

# HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA SISWA SMA SINAR HUSNI MEDAN

## SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area

Oleh :

MUHAMMAD BAIHAQI

08.860.0114



FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2013

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24


**JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN  
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA SISWA SMA  
SINAR HUSNI MEDAN**

**NAMA MAHASISWA : MUHAMMAD BAIHAQI**

**NIM : 088600114**

**PROGRAM STUDI : ILMU PSIKOLOGI**

**MENYETUJUI  
KOMISI PEMBIMBING**

  
**(Dr. Nefi Darmayanti, M.Si)**  
**PEMBIMBING I**

  
**(Azhar Azis, S.Psi, M.A)**  
**PEMBIMBING II**

**KETUA BAGIAN  
PSIKOLOGI PERKEMABANGAN**

  
  
**(Eaili Alfita, S.Psi, M.M)**

**DEKAN**

  
  
**(Prof. Dr. Saiful Munir, M.Pd)**

**Tanggal Sidang Meja Hijau**

**April 2013**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24 ii

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
  2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
  3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
- Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

## HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA SISWA SMA SINAR HUSNI MEDAN

Muhammad Baihaqi

08.860.0114

*Abstrak*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Sinar Husni Medan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Sinar Husni Medan. Subjek penelitian yang diambil sejumlah 150 siswa kelas I dan II yang berusia 15-17 tahun. Teknik penagambilan sampel adalah random sampling. Alat ukur yang digunakan adalah skala harga diri yang terdiri dari 25 butir dan skala *subjective well-being* 39 butir. pengolahan data penelitian ini dengan menggunakan teknik korelasi product moment dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi sebesar 0,494 dengan  $p < 0,01$ , hal ini berarti ada korelasi positif yang signifikan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada remaja siswa SMA Sinar Husni Medan. Hal ini berarti semakin tinggi harga diri semakin tinggi pula *subjective well-being*. Adapun koefisien determinasi dari korelasi tersebut adalah sebesar  $R^2 = 0,244$  artinya harga diri memberikan sumbangan efektif terhadap *subjective well-being* sebesar 24,4% sedangkan sisanya (75,6%) ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci :** harga diri (*Self Esteem*) dan *subjective well-being*

## DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>



A. Remaja.....	9
1. Pengertian Remaja.....	9
2. Ciri-ciri Remaja.....	10
3. Aspek-Aspek Remaja.....	14
B. <i>Subjective Well-being</i> .....	16
1. Pengertian <i>Subjective Well-being</i> .....	16
2. Aspek-Aspek <i>Subjective Well-being</i> .....	19
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-being</i> .....	21
4. Hal Yang Tidak Berhubungan dengan <i>Subjective Well-being</i> .....	24
C. Harga Diri.....	26
1. Pengertian Harga Diri.....	26
2. Proses Terbentuknya Harga Diri.....	30
3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri.....	31
4. Ciri-ciri Harga Diri.....	36
5. Aspek-Aspek Harga Diri.....	38
D. Hubungan Harga Diri dengan Subjective Well-being Pada Siswa.....	40
E. Kerangka Konseptual.....	44
F. Hipotesis Penelitian.....	45
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>46</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	46

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	46
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengumpulan Data.....	47
D. Metode Pengumpulan Data .....	49
E. Validitas dan Reliabilitas .....	51
F. Metode Analisa Data .....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>56</b>
A. Orientasi Kanchah Penelitian .....	56
B. Persiapan Penelitian.....	58
1. Persiapan Penelitian .....	58
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	58
3. Uji Coba Alat Ukur .....	61
C. Pelaksanaan Penelitian .....	63
D. Analisa Data dan Hasil Penelitian .....	64
1. Uji Asumsi .....	64
2. Perhitungan Analisa Data Korelasi <i>Product Moment</i> .....	67
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	70
E. Pembahasan .....	72
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>83</b>

## DAFTAR TABEL

TABEL	HALAMAN
1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Harga Diri Sebelum Uji Coba.....	59
2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Subjective Well-Being</i> Sebelum Uji Coba.....	60
3. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Harga Diri Setelah Uji Coba.....	62
4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Subjective Well-Being</i> Setelah Uji Coba.....	63
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran .....	65
6. Rangkuman Hasil perhitungan Uji Linieritas Hubungan .....	66
7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians .....	67
8. Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi <i>Product Moment</i> .....	68
9. Rangkuman Hasil Analisis Varians 1 Jalur .....	69
10. Rangkuman Hasil Analisis Uji Beda <i>Subjective Well-Being</i> Di Tinjau dari Jenis Kelamin.....	70
11. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik .....	72

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Hampir setiap hari kasus kenakalan remaja selalu diungkapkan dalam media massa, di mana sering terjadi di kota-kota besar seperti Jakarta, Surabaya dan Medan, salah satu wujud dari kenakalan remaja, yang diwujudkan dalam tawuran yang di lakukan oleh para pelajar atau remaja. Data di Jakarta tahun 2007 tercatat 157 kasus perkelahian pelajar. Tahun 2008 meningkat menjadi 183 kasus dengan menewaskan 10 pelajar, tahun 2009 terdapat 194 kasus dengan korban meninggal 113 pelajar dan 2 anggota masyarakat lain. Tahun 2010 ada 230 kasus yang menewaskan 15 pelajar serta 2 anggota Polri, dan tahun berikutnya korban meningkat dengan 37 korban tewas. Terlihat dari tahun ke tahun jumlah perkelahian dan korban cenderung meningkat. Bahkan sering tercatat dalam satu hari terdapat sampai tiga perkelahian di tiga tempat sekaligus (Tambunan, dalam e-psikologi, 2007).

Lebih jauh dijelaskan bahwa dari 15.000 kasus narkoba selama dua tahun terakhir, 46 % di antaranya dilakukan oleh remaja, selain itu di Indonesia diperkirakan bahwa jumlah prostitusi anak juga cukup besar. Departemen Sosial memberikan estimasi bahwa jumlah prostitusi anak yang berusia 15-20 tahun sebanyak 60% dari 71.281 orang. Unicef Indonesia menyebut angka 30% dari 150.000, dan angka 87.000 pelacur anak atau 50% dari total penjaja seks (Sri Wahyuningsih dalam Dep.Sos, 2010).



Kenakalan-kenakalan yang dilakukan oleh remaja di bawah usia 20 tahun sangat beragam mulai dari perbuatan yang amoral dan anti sosial, yang tidak dapat di kategorikan sebagai pelanggaran hukum. Bentuk kenakalan remaja tersebut seperti: kabur dari rumah, bolos sekolah, membawa senjata tajam, dan kebut-kebutan di jalan, sampai pada perbuatan yang sudah menjurus pada perbuatan kriminal atau perbuatan yang melanggar hukum seperti; pembunuhan, perampokan, pemerkosaan, seks bebas, pemakaian obat-obatan terlarang, dan tindak kekerasan lainnya yang sering diberitakan media-media masa, ini yang dirasakan para remaja untuk mengekspresikan rasa ketidak bahagiaan diakibatkan pengaruh keluarga dan teman sebaya contohnya perceraian orang tua dan pengaruh dari teman yang merokok.

Menurut Khavari (dalam Muslim dan Nashori, 2008 ) energi tidak bahagia bersifat konstruktif dan deskruktif. Bersifat konstruktif bila ketidak bahagiaan menjadi kekuatan yang menambah daya upaya untuk berbuat sesuatu demi membuang ketidakbahagiaan. Ketidak bahagiaan bersifat deskruktif apabila energi bersifat merusak ataupun merugikan, dalam contoh ekstrem energi ketidak bahagiaan maupun menghisap daya hidup seseorang misalnya, bertindak kasar terhadap apa yang dianggap sebagai sumber ketidak bahagiaan, membunuh orang tak bersalah ataupun mencari jalan pintas dengan cara melakukan bunuh diri untuk mengakhiri ketidak bahagiaan itu.

Sebuah survei terhadap sejumlah anak di Eropa dan Amerika menunjukkan bahwa, 25 sampai 60% anak muda sedikit banyak merasakan rasa bosan yang tercermin dalam bentuk mencoba pengalaman baru dalam hidupnya,

sebuah hasil survei di Amerika menunjukkan bahwa waktu perasaan kecewa anak muda lebih lama kondisinya dibandingkan orang tua yang mencerminkan kondisi ketidak bahagiaan. Perasaan tidak bahagia yang dirasakan remaja di Indonesia dapat dilihat dari perilaku menyimpang yang mengindikasikan perilaku deskrtif serta adanya keinginan mencari kebahagiaan dengan cara yang tidak lazim, ada yang berusaha keras mengejar materi, ada pula yang melakukan kemaksiatan, seperti minuman keras dan seks bebas ada pula yang lari dari kenyataan dengan cara mengkonsumsi minuman beralkohol, narkoba dan lainnya ( [http:// www. Republika.co. id](http://www.Republika.co.id). 12 November 2010). Gambaran di atas menunjukkan adanya rasa ketidak bahagiaan yang dialami oleh perasaannya.

*Subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan (Diener dkk, 1997). Individu dengan tingkat kebahagiaan yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan baik, serta menunjukkan performasi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan coping yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener dkk,1997). Proses terbentuknya *subjective well-being* yang positif dipengaruhi oleh faktor internal (dari dalam diri responden) dan faktor eksternal (dari luar diri responden).

Menurut Diener ( 2000) *subjective well-being* ditentukan oleh adanya evaluasi diri (penilaian terhadap diri sendiri) dimana harga diri rendah dan tinggi juga menentukan dari semua aspek yang ada di kebahagiaan terutama dengan

diwujudkan dengan sikap yang lebih baik dalam interaksi sosial dan dapat menimbulkan harga diri yang tinggi tersebut. Ini juga dapat di lewati dengan kebahagiaan jika menghadapi sebuah masalah yang terjadi di dalam kebahagiaan tersebut.

Penilaian terhadap diri sendiri berkaitan dengan harga diri, yaitu evaluasi diri yang dibuat individu terhadap dirinya dalam rentang positif dan negatif (Baron dan Byrne, 2005). Individu dengan harga diri rendah menunjukkan perilaku yang menghambat kebahagiaan. Menurut Burns (2007) individu dengan harga diri rendah cenderung tidak dapat mengekspresikan diri serta mengalami kesulitan dalam menunjukkan diri, perasaan, dan pikirannya yang disebabkan oleh adanya penilaian negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain serta menganggap bahwa hubungan dengan orang lain merupakan sebuah ancaman.

Menurut Sears (1991), harga diri berpengaruh pada perilaku seseorang. Remaja dengan harga diri rendah akan cenderung lebih mudah dipengaruhi daripada orang yang harga dirinya tinggi. Harga diri tidak tumbuh atau hadir dengan sendirinya, melainkan berkembang dengan perkembangan usia dan pengalaman yang diperoleh. Dimulai dari masa kanak-kanak sampai masa dewasa. Salah satu masa yang cukup berperan dalam perkembangan harga diri adalah masa remaja, dimana masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.

Santrock (2003) menyatakan bahwa kehidupan remaja sangat dipengaruhi oleh tekanan dari teman sebaya sehingga harga diri pada remaja dapat terlihat positif dan negatif pada tingkat evaluasinya. Masa remaja merupakan masa yang

paling penting dan menentukan perkembangan diri seseorang. Demikian pula halnya dikemukakan Azwar (1989) yang menyatakan bahwa harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang dianggap penting pada masa remaja .

Di sini juga ada dampak dari memiliki kebahagiaan apabila harga diri itu tinggi ataupun rendah ini akan mempengaruhi tingkah laku individu terutama teman sebaya dalam kaitannya dengan sosialisasi, misalnya malas untuk bergaul, menarik diri, pendiam, malas bergaul lawan jenis. Situasi situasi yang ada di sekolah SMA Sinar Husni Medan menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang rendah terlihat dari keadaan dimana mereka bolos sekolah, tawuran, menghisap daun ganja, minuman beralkohol dan narkoba ini tentunya akan mengganggu aktifitas belajar. Mereka akan sulit untuk bisa mencapai kebahagiaan.

Diduga kondisi itu disebabkan oleh adanya rasa harga diri yang rendah. Mereka kurang berani untuk menampilkan kemampuan diri secara objektif. *Subjective well-being* yang di alami individu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan harga diri (*self esteem*) dengan *subjective well-being*. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ **Hubungan Harga Diri dengan Subjective Well -Being pada siswa SMA SINAR HUSNI MEDAN**”.

## B. Identifikasi Masalah

Fenomena yang terjadi pada masa remaja adalah kekhawatiran melewati masa-masa sulit remaja sebagai periode peralihan dan perubahan sekaligus suatu masa mencari identitas dan berkembangnya pola pikir yang tidak realitas ini terjadi pada remaja untuk melakukan tindakan Kriminal, bolos sekolah, tawuran, menghisap daun ganja, minuman beralkohol dan sebagainya. Perubahan yang terjadi pada remaja kadang membawa rasa tidak nyaman. Remaja mudah terganggu karena rasa tidak aman tersebut dan banyaknya perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka ( Santrock, 2003).

Hasil penelitian dari beberapa kenakalan remaja yang ada di sekolah SMA Sinar Husni Medan, akhir-akhir ini yang terjadi di sekolah dengan keadaan remaja saat ini. Contohnya seperti yang terjadi disana mengkonsumsi minuman beralkohol, menghisap daun ganja, seks bebas, bolos sekolah hal-hal yang terjadi disana. Sehingga sering terjadi seperti tidak sengaja menabrak atau berkata yang tidak sopan kepada orang lain. Selain orang zaman sekarang, mudah terbawa dan meledak emosinya, tetapi juga karena lingkungan dan pergaulan mereka. Memang zaman sekarang, para remaja mudah dan gampang untuk mempengaruhi dan dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan mereka, seperti berkata buruk, merokok, berjudi, pemakai dan pengedar narkoba, serta hamil di luar nikah atau terkena penyakit **HIV/AIDS**. Hal ini dibuktikan dengan jumlah pengguna narkoba suntik di seluruh dunia menurut laporan jurnal kedokteran Inggris. Mereka menyatakan sekitar tiga juta pengguna narkoba suntik di dunia yang kemungkinan positif terkena penyakit AIDS (www. Republika. Com. 12 Oktober 2010). Hubungan

yang positif dengan orang lain berkaitan dengan *subjective well-being*, karena dengan adanya hubungan positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional. Pada dasarnya kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan bawaan. Tanpa adanya dukungan sosial dan keintiman emosional dengan orang lain, manusia akan merasakan keterasingan yang berdampak pada kesepian dan depresi.

Dari permasalahan di atas, dapat diidentifikasi permasalahan yang muncul yaitu sejauh mana hubungan harga diri dengan *subjective well-being*? Apakah ada hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa SMA Sinar Husni Medan ?

### C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi ruang lingkup permasalahan harga diri dan *subjective well-being* pada siswa SMA SINAR HUSNI MEDAN khususnya untuk memfokuskan kajian penelitian pada remaja usia 15 – 17 tahun sesuai judul penelitian.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana harga diri siswa SMA SINAR HUSNI Medan?
2. Bagaimana *Subjective Well-being* siswa SMA SINAR HUSNI Medan?
3. Apakah ada hubungan antara harga diri dengan *Subjective Well-being* siswa SMA SINAR HUSNI?

### E. Tujuan Penelitian

Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada SISWA SMA SINAR HUSNI Medan.

### F. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu psikologi perkembangan yang berkaitan dengan harga diri sekaligus juga untuk memperkaya sumber perpustakaan yang dapat dijadikan penelitian lebih lanjut tentang hubungan antara harga diri dengan *subjective well-being* pada siswa.

#### 2. Manfaat Praktis

Bagi siswa diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan pengetahuan dan informasi yang berguna untuk melakukan upaya-upaya dalam meningkatkan *subjective well-being* (kebahagiaan) dengan memperhatikan, mempertimbangkan harga diri yang mereka miliki secara positif maupun negatif bagi dirinya.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata benda, *adolecentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Piaget (dalam Hurlock, 2002) mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi berada di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Lazimnya masa remaja dimulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal usia remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja. Dengan demikian secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu remaja awal dan remaja akhir. Garis pemisah antara awal masa dan akhir masa remaja terletak kira-kira disekitar usia tujuh belas tahun, usia dimana rata-rata remaja memasuki sekolah menengah tingkat atas. Karena laki-laki lebih lambat matang daripada anak perempuan, maka laki-laki mengalami periode masa awal remaja yang lebih

UNIVERSITAS MEDAN AREA



perempuan, maka laki-laki mengalami periode masa awal remaja yang lebih singkat, meskipun pada usia delapan belas tahun ia sudah dianggap dewasa seperti anak perempuan. Akibatnya, seringkali laki-laki tampak kurang matang untuk usianya dibandingkan dengan perempuan. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia tiga belas tahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun dan akhir masa remaja dimulai dari usia enam belas atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia matang secara hukum (Hurlock 2002).

Gunarsa (2001) menyebutkan bahwa masa remaja sebagai masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Semua aspek perkembangan dalam masa remaja secara global berlangsung antara umur 12–21 tahun, dengan pembagian usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, 18- 21 tahun adalah masa remaja akhir (Monks, et al. 2002).

Berdasarkan dari simpulan di atas remaja yang dimaksud berusia antara 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan yang diasosiasikan dari aspek perkembangan dalam masa remaja.

## 2. Ciri – Ciri Remaja

Hurlock (2002) ciri-ciri remaja pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja, diantaranya:

- a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal dengan sebagai masa *storm* dan *stress*. Peningkatan emosional ini

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja karena, remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan bertanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu.

- b. Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- c. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.

Perkembangan yang terjadi pada remaja telah banyak dipaparkan di atas, yaitu meliputi ciri-ciri psikis, fisik dan sosial. Adapun menurut Thornburg (dalam UNIVERSITAS MEDAN AREA

Sarwono, 2004) mengatakan bahwa ciri-ciri remaja ada tiga perkembangan yang dialami dimasa remaja menyebabkan perilaku remaja sering dianggap kurang dewasa di antaranya yaitu :

#### a. Perkembangan Fisik

Perubahan fisik yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tubuh ( badan menjadi tinggi), mulai berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan adanya tanda-tanda seksual sekunder. Adanya perubahan fisik menyebabkan kecanggungan bagi remaja. Hal tersebut dikarenakan remaja harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi. Pertumbuhan badan yang mencolok misalnya, pembesaran payudara yang cepat, membuat remaja merasa tersisih dari teman-temannya. Demikian pula dalam menghadapi haid dan ejakulasi pertama, remaja perlu mengadakan penyesuaian-penyesuaian tingkah laku yang tidak selalu bisa dilakukan dengan mulus, dan terutama apabila tidak mendapat dukungan dari orang tua (Sarwono, 2004).

#### b. Perkembangan Psikologis

Perkembangan psikologis meliputi perkembangan kepribadian dan emosi, perkembangan kognitif dan perkembangan penalaran moral serta religi (Sarwono 2004). Pada perkembangan kematangan kepribadian dan emosi, remaja memerlukan status, kemandirian, prestasi hidup yang memuaskan. Emosi atau perasaan meliputi rasa senang dan tidak senang senang, rasa benci dan sayang, suka dan tidak suka dan sebagainya, dan semua itu relatif cepat berubah di dalam

masa ini. Bentuk-bentuk emosi yang cepat berubah di dalam masa ini. Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak pada masa remaja adalah marah, takut, cemas, malu, iri hati, cemburu, sedih, gembira, kasih sayang, dan ingin tahu (Mappiare, 1982). Menurut Mulyono (dalam Yuniar 2012) keadaan emosi remaja bersifat belum mapan dan hal tersebut membawa remaja dalam kegelisahan batin dengan disertai perasaan tertekan, kesal, canggung, ingin marah dan mudah tersinggung.

Menurut Fuhrman (1990) mengatakan bahwa dalam masa ini remaja diharapkan sudah siap menjalankan tahap akhir perkembangan kognitifnya, yaitu sudah mampu mengembangkan kemampuan penalaran, penggunaan logika dan berpikir secara abstrak. Dengan demikian remaja dianggap dapat berpikir tentang kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi, dapat menentukan sebab-akibat dan menggunakan berbagai macam pandangan dalam mencapai cita-cita.

Grinder (dalam Santrock, 2003), remaja diharapkan sudah dapat meninggalkan cara-cara berpikir yang konkrit dan memiliki kemampuan berpikir abstrak yaitu dapat menggunakan prinsip-prinsip logika dan mampu menggeneralisasikan hal-hal yang bersifat konseptif. Hurlock (1976) mengatakan bahwa remaja membutuhkan suatu kepercayaan, hal itu disebabkan karena remaja sedang berada dalam suatu periode yang penuh ketegangan dan merasa kurang aman, maka remaja membutuhkan keyakinan di dalam hidupnya dan dapat memberikan perasaan aman.

### c. Perkembangan Sosial

Pada perkembangan sosial remaja terjadi dua macam gerak pada remaja, berupa gerak memisahkan diri dari orang tua dan gerak menuju teman sebaya

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

mereka mencari teman sebaya. Mereka mencari teman sebaya, karena mereka berada pada nasib yang sama, yaitu berada dalam keadaan interim atau sementara. Sebagian besar kehidupan sosial remaja dengan orang tua ditinggalkan dan bergabung dengan sebaya atau anggota kelompok lain dalam usaha untuk mencari nilai-nilai baru. Remaja mulai meragukan kewibawaan dan kebijaksanaan orang tua, maupun norma yang ada (Sarwono, 2004). Masa remaja merupakan tahap kehidupan penting karena merupakan masa transisi antara dua kehidupan yaitu pandangan sosial yang berubah dari klasik atau keluarga menjadi lebih besar.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja terdapat tiga ciri-ciri yaitu peningkatan emosional, perubahan secara fisik, dan perubahan hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain.

### **3. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja**

Menurut Hurlock (2002) remaja dapat memahami bahwa tindakan yang dilakukan pada saat ini dapat memiliki efek pada masa yang akan datang. Dengan demikian, seorang remaja mampu memperkirakan konsekuensi dari tindakannya, termasuk adanya kemungkinan yang dapat membahayakan dirinya. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja juga dapat dilihat dari kemampuan seorang remaja untuk berpikir lebih logis. Masih menurut Hurlock (2002) ada beberapa aspek yang meliputi perkembangan pada remaja yaitu:

### a. Fisik

Perubahan fisik pada remaja belum sempurna. Terdapat penurunan dalam laju pertumbuhan dan perkembangan internal lebih menonjol dari pada perkembangan eksternal. Perkembangan internal meliputi tinggi badan, berat, proporsi tubuh, organ sex dan ciri-ciri sekunder, perkembangan eksternal meliputi sistem pencernaan, sistem peredaran darah, sistem pernafasan, sistem endokrin dan jaringan tubuh.

### b. Emosi

Masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Sebagian besar remaja mengalami ketidak stabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

### c. Sosial

Salah satu tugas perkembangan remaja yang sulit adalah berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai tujuan dari pada sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Terpenting dan sulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya. Perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

#### d. Moral

Perubahan pokok dalam moralitas selama remaja terdiri dari mengganti konsep-konsep moral khusus dengan konsep-konsep moral tentang benar dan salah yang bersifat umum, membentuk kode moral berdasarkan pada prinsip-prinsip moral individual, dan mengendalikan perilaku melalui perkembangan hati nurani. Perkembangan pemikiran moral remaja dicirikan dengan mulai tumbuh kesadaran akan kewajiban mempertahankan kekuasaan dan pranata yang ada karena dianggapnya sebagai suatu yang dinilai, walau belum mampu mempertanggung jawabkan secara pribadi (Ali & Asrori, 2008).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang meliputi perkembangan pada remaja terdiri dari aspek fisik, aspek emosi, aspek sosial, dan aspek moral yang tiap-tiap aspek tersebut mempunyai peranannya masing-masing pada perkembangan diri remaja.

### **B. Subjective Well-Being**

#### **1. Pengertian Subjective Well-Being**

*Subjective well-being* oleh Diener, dkk (dalam Ariati, 2010) diartikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Evaluasi terhadap kehidupan ini terjadi dalam dua bentuk yaitu kognitif dan afektif. Afektif dalam bentuk kognisi misalnya ketika seseorang sadar melakukan penilaian tentang kepuasannya terhadap seluruh kehidupannya. Evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering seseorang merasakan emosi positif dan negatif. Seseorang dikatakan mempunyai tingkat *subjective well-being* yang tinggi jika seseorang merasakan

kepuasan terhadap kehidupannya, sering merasakan positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta jarang merasakan emosi negatif seperti kesedihan dan amarah (Diener, dkk 2003). Sedangkan orang memiliki tingkat *subjective well-being* rendah jika orang tersebut tidak merasa puas dengan hidupnya memiliki sedikit pengalaman kasih sayang kegembiraan dan sering mengalami emosi negatif seperti marah dan kesedihan, juga cemas.

Pengertian yang diungkapkan oleh Diener sejalan dengan yang dikatakan oleh Aston dan Dudley (dalam Muba, 2009) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, yang disertai tingkat kegembiraan. Menurut kamus umum (dalam Diener, 2002), kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati yaitu kepuasan menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Selanjutnya menurut Diener (1999) ada beberapa esensi kebahagiaan, atau keadaan sejahtera, kenikmatan atau kepuasan. Beberapa di antaranya yaitu sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*), dan prestasi (*achievement*), yang sering disebut 3A kebahagiaan.

Menurut Diener (dalam [http:// wangmuba.com/2011/12/06/ kesejahteraan subjektif- subjective well-being](http://wangmuba.com/2011/12/06/kesejahteraan-subjektif-subjective-well-being)) ketika mempelajari tentang topik kepuasan dalam hidup, ada dua pendekatan umum untuk mempertanyakan tentang apa yang penting dari kebahagiaan. Pendekatan yang pertama yaitu bahwa kebahagiaan dan kepuasan tergantung pada jumlah kesenangan dan momen-momen bahagia. Dalam prespektif, yang dikenal teori *bottom-up*, kesejahteraan adalah penjumlahan pengalaman-pengalaman positif dalam kehidupan seseorang. Teori tersebut

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 16/8/24

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24



mengasumsikan bahwa orang menciptakan penilaian pribadi tentang kesejahteraan subjektif dengan cara menjumlahkan berbagai macam keadaan eksternal dan kemudian membuat penilaian. Semakin banyak peristiwa yang menyenangkan yang dialami, seseorang akan semakin merasa bahagia.

Diener (dalam Ariati, 2010) mengenalkan teori evaluasi dimana kesejahteraan subjektif ditentukan oleh bagaimana cara individu mengevaluasi informasi atau kejadian yang dialami. Hal ini melibatkan proses kognitif dan afeksi terhadap hidupnya berdasarkan kepuasan hidupnya serta *mood* dan emosi. Sedangkan menurut Muba (2009) seseorang yang memiliki penilaian yang lebih tinggi tentang kebahagiaan dan kepuasan hidupnya cenderung bersikap lebih bahagia dan lebih puas.

*Subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu dengan tingkat *subjective well-being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan (Diener dkk, 1997). Individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan, individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan coping yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik (Diener dkk,1997). Proses terbentuknya *subjective well-being* yang positif dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal.

Individu yang memiliki level *subjective well-being* atau kebahagiaan yang tinggi pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang baik, seperti Kontrol emosi yang baik dan mampu menghadapi peristiwa-peristiwa dalam kehidupan dengan cara yang baik, tentunya bukan dengan cara ataupun perilaku yang menyimpang ( dalam Muslim dan Nashori, 2007).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seorang yang diasosiasikan dengan diperolehnya perasaan menyenangkan serta merasakan kepuasan terhadap kehidupannya.

## **2. Aspek -Aspek *Subjective Well -Being***

Diener (dalam Ariati, 2010) menyatakan bahwa *subjective well-being* memiliki tiga bagian penting, pertama merupakan penilaian subyektif berdasarkan pengalaman-pengalaman individu, kedua mencakup penilaian ketidak hadiran faktor-faktor negatif, dan ketiga penilaian kepuasan global. Diener (dalam Ariati, 2010) menyatakan adanya 2 komponen umum dalam *subjective well-being* yaitu evaluasi kognitif dan evaluasi afektif.

### **a. Evaluasi kognitif**

Diener (1994) mengatakan bahwa evaluasi kognitif individu dalam menikmati pengalaman-pengalamannya di masa lalu dan sekarang merupakan penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya dimana individu yang puas memiliki nilai Evaluasi Kognitif seseorang dilihat dari beberapa puas seseorang terhadap hidupnya dengan terlebih dahulu menimbang apa yang telah ia miliki

dan dijalani. Bahwa apa yang sudah dicapai atau diperolehnya sudah sesuai dengan harapan atau cita-citanya dan memandang secara positif kehidupannya dimasa yang akan datang, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. Ini merupakan perasaan cukup, damai dan puas, dari kesenjangan antara keinginan dan kebutuhan dengan pencapaian dan pemenuhan. Campbell, Converse, dan Rodgers (dalam Diener, 1994) mengatakan bahwa komponen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaiannya apakah terpenuhi atau tidak. Evaluasi kognitif *subjective well-being* ini juga mencakup area kepuasan (*domain satisfaction*) individu di berbagai bidang kehidupannya seperti bidang yang berkaitan dengan diri sendiri, keluarga, kelompok teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang.

#### b. Evaluasi afektif

Evaluasi dasar dari *subjective well-being* adalah afektif, di mana di dalamnya termasuk *mood* dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Orang bereaksi dengan emosi yang menyenangkan ketika mereka menganggap sesuatu yang baik terjadi pada diri mereka, dan bereaksi dengan emosi yang tidak menyenangkan ketika menganggap sesuatu yang buruk terjadi pada mereka, karenanya *mood* dan emosi bukan hanya menyenangkan dan tidak menyenangkan tetapi juga mengindikasikan apakah kejadian itu diharapkan atau tidak (Diener, 2003). Evaluasi afek ini mencakup afek positif yaitu emosi positif yang menyenangkan dan afek negatif yaitu emosi dan *mood* yang tidak menyenangkan, Evaluasi afek memiliki peranan dalam mengevaluasi *well-being* karena evaluasi afek memberi kontribusi perasaan menyenangkan dan perasaan

tidak menyenangkan pada pengalaman personal. Kedua afek berkaitan dengan evaluasi seseorang karena emosi muncul dari evaluasi yang dibuat oleh orang tersebut. Afek positif meliputi simptom-simptom antusiasme, keceriaan, dan kebahagiaan hidup. Sedangkan afek negatif merupakan kehadiran simptom yang menyatakan bahwa hidup tidak menyenangkan (Synder dalam Erlangga, 2007).

Berdasarkan dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek mempengaruhi *subjective well-being* ada dua komponen yaitu aspek kognitif dan afektif tentang perasaan positif maupun negatif dari pengalaman-pengalaman hidupnya.

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

Menurut Diener (dalam Muba, 2009) dari penelusuran kebahagiaan dan kepuasan hidup telah memunculkan sejumlah variabel yang dapat dipercaya mengenai kebahagiaan dan kepuasan hidup. Berbagai review dari literatur telah lengkap dan konsensus umum telah berkembang tentang prediktor yang paling kuat dalam kesejahteraan subjektif. Kedelapan variabel inti paling tepat memprediksikan kebahagiaan (*subjective well-being*) adalah :

#### a. Harga Diri

Cambell (1981) menemukan bahwa harga diri merupakan prediktor yang paling penting untuk kesejahteraan subjektif. Harga diri yang tinggi membuat seseorang memiliki beberapa kelebihan termasuk pemahaman mengenai arti dan nilai hidup, merupakan pedoman yang berharga dalam hubungan interpersonal dan merupakan hasil alamiah dari pertumbuhan seseorang yang sehat.

### b. Rasa Tentang Pengendalian Yang Dapat Diterima

Perasaan untuk memiliki pengendalian personal dapat diartikan sebagai kepercayaan bahwa seseorang memiliki tolak ukur pengendalian atas kejadian-kejadian dalam hidup yang penting bagi dirinya. kebutuhan akan pengendalian yang dapat diterima mungkin menjadi kebutuhan sejak dini (Ryan & Deci, 2000). Banyak peneliti saat ini melihat faktor ini sebagai pengendalian personal. Peterson (1999) mendefinisikan pengendalian personal sebagai anggapan seseorang bahwa dirinya dapat bersikap dengan cara memaksimalkan hasil dan meminimalkan hasil yang buruk (dalam Ariati, 2010).

### c. Sifat Ekstrovert

Beberapa studi bahkan melaporkan korelasi 0,80 antara sifat ekstrovert dan kebahagiaan yang dinilai oleh diri sendiri (Fujita, 1991). Sementara variabel ini secara konsisten dihubungkan dengan kesejahteraan subjektif, tidak berarti bahwa seseorang dengan sifat introvert selalu merasakan depresi. Studi-studi yang dilakukan belakangan ini juga melihat bagaimana sifat ekstrovert berpengaruh pada kesejahteraan. Para peneliti pada awalnya berpendapat bahwa komponen sosial ekstrovert adalah hal yang paling berhubungan dengan kesejahteraan (Bradbrun, 1969). Para peneliti percaya, karena orang yang lebih banyak bergaul memiliki kesempatan yang lebih besar untuk sebuah hubungan yang positif dengan orang lain dan lebih banyak mendapatkan kesempatan umpan balik positif mengenai dirinya.

#### d. Optimisme

Pada umumnya, orang yang lebih optimis tentang masa depan dilaporkan merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya (Diener et al, 1999). orang yang mengevaluasi dirinya secara positif beranggapan bahwa dia dapat mengendalikan aspek-aspek penting dalam hidupnya dan orang yang berhasil dalam interaksi tampaknya akan memandang masa depan dengan penuh harapan.

#### e. Hubungan Yang Positif

Hubungan yang positif antara kesejahteraan subjektif yang tinggi dan kepuasan terhadap keluarga serta teman adalah salah satu dari sedikit hubungan yang ditemukan secara universal dalam berbagai studi lintas budaya mengenai kesejahteraan (Diener, Oishi & Lucas 2003). Anggapan bahwa seseorang berada dalam hubungan sosial keberhasilan mengatasi stress, yang mendukung dikaitkan dengan harga diri yang lebih tinggi, kesehatan yang lebih baik.

#### f. Penyelesaian Konflik Dalam Diri

Para peneliti telah menemukan bahwa semakin sedikit kepingan diri atau integrasi yang lebih baik dan kesesuaian antara berbagai aspek dalam satu pribadi, maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif seseorang (Donahue, Robins, dan John, 1993). Maka dari itu integrasi personal mungkin deskripsi yang lebih baik tentang apa yang dimaksud oleh prediktor kesejahteraan subjektif ini.

#### g. Kontak Sosial

Kontak sosial yang positif tampaknya juga dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif dan hubungan sosial yang positif dapat bersifat timbal-balik berdasarkan ini kebahagiaan yang dirasakan (Middlebrook, 1980).

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24

#### h. Pemahaman Tentang Arti Dan Tujuan

Sejumlah studi telah menemukan bahwa orang-orang dengan iman terhadap agama yang lebih kuat, yang lebih memandang penting agama dalam hidupnya dan lebih sering mengikuti agama ditempat ibadah ini memiliki kesejahteraan yang lebih tinggi, ini juga dapat menghilangkan kecemasan yang ada dan rasa takut. meskipun begitu, perhatikan bahwa pemahaman tentang arti dan tujuan hidup tidak harus selalu dikaitkan dengan kepercayaan yang religius (Mc Gregor & Little, 1998; Compton, 2000).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* antara lain : harga diri, rasa tentang pengendalian yang dapat diterima, sifat ekstrovert, optimisme, hubungan yang positif, penyelesaian konflik dalam diri, kontak sosial, serta pemahaman tentang arti dan tujuan.

#### 4. Hal Yang Tidak Berhubungan dengan *Subjective Well-being*

Menurut Diener (dalam Rufaedah, 2012) Ada beberapa faktor yang diperoleh dari penelitian ditemukan tidak berhubungan dengan kesejahteraan subjektif ataupun hanya sedikit dikaitkan dengan kesejahteraan subjektif yaitu :

##### a. Penghasilan

Ketika penghasilan seseorang atau keluarga meningkat diatas tingkat kemiskinan, maka peningkatan penghasialan yang lebih banyak tidak terlalu berpengaruh pada tingkat kebahagiaan. Studi-studi juga telah menemukan bahwa

kaum materialis, atau orang yang memandang uang sebagai sesuatu yang sangat berharga, kurang puas dalam hidupnya dibandingkan dengan orang lain.

#### b. Jenis Kelamin

Wood, Rhodes & Whelan (1989) menyimpulkan bahwa perempuan secara umum memiliki tingkat kebahagiaan sedikit lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Disisi lain, laki-laki cenderung dihubungkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan emosi yang diekspresikan secara eksternal, seperti gangguan kepribadian antisosial, marah, dan kecanduan alkohol. Pada akhirnya, dampak dari nilai jenis kelamin hanyalah sekitar 1 persen dari variabilitas kesejahteraan subjektif dimasyarakat.

#### c. Usia

Apa yang dapat membuat orang bahagia sangat bervariasi berdasarkan usia. Dengan kemajuan dunia kedokteran dan penekanan pada kebugaran, mungkin saja pesiunan yang aktif secara fisik menjadi salah satu orang yang paling bahagia dan paling puas dari semua kelompok usia.

#### d. Ras dan etnis

Ketika melihat hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan rasa tahu etnis, para peneliti dapat meneliti perbedaan antara kelompok rasial dalam salah satu budaya maupun perbedaan antar kelompok rasial antara etnis pada masyarakat tertentu dapat membawa pengaruh negatif pada kesejahteraan subjektif disemua kelompok mayoritas (Lewis, 2002). Secara umum, ketika faktor



seperti penghasilan, tingkat pendidikan dan tingkat pekerjaan dalam masyarakat mulai diperhitungkan, efek dari etnis terhadap kesejahteraan subjektif menjadi cukup kecil.

#### e. Pendidikan dan iklim

Orang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki sedikit kecenderungan untuk menjadi lebih bahagia. Meskipun begitu, efek ini tampaknya mulai menghilang belakangan ini (Argyle, 1999). Sekarang, pendidikan kurang memiliki pengaruh pada kebahagiaan dari pada masa lampau. Bahwa iklim atau perubahan cuaca dapat berpengaruh pada mood harian seseorang, cuaca tidak dapat menentukan kesejahteraan seseorang dalam jangka panjang.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang tidak berhubungan atau hanya sedikit berkaitan dengan kesejahteraan subjektif yaitu ; penghasilan, jenis kelamin, usia, ras, etnis, pendidikan dan iklim.

### C. Harga Diri

#### 1. Pengertian Harga Diri

Harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian seseorang yang mempengaruhi cara orang berperilaku dilingkungannya (Coopersmith, 1967). Menurut Coopersmith (dalam Karina, 2004) harga diri adalah positif, negatif, netral dan ambigu yang merupakan bagian dari konsep diri tetapi bukan berarti mencintai diri sendiri. Coopersmith (1967) mendefinisikan harga diri sebagai

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya yang diekspresikan dalam bentuk sikap setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu menyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga. Harga diri adalah suatu penilaian terhadap diri sendiri yang mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga. Deaux, Dane & wrighttsman (dalam Anindjayati dan karima, 2004) mengatakan harga diri merupakan evaluasi diri positif maupun negatif

Branden (2001) mendefinisikan harga diri adalah apa yang saya pikirkan tentang diri saya sendiri, bukannya apa yang dirasakan oleh orang lain tentang siapa saya sebenarnya. Harga diri secara signifikan berhubungan dengan kepuasan pribadi dan pemfungsian diri yang efektif. Menurut Cambel (dalam Marieta, 2000) seseorang dengan harga diri rendah kurang mampu menahan tekanan dan kurang mampu mempersepsi stimulus yang mengancam. Sementara itu, seseorang dengan harga diri tinggi mampu mempertahankan image dari kemampuan dan keunikannya seorang individu.

Menurut Burn (1999) harga diri merupakan evaluasi diri yang dibuat dan dipertahankan oleh seseorang yang berasal dari interaksi sosial dalam keluarga serta penghargaan, perlakuan, dan penerimaannya dari orang lain. Berdasarkan uraian diatas harga diri merupakan suatu penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri apakah seseorang merasa dirinya mampu, bermakna, berhasil maupun bermanfaat atau bagaimana perasaan terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan melalui sikap-sikapnya, menerima atau menolak dirinya.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Bascovich dan Tomako (dalam Fauziah, 2009) Menyatakan bahwa orang awam, cenderung mengartikan harga diri sebagai merupakan evaluasi batasan mengenai seberapa jauh individu memberikan penghargaan penilaian, persetujuan atas dirinya sendiri serta seberapa jauh individu menyukai dirinya sendiri. Branden (dalam Sandah, 2012) bahwa harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian sebagai kunci penting dalam perkembangan perilaku seseorang karena berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil, berpengaruh pada nilai-nilai dan tujuan hidupnya.

Harga diri adalah evaluasi yang kita buat mengenai diri kita sendiri, yaitu tentang bagaimana kita memandang dan menilai diri kita (Taylor, Peplau dan Sears 1999). Berne dan Savary (dalam Carolina, 2000) mendefinisikan harga diri sebagai penopang rasa percaya diri sehingga seseorang dapat membina hubungan yang sehat dengan orang lain, melihat diri mereka sebagai orang yang berhasil dan memperlakukan orang lain tanpa kekerasan. Sejalan pendapat Maslow (dalam Carolina, 2000) mengemukakan bahwa harga diri merupakan kebutuhan yang berada pada hirarki yang keempat dan piramida kebutuhan manusia.

Hal tersebut berarti bahwa kebutuhan harga diri akan terpenuhi jika kebutuhan fisik telah terpenuhi dilanjutkan dengan terpenuhinya kebutuhan akan rasa aman dan cinta kasih. Pemenuhan kebutuhan akan harga diri merupakan satu syarat sebelum kebutuhan aktualisasi diri tercapai. Individu yang kebutuhan akan harga dirinya telah terpenuhi akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi, perasaan berharga, dan merasa berguna bagi orang lain. Bila individu gagal memenuhi kebutuhan akan harga diri, individu akan memiliki perasaan tidak

berharga, merasa terancam dengan adanya orang lain, dan tidak memiliki kemampuan (dalam Karima, 2004). Sedangkan menurut Tambunan (2001) mengatakan harga diri mengandung arti suatu penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap-sikap positif dan negatif.

Rossenberg (dalam Herkusumaningtyasrini, 2001) mendefinisikan harga diri sebagai perasaan individu bahwa dirinya berharga, menerima diri apa adanya, puas dengan apa yang dimilikinya serta tidak merasa kecewa atas keterbatasannya. Sementara Brencht (dalam Nurahma, 2008) mendefinisikan harga diri sebagai sikap menerima diri sendiri apa adanya dengan keyakinan bahwa kita layak, mampu, berguna, dalam apapun yang telah, sedang, dan akan terjadi dalam hidup.

Harga diri merupakan kunci kesuksesan, kebahagiaan serta hidup yang produktif. Harga diri mempengaruhi kebahagiaan seseorang, sebab ia tidak dapat bahagia apabila ia tidak menyukai dirinya sendiri. Harga diri juga mempengaruhi cara individu berhubungan dengan orang lain. Seseorang yang tidak menyukai dirinya sendiri akan sukar untuk menyukai orang lain dan tidak akan mampu membangun relasi yang efektif dengan orang lain Santrock ( dalam Nurahma, 2008). Sementara Harga diri adalah evaluasi diri yang ditandai dengan ciri tidak mengungkapkan pendapatnya terutama ketika ditanya dan melakukan rasionalisasi untuk kegagalannya, mencela diri dan merendahkan diri sendiri secara verbal, menghindari kontak fisik, terlalu membesar-besarkan prestasi dan penampilan fisik serta merendahkan orang lain dengan hal-hal negatif (Santrock, 1998).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya baik positif maupun negatif dan menunjukkan tingkat dimana individu menyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga. Selain itu, dapat dikatakan bahwa harga diri adalah seberapa jauh individu memberikan penghargaan, penilaian, persetujuan atas dirinya sendiri serta seberapa jauh individu menyukai dirinya sendiri.

## 2. Proses Terbentuknya Harga Dirinya

Coopersmith (1967) mengatakan bahwa kondisi rumah dan lingkungan antar individu mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap penilaian diri yang merupakan dasar terbentuknya harga diri. Selanjutnya Branden (2001) mengatakan bahwa proses terbentuknya harga diri sudah mulai pada saat bayi merasakan tepukan pertama yang diterimanya dari orang yang menangani proses kelahirannya. Proses selanjutnya harga diri dibentuk melalui perlakuan diterima individu dilingkungannya. Misalnya apakah individu selalu diperhatikan dan dirawat oleh orang tua atau merupakan perlakuan lain yang berlawanan dengan perlakuan tersebut ( dalam Herkusumaningtyasrini, 2001)

Menurut Patricia dan Louis ( dalam Daradjat, 2002) harga diri terbentuk sejak masa anak-anak, sehingga anak perlu membina hubungan timbal balik yang penuh dengan cinta kasih-sayang, saling memperhatikan, jujur dan saling mendukung sehingga akhirnya menciptakan suasana yang sehat bagi pertumbuhan dirinya. Hukuman- hukuman, perintah-perintah, larangan-larangan dan janji akan hukuman dapat menyebabkan anak merasa tidak dihargai. Demikian pula yang

dikemukakan Daradjat (2002) yang mengatakan bahwa harga diri terbentuk sejak masa kanak-kanak, sehingga anak perlu atau memerlukan rasa dihargai.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa proses terbentuknya harga diri bukan merupakan faktor bawaan akan tetapi terbentuk sejak anak dilahirkan dan merupakan hasil interaksi individu dengan lingkungan dimana individu berbeda.

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri. Menurut Coopersmith (dalam Nurahma, 2008), terdapat lima faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu:

#### a. Kelas Sosial

Kedudukan kelas sosial dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan yang lebih tinggi, dan tinggal dalam lokasi rumah yang mewah akan dipandang lebih sukses dimata masyarakat. Hal ini akan menyebabkan individu dengan kelas sosial yang tinggi menyakini bahwa dirinya mereka lebih berharga dari pada orang lain. Eastwood (1983) juga mengatakan bahwa kita memiliki penilaian terhadap diri sendiri yang sifatnya temporal dan fluktuatif. Harga diri yang bersifat fluaktatif dan temporal ini dipengaruhi oleh faktor-faktor situasional seperti pendidikan, pekerjaan, dan status sosial ekonomi.

#### b. Orang Tua atau Keluarga

Harga diri orang tua memiliki peranan dalam menentukan harga diri anak-anaknya. Para orang tua yang memiliki harga diri yang tinggi umumnya lebih

mencintai dan memperhatikan anak-anaknya serta lebih keras dalam menerapkan norma-norma tingkah laku. Mereka menuntut prestasi akademik yang tinggi dari anak-anaknya dan lebih toleran menghadapi pelanggaran yang dilakukan oleh anak-anaknya. Sedangkan orang tua yang memiliki harga diri yang rendah umumnya tidak berharap banyak pada anak-anak mereka, bersikap mendominasi dan cenderung untuk menghukum anak sehingga anak merasa rendah harga dirinya. Tambunan (2001) mengatakan bahwa keluarga mempunyai struktur sosial yang penting karena interaksi antar anggota keluarga terjadi disini. Perilaku seseorang dalam keluarga mempengaruhi anggota keluarga lainnya. Seseorang dapat merasakan dirinya dicintai keluarganya yang akhirnya dapat membantu dirinya untuk lebih dapat menghargai dirinya sendiri. Dawis dkk, (1989) mengatakan lingkungan keluarga pertama kali terbentuknya harga diri. Disinilah pola untuk berpikir dan mendengar sebuah nasihat dari orang tua.

### c. Interaksi Sosial

Klass dan Hodge (dalam Ghufron, 2010) berpendapat bahwa pembentukan harga diri dimulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses lingkungan, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya. Termasuk penerimaan teman dekat (peer), mereka bahkan mau untuk melepaskan prinsip diri mereka dan melakukan perbuatan yang sama (*conform*) dengan teman dekat mereka agar bisa dianggap 'sehati' walaupun perbuatan itu adalah perbuatan yang negatif. Sementara menurut Coopersmith (1967) ada beberapa ubahan dalam harga diri yang dapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi dan mekanisme

pertahanan diri. Kesuksesan tersebut dapat timbul melalui pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi, dan nilai kebaikan.

#### d. Jenis Kelamin

Menurut Ancok dkk. (Dalam Ghufron, 2010) Wanita selalu merasa harga dirinya lebih rendah dari pria, seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus di lindungi. Hal ini terjadi mungkin karena peran orang tua dan harapan-harapan masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun wanita. Pendapat tersebut sama dengan penelitian dari Coopersmith (1967) yang membuktikan bahwa harga diri wanita lebih rendah daripada harga diri pria.

#### e. Faktor Usia

Dengan bertambahnya usia, harga diri juga mengalami perubahan karena pada harga diri berpusat pada kepuasan dalam hubungan sosial atau lingkungan dia tempat bekerja, Hal ini berpengaruh pada harga dirinya sesuai dengan umur yang sangat berpengaruh terhadap pengendalian diri.

Menurut Donnel (dalam Branden, 2001) faktor –faktor yang mempengaruhi harga diri adalah:

#### a. Faktor Keluarga

Perhatian orang tua dan peningkatan kesejahteraan anak sangat mempengaruhi pembentukan harga diri pada anak. Orang tua merupakan komponen keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu dan merupakan hasil dari sebuah ikatan perkawinan yang sah yang dapat membentuk sebuah keluarga.



Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan siap dalam kehidupan bermasyarakat.

#### b. Lingkungan Sosial

Kehidupan seseorang dalam hubungannya dengan teman-teman bermainnya dan kelompok-kelompok lainnya ternyata juga sangat mempengaruhi pembentukan harga diri seseorang pada lingkungan sosialnya tersebut. Lingkungan sosial dapat memberikan proses pembentukan diri di masyarakat sesuai dengan pergaulan pada lingkungan.

#### c. Sekolah

Sekolah berdampak kuat pada pembentukan harga diri. Keadaan yang terputus sejak masuk dari tingkat sekolah dasar menuju sekolah lanjutan yang lebih tinggi dapat menyebabkan menurunnya harga diri yang di pengaruhi oleh lingkungan sekolah tempat mereka belajar.

Kemudian menurut Bachman dan O'malley (dalam Gerald, 1979) faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri adalah:

#### a. Sosial Ekonomi

Seseorang individu yang memiliki tingkat sosial ekonomi tinggi akan dengan mudah mendapatkan semua hal yang harus dimilikinya. Status ekonomi pun sangat berpengaruh di masyarakat sebagai status sosial yang di pandang tinggi.

## b. Pendidikan

Individu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi peningkatan harga dirinya. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberi respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang, akan berpikir sejauh mana keuntungan yang mungkin akan mereka peroleh dari gagasan tersebut.

## c. Kemampuan Perorangan

Individu yang memiliki kemampuan menyelesaikan suatu pekerjaan sulit seseorang diri tanpa ada bantuan oleh orang lain maka dia akan lebih mudah di hargai oleh orang lain.

Selain faktor-faktor di atas coopersmith (dalam Handayani, 2004) juga menambahkan bahwa suku, agama, pengalaman-pengalaman hidupnya dan jenis kelamin dapat mempengaruhi harga dirinya, dimana ia mengatakan bahwa pembentukan harga diri dipengaruhi beberapa faktor-faktor yang terdiri dari:

### a. Penerimaan dan Penolakan Diri

Individu yang mengalami perasaan berharga dan memiliki penilaian positif dan negatif tentang dirinya lebih baik atau buruk dari sifat yang dibawanya saat menjalin sebuah hubungan sosial.

### b. Kepemimpinan dan Popularitas

Penilaian atas keberartiaan diri diperoleh individu saat ini harus berperilaku sesuai dengan tuntutan dalam lingkungan sosialnya dalam situasi bersaing ini

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

individu akan menerima dirinya serta membuktikan seberapa besar pengaruh dirinya terhadap teman sebaya di lingkungan sosialnya.

c. Keterbukaan dan kecemasan

Seseorang individu cenderung untuk bersifat tegas dan terbuka dalam menerima keyakinan, nilai-nilai, sikap dan aspek moral dari seseorang maupaun lingkungan tempat ia berada, jika dirinya diterima dan dihargai sebaliknya individu akan mengalami bila dirinya ditolak oleh lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi pembentukan harga diri adalah kelas sosial, orang tua atau keluarga, interaksi sosial, agama, suku, pengalaman-pengalaman hidupnya dan jenis kelamin. Selain itu sosial ekonomi, pendidikan kemampuan perorangan dan juga faktor penerimaan dan penolakan diri dari lingkungan sosial, kepemimpinan dan popularitas, keterbukaan dan kecemasan, ikut berpengaruh dalam pertumbuhan dan perkembangan harga diri.

#### 4. Ciri - Ciri Harga Diri

Menurut cooper smith (1967) terdapat beberapa ciri- ciri harga diri individu yang dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Harga Diri Tinggi (Positif)

Menganggap dirinya sendiri sebagai orang yang berharga dan sama baiknya dengan orang lain yang sebaya dengan dirinya serta menghargai orang lain. Ciri-ciri individu yang memiliki harga diri yang tinggi yaitu : (a). Dapat mengontrol tindakan-tindakannya terhadap dunia diluar dirinya dan dapat

menerima kritik dengan baik. (b). Menyukai tugas baru dan menantang serta tidak cepat putus asa bila segala sesuatu terjadi diluar rencana. (c). Tidak menganggap dirinya sempurna melainkan tahu keterbatasan dan mengharapkan adanya pertumbuhan dalam dirinya. (d). Lebih bahagia dan efektif menghadapi tuntutan dari lingkungan. (f). Memiliki sikap-sikap demokratis serta orientasi realistis.

#### b. Harga Diri Sedang

Ciri-ciri individu yang memiliki harga diri sedang berada diantara harga diri tinggi dan rendah, individu ini dalam beberapa hal mereka mendekati ciri-ciri individu dengan harga diri tinggi, menurut coopersmith (1976) individu dengan harga diri yang sedang akan memandang dirinya lebih baik dari kebanyakan orang tetapi tidak sebaik dari beberapa individu yang dipandang luar biasa.

#### c. Harga Diri Rendah

Ciri-ciri individu yang memiliki harga diri rendah adalah : (a). Menganggap diri sebagai orang yang tidak berharga dan tidak disukai, sehingga takut gagal untuk melakukan hubungan sosial. (b). Tidak yakin terhadap pendapat dan kemampuan diri sendiri sehingga kurang mampu mengekspresikan dirinya serta dianggap tidak tahu pekerjaan orang lain lebih baik dari pada dirinya. (c). Tidak menyukai sesuatu hal atau tugas yang baru, sehingga akan sulit bagi dirinya untuk menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang belum jelas bagi dirinya. (d). Merasa tidak banyak yang dapat diharapkan dari dirinya, baik yang menyangkut masa kini maupun masa mendatang, sehingga sebagai orang yang putus asa. (e). Merasa bahwa orang lain tidak memberikan perhatian pada dirinya.

Selanjutnya Myers dan Myers (dalam Churaishin, 2004) membagi ciri-ciri harga diri berdasarkan tinggi rendahnya harga diri. Individu yang memiliki harga tinggi memiliki kecenderungan karakteristik sebagai berikut: menghormati pada diri sendiri, menganggap dirinya berharga dan tidak menganggap dirinya sempurna. Ini sebuah gambaran ciri-ciri pada seseorang baik dan buruknya harga diri. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa ciri -ciri harga diri tiga yang terdiri: harga diri tinggi, harga diri sedang dan harga diri rendah.

### 5. Aspek- Aspek Harga Diri

Symond ( dalam Nurahma, 2008) mengatakan ada 4 aspek yang terkandung di dalam harga diri yaitu; bagaimana orang mengamati dirinya sendiri, bagaimana orang berfikir tentang dirinya sendiri, bagaimana orang menilai dirinya sendiri, bagaimana orang berusaha dengan berbagai cara untuk menyempurnakan dan mempertahankan dirinya.

Selain itu Coopersmith (1967) menyatakan bahwa kondisi yang dapat mempengaruhi perkembangan harga diri adalah melalui pengalaman yang memiliki 4 aspek yaitu:

1. Aspek kemampuan (*Power*) dalam arti kemampuan individu untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain. Kemampuan ini ditandai dengan adanya penerimaan, penghargaan yang diterima individu dari orang lain dan besarnya sumbangan orang lain dari pikirannya atau pendapat dan kebenarannya.

2. Aspek keberartian (*Significance*) yaitu adanya kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Hal tersebut merupakan penghargaan dan minat dari orang lain dan pertanda penerimaan dan populeritas. Keadaan tersebut ditandai dengan kehangatan, keikutsertaan, perhatian, kesukaan orang lain terhadapnya. Penerimaan orang tua akan nampak mempengaruhi dukungan dan dorongan akan sesuatu yang dibutuhkan dan krisis yang dialami. Orang tua selayaknya menyatakan dengan ketertarikan aktivitas pemikiran anak, ekspresi perasaan dan persahabatannya. Sehingga anak merasa aman melalui sikap orang tua. Dampak dari pengasuhan dan ekspresi cinta memberikan pengaruh kuat yang merupakan refleksi penghargaan yang dari orang lain.
3. Aspek ketaatan (*virtue*) mengikuti standar sosial dan etika yang ditandai dengan ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan atau yang diharuskan oleh moral, etika dan agama.
4. Aspek keberhargaan (*competence*) yaitu kemampuan dalam memenuhi tuntutan prestasi ditandai dengan keberhasilan individu dalam mengerjakan bermacam-macam tugas dengan baik dari tingkatan yang tinggi dan usia yang berbeda.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat ditarik simpulan bahwa aspek-aspek yang terkandung didalam harga diri yaitu aspek kemampuan (*power*), aspek keberhasilan (*Significance*), aspek ketaatan (*virtue*), aspek keberhargaan (*competence*). Bagaimana seseorang itu mengamati, berfikir, menilai serta

mempertahankan dirinya sendiri sehingga mampu menerima dirinya, berinteraksi dengan lingkungan dan orang lain serta terhadap pekerjaan dan prestasinya, juga mencakup perasaan disertakan, perasaan mampu dan perasaan berharga.

#### **D. Hubungan Harga Diri Dengan *Subjective Well-Being* Pada Siswa**

Masa remaja merupakan saat bagi seseorang untuk memperluas pengalaman sosialnya karena sepanjang masa remaja hubungan sosial semakin tampak jelas dan dominan. Kesadaran akan kesunyian menyebabkan siswa berusaha mencari kompensasi dengan mencari hubungan dengan orang lain atau berusaha mencari pergaulan. Pengalaman sosial akan dipengaruhi suatu kemampuan untuk memahami situasi sosial yang bermacam-macam. Remaja ingin diakui eksistensinya oleh lingkungannya dengan cara berusaha menjadi bagian dari lingkungan itu. Kebutuhan untuk diterima dan menjadi sama dengan orang lain yang sebaya menyebabkan remaja berusaha untuk mengikuti berbagai atribut populer dilingkungannya termasuk dikelompoknya (Hurlock, 2002).

Untuk dapat mengetahui seseorang bahagia atau tidak, orang tersebut akan diminta untuk menjelaskan tentang keadaan emosinya dan bagaimana perasaannya tentang dunia sekitar dan dirinya sendiri. Jadi tampak bahwa ada aspek afektif yang terlibat saat seseorang mengevaluasi kebahagiaannya, Sedangkan dalam menilai kepuasan hidup lebih melibatkan aspek kognitif karena terdapat penilaian yang dilakukan secara sadar. Siswa yang indeks *subjective well-being*-nya tinggi puas dengan hidupnya dan sering merasa bahagia, serta jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti sedih atau marah. Sebaliknya,

Siswa yang indeks *subjective well-being*-nya rendah adalah orang yang kurang

puas dengan hidupnya, jarang merasa bahagia, dan lebih sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan, seperti marah atau cemas (dalam Diener, dkk 2000).

Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang pandai di sekolah memiliki harga diri yang tinggi sehingga mengarahkan mereka dalam mencapai kesejahteraan subjektif. Ini dapat diprediksi, apabila remaja mendapat tekanan dari sekolah dalam pencapaian prestasi maka dapat berpengaruh terhadap harga dirinya dan kebahagiaannya.

Meskipun dinilai dari kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup, tetapi *subjective well-being* bukanlah istilah yang sinonim dengan kesehatan mental atau kesehatan psikologis. Misalnya pada orang yang mengalami delusi, meskipun tidak dapat memahami kenyataan seperti apa adanya tetapi ia dapat merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam hidupnya. *Subjective well-being* dapat diprediksikan dengan melihat beberapa variabel yang berkaitan dengan kepuasan dalam hidup dan kebahagiaan. Variabel-variabel tersebut adalah *self esteem* yang positif, memiliki kontrol pribadi (*personal control*), derajat ekstroverasi, optimisme, hubungan sosial yang positif, serta makna dan tujuan dalam hidup Cambel (dalam Nurahma, 2008).

Menurut Cambel (dalam Diener, 2000) menyatakan *self esteem* (harga diri) yang positif merupakan variabel yang terpenting dalam *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) karena evaluasi terhadap diri akan mempengaruhi tingkat kinerja akademik siswa di sekolah dengan menilai kepuasan dalam hidup dan kebahagiaan yang mereka rasakan. Siswa yang memiliki *self esteem* rendah cenderung tidak akan merasa puas dengan hidupnya dan tidak akan merasa



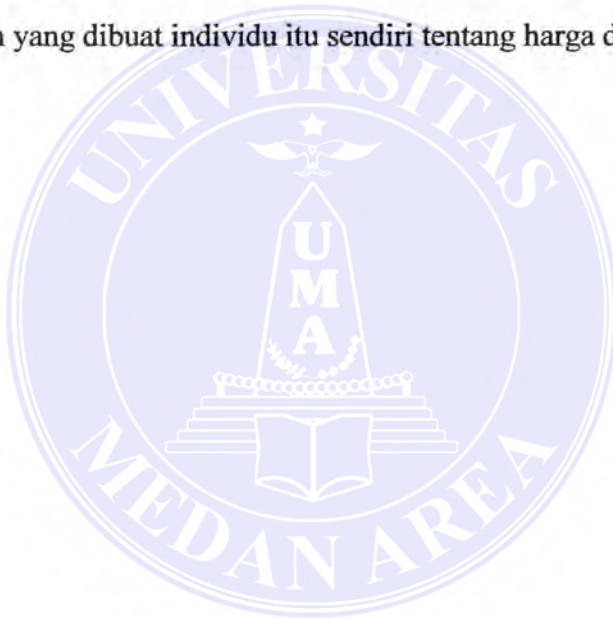
bahagia, *self esteem* yang positif berasosiasi dengan fungsi adaptif dalam setiap aspek kehidupan (Coopersmith dalam Karina, 2004).

kontrol pribadi merupakan keyakinan individu bahwa siswa dapat memaksimalkan hasil yang bagus dan atau meminimalkan hasil yang jelek. Dengan keyakinan ini maka seseorang dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, memilih hasil yang diinginkan, menghadapi konsekuensi dari pilihannya, dan memahami serta menginterpretasikan hasil dari pilihannya. Jadi kontrol pribadi dapat membantu seseorang untuk mewujudkan apa yang diinginkannya, yang kemudian dapat membawa kepuasan akan hidupnya.

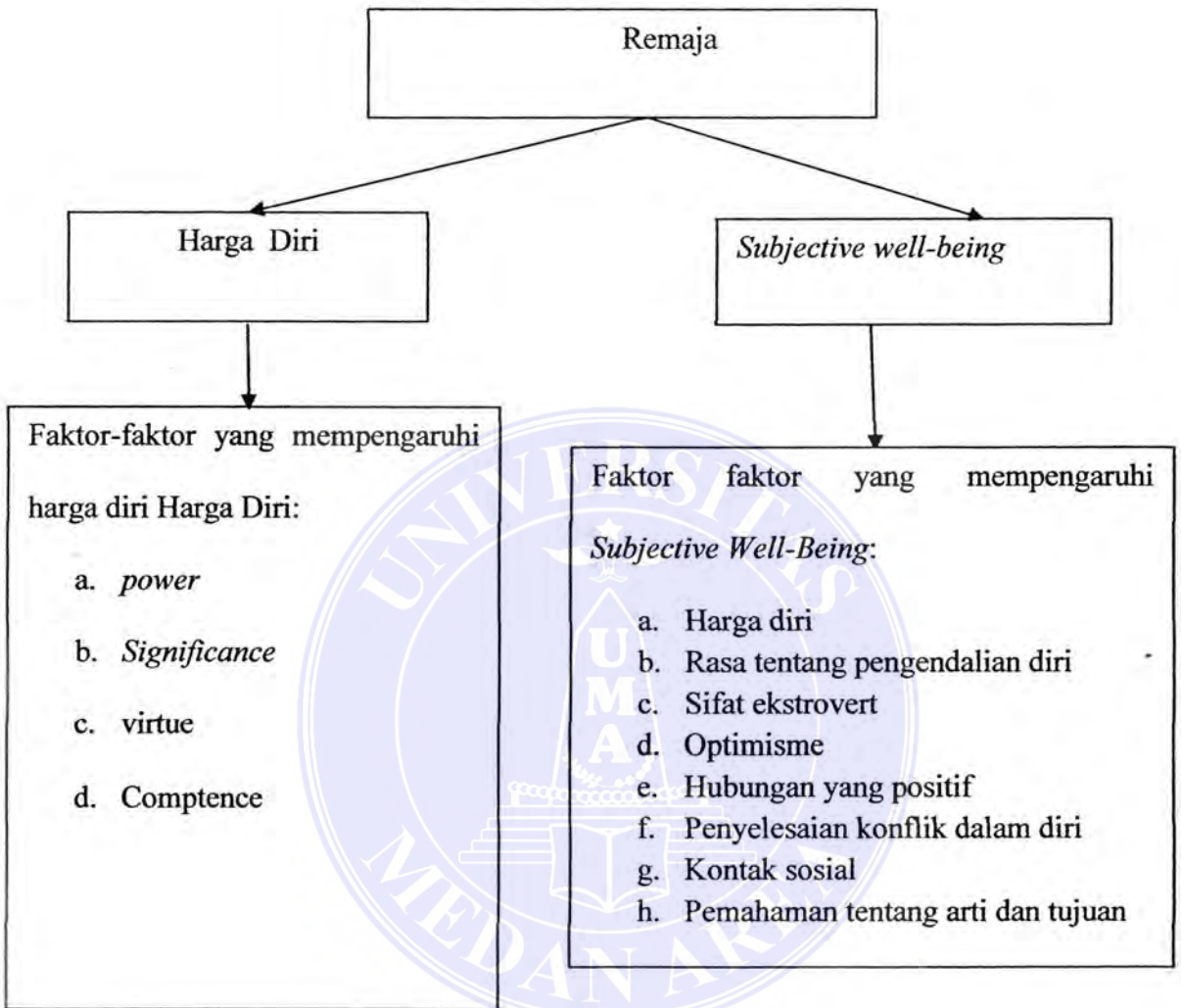
Penelitian yang dilakukan Diener, Oishi, dan Lucas (2002) meneliti tentang hubungan antara kepribadian, kebudayaan dan *subjective well-being* (SWB). *Subjective well-being* adalah evaluasi emosional dan kognitif individu tentang hidup mereka, mencakup kebahagiaan, kedamaian, pemenuhan, dan kepuasan hidup. Disposisi kepribadian seperti harga diri mempunyai pengaruh yang berarti terhadap tingkat *subjective well-being* seseorang (Diener, dkk, 2002). siswa yang memiliki derajat ekstroversi tinggi tertarik dengan hal-hal di luar dirinya, seperti lingkungan sosial. Siswa yang *extrovert* diprediksikan akan mempunyai *subjective well-being*, karena ia lebih mampu bersosialisasi dibanding orang yang *introvert*. Menurut penelitian Cambel (dalam karina, 2004) menunjukkan banyaknya sahabat yang dimiliki akan berkaitan dengan *well-being*. Hal ini terjadi karena dengan semakin banyaknya relasi yang dimiliki, maka semakin besar kesempatannya untuk menjalin relasi yang positif dengan orang

lain dan semakin besar kesempatannya untuk mendapatkan rasa senang dan puas terhadap kebahagiaannya dari orang lain maka semakin tinggi harga diri yang dimilikinya.

Jadi berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal-hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupan secara menyeluruh dan batas-batas area utama yang mereka anggap penting dalam hidup berdasarkan suatu standar atau patokan yang dibuat individu itu sendiri tentang harga dirinya.



### E.Kerangka Konseptual



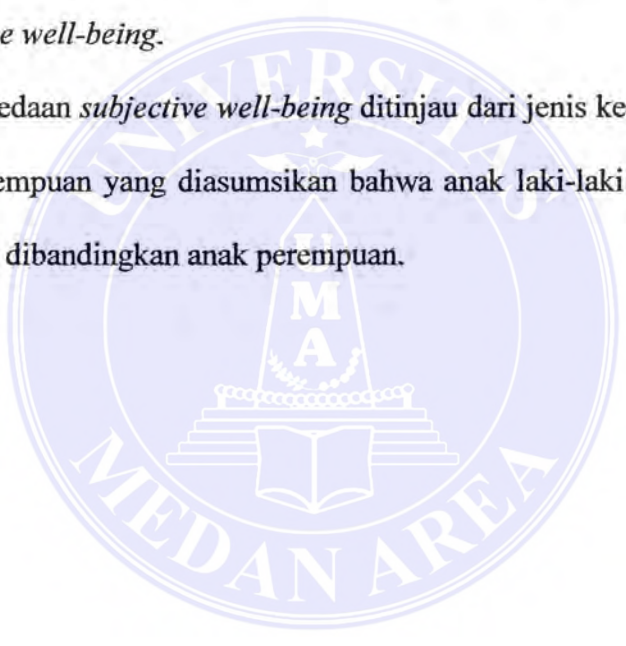
## F. Hipotesis

Dari uraian diatas dari teori yang mendukung penelitian ini, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut :

(1). ada hubungan positif antara harga diri dengan *subjective well-being*.

Dengan asumsi bahwa semakin tinggi harga dirinya maka semakin tinggi *subjective well-being*, Sebaliknya semakin rendah harga dirinya maka semakin rendah pula *subjective well-being*.

(2). ada perbedaan *subjective well-being* ditinjau dari jenis kelamin antara laki-laki dengan perempuan yang diasumsikan bahwa anak laki-laki lebih tinggi *subjective well-being* dibandingkan anak perempuan.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

Dalam metode penelitian ini diuraikan mengenai identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel penelitian, populasi dan metode pengambilan sampel, metode pengumpulan data, metode analisis instrumen serta metode analisis data.

#### A. Identifikasi variabel penelitian

Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan hipotesis penelitian maka yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel bebas : Harga diri
2. Variabel terikat : *Subjective well-being*
3. variable moderator : jenis kelamin  
- laki-laki dan perempuan

#### B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Setelah variabel-variabel penelitian didefinisikan, langkah selanjutnya yang harus ditempuh seorang peneliti adalah merumuskan definisi operasional dari variabel penelitian ini sebagai berikut:

1. *Subjective Well-being* adalah suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seseorang yang diasosiasikan dengan diperolehnya perasaan menyenangkan.

Terdapat dua indikator dalam menelaah *Subjective Well-being* dalam diri seseorang yaitu evaluasi afektif baik positif maupun negatif dan evaluasi kognitif.

2. Harga diri adalah penilaian individu yang diberikan kepada dirinya yang meliputi penilaian positif maupun negatif yang dinyatakan melalui sikap menghargai atau tidak menghargai dirinya sendiri dan dimunculkan dalam bentuk suatu penilaian terhadap diri sendiri yang mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga. Harga diri dalam penelitian ini diungkapkan dengan skala harga diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek harga diri yaitu *power, significance, virtue, competence*.

3. Jenis kelamin adalah sifat kategori biologis yang dibawa sejak lahir sebagai laki-laki dan perempuan. perempuan dan laki-laki memiliki tingkat kebahagiaan cenderung dikaitkan dengan emosi yang di ekspresikan secara eksternal, seperti gangguan kepribadian, antisosial, marah dan kecanduan alcohol. Pada akhirnya dampak dari jenis kelamin hanya 1 persen variabilitas kebahagiaan dimasyarakat.

### C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah totalitas dari semua subjek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti (Hasan, 2002). Menurut Komaruddin (dalam Mardalis, 2002), populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel. Pada kenyataan populasi itu adalah sekumpulan kasus yang perlu memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan

dengan masalah penelitian kasus-kasus tersebut dapat berupa manusia, barang, hewan, hal atau peristiwa yang memiliki karakteristik tertentu yang merupakan suatu penelitian.

Menurut Arikunto (2000), apabila subjek penelitian kurang dari 100 orang sebaliknya diambil semua. Apabila lebih maka disarankan mengambil 10-30 % dari jumlah populasi yang ada. Populasi yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah para siswa laki-laki kelas I dan II SMA Sinar Husni Medan, yang berusia 15 sampai 17 tahun sebanyak 258 orang yang meliputi laki-laki sebanyak 110 dan perempuan sebanyak 148 orang.

## 2. Sampel dan teknik pengambilan sampel penelitian

Suatu populasi biasanya sangat luas, sehingga tidak mungkin untuk mengambil seluruhnya sebagai subjek penelitian. Karena berbagai keterbatasan, antara lain dalam segi waktu dan kemampuan, sehingga hanya dapat meneliti sebagian dari populasi. Menurut Hasan (2002), sampel adalah bagian dari populasi yang diambil melalui cara-cara tertentu yang juga memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang bisa dianggap mewakili populasi.

Hasil dari penelitian diharapkan dapat digeneralisasi kepada seluruh populasi. Menurut Hadi (2001) syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian harus dapat mencerminkan keadaan populasinya. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 150 orang siswa laki-laki dan perempuan kelas I, dan II, SMA Swasta Sinar Husni Medan.

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *Random Sampling*. *Random Sampling* adalah semua subjek yang memiliki ciri

dan karakteristik yang ditentukan memiliki kesempatan untuk menjadi sampel penelitian dengan cara undian secara acak.

#### D. Metode Pengumpul Data

Metode pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode angket dan skala psikologi. Angket adalah metode penelitian dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan sedemikian rupa sehingga calon responden hanya tinggal mengisi atau menandai dengan mudah dan cepat.

Menurut Hadi (2001) penggunaan metode angket sebagai alat pengumpulan data didasarkan pada pertimbangan :

1. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri
2. Hal-hal yang dinyatakan oleh subjek kepada penelitian adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan adalah sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti. Untuk mengungkapkan harga diri dengan *subjective well-being*, maka penelitian ini menggunakan skala yang dirancang oleh penulis sendiri, yaitu:

##### 1. Skala Harga Diri

Skala harga diri dalam penelitian disusun berdasarkan aspek Coopersmith ( 1967) yaitu : aspek-aspek *power, significance, virtue, competence*. Skala diatas disusun berdasarkan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Setiap butir pernyataan yang disusun dibuat dalam bentuk favourable dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/8/24



unfavourable. Penilaian butir favourable bergerak dari nilai empat untuk jawaban “SS”, nilai tiga untuk jawaban “S”, nilai dua untuk jawaban “TS”, dan nilai satu untuk jawaban “STS”. Penilaian butir unfavourable bergerak dari nilai satu untuk jawaban “SS”, nilai dua untuk jawaban “S”, nilai tiga untuk jawaban “TS” dan nilai empat untuk jawaban “STS”.

## 2. Skala *subjective well-being*

Skala *subjective well-being* dalam penelitian disusun berdasarkan aspek-aspek *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Menurut Ed Diener (dalam Ariati, 2010), seorang psikolog yang sudah lama mengkaji mengenai *subjective well-being*, mengatakan bahwa ada dua aspek yang harus dipertimbangkan saat menelaah apakah seseorang telah mengalami kebahagiaan, yaitu: afektif dan kognitif.

Skala diatas disusun berdasarkan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Setiap butir pernyataan yang disusun dibuat dalam bentuk favourable dan unfavourable. Penilaian butir favourable bergerak dari nilai empat untuk jawaban “SS”, nilai tiga untuk jawaban “S”, nilai dua untuk jawaban “TS”, dan nilai satu untuk jawaban “STS”. Penilaian butir unfavourable bergerak dari nilai satu untuk jawaban “SS”, nilai dua untuk jawaban “S”, nilai tiga untuk jawaban “TS” dan nilai empat untuk jawaban “STS”.

## E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas dan reliabilitas memiliki peran penting dalam penelitian, sebelum alat ukur tersebut digunakan harus diuji terlebih dahulu apakah alat itu valid atau tidak.

### 1. Validitas

Validitas didefinisikan sebagai ketepatan dan kecermatan alat ukur menjalankan fungsi pengukuran. Suatu alat ukur dapat memberikan hasil pengukuran yang sesuai dengan maksud dan tujuan diadakan pengukuran (dalam Azwar, 2004).

Teknik kolerasi yang dipergunakan adalah kolerasi *product moment* dari person dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{[(\sum X^2) - \frac{(\sum X)^2}{N}][\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}]}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi butir dengan total.

$\sum X$  = Jumlah skor butir

$\sum Y$  = Jumlah skor total

$\sum XY$  = Nilai hasil perkalian variabel butir dengan total

$N$  = Jumlah subjek

Selanjutnya untuk menghindari terjadinya *over estimate* (kelebihan bobot) yang disebabkan skor setiap butir terikat komponen skot total, maka hasil yang dapat dari kolerasi *product moment* harus dikolerasikan kembali dengan menggunakan kolerasi *Part Whole* (Hadi, 2006).

Adapun formula *Part Whole* adalah sebagai berikut:

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy}) \cdot (SD_y) \cdot (SD_x)}{\sqrt{(SD_x)^2 + (SD_x)^2 - 2(r_{xy}) \cdot (SD_x) \cdot (SD_y)}}$$

Keterangan :

- $r_{bt}$  = Koefisien korelasi setelah dikoreksi dengan *Part Whole*
- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi sebelum dikoreksi (*product moment*)
- $SD_x$  = Standar Deviasi butir
- $SD_y$  = Standar Deviasi total

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Artinya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subyek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama. Pengertian relatif menunjukkan adanya toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil pengukuran (Azwar, 1992). Teknik analisis reliabilitas yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah analisis varians dari Hoyt. Konsep dalam teknik analisis Hoyt adalah memandang

analisis varians dari Hoyt. Konsep dalam teknik analisis Hoyt adalah memandang distribusi item keseluruhan subyek sebagai data pada suatu desain eksperimen factorial dua jalan yang dikenal pula sebagai item *by subyek design*. Artinya setiap item dianggap sebagai suatu treatment atau perlakuan yang berbeda sehingga setiap kali subyek dihadapkan pada suatu item seakan-akan ia berada pada suatu perlakuan yang berbeda. Dalam hal ini banyaknya item merupakan banyaknya perlakuan.

Rumus Analisa Varian Hoyt adalah:

$$r_u = 1 - \frac{MK_1}{MK_S}$$

Keterangan :

- $r_u$  : Koefisien reliabilitas Hoyt
- $MK_1$  : Rerata kuadrat kesalahan yaitu rata kuadrat interaksi subjek dengan butir
- $MK_S$  : Rerata kuadrat antara subjek
- 1 : Nilai konstanta

Alasan digunakan tehnik realibilitas dari Varian Hoyt ini adalah:

1. jenis data kontinyu
2. tingkat kesukarannya seimbang
3. merupakan tes kemampuan (*power test*) bukan tes kecepatan (*speed test*)

### F. Metode Analisis Data

Analisa yang dipakai dalam penelitian ini ialah product moment tehnik kolerasi dari Karl Person. Alasan digunakan tehnik kolerasi ini untuk melihat hubungan antara variabel bebas (harga diri) dengan variabel terikat (*Subjective well-being*). Formula dari tehnik *product moment* (Hadi, 2006) dimaksudkan adalah:

Adapun rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{(\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N})(\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N})}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = koefisien kolerasi antara variabel bebas dengan variabel terikat
- $\sum xy$  = jumlah dari hasil perkalian antara variabel x dengan variabel y
- $\sum x$  = jumlah skor variabel bebas
- $\sum y$  = jumlah skor variabel terikat
- $\sum x^2$  = jumlah kuadrat skor x
- $\sum y^2$  = jumlah kuadrat skor y
- N = jumlah subjek

$$t - test = \frac{\overline{X_1} - \overline{X_2}}{SD_{bm}}$$

#### Keterangan

- $X_1$  = Rerata Kelompok I Pria  
 $X_2$  = Rerata Kelompok II Wanita  
 $N$  = Jumlah Subjek Sampel  
 $SD_{bm}$  = Standard Deviasi Perbedaan Mean

Sebelum melakukan analisis data, semua data yang telah diperoleh dari subyek penelitian terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, yang meliputi :

#### a. Uji Normalitas Sebaran

Yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variabel telah menyebar secara normal.

#### b. Uji Linearitas

Yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas (harga diri) memiliki hubungan yang linear dengan variabel tergantung (*subjective well-being*).

Semua data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan computer program SPSS (seri program statistik) Edisi Sutrisno Hadi dan Yuni Pamardingsih Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Versi IBM/IN, Hak Cipta © 2000, dilindungi undang-undang.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berpedoman pada hasil dan pembahasan yang telah dibuat maka dapat disimpulkan hal hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan dengan *subjective well-being*. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,494$  dengan  $p < 0,050$ . Artinya semakin positif harga diri maka semakin tinggi *subjective well-being*.
2. Tidak ada perbedaan *subjective well-being* antara laki-laki dan perempuan melihat dari perbandingan nilai rata-rata untuk laki-laki dan perempuan yaitu 92,2674 dan 91,1719 dengan  $p > 0,01$
3. *Subjective well-being* pada siswa SMA Sinar Husni Medan dinyatakan tinggi dan memiliki harga diri yang tinggi. Hasil SD dari *subjective well-being* 4,79653 dengan mean hipotetiknya 80 dan mean empiriknya 91,8000. Selanjutnya SD harga diri 3,71961 dari hasil mean hipotetiknya 55 dan mean empiriknya 64,5067.
4. Adanya kontribusi hubungan harga diri terhadap *subjective well-being* sebesar 24,4 % dan sisanya ada di faktor harga diri lainnya sebesar 75,6%

## B. Saran

### 1. Saran kepada pihak sekolah

Melihat sikap para siswa disekolah maka disarankan kepada pihak sekolah agar lebih memperhatikan kondisi para siswa. Hendaknya pihak sekolah lebih memfokuskan perhatian pada siswa-siswi yang mengalami masalah, khususnya pada siswa yang merosot nilainya disekolah. Salah satu cara yang dapat ditempuh oleh pihak sekolah adalah dengan memberikan les atau pelajaran tambahan pada siswa yang mengalami ketidakbahagiaan. Dengan les tambahan ini diharapkan komunikasi interpersonal dengan guru menjadi lebih baik dan dapat menimbulkan perubahan sikap siswa terhadap lingkungan disekitarnya yang awalnya negatif menjadi positif. Juga disarankan kepada pihak sekolah agar bisa mengevaluasi siswa-siswi yang mengalami masalah.

### 2. Saran kepada para Orang tua

Berpedoman pada hasil penelitian diatas yang menyatakan bahwa para siswa memiliki sikap yang negatif terhadap masalah pada dirinya, maka disarankan kepada para orangtua untuk membimbing anak agar selalu memberikan penilaian yang positif di dalam hidupnya. Serta meningkatkan penguasaan ajaran agama dengan kemampuan mereka masing-masing.

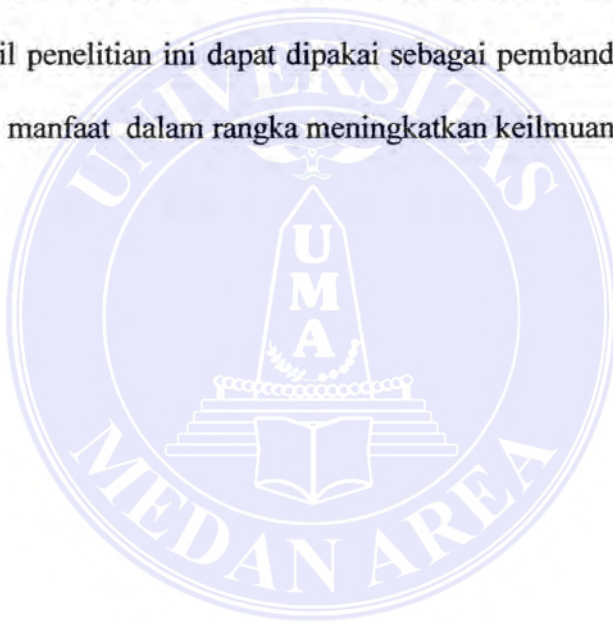


### 3. Saran kepada subjek penelitian

Disarankan kepada siswa agar terus selalu bersikap positif dan memperbaiki akhlak dan meningkatkan ilmu agamanya dengan teratur dalam hidupnya.

### 4. Saran kepada peneliti selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya yang berminat melanjutkan penelitian ini perlu pengembangan lebih lanjut dengan penelitian lainnya, sehingga hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai pembandingan dan dapat memberikan manfaat dalam rangka meningkatkan keilmuan.



## DAFTAR PUSTAKA

Anindjayati, M. dan Karima, W 2004. *Hubungan Tingkat Self Esteem dengan Kecenderungan Berbohong Saat Chatting*. Jurnal Psikologi UGM Vol 3 No 1 Tahun 2004.

Ariati, J. 2010. *Subjective Well-being dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar di Lingkungan Fakultas Psikologi Undip..* Jurnal Psikologi Undip Vol.8 No. 2, Oktober 2010.

Arikunto, S. 2000. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi V. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

\_\_\_\_\_. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Azwar, S . 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

\_\_\_\_\_. 1992. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Branden, N. (2001). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta : Dela Pratasa Publisng.

Burn. (1999). *Self Esteem*. USA : McGraw Hill. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 7 April 2012

Campton, W. C. 2005. *Introduction to Positive Psychology*: (online), ([www.Psychology.sunysb.edu/positivepsychology/online/inge\\_origins.pdf](http://www.Psychology.sunysb.edu/positivepsychology/online/inge_origins.pdf), diakses 10 Maret 2012).

Coopersmith, S. 1967. *The Antecedent of Self Esteem* San Fransisco : W. H. Freeman and Company *Developmental Psychology*, (online), ([www.Psychology.sunysb.edu/selfesteem/online/inge\\_origins.pdf](http://www.Psychology.sunysb.edu/selfesteem/online/inge_origins.pdf), diakses 9 April 2012).

Carolina, H. 2000. *Hubungan Harga Diri dengan Motivasi Pada Siswa SLTP*. Jurnal Psikologi Vol 6 No 1 Psikologi Yogyakarta UGM

Churaisin, S. E. (2004). *Hubungan antara Harga Diri Dengan Kenakalan Remaja Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. (online), ([www.Psychology.sunysb.edu/SelfEsteem/online/inge\\_origins.pdf](http://www.Psychology.sunysb.edu/SelfEsteem/online/inge_origins.pdf), diakses 10 April 2012).

Diener E, & Scollon. (2003). *Subjective Well-being is Desirable shape perceptions of social support : Evidence from experimental and*

observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*. Volume 87, 363-383. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 8 April 2012).

Diener, E. D. (2002). *Subjective Well-being : Three Decades of Progress* *Journal of Personality and Social Psychology* .New York : The Guildford Press. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 19 Maret 2012).

Diponegoro, A. M. (2006). *Peran Stress Managemen Terhadap Kesejahteraan Subjektif*. Fakultas Psikologi Ahmad Dahlan Yogyakarta: Jurnal Humanitas Vol. 3 No. 2 Tahun 2006.

Erlangga, W. S. 2007. *Subjective Well-being Pada Lansia Penghuni Panti Jompo*. Jurnal Psikologi Kesejahteraan Subjektif Fakultas Guna Darma Jakarta Vol. 4 No.2 Tahun 2007.

Gatari, E. 2008. *Hubungan antara Perceseid Social support dengan Subjective Well-being*. Jurnal Universitas Indonesia Vol 1, No 2.Tahun 2008.

Gunarsa, S. 2000. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.

Hadi, S. (2006). *Metodologi Reserch Jilid I, II, III untuk penulisan laporan skripsi, tesis dan disertasi*. Yogyakarta : Penerbit Andi.

Herkusumaningtyasrini, A.F. 2001. *Harga Diri dan Konsep Diri*. Jurnal Psikologi no.1, 917. Universitas Gajah Mada. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 19 April 2012).

Hurlock, E.B.2002. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan Edisi V*. Jakarta. Erlangga.

Lyubormirsky, S. & Dickerhoof, D (2005). *Jurnal*. United States of America:Wadsworth.(online),([www.Psychology.sunysb.edu/attachment/online/inge\\_oigins.pdf](http://www.Psychology.sunysb.edu/attachment/online/inge_oigins.pdf),diakses 15 April 2012).

Monks, F. J. Kners A.M.P & Haditono, Siti Rahayu (2002). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Muba, W. 2009 *Predictor of Subjective Well-being* . *Journal of Positive psychology*(online),([www.Psychology.sunysb.edu/subjectivewellbeing/online/inge\\_oigins.pdf](http://www.Psychology.sunysb.edu/subjectivewellbeing/online/inge_oigins.pdf),diakses 10 April 2012).

- Meins, E. (1997). *Security of attachment and the social development of cognition*. Psychology Press Ltd, UK. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 29 Maret 2012).
- Nurahma. H 2008. *Hubungan Harga Diri dan Prestasi Belajar Pada Siswa SMKN 48 Jakarta Timur. Jurnal Psikologi Vol 10 No 2 Tahun 2008*. (<http://book.google.co.id>, diakses pada 29 Maret 2012).
- Papalia,D.E & Olds, S.W. 2004. *Human Developmant*. United States of America: Mc GrawHill. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 11 Maret 2012).
- Rufaedah, A. 2012. *Hubungan antara dengan dukungan sosial pada Siswa Self Construal dan Subjective well-being pada Etnis Jawa*. Tesis .Depok: Fakultas Psikologi UI.
- Russel, J.E A. 2008. *Promoting Subjective Well-being at* . Journal of Career Assesment,16: 118- 132. (<http://book.google.co.id>, diakses 29 Maret 2012).
- Sandah, T. 2012. *Hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri se pada siswa kelas satu SMK Negeri 2 Semarang*. Skripsi. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang Vol 1 No 1 Tahun 2012(online).([http://www.epsikologi.com/epsi/individual\\_detail.asp?id=390](http://www.epsikologi.com/epsi/individual_detail.asp?id=390), diakses 2 April 2012)
- Santrock, JW.2002. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup.: Jilid 1*. Terjemahan oleh Achmad Chusairi dan Juda Damanik. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J,W. 2003. *Adolescence (Edition9)*. New York: Mc Graw Hill Co, Inc. (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 29 Maret 2012).
- Sarwono, S. W. 2004. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Tambunan,R (2001)*Harga diri remaja*. ( Htt// [www.e-psikologi.com/akses](http://www.e-psikologi.com/akses) 2 April 2012 )
- Wang Muba. *Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Subjektif( Subjective- Wellbeing/http:// Wang Muba.Com/2011/12/11 Kesejahteraan Subjektif = Subjective Wellbeing/ Diakses Tanggal 10 Januari 2012*.

Wang Muba, Sudjana. *Kesejahteraan Subjektif ( Subjective Wellbeing)*, Evalupi Blogspot. Com/ 2011/12/11/ Psychological Wellbeing. Diakses Tanggal 10 Januari 2012.

Wang Muba. *Kebahagiaan Remaja di Tinjau dari Harga Diri dan Nilai Materialisme*. [http ;// Wang Muba. Com/ 2011/12/11 Kesejahteraan Subjektif = Subjective Wellbeing/](http://WangMuba.Com/2011/12/11/KesejahteraanSubjektif=SubjectiveWellbeing/) Diakses Tanggal 10 Januari 2012.

Sumber lain :

[Http: // www. Depsos. go . id](http://www.Depsos.go.id) di Tanggal Akses 12 Nopember 2010.

[Http: // www. Republika. Co id.](http://www.Republika.Co.id) Tanggal Akses 12 Nopember 2010.

[www. e- psikologi. Com](http://www.e-psikologi.Com) tanggal Akses 5 Desember 2010

