

Pendahuluan

Masa remaja awal, yang ditandai dengan dimulainya pubertas, merupakan periode perkembangan yang sangat rentan terhadap timbulnya masalah kesehatan perilaku dan emosional (Ladouceur, 2012). Sejalan dengan penelitian oleh Ozer et al. (2002) menyebutkan gangguan suasana hati, tingkat kecelakaan, bunuh diri, penyalahgunaan alkohol dan zat, gangguan makan, dan kehamilan yang tidak diinginkan meningkat selama perkembangan remaja (Ozer et al., 2002). Sehingga, menjadi perhatian utama, untuk memperkuat faktor-faktor protektif dalam masa kerentanan ini. Salah satu faktor protektif yang dapat melindungi remaja dari permasalahan perilaku dan emosional adalah *subjective well-being* (Esteban-Gonzalo, 2020).

Secara global, kepuasan hidup siswa menunjukkan tren penurunan yang signifikan. Di negara-negara OECD, proporsi siswa yang tidak puas dengan kehidupan meningkat dari 11% pada tahun 2015 menjadi 18% pada tahun 2022. Di Indonesia, data PISA 2022 menunjukkan sekitar 14% siswa melaporkan ketidakpuasan hidup, angka yang relatif tidak berubah di tahun 2018 (13%), meskipun pengukuran tersebut dilakukan dalam konteks pascapandemi. Temuan tersebut sejalan dengan kondisi di tingkat lokal, yakni Kota Yogyakarta. Di Kota Yogyakarta *subjective well-being* yang diukur terhadap 384 remaja kelas 7-9 SMP dalam kategori menengah (Gusniarti et al., 2024). Dengan demikian, isu *subjective well-being* yang cenderung menurun atau stagnan ini menandakan perlunya penelitian mendalam dan langkah pencegahan yang sistematis untuk menghindari penurunan yang lebih signifikan di masa depan.

Sebagai upaya terhadap isu kesejahteraan dan perlindungan anak di lingkungan pendidikan, Pemerintah Indonesia, melalui Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, telah menginisiasi program Sekolah Ramah Anak (SRA). SRA dibentuk sebagai upaya menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, nyaman, dan mendukung tumbuh kembang optimal bagi siswa. Program SRA melibatkan prinsip terkait pentingnya interaksi positif warga di sekolah, penghargaan terhadap hak anak dan partisipasi aktif siswa dalam proses belajar (Aulia et al., 2025). Pada harapannya upaya dapat melindungi hak-hak anak dari berbagai bentuk kekerasan, sehingga sekolah menjadi lingkungan positif yang dapat meningkatkan kesejahteraan anak di masa depan. Upaya ini juga diterapkan di kota pelajar, yakni Yogyakarta melalui aturan walikota Yogyakarta nomor 49 tahun 2016.

SMPN A Kota Yogyakarta dipilih sebagai fokus penelitian karena memenuhi konteks sosial, ekonomi dan budaya dalam penelitian *subjective well-being* siswa berdasarkan teori Diener (1989; 2009). Sekolah ini telah menyandang status Sekolah Ramah Anak (SRA) sejak 2017 dengan populasi yang padat (sekitar 1000 siswa) dan memiliki ragam persoalan terkait ekonomi, keluarga, hingga persoalan pergaulan dan akademik yang berpotensi menjadi beban bagi siswa. SMPN A dengan konteks sosial, ekonomi, dan budaya ini diduga juga memiliki dampak pada pola pilihan pendidikan lanjutan siswa, di mana lebih dari separuh lulusannya di tahun 2025 memilih sekolah kejuruan. Selaras dengan hal tersebut, temuan Putri et al. (2022) memperkuat bahwa pilihan tersebut sering dilatari oleh pertimbangan ekonomi keluarga, termasuk motivasi untuk segera bekerja. Artinya, berdasarkan hal tersebut, SMPN A merepresentasikan setting variabel konteks budaya, hubungan sosial, dan status ekonomi dan digunakan sebagai determinan yang juga mempengaruhi *subjective well-being*.

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 360 siswa SMP Negeri A Kota Yogyakarta, ditemukan bahwa tingkat kepuasan hidup (*life satisfaction*) mayoritas siswa berada pada kategori menengah (63,3%), diikuti kategori tinggi (28,3%) dan rendah (8,3%). Sementara itu, tingkat kebahagiaan (*happiness*) didominasi kategori menengah (69,7%), diikuti kategori tinggi (21,4%) dan rendah (8,9%). Secara lebih spesifik, permasalahan yang banyak dilaporkan siswa antara lain kesulitan memahami materi pelajaran (55,6%), perasaan kurang berprestasi (39,2%), dan kurangnya perasaan senang dalam keseharian (23,1%). Data tersebut diperkuat oleh laporan guru Bimbingan dan Konseling sekolah yang mengindikasikan adanya tren penurunan kesejahteraan psikologis (*well-being*) siswa dibandingkan tahun sebelumnya. Guru juga mengidentifikasi masalah perilaku sosial seperti *bullying*, tekanan teman sebaya, dan perilaku membolos di lingkungan sekolah. Temuan ini konsisten dengan penelitian Park (2004) yang menyatakan bahwa rendahnya kepuasan hidup pada remaja dapat berkorelasi dengan munculnya berbagai permasalahan perilaku, psikologis, dan sosial.

Kepuasan hidup maupun perasaan bahagia atas hidup, merupakan bagian dari *subjective well-being* (SWB) (Lopez et al., 2019). Lebih lanjut, Lopez et al. (2019) mendefinisikan SWB sebagai kombinasi dari positif afek (dalam ketiadaan afek negatif) dan kepuasan hidup keseluruhan (apresiasi subjektif). Sejalan dengan definisi tersebut, Diener dan Sim (2024)

mendefinisikan SWB sebagai kondisi ketika individu sering mengalami emosi dan suasana hati yang menyenangkan, serta jarang mengalami emosi atau mood negatif, sehingga meningkatkan kepuasan diri. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa definisi dari *subjective well-being* ialah kombinasi perasaan bahagia (keberadaan afek positif) dan puas (kognitif afek) terhadap kehidupannya.

Tinggi rendahnya *subjective well-being* berdampak pada kehidupan individu. Ketika *subjective well-being* pada kategori tinggi dapat meningkatkan faktor protektif kesejahteraan secara umum (Park, 2004). Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan Mei et al. (2025) dan Chattu (2020) menunjukkan pada *subjective well-being* siswa yang tinggi, menghasilkan prestasi akademik, adaptabilitas, dan perilaku positif yang lebih besar. Lebih lanjut, siswa dengan *subjective well-being* tinggi cenderung mempunyai korelasi positif dengan ketahanan dan keyakinan diri untuk berhasil lebih baik (Li & Wang, 2019; Yang, 2024). Kondisi ini tercermin melalui performa akademik yang lebih baik serta peningkatan motivasi diri (Zahid et al., 2025).

Subjective well-being merupakan hasil dinamis antara faktor internal dan eksternal. Secara eksternal *subjective well-being* dipengaruhi oleh faktor lingkungan berupa konteks budaya, hubungan sosial, dan status sosial ekonomi (Diener, 1989; Diener, 2009). Sedangkan faktor internal, berupa *self-esteem*, *self-concept clarity*, *hope* dan *optimism*, *self-regulation*, dan *spirituality* dapat mempengaruhi *subjective well-being* (Baumeister et al., 2003; Campbell et al., 1996; Snyder, 2002; Gross., 1998; Diener et al., 2011). Secara internal, salah satu hal yang penting di masa perkembangan remaja adalah masa pembentukan identitas diri (Erikson, 1968). Pada fase perkembangan remaja, remaja terus melakukan perubahan dan adaptasi diri yang mempengaruhi emosinya (Parise et al., 2019). Parise et al., (2019) menunjukkan faktor yang berperan terhadap perubahan dan adaptasi diri adalah *self-concept clarity*. Sehingga pada penelitian ini fokus untuk melihat secara internal berdasarkan hal yang identik dengan adaptasi dan perubahan emosional dirinya, yakni melalui kontinuitas identitas diri berupa *self-concept clarity*.

Self-concept clarity adalah kejelasan individu tentang dirinya sendiri, yang mencakup: (1) pemahaman yang jelas mengenai siapa dirinya, (2) tidak adanya kebingungan atau

pertentangan dalam identitas diri, dan (3) cara memandang diri yang konsisten seiring waktu (Lodi-Smith et al., 2017). Pada remaja, *Self-concept clarity* yang tinggi dikaitkan dengan sejumlah hasil positif, seperti kepuasan hidup yang lebih baik, tingkat kecemasan yang lebih rendah, serta kemampuan untuk menghadapi tekanan sosial dan akademik dengan lebih baik (Liu et al., 2023). Berdasarkan perspektif teori kognitif sosial Bandura, *Self-concept clarity* dapat dipahami sebagai hasil dari proses belajar sosial dan refleksi diri yang memperkuat keyakinan individu akan kemampuannya (efikasi diri) dan membantu dalam menetapkan tujuan hidup yang jelas (Bandura, 1986).

Self-concept clarity yang tinggi terkait dengan kemampuan adaptasi dan fungsi psikologis yang baik, sedangkan *self-concept clarity* yang rendah berkaitan dengan gejala psikopatologis seperti kecemasan dan depresi (Light, 2018). Sejumlah penelitian menunjukkan hubungan positif antara *self-concept clarity* dengan aspek-aspek *subjective well-being* seperti afek positif dan kepuasan hidup (Xiang et al., 2023, 2024). Namun, tidak semua temuan konsisten. Beberapa studi misalnya, tidak menemukan hubungan signifikan antara *self-concept clarity* dan kepuasan hidup (Yuliawati et al., 2025), atau hanya menemukan korelasi lemah pada kelompok tertentu seperti kelas pekerja (Na et al., 2018). Ketidakkonsistenan ini mengindikasikan bahwa hubungan antara *self-concept clarity* dan *subjective well-being* tidak selalu berpengaruh signifikan, dan terdapat mekanisme psikologis lain yang berperan sebagai mediator dalam hubungan tersebut.

Subjective well-being telah diteliti dengan berbagai prediktor, seperti *self-construal*, harga diri, regulasi emosi, dukungan sebaya, dan *self-compassion* (Amalia, 2023; Khairat & Adiyanti, 2015). Berdasarkan perspektif psikologi positif, faktor seperti *self-efficacy*, *optimism*, dan *hope* juga terbukti mempengaruhi *Subjective well-being* secara langsung (Lopez et al., 2018; Ikromi et al., 2025; Telef & Ergun, 2013). Namun, peran *hope* sebagai variabel mediator masih jarang diteliti di Indonesia dalam konteks pendidikan, padahal intervensi berbasis *hope* telah terbukti efektif meningkatkan kesejahteraan remaja (Scioli et al., 2025). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *hope* dapat memediasi hubungan antara efikasi diri dan *subjective well-being* (Quan et al., 2016). Oleh karena itu, dalam studi ini, *hope* diusulkan sebagai mediator yang menjembatani hubungan antara *self-concept clarity* dan *subjective well-being* pada remaja.

Hope merupakan keyakinan kognitif individu terhadap kesuksesan di masa depan, yang terdiri dari tiga elemen utama (1) menetapkan tujuan, (2) merumuskan jalur atau strategi atau strategi untuk mencapai tujuan (*pathways thinking*), dan (3) memotivasi diri untuk menggunakan jalur tersebut (*agency thinking*). Dengan kata lain, *hope* dibangun melalui dua pola pikir inti, yakni *pathways thinking* (kemampuan untuk menghasilkan berbagai alternatif cara mencapai tujuan) dan *agency thinking* (keyakinan bahwa diri mampu mencapainya). Individu dengan tingkat *hope* yang tinggi cenderung lebih fleksibel dalam menyusun strategi pencapaian tujuan (Snyder, 2000). Kedua komponen ini tidak hanya membantu pencapaian tujuan, tetapi juga memberikan umpan balik emosional yang positif (Snyder, 2002). Proses ini dapat melindungi individu dari dampak emosional negatif dan pada akhirnya berkontribusi meningkatkan *subjective well-being* (Quan et al., 2016)

Subjective well-being individu tidak hanya ditentukan oleh kondisi saat ini, tetapi juga oleh persepsi dan pandangannya terhadap masa depan (Demirli et al., 2014). Oleh karena itu, harapan (*hope*) berfungsi sebagai indikator penting bagi kepuasan hidup. Selaras dengan hal tersebut penelitian terdahulu secara konsisten menunjukkan bahwa individu dengan tingkat harapan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi (Bailey et al., 2007; Kirmani et al., 2015; Xiang et al., 2024; Yalcin & Malkoc, 2015). Lebih spesifik, temuan Pleeging et al. (2021) mengungkapkan bahwa *agency thinking* (keyakinan akan kemampuan meraih tujuan) menjadi komponen harapan yang paling kuat memprediksi kepuasan hidup. Hal ini terjadi karena keyakinan bahwa seseorang mampu mencapai tujuan (*agency*) memiliki dampak yang lebih besar terhadap kepuasan hidup dibandingkan sekadar memiliki strategi untuk mencapainya (*pathway*) (Pleeging et al., 2021). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa harapan berpengaruh langsung terhadap *subjective well-being* melalui persepsi masa depannya, terutama melalui keyakinan individu akan kemampuannya meraih tujuan di masa depan.

Selanjutnya, konteks *Self-Concept Clarity* (SCC) berperan sebagai fondasi bagi *hope* dijelaskan sebagai berikut. SCC memberikan kejelasan mengenai nilai, minat, dan tujuan diri, sehingga memudahkan individu dalam menetapkan tujuan yang sesuai dengan identitasnya (Fite et al., 2017). SCC kemudian memfasilitasi pengembangan *pathways thinking* (kemampuan

merencanakan rute pencapaian) dan *agency thinking* (motivasi untuk bertindak), yang merupakan dua komponen inti *hope* menurut Snyder (2002). Penelitian longitudinal Xiang et al. (2024) mengonfirmasi bahwa SCC memprediksi *hope*, baik dalam perbedaan antarindividu maupun dalam dinamika perkembangan individu dari waktu ke waktu. *Hope* yang terbentuk selanjutnya meningkatkan *subjective well-being* (SWB) melalui dua aspek: kognitif (kepuasan hidup) dan afektif (frekuensi emosi positif yang lebih tinggi dan emosi negatif yang lebih rendah). *Hope* membantu individu memandang tantangan sebagai hal yang dapat dikelola dan membangun orientasi masa depan yang lebih positif.

Secara teoritis, penelitian ini ingin menunjukkan bahwa *subjective well-being* tidak hanya bergantung pada bagaimana individu menilai dirinya (*self-concept clarity*), tetapi juga sejauh mana individu mampu mengarahkan dirinya menuju tujuan masa depan. *Hope* menjadi jembatan psikologis yang mampu mendorong individu untuk mencapai tujuan dan menjelaskan mengapa *self-concept clarity* mampu menghasilkan kepuasan hidup dan kualitas emosional yang lebih baik (Xiang et al., 2024). Berdasarkan penjelasan pada paragraf di atas, terdapat beberapa urgensi penelitian dilakukan. Pertama, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa remaja di sekolah menengah pertama kota Yogyakarta memiliki *subjective well-being* yang cenderung rendah hingga sedang. Kedua, masih sedikit penelitian yang mengkaji hubungan SCC dan SWB pada remaja awal. Ketiga, *Hope* belum banyak diteliti sebagai mediator di Indonesia dalam konteks pendidikan.

Tujuan dari penelitian ini adalah menguji peran *hope* dalam memediasi hubungan antara *Self-concept clarity* dan *Subjective well-being* siswa SMPN A di Kota Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat peranan *hope* dalam memediasi hubungan antara *self-concept clarity* dan *subjective well-being*. Implikasi praktis akan dijabarkan dalam hasil penelitian, menjawab rumusan permasalahan dari penelitian yakni bagaimana *hope* dapat memediasi hubungan antara *self-concept clarity* dan *subjective well-being* siswa.