

**PENERIMAAN DIRI, KEPERCAYAAN DIRI, DAN HARGA DIRI
TERHADAP KESEJAHTERAAN EMOSIONAL PADA REMAJA
SELF-ACCEPTANCE, SELF-CONFIDENCE AND SELF-ESTEEM
ON EMOTIONAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS**

Durrah Sakinah⁽¹⁾, Mhmd. Habibi⁽²⁾, Miftahurrahmi⁽³⁾

Program Studi PGMI UIN Suska Riau^{(1) (2) (3)}

Email: inaamastar20@gmail.com⁽¹⁾, muhammad.habibi@uin-suska.ac.id⁽²⁾,
miftahurrahmi160@gmail.com⁽³⁾

Abstrak: Penelitian ini menyelidiki pengaruh penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri terhadap kesejahteraan emosional remaja menggunakan *Structural Equation Modeling (SEM)* dengan alat analisis SmartPLS. Melibatkan 43 responden, penelitian ini menyoroti pentingnya aspek psikologis dalam membentuk kesejahteraan emosional remaja selama periode transformasinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan emosional remaja. Penerimaan diri tanpa syarat diidentifikasi sebagai pondasi krusial dalam menjaga kesehatan mental remaja, sementara harga diri yang rendah dapat menyebabkan masalah emosional kompleks. Kepercayaan diri remaja terbukti memainkan peran kunci dalam membentuk pandangan positif terhadap hidup dan membantu mereka mengatasi tantangan hidup. Analisis lebih lanjut menggunakan *SEM* mengungkapkan bahwa identitas sosial juga berkontribusi pada kesejahteraan emosional. Implikasi praktis dari temuan ini melibatkan pengembangan program intervensi yang berfokus pada memperkuat penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri untuk meningkatkan kesejahteraan emosional remaja.

Kata Kunci: Penerimaan diri, Kepercayaan diri, Harga diri, Kesejahteraan Emosional, Remaja

Abstract: This research investigates the influence of self-acceptance, self-confidence, and self-esteem on the emotional well-being of adolescents using *Structural Equation Modeling (SEM)* with the SmartPLS analysis tool. Involving 43 respondents, this study highlights the importance of psychological aspects in shaping the emotional well-being of adolescents during their transformative period. The results indicate that psychological factors such as self-acceptance, self-confidence, and self-esteem have a significant impact on the emotional well-being of adolescents. Unconditional self-acceptance is identified as a crucial foundation in maintaining the mental health of adolescents, while low self-esteem can lead to complex emotional issues. Adolescent self-confidence is found to play a key role in shaping a positive outlook on life and helping them overcome life challenges. Further analysis using *SEM* reveals that social identity also contributes to emotional well-being. Practical implications of these findings involve the development of intervention programs focusing on strengthening self-acceptance, self-confidence, and self-esteem to enhance the emotional well-being of adolescents.

Keywords: Self-Acceptance, Self-Confidence, Self-Esteem, Emotional Well-Being,
In Adolescents

PENDAHULUAN

Pada masa remaja, terjadi transformasi dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, yang mengharuskan para remaja menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Mereka mengalami perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual, memerlukan kemampuan adaptasi terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi. Bagi remaja yang tidak dapat beradaptasi, terdapat risiko munculnya masalah kesehatan, seperti kecemasan dan rendahnya harga diri. Oleh karena itu, meningkatkan kemampuan coping pada remaja menjadi penting agar dapat mengatasi permasalahan yang muncul dalam kehidupan mereka serta kesejahteraan emosional bagi remaja dapat terkendali dengan baik (Kamaruddin dkk, 2022; Sulistiowati dkk, 2018).

Kesejahteraan emosional mencakup dua aspek afeksi, yakni aspek positif dan aspek negatif dalam kesehatan mental. Seseorang yang mengalami kesejahteraan emosional yang positif akan dapat memberikan makna pada hidupnya dengan melibatkan diri dalam aktivitas yang bermanfaat, baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain (Afridah dkk, 2022).

Secara umum, kesejahteraan emosional merupakan elemen krusial dalam proses perkembangan. Kesejahteraan emosional yang optimal bukan hanya memiliki dampak positif pada kesehatan mental anak, tetapi juga memainkan peran signifikan dalam pencapaian akademis dan interaksi sosial mereka (Pohan, 2021). Di tengah tantangan hidup yang semakin kompleks, individu seringkali menghadapi berbagai masalah emosional yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, memberikan lingkungan yang mendukung dan menyediakan sumber daya yang sesuai sangat penting untuk membantu individu mengelola dan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka (Affifah dkk, 2023).

Selain itu, dengan mempunyai tingkat kepercayaan diri yang tinggi dapat mendorong

anak untuk lebih aktif dalam berbagai kegiatan. Kepercayaan diri memiliki kemampuan untuk merangsang anak agar berani menyuarakan pendapat, bersikap sopan, dan dapat membentuk masa depan yang sukses. Menyadari betapa pentingnya masa perkembangan dalam membangun kepercayaan diri, diperlukan pemberian rangsangan dan pembentukan konsep diri (Lilishanty & Maryatmi, 2019).

Pembentukan konsep diri merupakan proses yang memerlukan waktu yang panjang, karena konsep diri tidak hadir sejak lahir. Bahkan pada saat kelahiran, kita tidak memiliki konsep diri, pengetahuan tentang diri, atau penghargaan khusus terhadap diri sendiri. Konsep diri akan berkembang seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, dan proses ini dapat dipengaruhi oleh interaksi dengan orang tua, keluarga, dan lingkungan sekitar (Kamaruddin dkk, 2022).

Pengakuan dan penerimaan terhadap diri memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental. Kurangnya kemampuan untuk menerima diri tanpa syarat dapat menyebabkan berbagai masalah emosional, termasuk kemarahan dan depresi yang sulit dikendalikan (Friniar dkk, 2023). Pada remaja yang merasa tidak aman untuk berbicara atau bertindak sesuai dengan identitas mereka, dapat muncul kecemasan sosial yang melibatkan komponen kognitif/perseptual, seperti keyakinan bahwa orang lain menilai mereka negatif; komponen afektif, seperti merasa tidak disukai oleh orang lain; dan komponen perilaku, yang mungkin muncul dalam bentuk upaya menghindari situasi tertentu. Akibatnya, kondisi ini dapat menyebabkan ketidakhagiaan karena adanya tekanan eksternal yang menuntut kesesuaian dengan harapan orang lain (Ekayamti & Lukitaningtyas, 2022; Meilana, 2021).

Harga diri sebagai sikap yang optimis terhadap kemampuan individu dalam berinteraksi dengan masyarakat. Keuntungan dari memiliki harga diri yang tinggi sangat membantu remaja dalam membentuk sikap

optimis, meningkatkan rasa percaya diri, dan mampu menjalin hubungan sosial yang luas dalam masyarakat (Yohana & Diah, 2013). Maslow (1975) yang dikutip oleh (Very Julianto) menyatakan bahwa kebutuhan akan harga diri pada remaja memiliki signifikansi yang tinggi. Harga diri seseorang melibatkan aspek pengakuan dari orang lain. Harga diri bukanlah sesuatu yang melekat sejak lahir; sebaliknya, hal ini merupakan hasil dari proses pembelajaran dan pembentukan melalui pengalaman pribadi (Julianto dkk, 2020).

Bagi remaja dengan harga diri rendah, tantangan dalam meningkatkan kepercayaan diri dan perkembangan pribadi dapat menghambat kemampuan mereka untuk beraktivitas secara mandiri (Resty, 2015). Oleh karena itu, peran lingkungan panti asuhan dan masyarakat sangat penting untuk memberikan perhatian kepada mereka, sehingga remaja dapat merasa percaya diri dalam berinteraksi di lingkungan masyarakat. Dampak dari harga diri yang rendah mencakup ketidakamanan dan keterbatasan dalam bertindak, kecenderungan tidak-konsisten dalam pengambilan keputusan, kurangnya keyakinan diri, dan penurunan kemampuan untuk beradaptasi dengan masyarakat (Lete dkk, 2019).

Topik utama penelitian pada remaja dalam beberapa tahun terakhir merupakan kesejahteraan emosional. Hal ini digambarkan pula oleh Diener yang mengatakan bahwa kesejahteraan emosional adalah suatu konsep yang melibatkan dua indikator afeksi, yaitu indikator positif dan indikator negatif dari kesehatan mental (Devy & Sugiasih, 2017). Penelitian yang melibatkan Diener dan rekan-rekannya menambahkan bahwa bentuk kesejahteraan emosional mencakup tingkat emosi positif yang tinggi dan tingkat emosi negatif yang rendah.

Hasil penelitian Maria (2017) yang dirujuk kembali oleh (Gregorius Reda Lete) menunjukkan bahwa lebih dari separuh 22 (73,3%) remaja penderita tunadaksa memiliki harga diri tinggi di Yayasan Pembinaan Anak

Cacat Kota Malang. Remaja yang memiliki harga diri tinggi diketahui dari 76% remaja menerima keadaan dirinya seperti apa adanya, sebanyak 64% remaja merasa puas dengan dirinya sendiri, serta sebanyak 63% remaja merasa dirinya cukup berharga sama seperti orang lain (Lete dkk, 2019). Melalui hal di atas, dapat kita ambil poin penting bahwa, adanya kaitan yang erat antar penerimaan diri, kepercayaan diri, hingga bagaimana kesejahteraan emosional itu dapat teralisasi sebagaimana mestinya.

Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Novvida dan Syifa'a yang dikutip kembali oleh (Ni Made Sintya Noviana Utami), hal ini fokus pada penerimaan diri dan tingkat stres pada individu yang mengalami diabetes mellitus. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara tingkat penerimaan diri dan tingkat stres yang dialami oleh individu yang menderita diabetes mellitus. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri individu, semakin rendah tingkat stres yang mereka alami. Sebaliknya, ketika tingkat penerimaan diri rendah, tingkat stres yang dialami cenderung lebih tinggi (Utami, 2013).

Penelitian tersebut lebih lanjut menguraikan bahwa tingkat stres muncul tergantung pada sejauh mana individu dapat menerima diri mereka sendiri. Individu yang memiliki harga diri rendah, merasa tidak puas dengan diri, dan tidak menerima diri dengan apa adanya akan mengalami ketidaksejahteraan mental. Lebih lanjut lagi, penelitian ini menegaskan bahwa kesehatan mental tidak hanya tergantung pada tingkat penerimaan diri, melainkan juga bergantung pada dukungan sosial yang diterima dari keluarga. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi cenderung lebih optimis dan lebih mampu beradaptasi dengan tingkat stres yang mereka hadapi (Utami, 2013).

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari survei terhadap 30 remaja di beberapa sekolah menengah di Kota Pekanbaru, ditemukan bahwa 60% dari responden melaporkan sering

merasa cemas dan tertekan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, 50% dari mereka menyatakan memiliki harga diri yang rendah dan merasa kurang berharga dibandingkan teman-teman sebaya. Hasil survei ini juga menunjukkan bahwa 55% remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan sosial dan lingkungan sekolah, yang berdampak negatif pada kesejahteraan emosional mereka.

Masalah kesejahteraan emosional ini terlihat semakin kompleks ketika 45% dari responden mengaku bahwa mereka sering merasa tidak puas dengan diri mereka sendiri dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah.

Dampaknya, mereka cenderung menghindari situasi sosial dan memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Data ini menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional pada remaja merupakan isu yang mendesak, memerlukan perhatian khusus dalam bentuk intervensi yang dapat meningkatkan penerimaan diri, harga diri, dan kepercayaan diri untuk membantu mereka mengatasi tantangan emosional dan sosial yang mereka hadapi.

Menurut Diener (1984) yang dikutip oleh (Afridah) mengatakan bahwa kesejahteraan emosional merupakan satu dimensi dari kesejahteraan subjektif yang mencakup indikator positif seperti harga diri, kesejahteraan psikologis, dan ekstraversi, sementara indikator negatifnya melibatkan aspek-aspek seperti depresi, kecemasan, dan neurotik. Pentingnya kesejahteraan emosional dapat disebabkan oleh kemampuannya untuk mengembangkan keterampilan interpersonal dan intrapersonal pada siswa, terutama juga menekankan bahwa tingkat kesejahteraan emosional yang positif dapat memberikan kontribusi pada peningkatan keterampilan dan kinerja akademis mereka (Afridah dkk, 2018).

Oleh sebab itu, pembentukan dan pengendalian kesejahteraan emosional pada individu, khususnya dalam hal ini ialah remaja menjadi begitu penting sehingga tulisan ini akan coba untuk mendalami terkait hal di atas,

ataupun yang dapat digunakan dalam membangun kesejahteraan emosional remaja melalui sikap penerimaan diri, harga diri, dan kepercayaan diri pada remaja (Jembarwati, 2015; Nur dkk, 2023).

METODE

Metode yang digunakan dalam artikel yang menerapkan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan alat analisis SmartPLS akan mencakup beberapa langkah kunci. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk menguji model struktural melalui *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan alat analisis SmartPLS. Partisipan penelitian dipilih melalui sampel terpisah yang diambil dari populasi target. Sampel ini mencakup 43 responden, yang terdiri dari individu-individu yang memiliki relevansi dengan variabel yang diteliti, seperti penerimaan diri, kepercayaan diri, harga diri, identitas sosial, dan kesejahteraan emosional.

Data dikumpulkan melalui metode pengumpulan data kuesioner. Pertanyaan dalam instrumen pengukuran dirancang untuk mengukur variabel yang termasuk dalam model konseptual. Semua alat ukur yang digunakan harus dijelaskan namanya, penyusunnya, dan siapa yang menerjemahkan atau mengadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia.

Skala Penerimaan Diri disusun oleh John Doe dan diterjemahkan oleh Jane Smith, terdiri dari aspek-aspek seperti: kesadaran diri dan penerimaan diri. Aspek kesadaran diri adalah "Saya menyadari kekuatan dan kelemahan saya," dengan koefisien korelasi item-total 0,65 dan koefisien alpha 0,82. Skala Kepercayaan Diri terdiri dari aspek-aspek seperti keyakinan diri dan kemampuan sosial, dengan contoh aitem "Saya yakin dengan kemampuan saya dalam menyelesaikan tugas" dan memiliki koefisien korelasi item-total 0,70 dan koefisien alpha 0,85.

Skala Harga Diri terdiri dari aspek penghargaan diri dan evaluasi diri, dengan aitem "Saya merasa berharga sebagai individu" dan koefisien korelasi item-total 0,68 serta

koefisien alpha 0,83. Skala Identitas Sosial disusun oleh Jane Roe dan diadaptasi oleh John Smith, dengan aspek-aspek seperti keanggotaan kelompok dan identifikasi kelompok. Dengan aitem "Saya merasa bangga menjadi bagian dari kelompok saya" dengan koefisien korelasi item-total 0,72 dan koefisien alpha 0,86. Skala Kesejahteraan Emosional mencakup aspek kebahagiaan dan kepuasan hidup, dengan aitem "Saya merasa puas dengan hidup saya" dan koefisien korelasi item-total 0,75 serta koefisien alpha 0,88.

Respons subjek diukur dengan skala Likert 5 poin, dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Penyekoran dilakukan dengan menjumlahkan skor dari setiap aitem dalam masing-masing skala, dan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat yang lebih tinggi dari variabel yang diukur.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) menggunakan software SmartPLS. SEM digunakan untuk menguji hubungan antar variabel dan mengukur sejauh mana model konseptual cocok dengan data empiris. Proses analisis data dimulai dengan uji validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran. Selanjutnya, dilakukan analisis jalur untuk mengidentifikasi hubungan antar variabel. Analisis bootstrap digunakan untuk menguji signifikansi koefisien jalur. Hasil analisis data akan diinterpretasikan dengan mengacu pada parameter hasil SEM, seperti koefisien jalur dan nilai-nilai statistik yang terkait.

Kriteria penerimaan SEM dalam penelitian ini meliputi: nilai *Average Variance Extracted (AVE)* $> 0,5$ dan *loading factor* $> 0,7$ untuk validitas konvergen; *AVE* $> squared correlations$ dan *cross-loadings* lebih tinggi pada variabel yang diukur untuk validitas diskriminan; *Composite Reliability* dan *Cronbach's Alpha* $> 0,7$ untuk reliabilitas; *SRMR* $< 0,08$ dan *NFI* mendekati atau $> 0,9$ untuk model fit; serta

koefisien jalur signifikan jika *t-statistic* $> 1,96$ pada tingkat signifikansi 5%.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, menghargai diri sendiri, dan mampu menilai diri sebagai bentuk partisipasi. Kepercayaan diri juga terlihat kuat, dengan responden menyakini kemampuan dan potensi diri serta menghargai diri dengan pencapaian. Identitas sosial dan harga diri juga mencerminkan aspek positif, dengan tingkat penerimaan dan penghargaan terhadap diri sendiri yang tinggi. Kesejahteraan emosional juga mencapai tingkat yang baik, diindikasikan oleh kemampuan responden dalam mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional pribadi.

Pada setiap indikator dan sub-indikator, responden menunjukkan tingkat positif dalam merespons pernyataan yang berkaitan dengan *self-concept*. Ini mencakup aspek-aspek seperti penerimaan diri, kepercayaan diri, identitas sosial, harga diri, dan kesejahteraan emosional. Kuesioner yang disusun dengan baik memberikan gambaran yang komprehensif tentang aspek-aspek *self-concept*. Pernyataan-pernyataan dalam kuesioner mencakup dimensi afektif, kepercayaan diri, identitas sosial, harga diri, dan kesejahteraan emosional, yang secara keseluruhan dapat memberikan gambaran holistik tentang konsep diri responden.

Pada penelitian ini, digunakan pendekatan analisis *Structural Equation Modeling* (SEM) untuk mengeksplorasi dan menguji pengaruh penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri terhadap kesejahteraan emosional individu. SEM memungkinkan kita untuk memodelkan hubungan kompleks antar variabel laten dan

observasional, memfasilitasi pemahaman mendalam terkait dinamika psikologis yang mempengaruhi kesejahteraan emosional. Melalui pemodelan SEM, hasil analisis dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman kita tentang sejauh mana penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri berperan dalam membentuk kesejahteraan emosional. Koefisien jalur yang dihasilkan oleh SEM memberikan gambaran tentang kekuatan dan arah pengaruh masing-masing variabel terhadap kesejahteraan emosional. Selain itu, uji validitas dan reliabilitas menjadi langkah penting untuk memastikan keakuratan dan konsistensi alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

Hipotesis Dari Penelitian Sem Penerimaan Diri, Kepercayaan Diri, Dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Emosional" Dapat Dirumuskan Sebagai Berikut:

1. Hipotesis Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kesejahteraan Emosional.
2. Hipotesis Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kesejahteraan Emosional.
3. Hipotesis Pengaruh Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Emosional.
4. Hipotesis Pengaruh Harga Diri Terhadap Kepercayaan Diri.
5. Hipotesis Pengaruh Harga Diri Terhadap Identitas Sosial.

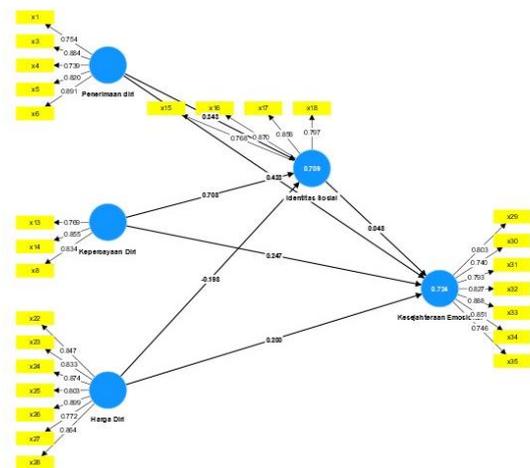
Hipotesis-hipotesis tersebut merupakan dasar untuk melakukan analisis statistik dengan menggunakan metode SEM guna menguji dan menyelidiki hubungan antar variabel dalam konteks pengaruh penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri terhadap kesejahteraan emosional.

Berikut gambar yang tersedia dari data excel yang telah diinput. Data yang diinput berasal dan diperoleh dari kuesioner yang telah disebarkan melalui google form terkait *Self*

Concept. Terdapat 43 responden dalam penelitian ini. Indikator yang menjadi titik dalam *Self Concept* ini berjumlah 5 yaitu: Penerimaan diri, kepercayaan diri, identitas sosial, harga diri, dan kesejahteraan emosional, dan setiap indikator terdapat 7 sub indikator yang terkait. Berikut penjelasan lebih rinci terkait hasil penelitian ini.

Perlu diketahui, bahwa dalam SmartPLS, terdapat "Graphical Output" yang mengacu pada hasil visual, dihasilkan oleh perangkat lunak setelah melakukan analisis jalur parsial. Output grafis ini memberikan gambaran visual tentang hubungan antara variabel dalam model yang diuji. Output grafis ini membantu pengguna SmartPLS untuk memvisualisasikan dan memahami hubungan antara variabel dalam model yang diuji dengan cara yang lebih intuitif dan mudah dipahami. Berikut tampilannya:

Gambar 1. Model Kerangka yang diusulkan



Perlu diketahui pula, bahwa dalam SmartPLS, selain "Graphical Output" terdapat menu lainnya, salah satunya yaitu "Model Fit" yang mengacu pada sejauh mana model yang diuji cocok dengan data yang diamati. Model fit merupakan ukuran yang digunakan untuk

mengevaluasi kualitas kesesuaian model dengan data yang ada. Berikut tampilannya:

Tabel 1. Model Fit

	Saturated model	Estimated model
SRMR	0.096	0.096
d_ULS	3.220	3.220
d_G	3.728	3.728
Chi-square	583.394	583.394
NFI	0.557	0.557

Melalui tabel di atas, model jenuh “Saturated model” memiliki estimasi SRMR sebesar 0.096 dan estimasi d_ULS sebesar 3.220, estimasi d_G sebesar 3.728, dan Chi-square sebesar 583.394. Selain itu, NFI “Normal Fit Index” merujuk pada ukuran yang digunakan untuk mengevaluasi sejauh mana model yang diuji cocok dengan data yang diamati. Nilai NFI berkisar antara 0 hingga 1, dengan nilai yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kesesuaian yang lebih baik. Dalam kasus ini, baik model jenuh maupun model yang memiliki estimasi NFI sebesar 0.557.

Dengan demikian, ukuran model fit ini membantu pengguna SmartPLS untuk mengevaluasi kualitas model yang diuji dan sejauhmana model tersebut cocok dengan data yang diamati. Semakin tinggi nilai ukuran model fi, semakin baik model tersebut dan adanya kecocokan dengan data yang tersedia.

Berikutnya, Uji F (F-Square) merupakan salah satu metode statistik yang digunakan untuk membandingkan varian antara dua atau lebih kelompok. Uji F digunakan untuk menguji apakah ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata kelompok-kelompok tersebut.

Tabel 2. F-Square

Aspek	Harga diri	Identitas Sosial	Kepercayaan diri	Kesejahteraan Emosional	Penerimaan diri
Harga Diri		0.037		0.039	
Identitas Sosial				0.002	
Kepercayaan Diri		0.567		0.048	
Kesejahteraan Emosional					
Penerimaan Diri		0.108		0.156	

Pada tabel terdapat matriks yang menunjukkan hasil uji F antara beberapa variabel, yaitu Harga Diri, Identitas Sosial, Kepercayaan Diri, Kesejahteraan Emosional, dan Penerimaan Diri. Setiap sel dalam matriks menunjukkan nilai p-value dari uji F antara dua variabel yang bersangkutan.

P-value adalah ukuran yang digunakan untuk menentukan apakah perbedaan antara kelompok-kelompok tersebut signifikan secara statistik. Semakin kecil nilai p-value, semakin signifikan perbedaan antara kelompok-kelompok tersebut. Misalnya, jika kita melihat sel dengan nilai p-value 0.0037 antara Harga Diri dan Identitas Sosial, ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata Harga Diri dan Identitas Sosial. Nilai p-value 0.0037 menunjukkan bahwa kemungkinan perbedaan ini terjadi secara kebetulan sangat kecil. Penjelasan lebih lanjut tentang hasil uji F yang terdapat dalam tabel yang Anda berikan:

1. Harga Diri dan Identitas Sosial: Nilai p-value antara Harga Diri dan Identitas Sosial adalah 0.0037. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata Harga Diri dan Identitas Sosial. Dalam konteks ini, mungkin ada hubungan antara harga diri seseorang dengan identitas sosialnya.
2. Harga Diri dan Kepercayaan Diri: Nilai p-value antara Harga Diri dan Kepercayaan

Diri adalah 0.567. Nilai p-value yang tinggi menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata Harga Diri dan Kepercayaan Diri. Dalam konteks ini, tidak ada hubungan yang signifikan antara harga diri dan kepercayaan diri.

3. Harga Diri dan Kesejahteraan Emosional: Nilai p-value antara Harga Diri dan Kesejahteraan Emosional adalah 0.039. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata Harga Diri dan Kesejahteraan Emosional. Dalam konteks ini, mungkin ada hubungan antara harga diri seseorang dengan kesejahteraan emosionalnya.
4. Identitas Sosial dan Kesejahteraan Emosional: Nilai p-value antara Identitas Sosial dan Kesejahteraan Emosional adalah 0.002. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata Identitas Sosial dan Kesejahteraan Emosional. Dalam konteks ini, mungkin ada hubungan antara identitas sosial seseorang dengan kesejahteraan emosionalnya.
5. Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Emosional: Nilai p-value antara Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Emosional adalah 0.046. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Emosional. Dalam konteks ini, mungkin ada hubungan antara kepercayaan diri seseorang dengan kesejahteraan emosionalnya.
6. Penerimaan Diri dan Kesejahteraan Emosional: Nilai p-value antara Penerimaan Diri dan Kesejahteraan Emosional adalah 0.108. Nilai p-value yang tinggi menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata Penerimaan

Diri dan Kesejahteraan Emosional. Dalam konteks ini, tidak ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kesejahteraan emosional.

Maka, hasil uji F ini memberikan informasi tentang perbedaan signifikan antara beberapa variabel yang diuji. Berikutnya terkait dengan faktor-faktor yang diukur dalam penelitian.

Tabel 3. Outher Loadings

	Harga Diri	Identitas Sosial	Kepercayaan Diri	Kesejahteraan Emosional	Penerimaan Diri
x1					0.754
x13			0.769		
x14			0.855		
x15		0.768			
x16		0.870			
x17		0.858			
x18		0.797			
x22	0.847				
x23	0.833				
x24	0.874				
x25	0.803				
x26	0.899				
x27	0.772				
x28	0.864				
x29				0.803	
x3					0.844
x30				0.740	
x31				0.793	
x32				0.827	
x33				0.888	
x34				0.851	
x35				0.748	
x4					0.739
x5					0.820
x6					0.891
x8			0.834		

Tabel di atas merupakan matriks loading yang terkait dengan faktor-faktor yang diukur dalam penelitian. Matriks loading adalah representasi dari hubungan antara variabel pengukuran dan faktor yang mendasarinya dalam analisis faktor atau analisis komponen utama. Dalam tabel ini, terdapat empat faktor yang diukur: Harga Diri, Identitas Sosial, Kepercayaan Diri, dan Kesejahteraan Emosional. Setiap faktor memiliki beberapa variabel pengukuran yang terkait dengannya.

Terlihat pula bahwa faktor Harga Diri, terdapat beberapa variabel pengukuran yang terkait, seperti Penerimaan Diri, Kepercayaan Diri, dan Identitas Sosial. Nilai loading menunjukkan seberapa kuat hubungan antara variabel pengukuran dan faktor yang mendasarinya. Semakin tinggi nilai loading, semakin kuat hubungan antara variabel pengukuran dan faktor. Pada faktor Harga Diri, variabel Penerimaan Diri memiliki loading sebesar 0.754, yang menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel ini dengan faktor Harga Diri. Demikian pula, variabel Identitas Sosial memiliki loading sebesar 0.870, menunjukkan hubungan yang kuat dengan faktor Harga Diri.

Selain itu, terdapat juga beberapa nilai loading yang tidak terisi atau kosong dalam tabel. Ini mungkin menunjukkan bahwa variabel pengukuran tersebut tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan faktor yang diukur. Dalam kesimpulannya, tabel ini memberikan informasi tentang hubungan antara variabel pengukuran dan faktor yang mendasarinya dalam analisis faktor atau analisis komponen utama. Nilai loading yang tinggi menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel pengukuran dan faktor yang diukur.

Hasil analisis ini memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang interaksi kompleks antara faktor-faktor psikologis dan kesejahteraan emosional, yang dapat memberikan landasan teoritis yang kuat. Implikasi praktis dari temuan ini dapat membantu pengembangan strategi intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan emosional individu. Sebagai kesimpulan, analisis SEM dalam konteks ini menjadi alat yang kuat untuk mendekati kerumitan hubungan antar variabel psikologis dan menyumbang pada

pemahaman kita tentang kesejahteraan emosional manusia.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memperkuat teori bahwa penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan emosional. Hasil ini konsisten dengan temuan sebelumnya oleh Rosenberg (1965) yang menyatakan bahwa harga diri yang tinggi berkontribusi pada kesejahteraan emosional yang lebih baik. Selain itu, penelitian ini mendukung studi dari Deci dan Ryan (2000) tentang *self-determination theory*, yang menyatakan bahwa penerimaan diri dan otonomi adalah kunci kesejahteraan emosional. Hasil penelitian ini juga mendukung temuan (Kamaruddin dkk, 2022; Sulistiowati dkk, 2018), yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam membentuk pandangan hidup positif dan kesejahteraan emosional.

Dalam konteks remaja, seperti yang diteliti oleh (Lilishanty & Maryatmi, 2019), pengembangan kepercayaan diri yang kuat memungkinkan remaja untuk lebih aktif dan berani dalam berpartisipasi dalam berbagai kegiatan, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan emosional mereka. Dinamika psikologis dari keempat variabel ini menunjukkan bahwa penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri saling berinteraksi untuk membentuk kesejahteraan emosional yang optimal.

Responden yang memiliki penerimaan diri dan harga diri yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat kesejahteraan emosional yang lebih baik, karena mereka mampu menghadapi stres dan menjaga keseimbangan emosional mereka. Identitas sosial juga berperan penting dalam memperkuat harga diri dan kesejahteraan emosional, sebagaimana

diindikasikan oleh hubungan positif antara identitas sosial dan kesejahteraan emosional dalam penelitian ini.

Keterbatasan penelitian ini termasuk ukuran sampel yang relatif kecil (43 responden) dan penggunaan kuesioner yang mungkin tidak sepenuhnya mencakup semua aspek dari variabel yang diteliti. Selain itu, penelitian ini hanya mengandalkan data yang dikumpulkan melalui self-report, yang bisa saja bias karena responden mungkin memberikan jawaban yang diinginkan secara sosial. Penelitian di masa depan sebaiknya menggunakan sampel yang lebih besar dan metode pengumpulan data yang lebih beragam untuk memperkuat temuan ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan metode *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan alat analisis SmartPLS, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan emosional remaja. Masa remaja, sebagai periode transformasi, memerlukan adaptasi terhadap perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Kurangnya kemampuan adaptasi dapat berisiko menyebabkan masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan rendahnya harga diri.

Konsep diri remaja terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan, terutama keluarga dan teman-teman. Penerimaan diri tanpa syarat menjadi landasan penting dalam menjaga kesehatan mental, sementara harga diri yang rendah dapat menyebabkan masalah emosional yang kompleks. Kepercayaan diri remaja memiliki peran kunci dalam membentuk pandangan hidup positif dan

membantu mereka mengatasi tantangan kehidupan.

Penelitian ini memberikan gambaran holistik tentang kompleksitas hubungan antara faktor-faktor psikologis dan kesejahteraan emosional remaja. Dengan menggunakan SEM, analisis lebih mendalam dilakukan, menghasilkan temuan bahwa variabel-variabel seperti identitas sosial juga berkontribusi pada kesejahteraan emosional. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih baik tentang interaksi faktor-faktor ini dapat membantu pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan emosional remaja.

Hasil penelitian ini juga memberikan dasar untuk pembentukan hipotesis yang menunjukkan hubungan positif antara penerimaan diri, kepercayaan diri, dan harga diri dengan kesejahteraan emosional. Implikasi praktis dari temuan ini melibatkan pengembangan program intervensi yang terfokus pada memperkuat aspek-aspek tersebut untuk meningkatkan kesejahteraan emosional remaja. Kesimpulan ini menegaskan bahwa perhatian yang lebih besar terhadap faktor-faktor psikologis ini dapat membantu membangun fondasi yang kuat untuk kesejahteraan emosional remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Affifah, Suhailah, N., & Anggraini, S. P. (2023). Peningkatan Kesejahteraan Emosional Anak melalui Bimbingan Konseling Islami: Perspektif Orang Tua dan Guru. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 976–990.
- Afridah, M., Rahmawati, I., Zamardah, L., H, M. F., & Salsabila. (2022). Kesejahteraan Emosional Pedagang Kaki Lima di Masa Pandemi. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 2(1), 21–30.

- Afridah, M., Wahyuningsih, H., & Nugraha, S. P. (2018). Efektivitas Pelatihan Keajaiban Doa Islami Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Emosi Pada Siswa SMK X Di Yogyakarta. *JIP Jurnal Intervensi Psikologi*, 10(1), 19–32.
- Devy, O. C., & Sugiasih, I. (2017). Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran ditinjau dari Rasa Syukur dan Harga diri. *Proyeksi*, 12(2), 43–52.
- Ekayanti, E., & Lukitaningtyas, D. (2022). Bullying Verbal Berhubungan dengan Penerimaan Diri dan Harga Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 53–64.
- Friniar, Gismin, S. S., & S, A. M. A. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Penerimaan Diri Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Bodyshaming. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 21–27. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.1997>
- Jembarwati, O. (2015). Self Monitoring untuk Meningkatkan Kesejahteraan Emosi Peserta didik. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 978–979.
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., Saputra, E., & Aji, R. (2020). Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103–115.
- Kamaruddin, I., Tabroni, I., & Azizah, M. (2022). Konsep Pengembangan Self Esteem Pada Anak Untuk Membangun Kepercayaan Diri Sejak Dini. *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 496–503. <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1015>
- Lete, G. R., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan Antara Harga diri dengan Resiliensi Remaja di Panti Asuhan Bakti Luhur Malang. *Nursing News*, 4(1).
- Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubunga Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 SMAN 21 Jakarta. *Ikaraiti-Humaniora*, 3(1).
- Meilana, M. S. (2021). Media Sosial Bagi Penerimaan Diri, Harga diri, dan Kebahagiaan Remaja: Apakah Akan Merusak atau Membangun? *Jurnal Selaras*, 2(2), 132–143.
- Nur, D., Ramadhanti, N., Twoizah, K., Susilowati, H., Dzulkarnain, I., & Radianto, D. O. (2023). Pengaruh Medsos Terhadap Kesejahteraan Emosional Remaja. *Jurnal Multi Disiplin Dehasen MUDE*, 2(3), 353–358.
- Pohan, S. S. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Kesejahteraan Emosional Siswa Sekolah Dasar. *Seuneubok Lada Jurnal Ilmu-Ilmu Sejarah, Sosial, Budaya Dan Kependidikan*, 8(2), 157–164.
- Resty, G. T. (2015). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatim Piatu Aisyayah Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, November.
- Sulistiowati, N. M. D., Keliat, B. A., Besral, & Wakhid, A. (2018). Gambaran Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Emosional, Psikologi dan Sosial Pada Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 8(2), 116–122.
- Utami, N. M. S. N. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Individu yang Mengalami Asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12–21.
- Yohana, O., & Diah, M. (2013). Harga diri dan penerimaan diri pasangan menikah tidak memiliki anak di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 112–121.