

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan Pustaka Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

##### **2.1.1 Definisi Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

Kesejahteraan subjektif adalah istilah yang sangat berkaitan dengan istilah *happiness* (kebahagiaan). Menurut Veenhoven (dalam Eid dan Larsen, 2008), kesejahteraan subjektif adalah istilah yang paling cocok untuk menggambarkan kebahagiaan manusia secara utuh (*overall happiness*). Diener dan Suh (2009) mendefinisikan kesejahteraan subjektif adalah suatu keadaan yang didapatkan dari menggabungkan antara afek afektif dan kognitif. Aspek afektif yang diharapkan untuk meraih kesejahteraan subjektif adalah merasa bahagia akan hidupnya, sedangkan aspek kognitif yang diharapkan adalah individu mempunyai pemikiran bahwa aspek kehidupannya, seperti keluarga, karir, dan komunitasnya adalah hal-hal yang memberikan kepuasan hidup (Diener dan Suh, dalam Azma 2009)

Diener (2009) menambahkan, lebih tinggi frekuensi munculnya afek positif daripada efek negatif dapat memberikan perasaan nyaman dan riang (*joyful*), sehingga pemaknaan individu akan hidupnya pun akan makin positif. Demikian pula individu yang dapat mencapai tujuan dan merasa puas akan semua pencapaiannya, maka pemaknaan mengenai hidupnya akan baik pula. Diener dan Suh (2000) mendefinisikan kesejahteraan subjektif adalah suatu keadaan yang didapatkan dari menggabungkan antara aspek afektif dan kognitif. Aspek positif yang diharapkan untuk meraih kesejahteraan subjektif adalah perasaan sejahtera akan hidupnya, sedangkan aspek kognitif yang diharapkan adalah individu mempunyai pemikiran bahwa berbagai aspek kehidupannya seperti keluarga, karir, dan komunitasnya adalah hal-hal yang memberikan kepuasan hidup.

Kesejahteraan subjektif mencakup respon emosional dari individu terhadap keadaannya sekarang, domain kepuasan, dan pendapat secara global mengenai kepuasan hidup (Diener, Lucas, Oishi, 2005). Mood dan emosi termasuk kedalam aspek afektif. Aspek afektif ini terbagi menjadi dua yaitu, afek positif dan afek negatif. Penilaian umum atas kepuasan hidup merepresentasikan evaluasi yang berdasarkan kognitif dari kehidupan individu secara keseluruhan (Pavot dan Diener dalam Ningsih, 2013). Respon-respon emosional (positif dan negatif) yang secara afektif membuat penilaian kebahagiaan individu. Secara singkat dua komponen afektif dan kognitif itulah yang menyusun struktur konsep kesejahteraan subjektif.

Beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) adalah suatu penilaian subjektif individu atas emosi positif dan negatif (afektif) dan kepuasan (kognitif) mengenai kehidupan yang dialaminya.

### **2.1.2 Teori-teori Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

Diener dan Ryan (2008) menjelaskan mengenai kesejahteraan subjektif melalui beberapa gambaran teori sebagai berikut:

#### *2.1.2.1 Teori Evolusi*

Teori asal-usul kesejahteraan adalah model evolusi, yang dimana menyatakan bahwa perasaan senang dan kesejahteraan diproduksi guna membantu manusia untuk bertahan hidup. Nilai perubahan dari emosi yang negatif (misalnya takut, marah, dan cemas) yang membantu nenek moyang kita bereaksi terhadap ancaman lingkungan telah lama dikenal. Namun, keuntungan adaptif yang disediakan oleh kesejahteraan, dan peran emosi positif secara khusus sebagai motivator yang mendorong perilaku adaptif, hanya sekarang mulai dipahami. Fredrickson (1998) "memperluas dan membangun teori" adalah model evolusi yang relatif baru, yang mengusulkan bahwa perasaan positif memungkinkan individu untuk memperluas pemikiran-aksi repertoar mereka dan akibatnya membangun sumber daya intelektual, psikologis, sosial, dan fisik dari waktu ke waktu. Oleh karena itu,

Fredrickson menunjukkan bahwa kesejahteraan sosial yang tinggi dan positif mempengaruhi menghasilkan negara yang dimana individunya dengan percaya diri mengeksplorasi lingkungan mereka, mendekati tujuan baru dan dengan demikian memperoleh sumber daya pribadi yang penting. Dengan cara ini, kesejahteraan tidak epiphenomenon, seperti yang diduga sebelumnya. Sebaliknya, seperti emosi negatif, emosi positif memiliki keunggulan adaptif mereka sendiri yang memberikan kontribusi bagi keberhasilan evolusi spesies dan terus membantu umat manusia dalam bertahan hidup.

#### 2.1.2.2 Teori Kognitif

Teori kognitif dari kesejahteraan memfokuskan pada proses kognitif dalam menentukan kesejahteraan individu. *The AIM (Attention, Interpretation, Memory)*, menitik beratkan pada aspek perhatian, interpretasi, dan memory. Model dari kesejahteraan adalah salah satu bagian dari teori kognitif tersebut, dan menunjukkan bahwa individu dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung memusatkan perhatian mereka pada rangsangan positif, menafsirkan peristiwa positif, dan mengingat peristiwa masa lalu dengan bias memori positif (Diener & Biswas-Diener, 2008). Kepuasan hidup (life satisfaction) merupakan bagian dari dimensi kognitif dari kesejahteraan subjektif. Life satisfaction (Diener, 1994) merupakan penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya, 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 kompoen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaiannya apakah terpenuhi atau tidak. Dimensi kognitif kesejahteraan subjektif 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, artinya dimensi ini memiliki gambaran yang multifacet.

Seseorang dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi telah menunjukkan interpretasi yang alami dan kejadian yang ambigu dalam cara yang positif. Dalam kasus ini, interpretasi positif berperan sebagai landasan yang protektif. Ketika disposisi dari orang yang bahagia telah menunjukkan untuk tidak berbeda dari sejumlah peristiwa positif dan negatif yang mereka alami. Sebagian besar cenderung mengingat kejadian yang lebih baik dari yang sebenarnya, terlibat dalam memori bias yang positif dan terlindungi.

#### *2.1.2.3 Teori Telic*

Teori Telic menurut Diener dan Ryan (2008) mengenai kesejahteraan subjektif mengemukakan bahwa individu mencapai kebahagiaan ketika titik akhir seperti tujuan (goal) atau kebutuhan (need) dicapai. Teori kebutuhan (need theory) seperti konsep psikologi well-being dari Ryff dan Singer (dalam Diener & Ryan, 2008) dan teori determinasi (self-determination) dari Ryan dan Deci (dalam Diener dan Ryan, 2008) menentukan bahwa ada kebutuhan tertentu yang ada sejak lahir, yang dicari individu untuk dipenuhi dalam rangka mencapai kesejahteraan (well-being). Sehingga dengan ini, teori tujuan tertentu, akan menghasilkan kesejahteraan yang tinggi bisa muncul dari sumber-sumber tambahan selain kebutuhan yang didapatkan sejak lahir, serta tujuan tersebut akan berkembang ketika kebutuhan semakin banyak sesuai dengan kondisi dan keadaan.

#### *2.1.2.4 Teori Standar Relatif*

Berdasarkan Teori Perbandingan Sosial yang dikemukakan oleh Carver & Carver dan Michalos (dalam Diener, 2009) jika individu menggunakan orang lain sebagai standard, berarti bahwa seseorang mengalami kesejahteraan yang lebih tinggi berarti mereka lebih baik daripada yang lain. Teori standar relatif menegaskan bahwa kesejahteraan hasil dari perbandingan antara beberapa standar, seperti masa lalu seseorang, orang lain, tujuan, atau cita-cita, dan kondisi sebenarnya. Teori Standar Relatif yang telah diadaptasi oleh Brickman, Coates, dan Janoff Bulman

(dalam Diener, 2009) masa lalu individu adalah standar untuk perbandingan. Misalnya, jika kehidupan individu saat ini melebihi standar masa lalu mereka, mereka akan merasa puas. Namun, teori adaptasi juga mengusulkan bahwa kekuatan peristiwa untuk membangkitkan emosi menurun dari waktu ke waktu. Misalnya, jika seseorang mengalami peristiwa positif seperti kemajuan, teori adaptasi menunjukkan bahwa orang ini akan mengalami lonjakan kesejahteraan karena kemajuan yang di atas standar mereka sebelumnya. Dengan cara ini, individu dibatasi oleh apa yang disebut "*hedonic treadmill*", yang menggambarkan proses dengan perubahan yang terbaru dalam keadaan hidup meningkat, kesejahteraan subjektif individu sementara sebelum standar individu akhirnya menyesuaikan diri dengan kondisi baru.

#### *2.1.2.5 Teori Bottom-Up dan Top-Down*

*Teori Bottom-up* mengemukakan bahwa kebahagiaan dan kepuasan hidup yang dirasakan dan dialami individu tergantung dari banyaknya kebahagiaan kecil serta kumpulan peristiwa bahagia. Berdasarkan hal tersebut, kesejahteraan subjektif merupakan penjumlahan dari pengalaman-pengalaman positif yang terjadi dalam kehidupan individu. Misalnya, jika seseorang memiliki tingkat kepuasan yang tinggi dalam pernikahannya maka tingkat kepuasan hidup secara keseluruhannya tinggi pula (Diener dalam Eid & Larsen, 2008). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa domain kepuasan memiliki hubungan sebab-akibat dengan kepuasan hidup secara umum.

Sedangkan menurut teori *Top-Down*, kesejahteraan subjektif merupakan kecenderungan umum seseorang dalam menilai dan menginterpretasi pengalaman dengan cara yang positif. Seseorang yang memiliki kepuasan hidup yang baik menilai domain kepuasan dengan lebih positif, meskipun kepuasan hidup secara umum tidak didasari oleh kepuasan-kepuasan tertentu. Untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, teori ini beranggapan perlunya mengubah persepsi, keyakinan, dan kepribadian seseorang (Compton, 2005).

### **2.1.3 Komponen Kesejahteraan Subjektif (*Subjective Well-Being*)**

Menurut Diener (Eid dan Larsen, 2008) mengangkat studi mengenai *subjective well-being*. Studi tersebut menyebutkan ada tiga komponen yang menyertai *subjective well-being* individu, yaitu aspek positif, aspek negatif dan komponen kognitif (kepuasan hidup).

#### *2.1.3.1 Aspek positif*

Individu yang berhasil mencapai kesejahteraan subjektif umumnya ditandai dengan tingginya perasaan positif/bahagia. *Kesejahteraan subjektif* adalah dimana evaluasi aktif individu menghasilkan bahwa aspek positifnya memiliki jumlah yang lebih besar (mayoritas) dari aspek negatifnya. Keadaan ini juga tidak hanya menunjukkan bahwa kecil/rendahnya faktor aspek negatif, tetapi lebih menekankan pada kesehatan mental individu yang kuat.

Menurut Diener, dkk (1999) aspek positif individu yang mempengaruhi level *subjective well-being* adalah hal-hal yang mencakup keringanan (*joy*), rasa suka cita (*elation*), kepuasan (*contentment*), harga diri (*pride*), mempunyai rasa kasih sayang (*affection*), kebahagiaan (*happiness*), dan kegembiraan yang sangat (*ecstasy*). Diener, Scollon, & Lucas (2003) menyatakan bahwa orang yang dikatakan bahagia atau memiliki tingkat. Kesejahteraan Subjektif yang tinggi adalah seseorang yang jarang mengalami afek negatif dan sering mengalami afek positif.

#### *2.1.3.2 Aspek Negatif*

Diener (2009) menyatakan bahwa meskipun aspek positif dan negative terlibat saling mempengaruhi namun kedua tipe aspek ini mempunyai hubungan yang independen antara satu dengan yang lain. Selain itu, Diener, dkk (1991), intensitas aspek positif dan negative tidak terlalu mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being*. Sebaliknya frekuensi aspek positif atau

negatif sangat mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being* disebabkan oleh tingginya frekuensi aspek positif dan negatif.

Menurut Diener, dkk (1991) beberapa aspek negatif individu yang mempengaruhi level *subjective well-being*, yaitu rasa bersalah dan malu (*guilt and shame*), kesedihan (*sadness*), kecemasan dan kekhawatiran (*anxiety and worry*), kemarahan (*anger*), tekanan (stress), depresi (*depression*), dan kedengkian (*envy*).

### 2.1.3.3 Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup menurut Eid dan Laren (2008), merupakan hal yang dinilai secara holistik, memuat keseluruhan dari kehidupan individu atau total penilaian kehidupan pada periode hidupnya. Hal ini mencerminkan bahwa tidak hanya total kuantitas penyalurannya, apakah hal itu dapat membawa kesejahteraan individu di waktu selanjutnya lebih permanen atau tidak. Menurut Diener (1999) beberapa kepuasan hidup yang mempengaruhi level *subjective well-being*, yaitu hasrat untuk mengubah hidup (*desire with change life*), kepuasan pada kehidupan saat ini (*satisfaction with current life*), kepuasan pada kehidupan masa lalu (*satisfaction with past*), kepuasan pada kehidupan masa depan nanti (*satisfaction with future*), dan pendapat orang-orang terdekat mengenai kehidupannya (*significant others views one life*).

## 2.1.4 Prediktor Kesejahteraan Subjektif

Menurut Argyle, Myers, dan Diener (dalam Kepkxm Compton, 2005) terdapat enam variabel yang dapat memprediksi kebahagiaan dan kepuasan hidup, diantaranya:

### 2.1.4.1. *Self esteem* (Harga diri)

*Self esteem* adalah prediktor paling penting dari kesejahteraan subjektif. *Self esteem* yang positif dihubungkan dengan keberfungsian yang adaptif pada setiap bidang kehidupan. *Self esteem* yang tinggi memberikan sejumlah

keuntungan bagi individu meliputi perasaan bermakna dan berharga. Studi menemukan hubungan *self-esteem* dengan kurangnya kejahatan, kontrol amarah yang lebih besar, keintiman yang lebih besar dan kepuasan dalam hubungan, kemampuan lebih untuk peduli pada orang lain, dan kapasitas tinggi untuk bekerja kreatif dan produktif (Hoyle, Kernis, Leary & Baldwin, 1999). Harga diri yang tinggi menyediakan orang-orang dengan sejumlah keuntungan, termasuk rasa bermakna dan bernilai.

#### 2.1.4.2. *Sense of perceived control* (Kontrol Pribadi)

Kontrol pribadi mengacu pada keyakinan bahwa seseorang memiliki beberapa ukuran kontrol atas peristiwa dalam kehidupan yang secara pribadi dianggap penting. Kontrol pribadi merupakan keyakinan bahwa individu dapat berperilaku dengan cara memaksimalkan hasil yang baik atau meminimalkan hasil yang buruk (Peterson, 1999). Kontrol pribadi dapat mendorong emosi, motivasi, perilaku, dan kekuatan fisiologis dalam menghadapi tuntutan (Peterson & Stunkard, 1989). Kontrol pribadi dapat terjadi dalam bentuk bagaimana seseorang mempengaruhi suatu peristiwa, mengatasi konsekuensi dari pilihan, dan memahami dan menginterpretasikan hasil pilihan.

#### 2.1.4.3. *Extroversion* (Terbuka)

Sebuah kepribadian ekstrover adalah seseorang yang tertarik pada hal-hal di luar dirinya sendiri seperti lingkungan fisik dan sosial, dan berorientasi ke dunia pengalaman luar diri. Ekstraversi menjadi salah satu prediktor yang paling signifikan dari kesejahteraan subjektif. Individu yang mudah bergaul memiliki kesempatan untuk membangun relasi positif dengan individu lain sekaligus mendapatkan timbal balik dari individu lain sehingga terwujud kondisi *well-being* yang lebih tinggi. Penelitian telah menemukan bahwa jumlah teman yang dimiliki seseorang sangat terkait dengan kesejahteraan subjektif dirinya (Okun, Stok, Haring, & Witter, 1984). Oleh karena itu, para peneliti percaya bahwa, orang yang lebih ramah memiliki peluang lebih besar



untuk hubungan yang positif dengan orang lain dan lebih banyak mendapat kesempatan untuk menerima umpan balik positif tentang diri mereka sendiri dari orang lain.

Beberapa peneliti melaporkan orang ekstrover memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi karena mereka dilahirkan dengan sensitivitas yang lebih besar untuk penghargaan positif (Rusting & Larsen, 1998) dan memiliki reaksi kuat terhadap peristiwa yang menyenangkan (Larsen & Ketelaar, 1991). Mereka memiliki kecenderungan untuk mengalami emosi positif (Lucas, Diener, Grob, Suh, & Shao, 2000) dan mereka lebih cenderung mencari situasi sosial yang merangsang, nyaman, dan banyak memiliki interaksi sosial (Moskowitz & Cote, 1995).

#### 2.1.4.4. *Optimism* (Optimisme)

Individu yang lebih optimis dengan masa depan cenderung merasa lebih bahagia dan lebih puas dengan hidup (Diener et al., 2009). Harapan untuk hasil yang positif tidak hanya meningkatkan *mood* tetapi juga menyediakan strategi *coping* yang lebih baik ketika mengalami stress. Optimisme dapat dilihat sebagai optimisme disposisional, atau harapan dunia bahwa hal-hal akan berubah baik di masa depan (Scheier & Carver, 1987, 1992). Hal ini juga dapat dilihat sebagai harapan, atau keyakinan bahwa tindakan dan ketekunan seseorang akan memungkinkan untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai (Snyder, 1994). Optimisme dapat membantu orang percaya bahwa mereka memiliki potensi untuk membuat situasi berubah dengan baik.

#### 2.1.4.5. *Positive relationship* (Relasi yang positif)

*Positive relationship* memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan subjektif. Secara umum, ada 2 aspek yang terkait untuk menumbuhkan relasi sosial yang positif, yaitu dukungan sosial dan keintiman sosial. Individu yang memiliki relasi sosial yang positif dikatakan memiliki *self esteem* yang lebih

tinggi, *coping* yang sukses, kesehatan yang lebih baik, dan masalah psikologis yang lebih sedikit.

#### 2.1.4.6. *A sense of meaning and purpose to life* (Arti dan tujuan hidup)

Memiliki arti dan tujuan hidup juga merupakan prediktor penting dari kesejahteraan subjektif. Dalam studi kesejahteraan subjektif, variabel ini sering diukur sebagai religiusitas (lihat Myers, 1992, 2000). Sejumlah penelitian telah menemukan bahwa orang yang taat pada agama memiliki kesejahteraan lebih tinggi. Agama memberikan perasaan bermakna bagi individu, dukungan sosial, dan meningkatkan harga diri melalui proses verifikasi diri ketika individu berhubungan dengan individu lain untuk berbagi nilai. Bagaimanapun, arti dan tujuan hidup tidak selalu dikaitkan dengan keyakinan agama (McGregor, 1998; Compton, 2000). Penelitian telah menemukan bahwa ketika orang secara aktif terlibat dalam mengejar berbagai tujuan yang berarti bagi mereka, kesejahteraan meningkat (Oishi, Diener, Suh, & Lucas, 1999). Tujuan tersebut tidak harus selalu agama agar bermakna (Emmons, 1992).

### 2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif

Terdapat beberapa faktor yang kemudian diketahui mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif, antara lain yaitu:

#### 1. Faktor genetik

Diener dkk. (2005) menjelaskan bahwa walaupun peristiwa di dalam kehidupan mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif, seseorang dapat beradaptasi terhadap perubahan tersebut dan kembali kepada level adaptasi yang ditentukan secara biologis. Adanya stabilitas dan konsistensi di dalam kesejahteraan Subjektif terjadi karena ada peran yang besar dari komponen genetik. Jadi ada sebagian orang yang memang lahir dengan kecenderungan untuk bahagia dan ada juga yang tidak. Faktor genetik tampaknya mempengaruhi karakter respon emosional seseorang pada kehidupan tertentu.

## 2. Kepribadian

Kepribadian merupakan prediktor terkuat dan yang paling konsisten pada Kesejahteraan Subjektif (Diener & Lucas, 1999). Menurut Eddington dan Shuman (2005) kepribadian menunjukkan peran yang lebih signifikan dibandingkan dengan peristiwa hidup spesifik lainnya dalam menentukan Kesejahteraan Subjektif. Lykken dan Tellegen (dalam Diener & Lucas, 1999) menyampaikan bahwa kepribadian mempunyai efek terhadap Kesejahteraan Subjektif pada saat itu (*immediate* Kesejahteraan Subjektif) sebesar 50%, sedangkan pada jangka panjangnya, kepribadian mempunyai efek sebesar 80% terhadap Kesejahteraan Subjektif. Dua sifat kepribadian, *ekstrovert* dan *neurotisme* memiliki korelasi yang kuat terhadap Kesejahteraan Subjektif (Pavot & Diener, 2004). Menurut Lucas dan Fujita (dalam Pavot & Diener, 2004) *ekstrovert* diketahui secara konsisten menunjukkan korelasi level pertengahan dengan emosi menyenangkan dan *neuroticism* juga menunjukkan hal yang hampir sama atau bahkan lebih kuat dalam mempengaruhi emosi negatif. Hubungan Kesejahteraan Subjektif dan kepribadian banyak dilihat oleh para peneliti karena *extraversion* dan *neuroticism* mencerminkan temperamen seseorang.

Wilson (1967 dalam Diener, Lucas, & Oishi, 2005) menyatakan bahwa faktor kepribadian dan faktor demografis memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif. Ia menyatakan bahwa orang yang bahagia adalah seorang yang muda, sehat, berpendidikan, berpenghasilan bagus, ekstrovert, optimis, religious, memiliki harga diri, memiliki semangat kerja, dan memiliki cita-cita. Penelitian lain yang juga dilakukan secara sistematis menggambarkan hubungan variasi demografis dengan kesejahteraan subjektif (Diener et al, 1999, dalam Diener, Lucas, & Oishi, 2005). Sejumlah penemuan replikasi menghasilkan: (a) factor demografis seperti usia, jenis kelamin, dan pendapatan berhubungan dengan kesejahteraan subjektif; (b) efeknya biasanya kecil; dan (c) banyak orang cukup bahagia, karena itu, factor demografis cenderung membedakan antara orang yang cukup bahagia dan yang sangat bahagia (Diener et al, 1999, dalam Diener, Lucas, & Oishi, 2005).

Berikut ini akan dipaparkan faktor-faktor demografis yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang:

#### *2.1.5.1 Usia*

Usia berhubungan dengan kesejahteraan subjektif, tapi efeknya sangat kecil, dan tergantung kepada komponen kesejahteraan subjektif yang diukur (Diener, Lucas, dan Oishi, 2005). Sebagai contoh, pada sampel dari 40 negara, Diener dan Suh (1998, dalam Diener, Lucas & Oishi, 2005) menemukan bahwa meskipun afek menyenangkan menurun sepanjang usia, kepuasan hidup dan afek tidak menyenangkan menunjukkan sedikit perubahan.

#### *2.1.5.2 Jenis Kelamin*

Jenis kelamin berhubungan dengan kesejahteraan subjektif, tapi efeknya sangat kecil, dan tergantung kepada komponen kesejahteraan subjektif yang diukur (Diener, Lucas, dan Oishi, 2005). Pada penelitian yang melibatkan 40 negara, Lucas dan Gohn (dalam Diener, Lucas, dan Oishi, 2005) menemukan bahwa perbedaan kesejahteraan subjektif antar jenis kelamin hanyalah kecil, dengan perempuan menunjukkan afek tidak menyenangkan dan afek menyenangkan yang lebih besar.

#### *2.1.5.3 Status Pernikahan*

Hubungan positif antara status pernikahan dengan kesejahteraan subjektif secara konsisten ditemukan dalam penelitian internasional (Diener, Suh, & Oishi, 1998 dalam Eddington & Shuman, 2005). Diener, dkk (1998, dalam Eddington & Shuman, 2005) menemukan bahwa pernikahan menawarkan keuntungan yang lebih besar bagi pria atau wanita dalam hal emosi positif, tapi tidak dalam kepuasan hidup. Meskipun demikian, Diener, Lucas & Oishi (2005) juga menyatakan bahwa efek pernikahan bisa berbeda bagi laki-laki dan perempuan.

#### *2.1.5.4 Pendapatan*

Secara umum, korelasi yang rendah namun signifikan antara pendapatan dengan kesejahteraan subjektif ditemukan pada sampel representatif di Amerika (Diener et al, 1993, dalam Eddington & Shuman, 2005). Pada kenyataannya,

pendapatan secara konsisten berhubungan dengan kesejahteraan subjektif didalam suatu negara dan antar negara, tapi pada alevel individu dan level national, perubahan pendapatan sepanjang waktu memiliki efek yang kecil pada kesejahteraan subjektif. Walaupun demikian, terdapat bukti-bukti mengenai pengaruh pendapatan terhadap kesejahteraan subjektif (Diener, Lucas, & Oishi, 2005). Salah satu kemungkinannya adalah bahwa pendapatan hanya mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada tingkat yang lebih rendah, dimana kebutuhan dasar belum terpenuhi. Tetapi apabila kebutuhan dasar telah terpenuhi, peningkatan pendapatan atau kekayaan hanya sedikit berpengaruh terhadap kebahagiaan.

#### *2.1.5.5 Pekerjaan*

Menurut Arglye (2001, dalam Carr, 2004), status pekerjaan berhubungan dengan kebahagiaan, dimana orang-orang beerja cenderung lebih lebih bahagia dibandingkan dengan orang-orang yang tidak bekerja, dan orang-orang yang bekerja dalam bidang professional dan terlatih cenderung lebih bahagia jika dibandingkan dengan orang-orang yang bekerja dalam bidang yang tidak terlatih. Pekerjaan berhubungan dengan kesejahteraan subjektif karena pekerjaan menawarkan stimulasi yang optimal bagi seseorang untuk mennemukan kesenangan, hubungan social yang positif, dan rasa identitas dan makna (Eddington & Shuman, 2005).

#### *2.1.5.6 Tingkat Pendidikan*

Telah ditemukan korelasi yang rendah namun signifikan antara tingkat pendidikan dengan kesejahteraan subjektif (Eddington & Shuman, 2005). Diener menyatakan bahwa tingkat pendidikan berkorelasi positif dengan kebahagiaan dan hubungna ini kuaat pada kelompok berpendapatan rendah pada negara-negara berkembang dan populasi negara miskin.

## **2.2 Tinjauan Pustaka Variabel Harga Diri**

### **2.2.1 Definisi Harga Diri**

Menurut Mruk (1995) Rosenberg mendefinisikan harga diri menjadi tiga bagian, pertama harga diri termasuk kedalam komponen afektif dan kognitif, kedua harga diri merupakan komponen yang mampu dievaluasi, dan ketiga harga diri bukan hanya persoalan pribadi ataupun psikologis tetapi juga interaksi sosial. Santrock (2002) menyatakan bahwa harga diri adalah dimensi *evaluative global* atau menyeluruh dari diri. Sedangkan harga diri menurut Ghufron & Rini (2010) adalah penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan hubungannya dengan orang lain. Menurut Myers (2012) harga diri adalah evaluasi diri seseorang secara keseluruhan. Sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif. Harga diri sebagai evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini diri sendiri bahwa dia mampu, penting, berhasil dan berharga. Menurut James (dalam Baron dan Byrne, 2004) harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu. Sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif. Harga diri sebagai evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakinkan diri sendiri bahwa dia mampu, penting, berhasil, dan berharga.

Burns (1993) mendefinisikan harga diri adalah perasaan bahwa “diri” itu penting dan efektif dan melibatkan pribadi yang sadar akan dirinya. Teori harga diri dan pengukurannya mengandung makna asumsi kebudayaan dan gender. Dengan kata lain, implikasinya yaitu harga diri adalah suatu karakteristik individual yang mana seluruh manusia memilikinya dan secara berkesinambungan berusaha untuk selalu memperbaikinya (Flynn, H.K, 2001). Lerner & Spanner dalam Ghufron & Rini (2010) berpendapat bahwa harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya secara negatif. William James (1890) yang memberikan definisi pertama tentang harga diri, menyatakan bahwa harga diri merupakan suatu konstruk unidimensi yang berkaitan dengan perasaan yang dirasakan seorang individu.

Lain halnya dengan Branden (1995) harga diri sebuah disposisi untuk memberikan pengalaman kepada seseorang untuk menguasai secara kompeten dengan dasar tantangan hidup dan berguna bagi kebahagiaan. Definisi harga diri menurut Coopersmith (1967) merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Secara singkat harga diri adalah “*personal judgment*” mengenai perasaan berharga atau berarti yang di ekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Berdasarkan beberapa teori di atas, maka harga diri dapat disimpulkan sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif yang dipengaruhi oleh interaksi dengan orang-orang yang penting dilingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya.

### **2.2.2 Dimensi Harga Diri**

Menurut Rosenberg (Branden, 1999) ada dua dimensi harga diri, yaitu:

a) Penerimaan diri (*self derogtrion*)

Rasa percaya diri dalam kemampuan seseorang untuk berpikir dan bertindak mengatasi masalah yang didasarkan pada tantangan dalam kehidupannya. Individu yang berharga akan memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya, sebaliknya individu yang merasa tidak berharga akan memiliki penilaian atau haraga diri yang negatif.

b) Penghormatan diri (*self respect*)

Rasa percaya diri dengan seyakini-yakinnya akan menjadi sukses dan bahagia, menjadi orang yang patut dihargai dan memiliki hak untuk mewujudkan segala kebutuhan-kebutuhan dan ingin meraih segala yang dicita-citakan dan menikmati hasil atas ushasanya tersebut.

Menurut Rosenberg (Rahmania & Ika dalam Rendra, 2014) harga diri meliputi dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki 5 dimensi yaitu:

- a. Dimensi akademik, mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu,
- b. Dimensi sosial, mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosial individu,
- c. Dimensi emosional, merupakan keterlibatan individu terhadap emosi individu,
- d. Dimensi keluarga, mengacu pada keterlibatan individu dalam partisipasi dan integrasi dalam keluarga, dan
- e. Dimensi fisik mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu.

Berikut adalah pandangan Morris Rosenberg terhadap dimensi Harga Diri (dalam Mruk, 2006):

- a. Rosenberg memulai dengan menunjukkan bahwa pemahaman harga diri sebagai fenomena suatu sikap yang diciptakan dengan kekuatan social dan kebudayaan.
- b. Studi mengenai harga diri ini dihadapkan pada masalah-masalah tersendiri. Salah satu refleksitas diri, yang mengandung arti bahwa evaluasi diri lebih kompleks dari pada evaluasi objek-objek eksternal lain karena diri terlibat dalam mengevaluasi diri itu sendiri.
- c. Harga diri ini merupakan sikap yang menyangkut keberhargaan individu sebagai seseorang yang dilihat sebagai sebuah variabel yang sangat penting dalam tingkah laku karena harga diri itu sendiri bekerja untuk melawan kita dalam situasi tertentu.

### **2.2.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri**



Faktor yang dapat mempengaruhi harga diri menurut Ghufron dan Rini (2010), antara lain:

#### *2.2.3.1 Faktor jenis kelamin*

Menurut Ancok dkk. (1988) wanita selalu merasa harga dirinya lebih rendah daripada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus dilindungi. Coopersmit (1967) membuktikan bahwa harga diri wanita lebih rendah daripada harga diri pria.

#### *2.2.3.2 Intelegensi*

Intelegensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran intelegensi selalu berdasarkan kemampuan akademis. Menurut Coopersmith (1967) individu dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi daripada individu dengan harga diri yang rendah. Selanjutnya dikatakan, individu dengan harga diri yang tinggi memiliki skor intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha keras.

#### *2.2.3.3 Kondisi Fisik*

Coopersmith (1967) (dalam Ghufron & Rini (2010)) menemukan adanya hubungan yang konsisten antar daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri. Individu yang mempunyai daya tarik fisik mempunyai harga diri yang tinggi.

#### *2.2.3.4 Lingkungan keluarga*

Peran keluarga sangat menentukan perkembangan harga diri anak. Coopersmit (1967) berpendapat bahwa perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif, dan mendidik yang demokratis akan membuat anak mendapat harga

diri yang tinggi. Savary (1984) sependapat bahwa keluarga berperan dalam menentukan perkembangan harga diri anak. Orangtua yang sering memberikan hukuman dan larangan tanpa alasan yang jelas dapat menyebabkan anak merasa tidak berharga.

#### *2.2.3.5 Lingkungan sosial*

Klass dan Hodge (1978) 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 terhadapnya. Sementara Coopersmith (1967) ada beberapa ubahan dalam harga diri yang dapat dijelaskan melalui konsep – konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan meknisme pertahanan diri.

Sedangkan menurut Rosenberg (dalam Copersmith, 1967) mengatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang, yaitu:

a. Status Sosial

Status sosial mempunyai hubungan yang lemah dengan harga diri. Hal ini menunjukkan bahwa konteks sosial tidak memainkan peranan penting dalam menyimpulkan kesuksesan seseorang seperti yang sering diasumsikan.

b. Atensi orangtua

Atensi orangtua terhadap harga diri seseorang berhubungan secara signifikan. Seorang anak yang memiliki hubungan yang dekat dengan ayahnya memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang mempunyai hubungan yang tidak dekat dengan ayahnya.

c. Agama

Rosenberg menemukan bahwa seseorang yang beragama yahudi memiliki harga diri Yang lebih tinggi daripada orang yang ebragama kristen katolik dan

protestan. Hal ini menunjukkan bahwa prestis sosial dalam komunitas memiliki pengaruh yang kecil.

d. Urutan Kelahiran

Anak pertama dapat menginterpretasikan pengalaman-pengalaman sebagai kesuksesan. Anak laki-laki juga memiliki harga diri yang lebih tinggi.

#### **2.2.4 Karakteristik Harga Diri**

Menurut Branden (1999), cara seseorang dalam memandang dirinya sendiri sangat mempengaruhi setiap aspek pengalaman sehari-hari, mulai dari peran dalam dunia kerja, hubungan asmara, hubungan seksual, cara bersikap sebagai orang tua, sampai seberapa tinggi derajat kehidupan yang ingin dicapai. Tanggapan-tanggapan terhadap kejadian membentuk pemikiran seseorang tentang diri sebenarnya sehingga perjalanan hidupnya merupakan suatu refleksi dari hampir semua visi pribadi tentang siapa dirinya.

Branden (1987) (dalam Ghufron & Rini, 2010) mengemukakan ciri – ciri individu yang memiliki harga diri tinggi, yaitu:

- a. Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup, lebih tabah dan ulet, lebih mampu melawan suatu kekalahan, kegagalan dan keputusasaan;
- b. Cenderung lebih berambisi
- c. Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif dalam pekerjaan dan sebagai sarana untuk menjadi lebih berhasil
- d. Memiliki kemungkinan lebih dalam dan lebih besar dalam membina hubungan interpersonal dan tampak lebih gembira dalam menghadapi realitas.

Menurut Coopersmith (1967), ciri-ciri seseorang dengan harga diri tinggi adalah :

- a. Dapat menerima diri sendiri sebagai orang berharga dan sama baiknya dengan orang lain serta menghormati orang lain
- b. Berkompeten menjadi individu yang mandiri dan kreatif
- c. Mampu mengatasi kecemasan
- d. Dapat mengekspresikan dirinya dengan baik dalam hubungan sosial

- e. Mampu menghadapi tuntutan eksternal
- f. Dapat mengatasi kesulitan-kesulitan dalam diri
- g. Mampu mempengaruhi orang lain serta mempunyai posisi sebagai otoritas

Sedangkan ciri-ciri seseorang dengan harga diri yang rendah adalah:

- a. Menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak disukai sehingga takut gagal dalam melakukan hubungan sosial. Hal ini seringkali menyebabkan orang yang memiliki harga diri rendah menolak atau mengabaikan dirinya, tidak puas akan dirinya dan meremehkan dirinya
- b. Merasa tidak berdaya dan tidak memiliki sumber daya
- c. Merasa bahwa orang lain tidak memberikan perhatian pada dirinya (merasa ditinggalkan dan tidak dicintai)
- d. Tidak menyukai sesuatu hal atau tugas yang baru sehingga akan sulit bagi mereka untuk menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang belum jelas bagi dirinya
- e. Menganggap bahwa segala sesuatu yang dikerjakan atau dilakukan akan selalu memberikan hasil buruk, meskipun untuk itu ia telah berusaha keras serta mudah menyerah
- f. Secara pasif akan selalu mengikuti apa yang ada di lingkungan sehingga sangat tergantung pada lingkungannya
- g. Cenderung menarik diri dan cemas

Menurut teori diatas, seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi merasa dirinya berharga dan memiliki pemahaman yang baik mengenai dirinya, mampu mempengaruhi orang lain, percaya diri dengan pandangan yang dianggapnya benar, mampu mempertahankan pendapatnya, mampu mengelola tindakan sesuai dengan tuntutan lingkungan sedangkan seseorang yang memiliki harga diri yang rendah merasa tidak berharga, tidak memiliki kekuatan, merasa tidak pantas untuk dicintai, tidak mampu mengekspresikan diri, tidak mampu mempertahankan diri sendiri, dan merasa lemah untuk melawan kelemahannya sendiri. Sedangkan mereka yang

mempunyai harga diri rendah cenderung menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak disukai sehingga takut gagal dalam melakukan hubungan sosial, merasa tidak berdaya, merasa diasingkan, tidak menyukai hal dan tantangan baru serta cenderung menarik diri dari pergaulan.

Harga diri bukanlah sifat atau aspek tunggal saja, melainkan sebuah kombinasi dari beragam sifat dan perilaku. Dalam bukunya, *Maximum Self Esteem*, Michiton (1995, dalam susi, 2014) menjabarkan tiga aspek harga diri, yaitu perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup serta perasaan dalam kaitannya dengan orang lain.

a. Perasaan mengenai diri sendiri

- 1) Menerima diri sendiri, maksudnya individu menerima dirinya secara nyata dan penuh, nyaman dengan dirinya sendiri, apapun kondisi yang dihadapi saat ini. Individu memandang bahwa dirinya memiliki keunikan tersendiri, menghargai setiap potensi yang dimiliki tanpa mengeluh.
- 2) Menghormati diri sendiri. Individu memiliki harga diri dan keyakinan yang dalam bahwa penting walaupun bukan bagi orang lain, setidaknya bagi dirinya sendiri. Individu dengan harga diri yang akan merasa kasihan dan memaafkan dirinya sendiri, menyukai dirinya sendiri dengan ketidak sempurnaan yang dimiliki.
- 3) Menghargai keberhargaan dirinya. Individu tidak terpengaruh dengan pendapat orang lain mengenai dirinya. Individu tidak merasa lebih baik bila dipuji and tidak merasa lebih buruk jika dirinya yang dihina oleh orang lai. Perasaan baik mengenai dirinya tidak bergantung pada keadaan kondisi luar atau sesuatu yang akan atau telah dilakukan.
- 4) Memegang kendali atau emosi dirisendiri. Individu merasa terbebas dari perasaa yang tidak menyenangkan atau rasa bersalah, rasa marah, rasa bahagia karena individu merasa senang dengan dirinya dan kehidupannya.

b. Perasaan terhadap hidup

- 1) Menerima kenyataan perasaan terhadap hidup berarti menerima tanggung jawab atas setiap bagian hidup yang dijalannya. Individu dengan harga diri yang tinggi akan dengan lapang dada dan tidak menyalahkan keadaan hidup ini atas segala masalah yang dihadapinya.
  - 2) Memegang kendali atas diri sendiri. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi tidak berusaha untuk mengendaikan orang lain atau situasi yang ada. Sebaliknya, ia akan dengan amudah menyesuaikan diri dnegan keadaan.
- c. Perasaan dalam kaitannya dengan orang lain.
- 1) Menghormati orang lain. Individu menghormati hak-hak orang lain sebagaimana mereka berada, melakukan seperti yang mereka pilih, dan hidup seperti mereka selama mereka juga menunjukkan rasa hormat yang sama kepada dirinya dan orang lain. Individu dengan harga diri tinggi tidak memaksa nilai-nilai atau keyakinan pada orang lain.
  - 2) Memiliki toleransi terhadap orang lain. Individu dengan harga diri tinggi akan memandang semua orang memiliki keberhargaan yang sama dan layak untuk dihormati. (Minchinton, 1995)

## 2.2 Tinjauan Pustaka Antar Variabel

Menurut Coopersmith (1967), harga diri atau *self esteem* merupakan abstraksi yang dikembangkan individu (subyektif) tentang atribut, kapasitas, obyek, dan aktivitas yang dikejar atau dicita-citakan. Pribadi dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal, di dalamnya terdapat berbagai aspek kepribadian dari individu yang menyangkut harga diri remaja tersebut. Harga diri (*self esteem*) itu sendiri mengandung arti suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap-sikap yang dapat bersifat positif (tinggi) dan negatif (rendah). Bagaimana seseorang menilai tentang dirinya akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Harga diri yang positif (tinggi) akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini sehingga seseorang cenderung terbebas dari

pengaruh orang lain dan lingkungan, bisa menerima kritikan dari luar dirinya, mandiri dan bisa menjadi dirinya sendiri.

Kesejahteraan diri diistilahkan oleh aliran *eudaimonic* sebagai *psychological well-being* (PWB), sedangkan aliran *hedonic* mengistilahkan kesejahteraan diri sebagai kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif menekankan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila secara subjektif ia merasa bahagia, sedangkan PWB menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila ia menggunakan potensi yang ada di dalam dirinya. Dalam menjelaskan konsep kesejahteraan diri seorang individu, Diener, dkk (dalam Ryan & Deci, 2001) mengatakan bahwa kesejahteraan subjektif lebih unggul dalam menjelaskan hal apa yang membuat hidup seseorang lebih baik berdasarkan perspektif orang tersebut.

Definisi dari kesejahteraan subjektif menurut Diener dan Lucas (1999), adalah evaluasi seseorang tentang hidup mereka, termasuk penilaian kognitif terhadap kepuasan hidupnya serta evaluasi afektif dari *mood* dan emosi-emosi. Komponen-komponen dari SWB dibagi menjadi komponen kognitif dan komponen afektif. Komponen kognitif dibagi lagi menjadi kepuasan hidup secara global dan kepuasan hidup terhadap domain tertentu, sedangkan komponen afektif dibagi lagi menjadi evaluasi keberadaan afek positif dan afek negatif.

Campbell (dalam Wangmuba, 2009) 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. Hal itu merupakan pedoman yang berharga dalam hubungan interpersonal dan merupakan hasil alamiah dari pertumbuhan seseorang yang sehat (Ryan & Deci, 2001). Studi telah menunjukkan bahwa orang yang dilaporkan memiliki harga diri yang tinggi biasanya menggunakan lebih banyak proses peningkatan diri (Sedikides dalam Wangmuba, 2009).

Guindon (2010) menyatakan bahwa harga diri dapat mempengaruhi motivasi, *functional behavior*, dan kepuasan hidup seseorang. Selain itu harga diri juga secara signifikan berhubungan dengan well-being seseorang (Guindon, 2010). Apa yang hendak dilakukan seseorang dan bagaimana cara orang tersebut melakukannya

dipengaruhi kondisi harga diri orang tersebut. Kondisi harga diri yang rendah cenderung berhubungan dengan situasi-situasi yang tidak menyenangkan, seperti mengalami kekerasan, depresi, atau prestasi yang menurun. Sebaliknya, kondisi harga diri yang tinggi cenderung berhubungan dengan situasi-situasi menyenangkan (Guindon, 2010). Hal ini dikarenakan seseorang dengan harga diri tinggi dapat merasakan kuitas dirinya dan selalu berpikir positif tentang dirinya.

Harga diri sangat memegang peran penting dalam kehidupan seseorang. Bahkan menurut Diener masyarakat dalam negara-negara yang individualistik mendasari hidup mereka dengan penilaian kepuasan hidup pada tingkat perasaan tingginya harga diri (Diener dn Diener, 1995 dalam Synder dan Lopez, 2005).

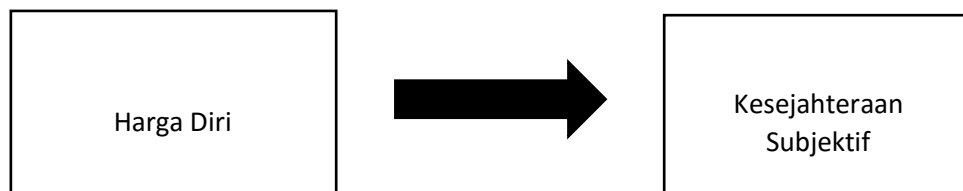
Oleh karena itu individu sangat diharuskan untuk mempunyai harga diri yang tinggi guna untuk pengembangan dirinya agar dapat merasakan kepuasan hidup. Dengan merasakan kepuasan hidup maka terciptalah kesejahteraan subjektif yang menimbulkan tingginya efek positif pada diri individu dan rendahnya afek negatif serta kepuasan hidup dalam domain kehidupan.

#### **2.4 Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan (Sugiyono, 2012). Berdasarkan teori dari dua variabel diatas yaitu:

Bagan 2.1

Kerangka konseptual harga diri dengan kesejahteraan subjektif



#### **2.5 Hipotesis**



Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh harga diri terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

## 2.6 Hasil Penelitian Yang Relevan

Terdapat beberapa penelitian yang relevan dan berhubungan dengan penelitian yang akan diteliti, yaitu :

1. Judul Penelitian : “Hubungan antara *Self Esteem* dengan *Subjective Well-Being* Pada Model Wanita Bandung”

Nama Peneliti : Besa Sisma Utami dan Agus Budiman

Tahun Penelitian : 2014

Hasil Penelitian : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara *self esteem* dengan *subjective well being* pada model wanita kota Bandung. Metode yang digunakan adalah metode korelasional. Alat ukur untuk skala *self esteem* mengadaptasi dari Rosenberg. *Self Esteem Scale* (RSES) dan alat ukur *subjective well being* dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Diener. Data analisis menggunakan teknik korelasi product moment dari Spearman. Hubungan antara *self esteem* dengan *subjective well being* menunjukkan adanya hubungan positif yang erat antara *self esteem* dengan *subjective well being* pada mode wanita di kota Bandung. Semakin positif *self esteem* maka semakin tinggi *subjective well being*.

2. Judul Penelitian : “Harga Diri dan Stres Kerja pada Karyawan Pemasaran Kartu Kredit di Jakarta”

Nama Penelitian : Rendra Afandi

Tahun Penelitian : 2014

Hasil Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *ex post facto* dan menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala harga diri Rosenberg dan skala stres kerja adaptasi dari Susilo. Analisis statistik

yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji regresi dengan SPSS 17.00. Berdasarkan hasil penelitian, didapat nilai  $F= 14.680$ ,  $p= 0.000 < 0.05$  (signifikan) dan besarnya nilai pengaruh (*Adjusted R Square*) variabel harga diri terhadap stres kerja adalah 0.202 (20.2%). Hal ini berarti terdapat pengaruh signifikan harga diri terhadap stres kerja pada karyawan pemasaran kartu kredit di Jakarta.

3. Judul Penelitian : “Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Istri yang belum memiliki Anak”

Nama Peneliti : Dian Orina

Tahun Penelitian : 2015

Hasil Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif pada istri yang belum memiliki anak. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan penelitian survey. Penelitian ini menggunakan instrumen dukungan sosial yang diadopsi dari Zimet yaitu *Multidimensional Scale Of Perceived Social Support* (MSPSS) dan instrumen kesejahteraan subjektif yang diadopsi dari Diener yaitu *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), *Scale Of Positive and Negative Experience* (SPANE) dan *Flouring Scale* (FS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan persepsi dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif pada istri yang belum memiliki anak. Hal ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diberikan akan berdampak pada semakin meningkatnya kesejahteraan subjektif istri yang belum memiliki anak.