pertama, faktor yang mempengaruhi individu mengembangkan harga diri adalah dirinya sendiri, oleh sebab itu individu harus memiliki pemikiran yang positif, mau mencoba segala sesuatu dan bukan menghindari apa yang terjadi didepan, mampu memahami dan mengidentifikasi keunggulan dan kelemahan diri sendiri, serta memahami apa yang diinginkan dan nilai apa yang dipercaya (Tracy & Prehn, 2012). Kedua, faktor yang dapat mempengaruhi efektivitas dukungan dari teman sebaya diantaranya; pemberi dukungan, jenis dukungan, penerimaan dukungan, permasalahan yang dihadapi, waktu pemberi dukungan, dan lamanya pemberian (Luthfi. 2012).

Pada dasarnya *subjective well-being* sebagai proses dalam mengevaluasi, menilai kehidupan dirinya sendiri berdasarkan kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif yang individu alami (Khairat, M., dan

Adiyanti, 2015). *Subjective well-being* yang positif akan mempengaruhi aktivitas individu dengan baik seperti memandang segala sesuatu dengan rasa penerimaan, menghargai diri sendiri serta menganggap kehidupannya begitu berharga. Namun jika *subjective well-being* individu rendah, maka aktivitas bisa berjalan kurang optimal seperti memandang segala sesuatu kurang menarik untuk kehidupannya, akan mudah putus asa dan menganggap dirinya tidak berharga. Dari penjelasan di tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal.

## 2. Harga Diri sebagai Prediktor *Subjective well-being* Remaja Awal

Berdasarkan hasil analisis data terbukti bahwa harga diri menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang dimiliki remaja awal di Kabupaten Sleman dominan dalam kategori tinggi. Hal ini berarti perasaan berharga yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri secara positif dan signifikan terbukti mempengaruhi kondisi *subjective well-being* pada remaja awal.

Rendahnya kepuasan hidup individu terjadi karena individu cenderung mempunyai tingkat harga diri rendah, individu merasa kurang berharga yang disebabkan faktor yang mempengaruhinya (Brummelman et al., 2016). Penyebab individu mengalami harga diri yang rendah dikarenakan individu belum melatih kepercayaan diri, menghindari apa yang terjadi di depan, belum memahami dan belum mengidentifikasi keunggulan dan kelemahan diri sendiri serta belum memahami apa yang diinginkan (Tracy & Prehn, 2012).

Harga diri juga dapat menyebabkan individu mengalami afek positif (Wang & Jiang, 2016) maupun afek negatif (Li et al., 2015). Individu yang kuat memiliki harga diri yang tinggi akan mengubah situasi tidak menguntungkan menjadi sebuah tantangan. Oleh sebab itu individu yang memiliki harga diri yang kuat cenderung memilih kesejahteraan subjektif yang tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri rendah (Liu et al., 2017).

Menurut Oliveira (2017) harga diri adalah keyakinan terhadap dirinya sendiri mampu, sukses, berarti dan berharga dalam menyetujui atau ketidaksetujuannya. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Wang et al., 2023) yang menemukan bahwa harga diri dapat menjadi penentu *subjective well-being* remaja. Seseorang dengan harga diri tinggi dapat melakukan aktivitasnya secara maksimal dan dapat mengendalikan perasaan-perasaan negatif di dalam dirinya dan menciptakan perasaan positif dalam menjalani aktivitasnya. Dari penjelasan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang positif antara harga diri dengan *subjective well-being* remaja awal, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel harga diri merupakan prediktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* remaja awal.

## 3. Dukungan Teman Sebaya sebagai Prediktor *Subjective well-being* Remaja Awal

Berdasarkan analisis regresi terbukti dukungan teman sebaya signifikan menjadi prediktor *subjective well-being* pada remaja awal. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya yang dimiliki oleh remaja awal di Kabupaten Sleman dominan berada pada tingkatan sedang. Hal ini berarti para remaja di Kabupaten Sleman dalam mendukung teman sebayanya tidak terlalu rendah dan juga tidak terlalu tinggi. Kondisi *subjective well-being* sedang yang dimiliki remaja awal di Kabupaten Sleman dapat diprediksikan oleh dukungan teman sebaya. Sehingga secara garis besar dapat dikatakan bahwa dukungan teman sebaya dapat memprediksi *subjective well-being* pada remaja awal.

Hasil penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Vagharseyyedin, Zarei, Esmacili, & Gholami, 2018) yang mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi tingginya *subjective well-being* individu. Penelitian lain dilakukan oleh (Pössel, Burton, Cauley, Sawyer, Spence, & Sheffield, 2018) mengungkapkan bahwa dukungan teman sebaya yang rendah akan menyebabkan kesejahteraan subjektif menjadi rendah.

Dukungan teman sebaya merupakan hubungan interpersonal yang memiliki dampak dan fungsi tersendiri bagi individu (Dalmasso et al., 2018) yang melibatkan perilaku verbal dan non verbal dalam mengurangi situasi yang tidak menyenangkan dan meningkatkan persepsi dan kontrol diri pada seseorang (LAM & LAM, 2018). Pentingnya dukungan teman sebaya terhadap remaja dikarenakan memberikan dampak pada remaja, remaja akan merasa diterima dan dihargai, memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain, dapat mengembangkan potensi dalam dirinya, memiliki arti dalam hidupnya karena memiliki teman dan tujuan hidup dalam meraih impiannya, dengan begitu remaja akan dapat



mencapai *subjective well-being* nya. Hal ini dibuktikan pada penelitian yang menunjukkan bahwa harga diri memiliki pengaruh signifikan terhadap *subjective well-being* remaja (López et al., 2017).

Remaja awal yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya akan merasa disayangi, dipedulikan, dan diperhatikan oleh teman sebayanya (Ginting, 2015) dengan begitu, remaja akan mengembangkan sikap yang positif dan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Remaja yang memiliki *subjective well-being* tinggi akan dapat berfungsi secara positif dalam mencapai aktualisasi diri dan menjalankan tahapan perkembangannya, yang tidak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya akan merasa tidak berguna, tidak ada seseorang yang peduli dengannya, dan melihat dirinya secara negatif dan menyebabkan *subjective well-being* yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pengaruh dukungan teman sebaya lebih tinggi dibandingkan pengaruh harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja awal meskipun variabel harga diri termasuk dalam kategorisasi tinggi.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian tentang “harga diri dan dukungan teman sebaya sebagai prediktor kesejahteraan subjektif pada remaja awal” diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Harga diri dan dukungan teman sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Artinya, harga diri dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat memprediksikan kesejahteraan subjektif pada remaja awal.
2. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Artinya, harga diri dapat memprediksikan kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif remaja awal. Semakin rendah harga diri maka semakin rendah pula kesejahteraan subjektif remaja awal.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dan kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Artinya, dukungan teman sebaya dapat memprediksikan kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Semakin rendah dukungan teman sebaya maka semakin rendah pula kesejahteraan subjektif pada remaja awal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi II*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Brajsa-Zganec, A., Kaliterna-Lipovcan, L., & Hanzec, I. (2018). The relationship between social support and *subjective well-being* across the lifespan. *Drustvena Istrazivanja*, 27(1), 47–45.
- Brummelman, E., Thomaes, S., & Sedikides, C. (2016). Separating Narcissism From Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 25(1), 8–13. <https://doi.org/10.1177/0963721415619737>
- Cunsolo, S. (2017). Subjective wellbeing during adolescence: a literature review on key factors relating to adolescent’s subjective wellbeing and education outcomes. *Studi Sulla Formazione/Open Journal of Education*, 20(1), 81–94.
- Dalmasso, P., Borraccino, A., Lazzeri, G., Charrier, L., Berchialla, P., Cavallo, F., & Lemma, P. (2018). Being a Young Migrant in Italy: The Effect of Perceived Social Support in Adolescence. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 20(5), 1044–1052. <https://doi.org/10.1007/s10903-017-0671-8>
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase *subjective well-being*? *Social Indicators Research*, 57, 119–169. <https://doi.org/10.1023/A:1014411319119>
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406.
- Diener, E., Oishi, S., dan Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Flaspohler, P. D., Elfstrom, J. L., Vanderzee, K. L., Sink, H. E., & Birchmeier, Z. (2009). Stand by me: The effects of peer and teacher support in mitigating the impact of bullying on quality of life. *Psychology in the Schools*, 46(7), 636–649. <https://doi.org/10.1002/pits.20404>
- Garcia, D., Sagone, E., De Caroli, M. E., & Nima, A. Al. (2017). Italian and Swedish adolescents:

- differences and associations in *subjective well-being* and psychological well-being. *PeerJ*, 5, e2868. <https://doi.org/10.7717/peerj.2868>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete IBM SPSS 23*. Universitas Diponegoro.
- Ginting, D. C. E. (2015). Dukungan Sosial Orang Tua, Pengasuh Panti, dan Teman Sebaya sebagai Prediktor terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan di Boyolali. (*Doctoral Dissertation, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW*).
- Gonzalez-Carrasco, M., Casas, F., Malo, S., Vinas, F., & Dinisman, T. (2017). Changes with Age in *Subjective well-being* Through the Adolescent Years: Differences by Gender. *Journal of Happiness Studies*, 18(1), 63–88. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9717-1>
- Khairat, M., dan Adiyanti, M. G. (2015). Self-esteem dan prestasi akademik sebagai prediktor *subjective well-being* remaja awal. *Gadjah Mada Journal Of Psychology (GamaJoP)*, 1(3).
- LAM, B., & LAM, B. (2018). Social Support Giving and Teacher Development. In *Social Support, Well-being, and Teacher Development*. [https://doi.org/10.1007/978-981-13-3577-8\\_6](https://doi.org/10.1007/978-981-13-3577-8_6)
- Li, Y., Lan, J., & Ju, C. (2015). Self-esteem, Gender, and the Relationship Between Extraversion and *Subjective well-being*. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(8), 1243–1254. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.8.1243>
- Liu, H., Zhang, X., Chang, R., & Wang, W. (2017). A research regarding the relationship among intensive care nurses' self-esteem, job satisfaction and subjective well-being. *International Journal of Nursing Sciences*, 4(3), 291–295. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2017.06.008>
- Lopez, V., Oyanedel, J. C., Bilbao, M., Torres, J., Oyarzun, D., Morales, M., Ascorra, P., & Carrasco, C. (2017). School achievement and performance in Chilean high schools: The mediating role of subjective wellbeing in school-related evaluations. *Frontiers in Psychology*, 8(JUL), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01189>
- Marzuki, M. (2017). *Penelitian Hukum: Edisi Revisi*. Prenada Media Group.
- McBeath, M. . D. M. . & B. N. (2015). Connected minds-healthy minds: Exploring the impact of sense of belonging and peer support on the mental health of emerging adults. *School of Public Health and Health Systems, University of Waterloo, Canada*.
- Nguyen, T., et al. (2024). Genetic Susceptibility to Diabetic Neuropathy: A Meta-Analysis of Inflammatory Gene Polymorphisms. *Human Genetics*, 143(3), 245–256.
- Nicholas, W. S., & Kerr, J. (2015). *Practice Educating Social Work Students: Supporting Qualifying Students on Their Placements*. McGraw Hill Education/Open University Press.
- Possel, P., Burton, S. M., Cauley, B., Sawyer, M. G., Spence, S. H., & Sheffield, J. (2018). Associations between social support from family, friends, and teachers and depressive symptoms in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(2), 398–412.
- Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M., & Mishely-Yarlap, A. (2016a). *Subjective well-being* in adolescence: The role of self-control, social support, age, gender, and familial crisis. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 81–104.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy*, 61(52), 18.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa hidup: edisi ketigabelas, jilid 1*. Erlangga.
- Tov, W., & Diener, E. (2013). Subjective wellbeing. *Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*, 3, 1239–1245.
- Tracy, J. L., & Prehn, C. (2012). Arrogant or self-confident The use of contextual knowledge to differentiate hubristic and authentic pride from a single nonverbal expression. *Cognition & Emotion*, 26(1), 14–24. <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.561298>
- Vagharseyyedin, S. A., Zarei, B., Esmaili, A., & Gholami, M. (2018). The Role of Peer Support Group in *Subjective well-being* of Wives of War Veterans with Post-Traumatic Stress Disorder. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(12), 998–1003.
- Wahyuningsih, M. C., Pratisti, W. D., Karyani, U., & Psi, S. (2017). Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi untuk Meningkatkan Well Being Remaja Awal. (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*).
- Wang, J. H., Merrin, G. J., Kiefer, S. M., Jackson, J. L., Huckaby, P. L., Pascarella, L. A., Blake, C. L., Gomez, M. D., & Smith, N. D. W. (2023). Peer Relations of Adolescents with Adverse Childhood Experiences: A Systematic Literature Review of Two Decades. In *Adolescent Research Review*. Springer Science and Business Media Deutschland GmbH. <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00226-8>

- Wang, Y., & Jiang, Z. (2016). *Effect of Parenting Styles and Self-Esteem on Subject Well-being among Chinese Medical Students*. 12(2), 26–32.
- Wheatley, D. (2017). *Time well spent: Subjective well-being and the organization of time*. Pickering & Chatto Publishers.
- Widarjono, A. (2015). *Statistika terapan dengan excel & SPSS*. UPP STIM YKPN.