



## Self-Esteem dan Subjective Well-Being pada Siswa SMA

Nurul Istiqomah<sup>1</sup>, M. Ahkam Alwi<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

\*E-mail: m.ahkam.a@unm.ac.id

### Abstract

*This study aims to determine the effect of self-esteem on subjective well-being in high school students. The research subjects were students of SMA Negeri 1 Takalar as many as 90 students. The data analysis technique used to test the hypothesis is using simple regression. The results showed that there was an effect of self-esteem on subjective well-being in high school students.*

Keyword: *Self-esteem, Subjective Well-being.*

### Abstrak

*Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh self-esteem terhadap subjective well-being pada siswa SMA. Subjek penelitian adalah siswa SMA Negeri 1 Takalar sebanyak 90 siswa. Teknik analisi data yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh self-esteem terhadap subjective well-being pada siswa SMA.*

Kata kunci: *Self-esteem, Subjective Well-being.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa individu penuh dengan tekanan. Santrock (2003) menjelaskan remaja antara usia 12 sampai dengan usia 23 tahun berada di fase “*storm and stress*”. Di fase inilah kondisi emosi remaja cenderung labil dengan fluktuasi perasaan yang mudah berubah sehingga dapat menyebabkan remaja jatuh ke dalam kondisi afek negatif. Disaat remaja tidak mampu mengendalikannya maka mereka merasa tidak puas yang berdampak pada perasaan tidak bahagia dalam kehidupannya. Pengalaman emosi yang dialami oleh remaja tersebut salah satunya dapat digambarkan dalam konsep *subjective well-being*.

*Subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif merupakan sebuah penggambaran luas yang pada dasarnya mengacu pada semua bentuk terkait dengan evaluasi dalam kehidupan individu atau berupa pengalaman emosionalnya, seperti kepuasan, afek positif, dan afek negatif

(Diener, Oishi, & Lucas, 2015). Afek positif merupakan perasaan yang menggambarkan reaksi seseorang terhadap peristiwa-peristiwa yang menunjukkan bahwa kehidupan yang dijalani sesuai dengan harapan dan keinginan, misalnya gembira, antusias, bangga, bersemangat, perhatian, dan aktif. Sedangkan afek negatif merupakan upaya menggambarkan emosi negatif yang dialami seseorang sebagai bentuk reaksi terhadap suatu kondisi yang mereka alami, misalnya sedih, kecewa, takut, gelisah, gugup, dan khawatir (Diener, Oishi, & Lucas, 2015).

Menurut Ariati (2017) bahwa *subjective well-being* merupakan tanggapan seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan mengaplikasikannya dalam kesejahteraan psikologisnya. Sedangkan Lucas (Eid & Larsen, 2008) menjelaskan bahwa *subjective well-being* merupakan domain menyeluruh yang merupakan sekelompok sikap yang bertalian dengan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya. Pada konteks di sekolah, *subjective well-being* terdiri dari aspek kepuasan di sekolah dan afek di sekolah (A. Alwi et al., 2021; Tian et al., 2015). Hal tersebut meliputi emosional terhadap kejadian serta penilaian kepuasan kognitif dan pemenuhannya. Senada dengan Darusmin dan Himam (2015) menjelaskan bahwa *subjective well-being* merupakan hasil analisis ilmiah tentang cara individu melakukan penilaian terhadap kehidupannya termasuk sejumlah peristiwa yang menjadi kenangan masa lalunya.

Pada kenyataannya masih banyak remaja yang mengalami *subjective well-being* yang rendah. Berdasarkan hasil wawancara pada remaja di kota Magelang dalam penelitian Suwandi dan Setianingrum (2020) ditemukan bahwa terdapat perasaan-perasaan negatif dalam diri subjek yang ditandai dengan perasaan seperti rasa cemas, khawatir, gelisah, dan kurang optimis. Begitu pula subjek juga memiliki perasaan tidak mampu menghadapi segala masalah yang terjadi dalam hidupnya. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa siswa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar pada 18 April 2022, ditemukan bahwa subjek sering mengalami perasaan-perasaan negatif diantaranya merasa takut, khawatir, cemas, dan kurang optimis dalam kehidupannya, hasil ini merujuk pada *subjective well-being* yang rendah. Selanjutnya, studi dilakukan dengan survei pada 56 siswa(i) di SMA Negeri 1 Takalar dengan melakukan pengukuran *subjective well-being* berdasarkan aspek kepuasan hidup menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) rancangan Diener, dkk (1985) dan aspek afek positif dan negatif dengan menggunakan *Scale of Positive and Negative Affect* (SPANE) yang dikembangkan oleh Diener, dkk (2009). Skor *subjective well-being* (SWB) yang didapatkan dengan menggabungkan skor dari SWLS dan SPANE yang distandarisasi ke dalam *T-score*. Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa terdapat 60,7% siswa yang memiliki SWB

dengan kategori rendah dan 39,3% siswa yang memiliki SWB dengan kategori sedang. Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang memiliki SWB rendah.

Berdasarkan data yang ditemukan di lapangan membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam terkait dengan *subjective well-being*. Terdapat banyak faktor yang turut berpengaruh terhadap tingkat *subjective well-being* individu seperti yang dikemukakan oleh Compton dan Hoffman (2013) antara lain : 1). Harga diri, 2). Kognitif, 3). Optimisme, 4). Memiliki kendali pribadi dan efikasi diri, 5). Makna hidup, 6). Hubungan positif dengan orang lain, 7). Sifat kepribadian, 8). Jenis kelamin, 9). Usia. Kemampuan mengendalikan diri seorang remaja dan kemampuan bersosialisasi dengan lingkungan dimana mereka tinggal sangat berpengaruh terhadap kehidupan pribadinya. Jika remaja mampu berpikir dengan logis dan sosialisasinya bagus tentunya keputusan yang mereka ambil tentunya juga baik, namun juga dapat terjadi sebaliknya. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap *subjective well-being* adalah *Self-esteem* (harga diri). Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan dua orang siswa yang siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar. Siswa merasa tidak puas akan kehidupannya, disebabkan karena merasa kurang percaya akan kemampuan yang ada dalam diri, kurang bersyukur, dan tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan. Namun, cara subjek untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan menerima segala peristiwa atau kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan menanamkan rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya sehingga dengan demikian subjek merasa lebih bisa menghargai dirinya sendiri.

*Self-esteem* merupakan suatu evaluasi positif ataupun evaluasi negatif kepada diri sendiri (*self*) (Rosenberg 1965). Branden (1999), mengemukakan bahwa *Self-esteem* adalah penilaian yang dilakukan seseorang terhadap dirinya sendiri berdasarkan pengalaman yang pernah dialami sebelumnya. Ketika hasil penilaian tersebut dianggap rendah seperti rasa kompetensi yang rendah dan merasa dirinya tidak diterima orang lain, maka individu ini tergolong ke dalam *low Self-esteem*. Apabila penilainnya tinggi seperti rasa kompetensi tinggi dan merasa dirinya diterima orang lain, maka orang tersebut memiliki *high self-esteem*.

*Self-esteem* merupakan sebuah aspek yang sangat penting pada diri setiap individu karena dapat mempengaruhi perilaku, motivasi, tingkat kepuasan hidup, serta berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis. Harter (Islamiah et al., 2015) mengemukakan bahwa *Self-esteem* berfungsi untuk melindungi individu dari pengalaman yang tidak menyenangkan, mengecewakan, bahkan peristiwa yang menyakitkan.

Beberapa riset melaporkan *Self-esteem* berkontribusi terhadap *subjective well-being*. Arif (2014) menemukan bahwa *Self-esteem* berperan terhadap *subjective well-being* pada guru TK

yang gajinya dibawah UMR. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Mawarsih (2018) diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dan *subjective well-being* pada remaja akhir. Selain itu, Andini dan Maryatmi (2020) menghasilkan hubungan yang signifikan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada remaja akhir mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Angkatan 2018 di Universitas Persada Indonesia Y.A.I. Penelitian Suwandi dan Setianingrum (2020) diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dan *subjective well-being* remaja yang memiliki orang tua tunggal. Aulia (2020) menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada buruh sopir peti kemas PT. Tri Trans Wijaya Palembang.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *self-esteem* terhadap *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar.

## **METODE**

*Subjective well-being* merupakan penilaian siswa terhadap kehidupan ditinjau secara kognitif maupun afektif. *subjective well-being* terdiri dari tiga aspek dari yaitu kepuasan hidup, afek negatif, dan afek positif (Diener, 2000; Diener, 1984). *Self-esteem* merupakan pandangan tentang diri siswa baik positif maupun negatif. Rosenberg, dkk., (1995) mengemukakan bahwa terdapat dua aspek *self-esteem* yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri.

*Subjective well-being* diukur menggunakan dua skala yaitu *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang diadaptasi. Skala ini terdiri dari 5 aitem dengan penilaian menggunakan skala Likert yang terdiri dari 7 pilihan yaitu Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Cukup Tidak Setuju, Netral, Cukup Setuju, Setuju, Sangat Setuju. dan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) yang diadaptasi. Skala ini terdiri dari 12 aitem dengan menggunakan penilaian skala Likert yang terdiri dari 5 pilihan yaitu Sangat Jarang atau Tidak Pernah, Jarang, Kadang-Kadang, Sering, Sangat Sering atau Selalu. Skala penelitian telah dilakukan validasi dan validasi faktor dan reliabilitas. Reliabilitas skala SWLS adalah *Cronbach's Alpha* = 0,663. Skala SPANE yang terdiri dari 12 aitem dan reliabilitas afek positif adalah *Cronbach's Alpha* = 0,788 dan afek negatif *Cronbach's Alpha* = 0,698.

*Self-esteem* diukur menggunakan skala *Rosenberg's self-esteem scale* yang diadaptasi dari Ahkam (2021; 2020). Skala ini terdiri dari 8 aitem dengan menggunakan penilaian skala Likert yang terdiri dari 4 pilihan yaitu Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, dan Sangat Setuju. skala *Rosenberg's Self-Esteem Scale* yang terdiri dari 8 aitem memiliki nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* = 0,816. Subjek penelitian adalah 90 siswa dengan menggunakan teknik pengambilan sampling *proportional stratified random sampling*. Teknik analisis data

menggunakan regresi sederhana dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Office Excel* untuk menginput tabulasi data. Kemudian peneliti menggunakan *software SPSS (Statistic Package for Social Science) 25 for windows*.

## HASIL

Analisis deskriptif merupakan teknik analisis data yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan terkait subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian sesuai keadaan sebenarnya tanpa membuat kesimpulan (Azwar, 1998). Adapun kategorisasi analisis deskriptif yang dapat digunakan yaitu:

**Tabel 1.** Kategorisasi Deskriptif Penelitian

Interval	Kategori
$x < (\mu - 1,0 \sigma)$	Rendah
$x < (\mu - 1,0 \sigma) \leq x < (\mu + 1,0 \sigma)$	Sedang
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq x$	Tinggi

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar. Adapun gambaran mengenai subjek dalam penelitian sebagai berikut:

**Tabel 2.** Deskripsi Usia

Usia	Jumlah	Presentase (%)
16 Tahun	49 siswa	35,5%
17 Tahun	41 siswa	29,7%
18 Tahun	6 siswa	4,3%
<b>Jumlah</b>	<b>96 siswa</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa dari 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar, terdapat 49 (35,3%) siswa yang berusia 16 tahun, 41 (29,7%) siswa yang berusia 17 tahun, dan 6 (4,3%) siswa yang berusia 18 tahun.

**Tabel 3.** Deskripsi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Iaki-Iaki	32 siswa	33,3%
Perempuan	64 siswa	66,7%
<b>Jumlah</b>	<b>96 siswa</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa dari 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar, terdapat 32 (33,3%) siswa dengan jenis kelamin laki-laki dan sebanyak 63 (66,7%) siswa dengan jenis kelamin perempuan.

Statistik deskriptif variabel *subjective well-being* (Y) dan *self esteem* (X) sebagai berikut:

**Tabel 4.** Deskripsi Data Subjective Well-Being

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	$\bar{x}$	SD
<i>Subjective with Life Scale</i>	5	35	20	5
<i>Positive Affect</i>	6	30	18	4
<i>Negative Affect</i>	6	30	18	4
<i>Subjective Well-Being</i>	-54,08	138,66	42,29	32,12

Skala yang digunakan dalam mengukur komponen kognitif *subjective well-being* yaitu *satisfaction with life scale* (SWLS) yang terdiri dari 5 aitem dengan rentang skor 1 sampai 7. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar menunjukkan bahwa data untuk *mean hipotetik* sebesar 20 dan *standar deviasi* sebesar 5. Nilai minimum pada skala SWLS yaitu 5 dan nilai maksimum yaitu 35. Adapun kategorisasi skor pada skala SWLS, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 5.** Kategori skor skala Satisfaction with Life Scale (SWLS)

Suku	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 15$	15 siswa	15,6 %	Rendah
$15 \leq x < 25$	74 siswa	77,1 %	Sedang
$25 \leq x$	7 siswa	7,3 %	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>96 Siswa</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa terdapat 7 siswa yang memiliki kepuasan hidup dengan kategori tinggi, 74 siswa yang memiliki kepuasan hidup dengan kategori sedang, dan 15 siswa yang memiliki kepuasan hidup dengan kategori rendah. Berdasarkan tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar dalam penelitian ini memiliki tingkat kepuasan hidup yang sedang.

Skala yang digunakan untuk mengukur komponen afektif *subjective well-being* yaitu *scale of positive and negative* (SPAN) yang terdiri dari 6 aitem afek positif dan 6 aitem afek negatif dengan rentang skor 1 sampai 5.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar menunjukkan bahwa data untuk *mean hipotetik* sebesar 18 dan *standar deviasi* sebesar 4. Nilai minimum pada skala *Positive Affect* yaitu 5 dan nilai maksimum yaitu 30. Adapun kategorisasi skor pada skala *Positive Affect*, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 6.** Kategori Skor Skala Positive Affect

Suku	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 14$	10 siswa	10,41 %	Rendah
$14 \leq x < 22$	68 siswa	70,83 %	Sedang
$22 \leq x$	18 siswa	18,75 %	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>96 Siswa</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 12, menunjukkan bahwa terdapat 18 siswa yang memiliki afek positif dengan kategori tinggi, 68 siswa yang memiliki afek positif dengan kategori sedang, dan 10 siswa yang memiliki afek positif dengan kategori rendah. Berdasarkan tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar dalam penelitian ini memiliki tingkat afek positif yang sedang.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar menunjukkan bahwa data untuk *mean hipotetik* sebesar 18 dan *standar deviasi* sebesar 4. Nilai minimum pada skala *Negative Affect* yaitu 5 dan nilai maksimum yaitu 35. Adapun kategorisasi skor pada skala *Negative Affect*, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 7.** Kategori Skor Skala Negative Affect

Suku	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 14$	44 siswa	45,83 %	Rendah
$14 \leq x < 22$	51 siswa	53,13 %	Sedang
$22 \leq x$	1 siswa	1,04 %	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>96 Siswa</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 7, menunjukkan bahwa terdapat 1 siswa yang memiliki afek negatif dengan kategori tinggi, 46 siswa yang memiliki afek negatif dengan kategori sedang, dan 44 siswa yang memiliki afek negatif dengan kategori rendah. Berdasarkan tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar dalam penelitian ini memiliki tingkat afek negatif yang rendah.

*Subjective well-being* dikategorikan berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Diener (2000) dengan menjumlahkan aspek *subjective well-being* yaitu skor *satisfaction with life scale* (SWLS) dan *scale of positive and negative experience* (SPANE) yang telah diubah menjadi skor baku (T-score). Adapun rumus *subjective well-being*, yaitu:

$$\text{Subjective Well-Being} = \text{SWLS} + \text{Positive Affect} + \text{Negative Affect}.$$

**Tabel 8.** Kategori skor skala Subjective Well-Being (SWB)

Suku	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 10$	1 siswa	1 %	Rendah
$10 \leq x < 74$	89 siswa	92,7 %	Sedang
$74 \leq$	6 siswa	6,3 %	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>96 Siswa</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 8, menunjukkan bahwa terdapat 6 siswa yang memiliki *subjective well-being* dengan kategori tinggi, 89 siswa yang memiliki *subjective well-being* dengan kategori sedang, dan 1 siswa yang memiliki *subjective well-being* dengan kategori rendah. Berdasarkan

tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar dalam penelitian ini memiliki tingkat *subjective well-being* yang sedang.

**Tabel 9.** Deskripsi Data Self-Esteem

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	$\bar{x}$	SD
<i>Self Esteem</i>	7	28	17,5	3,5

Skala yang digunakan yaitu *Rosenberg's Self-Eteem Scale* yang terdiri dari 8 aitem dengan rentang skor 1 sampai 4. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 96 siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar menunjukkan bahwa data untuk *mean hipotetik* sebesar 17,5 dan *standar deviasi* sebesar 3,5. Nilai minimum pada skala SWLS yaitu 7 dan nilai maksimum yaitu 28. Adapun kategorisasi skor pada skala *Rosenberg's Self-Eteem Scale*, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 10.** Kategori Skor Skala Rosenberg's Self-Eteem Scale

Suku	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 14$	6 siswa	6,25 %	Rendah
$14 \leq x < 21$	54 siswa	56,25 %	Sedang
$21 \leq x$	36 siswa	37,5 %	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>96 Siswa</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 10, menunjukkan bahwa terdapat 36 siswa yang memiliki harga diri dengan kategori tinggi, 54 siswa yang memiliki harga diri dengan kategori sedang, dan 6 siswa yang memiliki harga diri dengan kategori rendah. Berdasarkan tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa siswa(i) SMA Negeri 1 Takalar dalam penelitian ini memiliki tingkat kepuasan hidup yang sedang.

Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Berdasarkan uji normalitas, menunjukkan bahwa nilai *sig.*  $0,200 > 0,5$ , maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Uji linearitas yang menggunakan *linearity* dengan bantuan *software SPSS (Statistic Package for Social Science) 25 for windows*. Berdasarkan uji linearitas, menunjukkan bahwa nilai *sig.*  $0,331 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *self esteem* dan *subjective well-being*.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah pengaruh *self esteem* terhadap *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar.



**Tabel 11.** Hasil Uji Hipotesis

Variabel	<i>r</i>	<i>R Square</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>B</i>	<i>a</i>	Ket.
<i>Self Esteem</i>	0,568	0,322	0,000	6,687	1,257	-	Sig.
<i>Subjective Well-Being</i>						1,669	

Berdasarkan uji hipotesis tabel 11, diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai ***R-Square*** sebesar 0,322, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan terdapat pengaruh antara *self esteem* dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar.

## DISKUSI

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *regresi sederhana* menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai *R-Square* sebesar 0,322. Berdasarkan nilai yang diperoleh menunjukkan bahwa ada pengaruh *self esteem* terhadap *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, Mawarsih (2018) *self esteem* mempunyai hubungan positif dengan *subjective well-being* pada remaja akhir. Selanjutnya, penelitian Monika dan Utami (2020) menunjukkan bahwa terdapat peran harga diri terhadap *subjective well-being*. Penelitian yang dilakukan oleh Ah'ya (2022) menunjukkan bahwa variabel *self esteem* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being*. *Self esteem* yang dimiliki siswa berpengaruh terhadap tinggi atau rendahnya *subjective well-being* yang dirasakan. Selain itu, harga diri dapat meningkatkan kepuasan di sekolah dan afek positif siswa di sekolah (M. A. Alwi et al., 2020)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febiola (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self esteem* dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Swasta Gajah Mada Medan dengan nilai sebesar 3,2%. Penelitian yang dilakukan oleh Wahyunani (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan *subjective well being* di Sasana Pelayanan Sosial Anak "Pamardi Utomo" Boyolali. *Self esteem* memberi sumbangan sebesar 29% terhadap *subjective well-being*

Menurut Myers dan Diener (1995) terdapat empat sifat batin yang mempengaruhi *subjective well-being* pada seseorang yaitu harga diri, rasa kontrol pribadi, optimisme, dan extravensi. Individu yang puas terhadap hidupnya akan berdampak pada *subjective well-being* yang tinggi, hal ini menjadikan individu memiliki perasaan menyenangkan, respon positif, dan mengontrol emosi, sehingga ia mampu menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik.

Selain itu, *self esteem* berperan pada kehidupan sehari-hari khususnya pada masa remaja, sebab *self esteem* memiliki peran penting dalam kehidupan baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan keluarga. Pada masa ini remaja akan mengenali dan mengembangkan seluruh aspek dalam dirinya sehingga menentukan apakah mereka memiliki *self esteem* yang positif atau negatif (Kamila & Mukhlis, 2013). Individu yang memiliki tingkat *self esteem* sedang akan cenderung mempunyai penilaian tentang kemampuan, harapan-harapan, dan kebermaknaan diri yang bersifat positif.

## **KESIMPULAN**

Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh antara *self esteem* dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar. Hal ini berarti, *self esteem* memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan *subjective well-being* pada siswa SMA Negeri 1 Takalar. Siswa yang menilai dirinya secara positif akan mempunyai *subjective well-being* yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa saran sebagai berikut:

Bagi siswa, diharapkan dapat meningkatkan *self esteem*nya karena terbukti dapat meningkatkan *subjective well-being*nya. Peningkatan *self esteem* dapat ditingkatkan dengan mengikuti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler seperti OSIS, Pramuka, PMR, dan yang lainnya.

Bagi pihak sekolah dan guru, hasil penelitian ini dapat menjadikan dasar untuk membantu siswa dalam meningkatkan *self esteem*. Upaya tersebut dapat dilakukan baik dalam kegiatan pembelajaran maupun diluar kegiatan pembelajaran dengan mengapresiasi atau membantu siswa dalam membangun rasa percaya diri agar dapat memandang kehidupannya secara positif dan mensyukurinya. Hal ini dapat membantu siswa dalam menumbuhkan emosi positif agar terciptanya *well-being*.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian serupa, disarankan untuk memperbanyak referensi-referensi terlebih dahulu untuk menggali faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada siswa. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode kualitatif atau *mixed method* (menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif) agar mendapatkan informasi yang lebih mendalam terkait *self esteem* dan *subjective well-being*.

## **REFERENSI**

- Ah'ya, F. K. (2022). *Pengaruh Self-Esteem dan Optimisme terhadap Subjective Well-Being Siswa SMA di Batulicin (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya)*.
- Ahkan. (2021). *Pengembangan Model Kesejahteraan di Sekolah pada Siswa SMA (Disertasi Doktorat Tidak Dipublikasikan)*. Universitas Airlangga Surabaya.
- Alwi, A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. F. (2021). Development and Validation of a

- Indonesian translate Brief Adolescents Subjective Wellbeing in School Scale. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 10(1), 91–103. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v10i1.18480>
- Alwi, M. A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. A. F. (2020). Support Related to Schools and School Well-Being: Self Esteem as Mediator. *International Journal of Pedagogy and Teacher Education*, 4(2), 119–125. <https://doi.org/10.20961/ijpte.v4i2.42869>
- Andini, P., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Prestasi Akademik dengan Subjective Well Being pada Mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Persada Indonesia YAI. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 4(3), 1–8.
- Ariati, J. (2017). Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektive) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*.
- Arif F, M. C. (2014). *Hubungan Antara Self Esteem dengan Subjective Wellbeing Pada Guru TK Yang Gajinya Dibawah UMR (Doctoral dissertation, Untag Surabaya)*.
- Aulia, W. F. (2020). Self Esteem Terhadap Subjective Well Being pada Buruh Sopir Pengangkut Peti Kemas. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 14(2), 103–114.
- Azwar, S. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Branden, N. (1999). *Kiat jitu meningkatkan harga diri*. Jakarta: PT. Pustaka Delapratasa.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing 2nd Edition*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Darusmin, D. F., & Himam, F. (2015). Subjective well being pada hakim yang bertugas di daerah terpencil. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 1(3).
- Diener, E. (2000). Subjective well being The Sience of happiness and a proposal for national index. *American Psychologist Association*, 55(1), 34–33.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychology*, 70(3), 234.
- Diener, Ed. (1984). Subjective Well-Being. *American Psychological Association, Inc*, 95(3), 542–575.
- Eid, M., & Larsen, R. (2008). *The scince of subjective well-being*. New York: Guilford Press.
- Febiola, S. A. (2021). *Hubungan Self Esteem Dengan Subjective Well-Being Pada Siswa Sma Swasta Gajah Mada Medan*.
- Mawarsih, R. (2018). *Hubungan antara Harga Diri dengan Subjective Well Being pada Remaja Akhir (Doctoral dissertation, Universitas Mercuru Buana Yogyakarta)*.
- Monika, W. K., & Utami, M. . S. (2020). *Peran Harga Diri Terhadap Subjective Well-Being Remaja di Panti Asuhan dengan Mediator Dukungan Sosial (Doctoral Dissertation, Universitas Gadjah Mada)*.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is Happy? *Psychological Science*, 6(1).
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Scholler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-esteem: Different Concepts, Diferent Outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141–156.
- Santrock. J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja. Aliha bahasa Shinto B. Adelar: Sherly Saragih*. Jakarta: Erlangga.
- Suwandi, E. F. Y., & Setianingrum, M. E. (2020). Subjective Well Being Ditinjau Dari Harga Diri Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal Ibu Di Kota Magelang. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 3(2), 58–65. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i2.5013>
- Tian, L., Wang, D., & Huebner, E. S. (2015). Development and Validation of the Brief Adolescents' Subjective Well-Being in School Scale (BASWBSS). *Social Indicators*

*Research*, 120(2), 615–634. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0603-0>  
Wahyunani, A. (2018). *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Subjective Well-Being di Sasana Pelayanan Sosial Anak “Pamardi Utomo” Boyolali (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)*.