

## ***Self-esteem dan Prestasi Akademik sebagai Prediktor Subjective Well-being Remaja Awal***

*Masnida Khairat<sup>1</sup>, MG Adiyanti<sup>2</sup>*

Program Magister Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

**Abstract.** Purpose of this research to know role of self-esteem and academic achievement toward early adolescent's subjective well-being. Subject in this research was early adolescent aged 12 to 15 years number 326 students in junior high school. This research did in Padang, West Sumatra. The data was collected using early adolescent's subjective well-being, self-esteem scale, and documentation. Multiple regression analysis was used to analyze the data. The results of this research showed that self-esteem and academic achievement jointly can not predict early adolescent's subjective well-being. However, just self-esteem can predict early adolescent's subjective well-being. Self-esteem has contribution of 53,4% to early adolescent's subjective well-being.

*Keywords: academic achievement, adolescent's, self-esteem, subjective well-being*

**Abstrak.** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui peran *self-esteem* dan prestasi akademik terhadap *subjective well-being* remaja awal. Subjek penelitian adalah remaja awal yaitu berusia 12 hingga 15 tahun berjumlah 326 orang dan berada di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian ini dilakukan di kota Padang, Sumatera Barat. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *subjective well-being* remaja awal, skala *self-esteem*, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* dan prestasi akademik secara bersama tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Akan tetapi, hanya *self-esteem* yang dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. *Self-esteem* memiliki sumbangan efektif sebesar 53,4% terhadap *subjective well-being* remaja awal.

*Kata kunci: prestasi akademik, remaja awal, self-esteem, subjective well-being*

Masa remaja dinyatakan sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Individu yang berada di masa remaja biasanya akan mengalami perubahan baik secara fisik maupun psikologis dan remaja belum mampu menguasai fungsi fisik dan psikisnya (Mönks, Knoers, & Haditono, 2006). Perubahan tersebut terkadang menjadi hal yang sulit bagi

remaja untuk menyesuaikan diri (Ali & Asrori, 2010).

Mönks, Knoers, dan Haditono (2006) mengungkapkan masa remaja berlangsung dari usia 12 hingga 21 tahun, yang dibagi dalam tiga periode, yaitu masa remaja awal, masa remaja tengah, dan masa remaja akhir. Individu yang memasuki masa remaja awal akan dihadapkan dengan berbagai peralihan, yaitu yaitu peralihan ke masa pubertas, peralihan dalam hubungan orangtua-anak, sekolah, teman sebaya, serta kemam-

---

<sup>1</sup> Korespondensi mengenai isi artikel ini dapat dilakukan melalui: masnida.khairat@gmail.com

<sup>2</sup> Atau melalui: mg\_adi@ugm.ac.id

puan kognitif dan emosional (Ben-Zur, 2003).

Pubertas menjadi karakteristik dalam perubahan di masa remaja awal, yakni terjadi perubahan hormonal dan tubuh yang berlangsung cepat (Santrock, 2011). Pubertas ini akan memengaruhi perasaan dan hubungan remaja dengan orang-orang di sekitarnya (Ben-Zur, 2003). Selain itu, remaja awal memiliki gejala gangguan emosi dan gangguan perilaku yang lebih banyak daripada remaja akhir. Hal ini dikarenakan remaja awal belum memiliki kematangan dalam berpikir dan mengambil keputusan seperti remaja akhir (Agbaria, Ronen, & Hamama, 2012). Hal ini menyebabkan remaja cenderung memiliki *subjective well-being* yang rendah, yang terlihat dari hasil studi preliminari dengan subjek 117 siswa sekolah menengah pertama di Yogyakarta dan Solo bahwa belum semua responden memiliki *subjective well-being* yang tinggi.

*Subjective well-being* fokus pada studi mengenai kebahagiaan dan kepuasan yang mencakup *mood*, emosi, dan penilaian individu yang berubah sepanjang waktu (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). Pada remaja, *subjective well-being* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti hubungan dengan orangtua; struktur keluarga; dan tingkatan kelas, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor internal, seperti *self-esteem*, optimisme, prestasi akademik, dan harapan tentang masa depan (Ben-Zur, 2003; Wu & Zhou, 2010; Eryilmaz, 2011; Vera, Moallem, Vacek, Blackmon, Coyle, Gomez, Lamp, Langrehr, Luginbuhl, Mull, Telander, & Steele, 2012).

Pada masa remaja, individu mulai mengembangkan kemampuan kognitif yang baru dan lebih matang dalam memecahkan masalah. Piaget menyatakan remaja berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal, yang berarti remaja telah dapat berpikir secara abstrak, logis, dan

sistematik (Santrock, 2003). Selain itu, Erickson secara psikososial mengungkapkan remaja dianggap sebagai periode yang penting bagi individu untuk menemukan identitasnya (Joronen, 2005).

Remaja akan mulai menemukan identitas dan memiliki kesadaran diri, yakni salah satunya remaja mulai mengevaluasi dirinya sendiri ataupun berasal dari anggapan orang lain. Hal ini dikenal juga dengan istilah *self-esteem*. *Self-esteem* mengacu pada suatu penilaian individu mengenai kelayakan dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga (Coopersmith, 1967). Lebih lanjut, Guindon (2009) menyatakan *self-esteem* terdiri dari perasaan berharga dan penerimaan yang dikembangkan individu atas konsekuensi akan kesadaran kompetensi dan umpan balik dari luar diri.

Sebagian besar individu dengan *self-esteem* yang tinggi menjalani kehidupan yang bahagia dan produktif, sedangkan individu dengan *self-esteem* yang rendah memiliki persepsi negatif dalam memandang diri dan lingkungannya (Heartherton & Wyland, 2004). Pada masa remaja, *self-esteem* ditemukan mengalami penurunan terkait dengan pubertas, kapasitas remaja berpikir abstrak tentang dirinya dan masa depan, serta transisi ke konteks sosial yang lebih menantang (Robins & Trzesniewski, 2005). Penelitian longitudinal yang dilakukan selama 17 tahun di Norwegia menemukan *self-esteem* individu ketika usia 14 hingga 23 tahun cenderung tinggi dan stabil (Birkeland, Melkevik, Holsen, & Wold, 2012). Remaja yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan memiliki penilaian diri yang positif (Schraml, Perski, Grossi, & Simonsson-Sarnecki, 2011).

Teori *top-down* dari teori yang melandasi *subjective well-being* menegaskan individu memiliki pikiran yang positif dalam menafsirkan berbagai peristiwa dalam hidupnya

sehingga menimbulkan rasa bahagia dan kepuasan (Diener & Ryan, 2009). Pikiran positif yang dimaksud dalam teori ini berasal dari adanya kecenderungan yang melekat pada individu, yang dilihat pada *trait* kepribadian, sikap, atau cara individu menginterpretasikan pengalaman hidupnya (Compton, 2005). *Self-esteem* merupakan salah satu variabel kepribadian yang cukup konsisten berkaitan dengan *subjective well-being*.

Selain itu, masa remaja dinyatakan sebagai masa persiapan untuk peran di masa dewasa dan pentingnya prestasi di masa tersebut. Prestasi difokuskan pada perkembangan kognitif, kemampuan, minat, dan perilaku dari situasi yang evaluatif. Pada masa remaja khususnya, prestasi difokuskan pada kinerja remaja dalam bidang pendidikan dan harapan untuk kemajuan dalam pelajaran dan masa depan serta karir pekerjaan (Steinberg, 2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Prima-sari dan Yuniarti (2012) menemukan prestasi merupakan salah satu sumber kebahagiaan yang dimiliki remaja. Hasil penelitian yang lain juga menemukan remaja yang merasa bahagia dengan sekolah dan memiliki prestasi akademik yang baik akan berkontribusi pada *subjective well-being* remaja tersebut (Piko & Hamvai, 2010).

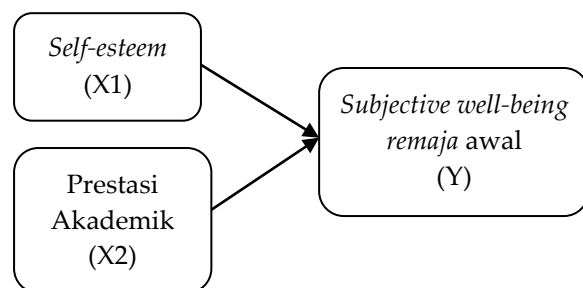
Pada remaja di Indonesia juga ditemukan prestasi sebagai salah satu faktor yang berkontribusi pada kebahagiaannya. Prestasi ini dibagi menjadi dua, yakni prestasi akademik dan non-akademik. Hal tersebut terlihat dari pernyataan remaja yang menunjukkan prestasi, yaitu memenuhi keinginan, memiliki nilai yang bagus, sukses dalam tugas, membuat orangtua bangga, diterima di sekolah favorit, membuat sebuah prestasi. menjadi orang yang sukses, mengalah orang lain, dan belajar ke luar negeri (Anggraeny, Yuniarti, Moordining-sih, & Kim, Tanpa Tahun).

Ketika individu dapat memenuhi tujuan tertentu, dalam *telic theories* dipandang individu tersebut akan memiliki *well-being* yang tinggi (Diener & Ryan, 2009). Remaja awal biasanya lebih fokus pada tujuan sekolah, yakni mendapat nilai atau prestasi yang baik (Massey, Gebhardt, & Garnefski, 2009). Tugas sekolah menjadi pengalaman yang berharga bagi remaja, sebanyak 82% dalam menimbulkan *subjective well-being* (Rask, Åstedt-Kurki, & Laippala, 2002).

Prestasi sekolah perlu dipertimbangkan karena pencapaian akademik dapat berpengaruh besar pada kehidupan dan kesehatan remaja. Prestasi akademik pada remaja usia 12 hingga 16 tahun secara positif terkait dengan *subjective well-being* remaja tersebut karena nilai yang tinggi mencakup hasil positif akan meningkatkan kepercayaan diri dan kesejahteraan (Nordlander & Stensöta, 2014).

Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini dapat dilihat bahwa *self-esteem* menjadi kondisi kepribadian pada remaja yang menimbulkan *subjective well-being*. Remaja yang menginterpretasikan atau menilai diri dan hidupnya secara positif akan membuatnya *well-being*. Prestasi akademik dipandang sebagai tujuan yang dicapai oleh remaja sesuai dengan standar di sekolah. Remaja akan memiliki *subjective well-being* ketika mampu mencapai prestasi akademik yang baik.

Hipotesis dari penelitian ini adalah *self-esteem* dan prestasi akademik dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal.



Gambar 1. Kerangka pemikiran penelitian

### *Subjective Well-Being*

*Subjective well-being* merupakan istilah umum untuk menggambarkan tingkat kesejahteraan pengalaman seseorang sesuai dengan evaluasi subjektif dari kehidupannya (Diener & Ryan, 2009). Dimensi dari *subjective well-being* mencakup dua, yaitu dimensi afektif berupa afek positif dan afek negatif, serta dimensi kognitif yaitu kepuasan hidup. Dimensi afektif mencerminkan sejumlah perasaan menyenangkan dan tidak menyenangkan yang dialami individu dalam kehidupannya. Selanjutnya, dimensi kognitif dari *subjective well-being* ini berupa evaluasi kognitif dari kepuasan berbagai domain dalam kehidupan seseorang Schimmack (2008). Oleh karena itu, dari konsep *well-being* dijelaskan *subjective well-being* dikaitkan dengan pendekatan *hedonic* (Deci & Ryan, 2008). Pendekatan *hedonic* menegaskan tentang pengalaman subjektif dari kebahagiaan atau kesenangan, yang dikenal juga dengan *subjective well-being* (SWB) yakni terdiri dari komponen afektif (afek positif dan negatif) dan kognitif atau kepuasan hidup (Mitchell, Vella-Brodrick, & Klein, 2010).

### *Self-Esteem*

*Self-esteem* mengacu pada suatu penilaian individu mengenai kelayakan dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga (Coopersmith, 1967). *Self-esteem* juga diartikan sebagai sikap, komponen evaluatif diri, dan penilaian yang afektif terdiri dari perasaan berharga dan penerimaan yang dikembangkan individu atas konsekuensi akan kesadaran kompetensi dan umpan balik dari luar diri (Guindon, 2009). Remaja cenderung memiliki perasaan *self-esteem* yang bersifat umum, yakni meyakini dirinya sebagai individu yang baik, yang cakap, atau pribadi yang tidak layak atau tidak bernilai (Ormrod, 2009).

Aspek-aspek dari *self-esteem* diungkapkan oleh Coopersmith (1967), yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi).

### *Prestasi Akademik*

Prestasi akademik merupakan penguasaan materi studi yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek kognitif berhubungan dengan intelektual, aspek afektif berhubungan dengan minat, sikap (keadaan emosi), dan aspek psikomotor berhubungan dengan keterampilan motorik Azwar (2007). Prestasi akademik ini juga diartikan dengan hasil dari evaluasi dan pengukuran pada performansi siswa melalui kuis dan penilaian tertulis, berupa angka atau nilai (Slavin, 2010). Bloom menyatakan bahwa pada pembahasan mengenai tes prestasi, ditekankan pada domain kognitif karena untuk domain afektif dan psikomotor dapat dilihat melalui jenis tes yang lain (Azwar, 2007). Fineburg (2009) menjelaskan prestasi akademik biasanya diukur melalui skor tes siswa, nilai mata pelajaran, skor tes yang terstandardisasi, atau hasil matrikulasi dari sekolah. Hendriks, Kuyper, Lubbers, dan Van der Werf (2011) menggunakan nilai siswa selama satu tahun ataupun di pertengahan tahun. Nilai ini berupa nilai dari hasil ujian di sekolah yang dianggap cukup mampu mengukur prestasi akademik siswa yang terkait juga dengan kegiatan siswa di sekolah.

## **Metode**

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja awal yang berusia 12 hingga 15 tahun yang berjumlah 326 orang. Subjek penelitian merupakan siswa dari tiga Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Padang, yaitu SMPN X Padang,

SMPN Y Padang, dan SMPN Z Padang, Sumatera Barat.

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan Skala *Subjective Well-Being* Remaja Awal, Skala *Self-Esteem*, dan dokumentasi.

*Skala Subjective Well-Being Remaja Awal*

Skala *subjective well-being* yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari skala *subjective well-being* remaja awal yang disusun oleh Sahupala, Khairat, Putri, dan Adiyanti (2014). Adapun koefisien reliabilitas dengan menggunakan *alpha Cronbach* sebesar 0,867.

*Skala Self-Esteem*

Skala *self-esteem* mengacu pada aspek-aspek *self-esteem* dari Coopersmith. Koefisien reliabilitas dengan menggunakan *alpha Cronbach* sebesar 0,824.

*Dokumentasi*

Prestasi akademik diketahui dan diukur melalui data dokumentasi. Penelitian ini menggunakan data dokumentasi dari nilai Ujian Akhir Semester (UAS). Pada ujian tersebut diujikan beberapa mata pelajaran, yaitu Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Kewarganegaraan, Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), Budaya Alam Minangkabau (BAM), serta Seni dan Budaya.

**H a s i l**

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa subjek penelitian berada pada rentang usia 12 hingga 15 tahun. Subjek penelitian lebih banyak berada pada usia 13 tahun, yaitu sebanyak 145 orang. Hal ini dikare-

nakan remaja awal biasanya pada jenjang sekolah menengah pertama rata-rata berusia 13 tahun.

Tabel 1  
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)
12 tahun	26	8,0
13 tahun	145	44,5
14 tahun	143	43,9
15 tahun	12	3,7
Total	326	100,0

Tabel 2 menunjukkan variabel *subjective well-being* remaja awal dan *self-esteem* memiliki nilai *F* hitung masing-masing sebesar 0,739 dan 1,290 dengan  $p>0,05$  yang berarti bahwa tidak ada perbedaan *subjective well-being* remaja awal dan *self-esteem* berdasarkan usia. Akan tetapi, pada prestasi akademik didapatkan nilai *F* hitung sebesar 5,041 dengan  $p<0,05$  yang berarti terdapat perbedaan prestasi akademik berdasarkan usia.

Tabel 2  
Deskripsi Perbedaan Skor Rerata *Subjective Well-Being* Remaja Awal, *Self-esteem*, dan Prestasi Akademik

Variabel	Usia	N	Mean	F	p
<i>Subjective Well-Being</i> Remaja Awal	12 tahun	26	123,81	0,739	0,530
	13 tahun	145	125,29		
	14 tahun	143	126,64		
	15 tahun	12	128,83		
<i>Self-Esteem</i>	12 tahun	26	73,46	1,290	0,278
	13 tahun	145	74,79		
	14 tahun	143	75,33		
	15 tahun	12	79,17		
Prestasi Akademik	12 tahun	26	75,10	5,041	0,002
	13 tahun	145	68,51		
	14 tahun	143	68,56		
	15 tahun	12	55,05		

Selanjutnya, dilakukan uji pasangan terhadap masing-masing kelompok usia

dengan prestasi akademik. Hasil yang diperoleh adalah kelompok usia yang memiliki prestasi akademik yang paling baik adalah usia 12 tahun. Hal ini dikarenakan jumlah rata-rata tertinggi pada kelompok usia 12 tahun, sedangkan kelompok usia yang tidak baik dalam prestasi akademik adalah usia 15 tahun.

Penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji hipotesis yang diajukan dengan metode enter. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan didapatkan nilai  $R$  sebesar 0,734. Nilai  $F$  sebesar 188,759 dengan  $p < 0,01$ . Hal ini menunjukkan *self-esteem* dan prestasi akademik secara bersama-sama dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Nilai  $R$  Square sebesar 0,539 berarti sumbangan efektif prediksi *self-esteem* dan prestasi akademik terhadap *subjective well-being* remaja awal adalah 53,9%.

Berdasarkan hasil analisis regresi parsial, masing-masing prediktor memiliki sumbangan efektif yang berbeda terhadap *subjective well-being* remaja awal sebagai variabel kriterium. Sumbangan efektif *self-esteem* sebesar 53,4% (nilai  $\beta \times$  nilai *Zero-order*  $\times$  100%) dan sumbangan efektif prestasi akademik sebesar 0,54% (nilai  $\beta \times$  nilai *Zero-order*  $\times$  100%). Pada uji  $t$  dapat dilihat terdapat hubungan *self-esteem* dan *subjective well-being* remaja awal dengan mengontrol prestasi akademik. Akan tetapi, tidak terdapat hubungan prestasi akademik dan *subjective well-being* remaja awal dengan mengontrol *self-esteem*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan dari analisis regresi berganda yang dilakukan bahwa hanya terdapat satu prediktor yakni *self-esteem* mampu memprediksi *subjective well-being* remaja awal.

Selanjutnya, dilakukan analisis regresi sederhana pada *self-esteem* sebagai variabel prediktor dan *subjective well-being* remaja awal sebagai variabel kriterium. Hasil yang

didapatkan adalah nilai  $R$  sebesar 0,733 dan nilai  $F$  sebesar 375,513 dengan  $p < 0,01$ . Hal ini menunjukkan *self-esteem* mampu memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Nilai  $R$  square sebesar 0,537 yang berarti sumbangan efektif *self-esteem* terhadap *subjective well-being* remaja awal adalah 53,7%.

Sebagaimana analisis regresi yang dilakukan, maka dapat dibuat model persamaan regresi dalam penelitian ini. Persamaan regresi yang diperoleh adalah  $Y = 46,213 + 1,061X_1$ . Artinya, jika *self-esteem* bernilai 0, maka *subjective well-being* remaja awal bernilai 46,213 atau jika *self-esteem* ditingkatkan sebesar 1 satuan, maka *subjective well-being* remaja awal akan meningkat sebesar 1,061. Hal ini menggambarkan *self-esteem* memiliki peran positif pada *subjective well-being* remaja awal.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan sebelumnya, maka dapat disimpulkan hipotesis dalam penelitian ini ditolak. *Self-esteem* dan prestasi akademik secara bersama-sama tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Akan tetapi, hanya *self-esteem* yang mampu memprediksi *subjective well-being* remaja awal.

## Diskusi

Hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi berganda yang dilakukan menunjukkan *self-esteem* dan prestasi akademik secara bersama-sama tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Akan tetapi, hanya *self-esteem* yang mampu memprediksi *subjective well-being* remaja awal. *Subjective well-being* dilandaskan pada pendekatan *hedonic* dalam konsep *well-being*, yaitu pengalaman subjektif individu dari kebahagiaan atau kesenangan yang terdiri dari adanya komponen afektif (afek positif dan negatif) dan komponen kognitif, berupa kepuasan hidup (Mitchell, Vella-Brodrick, & Klein, 2010). Hal ini menggambarkan

bahwa individu memiliki perasaan positif dan evaluasi dari kondisi hidupnya dalam hal positif dan memuaskan menurut pendekatan *hedonic* yang dikenal sebagai *subjective well-being* (Pavot, 2008). Teori *top-down* merupakan salah satu dari beberapa teori yang melandasi *subjective well-being*. Teori *top-down* menegaskan individu yang memiliki pikiran dan sikap yang positif akan menafsirkan pengalamannya sebagai hal yang bahagia (Diener & Ryan, 2009). Pada remaja awal, individu mulai mampu mengevaluasi dirinya secara positif ataupun negatif dan percaya pada standar pribadi yang dimilikinya (Cobb, 2007); & (Luyckx, Klimstra, Duriez, Petegem, Beyers, Teppers, & Goossens, 2013).

Peranan *self-esteem* (53,4%) lebih dominan daripada prestasi akademik (0,54%) terhadap *subjective well-being* remaja awal. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ciarrochi, Heaven, dan Davies (2007) menemukan bahwa remaja yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan cenderung memiliki *subjective well-being* yang tinggi pula. Hal ini dikarenakan *self-esteem* merupakan salah satu kondisi kepribadian yang dimiliki remaja dan berperan pada *subjective well-being* remaja tersebut (Luyckx, dkk., 2013). *Self-esteem* adalah sebuah penilaian subjektif individu mengenai kelayakan dirinya yang dinyatakan dalam sikap individu bahwa dirinya mampu, penting, sukses, dan berharga (Coopersmith, 1967). Lebih lanjut, Coopersmith (1967) menyatakan individu yang memiliki *self-esteem* tinggi akan lebih bahagia dan lebih mampu menghadapi tantangan dari lingkungan.

Ada tiga perubahan yang mendasar di masa remaja, yaitu perubahan biologis, perubahan kognitif, dan perubahan sosial. Perubahan biologis mengacu pada masa pubertas yang terjadi di masa remaja awal dan akan berdampak pada perkembangan psikologis dan relasi sosial remaja. Selanjutnya, terkait dengan perubahan kognitif, yakni remaja mampu berpikir secara logis, abstrak dan berasumsi pada suatu hal, serta secara sosial remaja akan memasuki lingkungan yang lebih luas selain keluarga, seperti sekolah dan kelompok pertemanan (Steinberg, 2002). Masa pubertas yang dialami oleh remaja awal juga berpengaruh pada aspek psikologisnya, yaitu citra tubuh. Remaja akan sangat memperhatikan tubuh dan melihat perbedaan dari tubuhnya yang berbeda (Santrock, 2003). Pemasakan seksual yang terjadi selama masa pubertas dialami anak laki-laki pada usia 12 hingga 16 tahun dan 11 hingga 15 tahun pada anak perempuan. Hal ini menyebabkan remaja akan merasakan sesuatu yang berbeda terhadap dirinya, yang belum pernah dialami semasa kanak-kanak (Mönks, Knoers, & Haditono, 2006).

Tiga dasar perkembangan yang dialami oleh remaja awal ini, membuat remaja telah mampu menilai dirinya, yang dikenal dengan *self-esteem*. *Self-esteem* ini di masa remaja awal akan berubah dari waktu ke waktu terkait dengan berbagai pengalaman yang dimiliki remaja (Steinberg, 2002). Pada remaja awal terdapat lima domain dari *self-esteem*, yaitu keluarga, teman, sekolah, citra tubuh, dan aktivitas olahraga. Dua domain yang berkontribusi paling besar pada *self-esteem* remaja adalah teman dan citra tubuh. Hal ini berarti remaja memiliki *self-esteem* bersumber dari interaksi dengan teman dan kepuasan pada penampilan fisik atau tubuhnya (Cobb, 2007). Studi preliminari yang telah dilakukan juga menemukan bahwa pada domain pribadi sebanyak 37 siswa (32%) menyatakan bahagia ketika memiliki postur atau tubuh yang bagus dibandingkan memiliki nilai yang bagus dari 17 siswa (15%).

Hasil analisis menunjukkan prestasi akademik tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Hal ini dikare-

nakan pada masa remaja, tuntutan orang tua untuk berprestasi semakin meningkat, seiring dengan persiapan remaja menjadi dewasa. Akan tetapi, ketika orangtua tidak melengkapi tuntutan berprestasi dengan tingkat dukungan yang seimbang, maka terjadi ketidakseimbangan hubungan orang tua dan anak (Santrock, 2003). Selain itu, remaja akan mulai untuk mandiri dan memiliki interaksi yang lebih banyak dengan teman-temannya. Usaha remaja untuk mencapai kemandirian ini tidak jarang bertentangan dengan pendapat orangtua dan solidaritas dengan teman-teman sebaya semakin kuat. Oleh karena itu, sering terjadi perselisihan antara orangtua dan remaja (Mönks, Knoers, & Haditono, 2006). Hal ini mengakibatkan tuntutan orangtua untuk berprestasi dihiraukan oleh remaja.

Teori *telic* sebagai salah satu teori yang melandasi *subjective well-being* menjelaskan bahwa individu memiliki *subjective well-being* ketika mencapai titik akhir tertentu, seperti tujuan atau kebutuhan (Diener & Ryan, 2009). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Massey, Gebhardt, dan Garnefski (2009) menemukan prestasi akademik menjadi tujuan yang dimiliki remaja awal terkait dengan kegiatannya yang fokus pada tujuan bersekolah, yakni mendapat nilai atau prestasi yang baik. Akan tetapi, sebaliknya penelitian ini menemukan bahwa prestasi akademik tidak menjadi tujuan bagi remaja di sekolah. Hal ini diperkuat dari hasil pada studi preliminari bahwa hal yang membuat remaja merasa bahagia di lingkungan sekolah bukan karena prestasi akademik, yakni mendapat nilai yang bagus sebesar 15%, tetapi karena memiliki banyak teman yakni sebesar 37%.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeny, Yuniarti, Moordiningsih, dan Kim (Tt.) di Indonesia menemukan remaja yang tinggal di daerah perkotaan merasa bahagia karena mempunyai teman yang

dekat dan memiliki waktu luang untuk melakukan hal-hal yang disukai. Pada remaja yang tinggal di daerah pedesaan, berkumpul bersama keluarga dan prestasi membuat mereka bahagia. Pada penelitian ini subjek adalah siswa atau remaja yang tinggal di daerah perkotaan, yakni kota Padang. Prestasi akademik memiliki kontribusi yang sangat kecil terhadap *subjective well-being* remaja dalam penelitian ini disebabkan oleh terdapat faktor lain, seperti memiliki teman dan melakukan hobi.

Penelitian ini menemukan tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* remaja awal dari usia 12 hingga 15 tahun. Akan tetapi, dari skor rerata ditemukan *subjective well-being* remaja awal mengalami peningkatan dari usia 12 hingga 15 tahun. Pada masa remaja awal, individu akan mengalami perkembangan kognitif. Pemikiran remaja telah berada pada tahap operasional formal, tetapi masih bersifat egosentris, yakni meningkatnya kesadaran diri remaja. Elkind (dalam Santrock, 2011) menyatakan egosentrisme remaja itu terdiri dari dua komponen, yaitu *imaginary audience* dan *personal fable*. *Imaginary audience* adalah keyakinan remaja bahwa orang lain berminat pada dirinya sebagaimana dia berminat pada dirinya sendiri, termasuk tingkah laku menarik perhatian. Pada *personal fable*, remaja menghayati dirinya unik dan tidak terkalahkan. Perasaan remaja bahwa dirinya unik merasa tidak ada orang lain yang dapat mengerti. Selain itu, mulai munculnya kemandirian remaja untuk memilih kompetensinya dan mencari dukungan kelompok yang diinginkan (Zaff & Hair, 2003). Remaja yang secara kognitif berada di tahap perkembangan kognitif yang sama, secara tidak langsung dapat menjadi sebab meningkatnya *subjective well-being* remaja awal sebagai pengalaman subjektif remaja terhadap hidup dan dirinya di usia 12 hingga 15 tahun.



Selain itu, penelitian ini juga menemukan tidak terdapat perbedaan *self-esteem* remaja awal dari usia 12 hingga 15 tahun. Namun, dari skor rerata ditemukan *self-esteem* di masa remaja awal mengalami peningkatan di usia 12 hingga 15 tahun. Beberapa pendapat menyatakan *self-esteem* cenderung mengalami penurunan di masa remaja (usia 11 hingga 13 tahun) karena pubertas, kemampuan remaja untuk berpikir secara abstrak tentang dirinya dan masa depan, transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah dan konteks sosial yang lebih kompleks (Robins & Trzesniewski, 2005); dan (Zaff & Hair, 2003).

Remaja secara berangsur-angsur akan memiliki *self-esteem* yang positif. Peningkatan *self-esteem* yang positif ini disebabkan remaja mulai mandiri untuk memilih kompetensinya dan kebebasan remaja untuk mencari dukungan kelompok yang meningkatkan *self-esteem* (Zaff & Hair, 2003). Penilaian remaja tentang dirinya akan berubah dari waktu ke waktu, khususnya pada masa remaja awal. Terdapat empat tipe dari perkembangan *self-esteem* selama masa remaja awal, yaitu 35% remaja memiliki *self-esteem* yang konsisten tinggi, 13% remaja diklasifikasikan memiliki *self-esteem* yang rendah, 21% remaja dikategorikan mengalami penurunan *self-esteem*, dan 31% menunjukkan peningkatan *self-esteem* yang kecil tapi signifikan. Secara umum, hal yang berkontribusi pada *self-esteem* remaja adalah fisik dan hubungan dengan teman. *Self-esteem* yang tinggi akan meningkatkan kesejahteraan remaja (Steinberg, 2002).

Hasil deskripsi pada Tabel 2 juga menunjukkan terdapat perbedaan prestasi akademik di masa remaja awal dari usia 12 hingga 15 tahun. Prestasi akademik remaja mengalami penurunan dari usia 12 hingga 15 tahun. Usia 12 tahun memiliki prestasi akademik yang paling tinggi dan usia 15 tahun memiliki prestasi akademik yang

paling rendah. Remaja yang berusia 12 tahun berada di kelas VII sekolah menengah pertama sedangkan remaja berusia 15 tahun telah berada di kelas VIII sekolah menengah pertama. Penelitian yang dilakukan oleh Wu dan Zhou (2010) menemukan semakin tinggi tingkat kelas seorang siswa, maka kesulitan dan tekanan dalam belajar juga semakin tinggi. Remaja akan memberlakukan tugas sekolah sebagai beban bukan kebutuhan bagi dirinya. Remaja yang berusia 15 tahun, sebelumnya telah memiliki pengalaman di tingkat kelas yang lebih rendah terkait belajar di sekolah. Hal ini kemungkinan membuat remaja jenuh dengan kegiatan belajar yang dilakukannya.

Piaget (dalam Muuss, 1988) membagi tahap pemikiran operasional formal menjadi dua subtahap, yaitu tahap III-A dan III-B. Tahap III-A berlangsung dari usia 11 atau 12 tahun hingga 14 atau 15 tahun yang dinyatakan sebagai masa *almost full formal function*. Pada subtahap pertama ini terjadi di masa remaja awal, yaitu tahap persiapan remaja untuk membuat keputusan yang benar tetapi penyelesaian yang diambil masih rumit, sehingga remaja belum mampu memberikan bukti yang sistematis dan tegas pada pernyataannya. Santrock (2003) menyatakan remaja pada tahap operasional formal juga akan mulai dapat berpikir secara abstrak, yakni remaja memikirkan tentang karakteristik ideal, kualitas yang ingin dimiliki oleh dirinya atau yang diinginkan oleh orang lain. Hal ini yang membuat remaja akan membandingkan standar yang dimilikinya dengan standar dari lingkungannya. Begitu pula ketika remaja menilai prestasi yang dimilikinya.

Berkaitan dengan prestasi, sering menjadi isu di masa remaja awal. Alasan utamanya berhubungan dengan transisi sosial remaja dan tuntutan dari lingkungan sosial tentang pentingnya pendidikan. Perkembangan kognitif remaja dalam berpikir

tentang konsekuensi jangka panjang dan perubahan fisik yakni pubertas juga memengaruhi prestasi yang dimiliki remaja, serta prestasi remaja biasanya berkembang secara kumulatif (Steinberg, 2002). Tuntutan dan tanggung jawab yang semakin tinggi seiring pertambahan usia juga membuat prestasi akademik cenderung menurun (Wu & Zhou, 2010). Hal ini menggambarkan bahwa prestasi akademik di masa remaja awal masih belum stabil terkait dengan berbagai kondisi yang dialami oleh remaja di lingkungannya dan perubahan pada dirinya. Oleh karena itu, prestasi akademik tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa *self-esteem* dan prestasi akademik secara bersama-sama tidak dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Akan tetapi, hanya *self-esteem* yang dapat memprediksi *subjective well-being* remaja awal. Kontribusi *self-esteem* lebih besar daripada prestasi akademik terhadap *subjective well-being* remaja awal. Subjek yang memiliki *self-esteem* positif memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Remaja yang memiliki *self-esteem* positif mampu mengevaluasi dirinya secara positif dan memiliki standar ideal bagi dirinya.

Prestasi akademik tidak berpengaruh pada *subjective well-being* remaja awal. Hal ini dikarenakan prestasi akademik di masa remaja awal masih belum stabil.

### Saran

Peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan pengembangan penelitian dengan menambahkan variabel bebas lain yang memengaruhi *subjective well-being* remaja awal. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan subjek yang berbeda, yakni

remaja tengah atau remaja akhir yang memiliki karakteristik berbeda dengan remaja awal.

### Daftar Pustaka

- Agbaria, Q., Ronen, T., & Hamama, L. (2012). The link between developmental components (age and gender), need to belong and resources of self-control and feelings of happiness, and frequency of symptoms among Arab adolescents in Israel. *Children and Youth Services Review, 34*, 2018–2027.
- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anggraeny, A., Yuniarti, K. W., Moordningsih, & Kim, U. (Tanpa Tahun). *Happiness orientations among adolescents raised in urban and rural areas*. Yogyakarta: Center for Indigenous and Cultural Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Gadjah Mada.
- Azwar, S. (2007). *Tes prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence, 32*(2), 67–69.
- Birkeland, M. S., Melkevik, O., Holsen, I., & Wold, B. (2012). Trajectories of global self-esteem development during adolescence. *Journal of Adolescence, 35*, 43–54.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C., & Davies, F. (2007). The impact hope, self-esteem, and attributional style on adolescents' school grades and emotional well-being: A longitudinal study. *Journal of Research in Personality, 41*(6), 1161–1178. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2007.02.001>

- Cobb, N. J. (2007). *Adolescence: Continuity, change, and diversity*. (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Compton, W. C. (2005). *An introduction to positive psychology*. USA: Wadsworth.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1-11. [http: dx.doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1](http://dx.doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1)
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403.
- Eryilmaz, A. (2011). The relationship between adolescents' subjective well-being and positive expectations toward future. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24, 209-215. [http:dx.doi.org/10.5350/dajpn2011240306](http://dx.doi.org/10.5350/dajpn2011240306)
- Fineburg, A. C. (2009). Academic achievement. Dalam Lopez, S. J. (Ed.), *The encyclopedia of positive psychology: Volume I|A-K* (pp. -). West Sussex: Wiley-Blackwell.
- Guindon, M. H. (2009). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*. New York: Routledge.
- Heartherton, T. F., & Wyland, C. L. (2004). Assessing self-esteem. Dalam S. J. Lopez, & C. R. Synder, *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (hlm. 220). Washington DC: American Psychological Association.
- Hendriks, A. J., Kuyper, H., Lubbers, M. L., & Van der Werf, M. P. (2011). Personality as a moderator of context effects on academic achievement. *Journal of School Psychology*, 49(2), 217-248. [http: dx.doi.org/10.1016/j.jsp.2010.12.001](http://dx.doi.org/10.1016/j.jsp.2010.12.001)
- Joronen, K. (2005). *Adolescents' subjective well being in their social contexts*. (Dissertation published). Finland: University of Tampere.
- Luyckx, K., Klimstra, T. A., Duriez, B., Petegem, S. V., Beyers, W., Teppers, E., & Goossens, L. (2013). Personal identity processes and self-esteem: Temporal sequences in high school and college students. *Journal of Research in Personality*, 47, 159-170. [http:dx.doi.org/ 10.1016/j.jrp.2012.10.005](http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2012.10.005)
- Massey, E. K., Gebhardt, W. A., & Garnefski, N. (2009). Self-generated goals and goal process appraisals: Relationships with sociodemographic factors and well-being. *Journal of Adolescence*, 32(3), 501-518. [doi:10.1016/j.adolescence.2008.07.003](http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.07.003).
- Mitchell, J., Vella-Brodrick, D., & Klein, B. (2010). Positive psychology and the internet: A mental health opportunity. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 6(2), 30-41. [http: dx.doi.org/10.7790/ejap.v6i2.230](http://dx.doi.org/10.7790/ejap.v6i2.230)
- Mönks, F. J., Knoers, A. M., & Haditono, S. R. (2006). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muuss, R. E. (1988). *Theories of adolescence*. (5th ed.). New York: Random House.
- Nordlander, E., & Stensöta, H. O. (2014). Grades – for better or worse? The interplay of school performance and subjective well-being among boys and

- girls. *Child Indicators Research*, <http://dx.doi.org/10.1007/s12187-014-9233-y>.
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi pendidikan: Membantu siswa tumbuh dan kembang*. Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Pavot, W. (2008). The assessment of subjective well-being. Dalam Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 125-140). New York: The Guilford Press.
- Piko, B. F., & Hamvai, C. (2010). Parent, school, and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and Youth Service Review*, 32, 1479-1482.
- Primasari, A., & Yuniarti, K. W. (2012). What make teenagers happy? An exploratory study using indigenous psychology approach. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(2), 53-61.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P., & Laippala, P. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing*, 38(3), 254-263.
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 158-162.
- Sahupala, O. N., Khairat, M., Putri, D. R., & Adiyanti, M. G. (2014). *Penyusunan skala subjective well-being remaja awal*. (Laporan penelitian tidak dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. (6th ed.). Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development: Perkembangan masa-hidup*. Edisi ketigabelas Jilid I Terjemahan. Jakarta: Erlangga.
- Schimmack, U. (2008). The structure of subjective well-being. Dalam M. Eid, & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 97). New York: Guilford Press.
- Schraml, K., Perski, A., Grossi, G., & Simonsson-Sarnecki, M. (2011). Stress symptoms among adolescents: The role of subjective psychosocial conditions, lifestyle, and self-esteem. *Journal of Adolescence*, 34, 987-996. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.11.010>.
- Slavin, R. E. (2010). *Educational psychology: Theory and practice*. (9th ed.). New Jersey: Pearson.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence*. 6th ed. New York: McGraw-Hill.
- Vera, E. M., Moallem, B. I., Vacek, K. R., Blackmon, S., Coyle, L. D., Gomez, K. L., ... Steele, J. C. (2012). Gender differences in contextual predictors of urban, early adolescents' subjective well-being. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 40(3), 174-183. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2161-1912.2012.00016.x>
- Wu, D., & Zhou, T. (2010). Subjective well-being of Sichuan adolescents from Han, Qiang, and Yi nationalities. *Health*, 2(10). <http://dx.doi.org/1.4236/health.2010.210178>
- Ye, Y., Mei, W., Liu, Y., & Li, X. (2012). Effect of academic comparisons on the subjective well-being of Chinese secondary school students. *Social Behavior and Personality*, 40(8), 1233-1238, <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2012.40.8.1233>
- Zaff, J. F., & Hair, E. C. (2003). Positive development of the self: Self-concept, self-esteem, and identity. Dalam M. H. Bornstein, L. Davidson, C. L. Keyes, & K. A. Moore (Ed.), *Well-being: Positive development across the life course* (hlm. 235-251). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.