

Hubungan *Self Esteem* dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK X

Wildan Beryl Rivai¹, Prinska Damara Sastri², Rifqi Farisan Akbar³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun
e-mail: wildan.beryl@student.inaba.ac.id¹, prinska.damara@inaba.ac.id²,
rifqi.farisan@inaba.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *self esteem* dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMK X yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel 60 siswa dari kelas X hingga XII menggunakan teknik *sampling* jenuh. Data dikumpulkan menggunakan skala *Self Esteem*, Dukungan Sosial, dan Kesejahteraan Psikologis, kemudian dianalisis dengan Uji korelasi *Pearson Product Moment* dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis, sedangkan *self esteem* secara parsial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Namun, secara simultan, *self esteem* dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Temuan ini menegaskan pentingnya peran dukungan sosial sebagai faktor protektif bagi siswa dari keluarga kurang mampu dalam menghadapi tekanan psikologis. Penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi sekolah, guru BK, dan orang tua dalam merancang intervensi yang tepat guna mendukung kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: *Self Esteem*, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Psikologis, Siswa SMK.

Abstract

This study aims to examine the relationship between *self-esteem* and social support on the psychological well-being of students at Vocational High School X who come from families with low socioeconomic status. A quantitative correlational method was used, with a sample of 60 students from grades 10 through 12 selected using saturation sampling. Data were collected using scales measuring *self-esteem*, social support, and psychological well-being, and were then analyzed using Pearson's product-moment correlation and multiple linear regression. The results indicate that social support has a positive and significant relationship with psychological well-being, whereas *self-esteem*, when considered in isolation, does not show a significant relationship. However, when considered simultaneously, both *self-esteem* and social support significantly influence students' psychological well-being. These findings underscore the importance of social support as a protective factor for students from low-income families in

coping with psychological stress. This study is expected to serve as a foundation for schools, guidance counselors, and parents in designing appropriate interventions to support adolescents' mental health.

Keywords : Self-Esteem, Social Support, Psychological Well-Being, Vocational High School Students.

LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan aspek fundamental dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas dan diibaratkan sebagai suatu pekerjaan yang harus dilaksanakan dengan penuh kehati-hatian dan keteguhan hati demi meningkatkan kinerja yang diinginkan (Aji et al., 2024). Pendidikan formal di Indonesia mencakup jenjang yang saling berkesinambungan, mulai dari pendidikan dasar, menengah, hingga tinggi, dengan tujuan membentuk individu yang berpengetahuan, terampil, dan berkarakter baik (Aji et al., 2024; UU No.20 Tahun 2003). Di antara jalur pendidikan menengah yang ada, Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dirancang khusus untuk membekali peserta didik dengan keterampilan praktis dan kompetensi teknis yang relevan dengan dunia industri, sebagai bagian dari upaya strategis nasional guna menciptakan angkatan kerja yang produktif sekaligus menekan tingkat pengangguran di kalangan lulusan pendidikan menengah (Meltareza et al., 2024; Sunarsih et al., 2025; Putri & Suarmaja, 2026). Berdasarkan data Statistik SMK 2024/2025 dan BPS, Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai provinsi dengan jumlah SMK terbanyak, yakni 2.922 sekolah dengan total 1.058.622 peserta didik, menegaskan posisinya sebagai pusat populasi siswa SMK terbesar di Indonesia di mana lebih dari 52% total SMK nasional terkonsentrasi di Pulau Jawa (BPS, 2025; Kemendikbudristek, 2025).

Meskipun demikian, tingkat ketertarikan lulusan SMP untuk melanjutkan studi ke SMK masih terbilang rendah, karena mayoritas siswa cenderung memilih SMA atau Madrasah Aliyah sebagai jenjang berikutnya (Sunarsih et al., 2025). Rendahnya minat tersebut salah satunya disebabkan oleh stigma negatif yang melekat pada pendidikan vokasional, di mana SMK kerap dianggap sebagai pilihan "kelas dua" yang hanya diperuntukkan bagi siswa berprestasi rendah (Herlinawati et al., 2023; Sunarsih et al., 2025). Kondisi ini diperparah oleh faktor sosial-ekonomi keluarga, sehingga siswa dari latar belakang kurang mampu dengan prestasi akademik relatif rendah seringkali memilih SMK bukan atas dasar minat atau tujuan karier, melainkan karena keterpaksaan akibat keterbatasan finansial dan keinginan untuk segera memasuki dunia kerja usai menyelesaikan pendidikan (Tani et al., 2024; Wiharja & Firnanda, 2021). Di samping itu, aspek demografis seperti jenis kelamin, latar belakang pendidikan, tingkat penghasilan, dan pengalaman hidup juga terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap proses pengambilan keputusan pendidikan, sehingga pemahaman yang konkret mengenai nilai dan manfaat pendidikan vokasional menjadi sangat penting bagi seluruh pemangku kepentingan (Bernadus et al., 2021; Kosadi & Ginting, 2022).

Siswa yang tumbuh dalam keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung menghadapi berbagai kendala dalam mengoptimalkan minat dan bakat mereka akibat kurangnya perhatian, dukungan, serta rangsangan yang dibutuhkan untuk menunjang

perkembangan diri (Tani et al., 2024). Sebaliknya, siswa dari keluarga berstatus sosial ekonomi lebih tinggi cenderung lebih leluasa mengembangkan potensinya berkat akses yang lebih memadai terhadap berbagai bentuk dukungan, termasuk kemudahan dalam memperoleh informasi (Poedjadi et al., 2026; Sah & Nurtamam, 2025). Kesenjangan ini erat kaitannya dengan kapasitas orang tua dalam memenuhi kebutuhan emosional maupun finansial anak; pada keluarga kurang mampu, perhatian orang tua lebih banyak tersita untuk memenuhi kebutuhan pokok sehari-hari sehingga pengawasan dan pendampingan terhadap anak menjadi berkurang (Firmansyah et al., 2024; Rifqi et al., 2023; Wini & Tambunan, 2024). Situasi ini mendorong orang tua dari kelompok tersebut mengharapkan anaknya segera memasuki dunia kerja setelah lulus SMK, yang pada gilirannya menimbulkan dampak psikologis terutama pada fase remaja berupa rendahnya harga diri atau *self-esteem* (Alifka et al., 2023; Azzahra et al., 2025)

Masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap tekanan psikologis dan sosial karena individu mengalami perubahan biologis, emosional, dan sosial secara bersamaan (Ekanesia et al., 2024). Remaja dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung memiliki tingkat *self-esteem* yang lebih rendah akibat keterbatasan sumber daya, kurangnya dukungan emosional, serta penurunan motivasi dan keyakinan terhadap masa depan (Alivernini & Lucidi, 2023; Li et al., 2024). Coopersmith mendefinisikan *self-esteem* sebagai evaluasi diri dan persepsi yang terbentuk melalui kebiasaan individu dalam menilai dirinya, mencerminkan keyakinan seseorang terhadap kemampuan, harga diri, keberhasilan, dan nilai personalnya (Rifqi et al., 2023). Rendahnya *self-esteem* dapat memicu berbagai dampak psikologis negatif, seperti meningkatnya kecemasan, rasa tidak berharga, kesulitan mendefinisikan diri, hingga ketakutan mencoba hal baru karena membayangkan kemungkinan gagal; kondisi ini pada akhirnya memengaruhi cara siswa mempersepsikan kemampuan diri serta menentukan posisi mereka dalam lingkungan sosial maupun akademik (Azzahra et al., 2025; Nabilla et al., 2024; Rosani et al., 2021; Sastri, 2022)

Rendahnya *self-esteem* juga dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial yang diterima individu (Ariyanti & Purwoko, 2023; Farmasita & Wilantika, 2023). Menurut Sarafino & Smith (dalam Pasinringi et al., 2022), dukungan sosial merujuk pada beragam bentuk perhatian, bantuan, dan dukungan yang diberikan oleh individu atau kelompok lain, meliputi aspek emosional, instrumental, finansial, serta informasional (Awwaliyah et al., 2025). Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi cenderung memiliki lebih banyak pengalaman positif, *self-esteem* yang lebih kuat, serta pandangan hidup yang lebih optimis (Oktavia & Muhopilah, 2021; Pasinringi et al., 2022). Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa baik dari orang tua, teman sebaya, maupun masyarakat sekitar maka semakin tinggi pula *self-esteem* yang dimiliki, sekaligus menurunkan risiko depresi dan berbagai masalah psikologis lain terutama bagi siswa berstatus sosial-ekonomi rendah (Kurniawan et al., 2022; Lestari & Setyasto, 2025; Sadeghi et al., 2023).

Fenomena ini secara nyata terlihat di SMK X, di mana mayoritas siswa berasal dari keluarga dengan tingkat sosial ekonomi rendah, sebagaimana tercermin dari banyaknya siswa yang mendaftar menggunakan SKTM (Surat Keterangan Tidak Mampu) serta kesulitan sebagian siswa dalam membayar biaya pendidikan. Keterbatasan ekonomi tersebut memengaruhi kondisi psikologis siswa, di mana beberapa di antaranya merasa rendah diri dan

kurang percaya diri dalam mengikuti aktivitas sekolah; mereka cenderung memandang ketidakmampuan finansial sebagai kekurangan pribadi yang sulit diatasi sehingga menurunkan tingkat harga diri mereka (Anggawira et al., 2022; Phuntsho & Jamtsho, 2022; Sah & Nurtamam, 2025). Hal ini diperlihatkan melalui wawancara dengan siswa berinisial M (18 tahun) yang mengaku masih sering merasa tidak percaya diri dan merasa kompetensinya kalah jauh dibandingkan teman sebaya, serta mengalami kesulitan saat mengerjakan tugas yang memerlukan biaya ekstra. Kondisi ini selaras dengan temuan bahwa *self-esteem* menjadi faktor kunci yang memengaruhi motivasi, perilaku, kepuasan hidup, dan kesejahteraan psikologis siswa (Syahfira et al., 2023).

Minimnya dukungan sosial dari lingkungan keluarga juga turut memperparah kondisi tersebut (Vadivel et al., 2023). Siswa yang merasa orang tua belum sepenuhnya memprioritaskan kebutuhan pendidikan mereka akhirnya menimbulkan perasaan minder ketika membandingkan diri dengan teman sebaya yang memiliki fasilitas lebih memadai (Caridade et al., 2021). Hal ini diungkapkan oleh siswa berinisial A (18 tahun) yang mengaku sering merasa minder melihat teman sebaya yang memiliki uang saku lebih banyak dan perlengkapan sekolah lebih lengkap, serta merasakan bahwa lingkungan sekitarnya tidak memberikan motivasi maupun apresiasi atas pencapaiannya. Kondisi tersebut berdampak pada persepsi dirinya sehingga ia menjadi lebih mudah menyerah, menghindari tantangan, bahkan terkadang memilih untuk bolos sekolah (Nuradina et al., 2024). Pernyataan ini sejalan dengan temuan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap cara individu mempersepsikan dirinya serta terhadap tingkat *self-esteem*, di mana siswa yang memperoleh dukungan sosial lebih tinggi cenderung mampu menerima kondisinya tanpa merasa berbeda atau takut mencoba hal baru (Kurniawan et al., 2022; Savira & Sukmawati, 2023). Pada masa remaja, keterbatasan ekonomi yang disertai rendahnya *self-esteem* serta kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan kerentanan siswa terhadap gangguan kesejahteraan psikologis (Azzahra et al., 2025).

Ryff menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan kondisi ketika individu mampu mengaktualisasikan potensi psikologisnya secara optimal, yang tercermin melalui kemampuan menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri, menguasai lingkungan, mengalami pertumbuhan pribadi, serta memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas (Isti'adah & Muhajirin, 2025). Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi, konteks budaya, serta dukungan sosial; budaya masyarakat dengan status sosial ekonomi rendah turut memengaruhi cara individu memaknai dirinya dan mengembangkan potensi yang dimiliki (Awwaliyah et al., 2025; Isti'adah & Muhajirin, 2025; Rendy et al., 2025). Secara empiris, penelitian Gustine & Nurhadianti (2021) mengonfirmasi adanya pengaruh signifikan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja, sementara faktor kerentanan seperti status sosial ekonomi rendah dan rendahnya *self-esteem* terbukti memberikan dampak substansial negatif terhadap kondisi tersebut (Awwaliyah et al., 2025; Azzahra et al., 2025). Mengingat tingginya tingkat kerentanan pada fase remaja khususnya siswa SMK kesejahteraan psikologis menjadi aspek krusial yang menunjang proses perkembangan optimal mereka (Azzahra et al., 2025).

Berdasarkan uraian fenomena dan kajian literatur di atas, terdapat keterkaitan yang erat antara status sosial ekonomi rendah, rendahnya *self-esteem*, minimnya dukungan sosial, dan rendahnya kesejahteraan psikologis pada siswa SMK. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengkaji secara empiris hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMK X yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya kesejahteraan psikologis pada siswa SMK, serta menjadi dasar bagi sekolah, guru BK, dan orang tua dalam merancang intervensi yang lebih tepat guna meningkatkan kesehatan mental dan perkembangan optimal para remaja, khususnya mereka yang berada dalam kondisi ekonomi yang kurang.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk mengkaji hubungan antara *self esteem* (X1) dan dukungan sosial (X2) dengan kesejahteraan psikologis (Y) pada siswa SMK X (Sugiyono, 2017). Sampel berjumlah 60 siswa kelas X–XII yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah, diambil menggunakan teknik *sampling jenuh* karena seluruh anggota populasi memenuhi kriteria penelitian.

Data dikumpulkan melalui kuesioner daring (Google Form) menggunakan Skala Likert lima poin, terdiri atas tiga instrumen: skala *Self Esteem* berdasarkan dimensi Coopersmith (24 item), skala Dukungan Sosial berdasarkan dimensi Sarafino dan Smith (16 item), serta skala Kesejahteraan Psikologis berdasarkan enam dimensi Ryff (24 item). Uji validitas menggunakan kriteria r hitung $> r$ tabel (0,254; $df = 58$, $\alpha = 0,05$), sedangkan uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan ambang batas $\geq 0,60$. Seluruh item dinyatakan valid dan reliabel.

Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS, meliputi statistik deskriptif, uji asumsi klasik (normalitas Kolmogorov-Smirnov, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas Glejser), korelasi Pearson Product Moment, serta regresi linear berganda dengan uji t (parsial), uji F (simultan), dan koefisien determinasi (R^2).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakteristik Sampel

Dalam penelitian ini, subjek yang dijadikan sampel adalah siswa dan siswi SMK yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dari berbagai tingkatan kelas. Seluruh responden memenuhi kriteria penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti. Jumlah responden yang berhasil dikumpulkan dalam penelitian ini sebanyak 60 orang. Berikut Tabel 1 menyajikan karakteristik umum subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dan tingkatan kelas.

Tabel 1

KARAKTERISTIK	KATEGORI	N	%
Jenis Kelamin	Laki – laki	46	77
	Perempuan	14	23
Tingkatan Kelas	X	21	35
	XI	12	20
	XII	27	45
TOTAL		60	100

2. Uji Validitas Dan Reliabilitas

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel Self Esteem (X1), Dukungan Sosial (X2), dan Kesejahteraan Psikologis (Y) memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,2542), sehingga semua item dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pengujian selanjutnya.

Tabel 2. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	R tabel	Keterangan
Self Esteem (X1)	0,866	0,60	Baik (Good)
Dukungan Sosial (X2)	0,849	0,60	Baik (Good)
Kesejahteraan Psikologis (Y)	0,800	0,60	Baik (Good)

Dari hasil uji reabilitas yang telah dilakukan pada table 2, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.866 pada variabel Self Esteem. 0.849 pada variabel Dukungan Sosial, dan 0.800 pada Kesejahteraan Psikologis. Seluruh nilai Cronbach's Alpha tersebut memiliki nilai Cronbach's Alpha > 0,60. Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel Self Esteem, Dukungan Sosial, dan Kesejahteraan Psikologis, dinyatakan reliabel.

3. Statistik Deskriptif Variabel

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Self Esteem	79.45	14.244	51	119
Dukungan Sosial	52.35	11.512	31	72
Kesejahteraan Psikologis	86.97	11.375	64	120

Berdasarkan tabel 3 , jumlah responden yang valid pada seluruh variabel adalah 60 orang. Variabel Self Esteem (X1) memiliki nilai rata-rata 79,45 (SD = 14,244) dengan rentang skor 51–110. Variabel Dukungan Sosial (X2) memiliki nilai rata-rata 52,35 (SD = 11,512) dengan rentang skor 31–72. Adapun variabel Kesejahteraan Psikologis (Y) memiliki nilai rata-rata 86,97 (SD = 11,375) dengan rentang skor 64–120.

4. Uji Korelasi Pearson Product Moment

Tabel 4. Korelasi Person Product Moment

Hubungan Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (2-Tailed)
Self Esteem (X1) – Kesejahteraan Psikologis (Y)	0,228	0,080
Dukungan Sosial (X2) – Kesejahteraan Psikologis (Y)	0,556	0,000

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan yang positif namun lemah dan tidak signifikan secara statistik dengan kesejahteraan psikologis ($r = 0,228$; $p = 0,080 > 0,05$), sedangkan dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan kekuatan sedang dan signifikan secara statistik dengan kesejahteraan psikologis ($r = 0,556$; $p = 0,000 < 0,05$).

5. Analisis Regresi Linear Berganda

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Prediktor	B	SE	β	t	p
Constant	56.478	7.891	-	7.158	.000
Self Esteem	.030	.094	.038	.324	.747
Dukungan Sosial	.536	.116	.543	4.624	.000

Nilai konstanta sebesar 56,478 menunjukkan bahwa apabila seluruh variabel independen bernilai 0, maka kesejahteraan psikologis (Y) berada pada nilai tersebut. Variabel Self Esteem (X1) memiliki koefisien regresi positif ($b = 0,030$) namun tidak berpengaruh signifikan terhadap Y ($p = 0,747 > 0,05$). Sebaliknya, variabel Dukungan Sosial (X2) memiliki koefisien regresi positif ($b = 0,536$) dan berpengaruh signifikan terhadap Y ($p = 0,000 < 0,05$), artinya setiap kenaikan 1 satuan dukungan sosial akan meningkatkan kesejahteraan psikologis sebesar 0,536.

6. Uji F Simultan (ANOVA)

Tabel 6. Hasil Uji F Simultan (ANOVA)

Model	Sum of squares	df	Mean square	F	sig
Regression	2370.601	2	1185.300	12.836	.000
Residual	5263.332	57	92.339		
Total	7633.933	59			

Berdasarkan hasil uji F (simultan), diperoleh nilai F hitung sebesar 12,836 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Dukungan Sosial (X2) dan Self Esteem (X1) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Kesejahteraan Psikologis (Y).

7. Uji Koefisien Determinasi

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0.557	0.311	0.286	9.60933

Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R Square sebesar 0,311, artinya variabel X1 dan X2 secara simultan memengaruhi variabel Y sebesar 31,1%, sedangkan sisanya 68,9% dipengaruhi oleh variabel lain di luar model. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,286 dan nilai R sebesar 0,557 mengindikasikan bahwa model memiliki kemampuan penjas yang cukup dengan tingkat hubungan antarvariabel dalam kategori sedang.

Pembahasan

1. Tingkat Self Esteem Siswa SMK X

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tingkat self esteem siswa SMK X terbagi secara seimbang, yaitu 30 responden (50%) berada pada kategori tinggi dan 30 responden (50%) lainnya berada pada kategori rendah. Distribusi yang seimbang ini mengonfirmasi fenomena yang menjadi latar belakang penelitian, di mana sebagian siswa SMK X yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah, seperti tergambar pada kasus siswa berinisial M yang mengaku tidak percaya diri dan merasa kompetensinya kalah jauh dari teman sebaya, menunjukkan kecenderungan self esteem yang rendah. Hasil ini memperkuat pandangan Li et al., (2024) yang menyatakan bahwa remaja dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung memiliki self esteem yang lebih rendah akibat keterbatasan sumber daya dan dukungan emosional. Meski demikian, fakta bahwa separuh responden tetap berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa keterbatasan ekonomi tidak secara otomatis menentukan rendahnya harga diri siswa; faktor lain seperti kondisi fisik, intelegensi, dan lingkungan sosial Ghufon & Risnawita (dalam Putri et al., 2022). turut berperan dalam membentuk variasi self esteem pada populasi penelitian ini.

2. Tingkat Dukungan Sosial Siswa SMK X

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial siswa SMK X didominasi oleh kategori rendah, yaitu sebanyak 31 responden (52%), sementara 29 responden (48%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini sejalan dengan fenomena yang diungkap dalam wawancara terhadap siswa berinisial A, yang mengaku sering merasa minder karena lingkungan sekitarnya tidak memberikan dukungan berupa motivasi maupun apresiasi atas pencapaian yang diperolehnya melalui usahanya sendiri. Dominasi kategori rendah ini juga konsisten dengan kondisi sosial ekonomi keluarga siswa SMK X yang sebagian besar tergolong kurang mampu, sebagaimana dijelaskan oleh Firmansyah et al., (2023) bahwa perhatian orang tua pada keluarga dengan keterbatasan ekonomi lebih banyak tersita untuk memenuhi kebutuhan pokok sehari-hari, sehingga pengawasan dan pendampingan terhadap anak menjadi kurang optimal. Kondisi ini menegaskan bahwa minimnya dukungan sosial, khususnya dari lingkungan keluarga, merupakan persoalan nyata yang dihadapi oleh sebagian besar siswa SMK X.

3. Tingkat Kesejahteraan Psikologis Siswa SMK X

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis siswa SMK X didominasi oleh kategori rendah, yaitu sebanyak 34 responden (57%), sedangkan 26 responden (43%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini memperkuat fenomena yang menjadi latar belakang penelitian, yaitu tingginya kerentanan siswa SMK X terhadap gangguan kesejahteraan psikologis akibat kombinasi antara keterbatasan ekonomi, rendahnya self esteem, dan minimnya dukungan sosial (Az-Zahra & Iskandar, 2025). Dominasi kategori rendah ini tercermin pula dalam kasus siswa berinisial A, yang menjadi lebih mudah menyerah, cenderung menghindari tantangan, dan bahkan terkadang memilih untuk bolos sekolah akibat kurangnya rasa didukung oleh lingkungannya. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum, siswa SMK X yang menjadi responden penelitian belum sepenuhnya mampu mengaktualisasikan potensi psikologisnya secara optimal sebagaimana dimaksud dalam konsep kesejahteraan psikologis Ryff (dalam Isti'adah & Muhajirin, 2025), sehingga aspek ini menjadi perhatian penting bagi pihak sekolah.

4. Hubungan Self Esteem dengan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMK X

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r = 0,228$ dengan signifikansi $p = 0,080$ ($p > 0,05$), yang berarti hubungan antara self esteem dan kesejahteraan psikologis pada penelitian ini tidak signifikan secara statistik. Temuan ini diperkuat oleh hasil uji regresi linear berganda secara parsial, yang menunjukkan nilai koefisien regresi $b = 0,030$ dengan signifikansi $0,747$ ($p > 0,05$) serta t hitung $0,324$ lebih kecil dari t tabel $2,002$.

Hasil ini menarik untuk dicermati karena berbeda dengan temuan Farmasita & Wilantika (2023) serta Az-Zahra & Iskandar (2025). yang sama-sama menemukan hubungan positif signifikan antara self esteem/harga diri dan kesejahteraan psikologis pada subjek remaja. Tidak signifikannya hubungan ini pada penelitian sekarang kemungkinan disebabkan oleh karakteristik subjek penelitian yang spesifik, yaitu siswa SMK X yang secara dominan berasal dari latar belakang sosial ekonomi rendah. Pada kelompok ini, kesejahteraan psikologis siswa diduga lebih banyak dipengaruhi oleh kondisi struktural di luar dirinya, seperti keterbatasan ekonomi keluarga dan tuntutan untuk segera bekerja setelah lulus (Alifka et al., 2023)., dibandingkan oleh persepsi dan penilaian diri (*self esteem*) semata. Meskipun arah hubungan keduanya tetap positif, artinya kecenderungan semakin tinggi self esteem siswa diikuti oleh kecenderungan peningkatan kesejahteraan psikologis, perubahan tersebut tidak terbukti bermakna secara statistik pada populasi penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa self esteem tetap berperan sebagai faktor internal yang penting, namun pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMK X tampaknya lebih optimal ketika berinteraksi dengan faktor eksternal lain, khususnya dukungan sosial.

5. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada siswa SMK X

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan hubungan yang positif, dengan kekuatan sedang, dan sangat signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis ($r = 0,556$; $p = 0,000$). Temuan ini diperkuat oleh hasil uji regresi linear berganda secara parsial, yang menunjukkan koefisien regresi $b = 0,536$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) serta t hitung $4,624$ lebih besar dari t tabel $2,002$, sehingga terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dinyatakan diterima. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dirasakannya.

Temuan ini selaras dengan fenomena yang teramati di SMK X, di mana siswa yang merasa kurang mendapat dukungan dari keluarga, khususnya dalam bentuk perhatian terhadap kebutuhan pendidikan, cenderung menunjukkan perilaku menghindari dari tantangan dan mudah menyerah, sebagaimana tergambar pada kasus siswa berinisial A. Hasil ini juga mengonfirmasi temuan Gustine & Nurhadianti (2021). yang menemukan hubungan signifikan dengan arah positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada siswa, serta memperkuat pernyataan Sadeghi et al., (2023). bahwa dukungan sosial berperan penting dalam menurunkan risiko masalah psikologis pada siswa, terutama mereka yang berasal dari status sosial-ekonomi rendah. Bagi siswa SMK X yang sebagian besar berasal dari keluarga kurang mampu, dukungan sosial, baik dalam bentuk emosional, instrumental, informasional, maupun penilaian, tampaknya berfungsi sebagai protective factor yang membantu siswa menghadapi tekanan akibat keterbatasan ekonomi, sebagaimana dijelaskan dalam kerangka Ryff (dalam Iganingrat & Eva, 2021). bahwa kesejahteraan psikologis berkaitan erat dengan kemampuan individu menjalin hubungan positif dengan orang lain dan menguasai lingkungan, yang keduanya difasilitasi oleh ketersediaan dukungan sosial yang memadai.

6. Hubungan Self Esteem dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis siswa SMK X

Hasil uji F (simultan) menunjukkan nilai F hitung sebesar 12,836 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti self esteem (X_1) dan dukungan sosial (X_2) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (Y) siswa SMK X. Dengan demikian, terdapat hubungan simultan antara *self esteem* dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dinyatakan diterima. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,311$) menunjukkan bahwa kedua variabel bebas tersebut secara bersama-sama menjelaskan 31,1% variasi kesejahteraan psikologis siswa, sedangkan 68,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, seperti kemampuan coping, pola asuh keluarga, dan motivasi belajar. Nilai R sebesar 0,557 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan gabungan kedua variabel bebas dengan kesejahteraan psikologis berada pada kategori sedang.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Mahendika & Sijabat (2023). pada siswa SMA di Kota Sukabumi, yang menemukan bahwa dukungan sosial dan harga diri, bersama dengan strategi coping dan resiliensi, secara simultan berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis siswa. Konsistensi temuan pada dua kelompok subjek yang berbeda (siswa SMA dan siswa SMK X) memperkuat dugaan bahwa self esteem dan dukungan sosial memang lebih bermakna ketika bekerja bersama sebagai satu kesatuan faktor psikososial, dibandingkan ketika diuji secara terpisah. Hal ini juga konsisten dengan kerangka pemikiran Ryff (dalam Isti'adah & Muhajirin, 2025). yang menempatkan dukungan sosial sebagai salah satu faktor pembentuk kesejahteraan psikologis yang bekerja berdampingan dengan faktor-faktor internal individu, termasuk self esteem.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa SMK X, sedangkan self esteem secara mandiri belum terbukti berpengaruh signifikan, namun keduanya berkontribusi secara bersama-sama terhadap kesejahteraan psikologis. Temuan ini menegaskan bahwa faktor eksternal berupa

dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah menjadi kunci utama dalam membantu siswa dari keluarga kurang mampu menghadapi tekanan psikologis. Oleh karena itu pihak sekolah, guru BK, dan orang tua perlu memperkuat program dukungan sosial yang berkelanjutan, serta penelitian selanjutnya memperluas cakupan sampel dan menelaah faktor lain seperti strategi coping dan pola asuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, D. A. P., Sartinah, E. P., & Purwoko, B. (2024). Hubungan Self Efficacy Dengan Motivasi Berprestasi Siswa Smk. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 465–474.
- Alifka, N., Putra, D. S., & Arif, A. (2023). Pengaruh Minat Belajar Dan Latar Belakang Ekonomi Orang Tua Terhadap Keinginan Siswa Smk Negeri 4 Solok Selatan Untuk Melanjutkan Ke Perguruan Tinggi. *Jtpvi: Jurnal Teknologi Dan Pendidikan Vokasi Indonesia*, 1(3), 353–360.
- Alivernini, F., & Lucidi, F. (2023). Understanding And Supporting The Motivation Of Students From Low-Income Backgrounds. *Learning And Individual Differences*, 104, 102274.
- Anggawira, A., Kholiza, D. N., & Dewinda, H. R. (2022). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Social Anxiety Pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah. *Psyche 165 Journal*, 68–73.
- Ariyanti, V., & Purwoko, B. (2023). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Self-Esteem Remaja: Literature Review. *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(3), 362–368.
- Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja Di Smkn 4 Tasikmalaya. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 27–38.
- Azzahra, A. S., Arfian, & Nugraha, A. C. W. (2025). Pengaruh Self-Esteem Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja Yang Aktif Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 14(3), 141–150. <https://Ejournal.Cahayailmubangsa.Institute/Index.Php/Liberosis/Article/View/4203>
- Bernadus, B., Maarif, M. S., Djohar, S., & Suroso, A. I. (2021). Demographic Analysis Of The Retail Business Hypermarket In Indonesia. *Jurnal Aplikasi Bisnis Dan Manajemen*, 7(3), 580.
- Bps. (2025). *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat Dalam Angka 2025*. Badan Pusat Statistik. <https://Jabar.Bps.Go.Id>
- Caridade, S., Azevedo, V., Dinis, M. A. P., Sani, A., & Nunes, L. M. (2021). School Personnel Perception Of Parental Involvement And Students' Behavior Problems: Practical Implications. *Education And Urban Society*, 53(5), 491–514.
- Ekanesia, P., Akbar, R. F., & Sastri, P. D. (2024). Profil Perceived Social Support Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 22(01).
- Farmasita, G. P., & Wilantika, R. (2023). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Di Universitas Aisyah Pringsewu. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 9.

- Firmansyah, A., Neviyani, N., & Prasetyorini, P. (2024). Pengaruh Status Sosial Ekonomi, Dan Bimbingan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Journal Of Education Research*, 5(4), 4330–4334.
- Gustine, E., & Nurhadianti, R. D. D. (2021). Hubungan Antara Rasa Syukur Dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Kelas Xii Ipa Sman 113 Jakarta Timur. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 63–73.
- Herlinawati, E., Sumawidjaja, R. N., Sudaryo, Y., Jaya, R. C., & Ismail, G. D. (2023). The Model For Improving Business Performance Using Microfinancial Institutions And Entrepreneurship Competencies. *Sosiohumaniora*, 25(1), 116–125.
- Iganingrat, A., & Eva, N. (2021). Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review. *Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (Senapih)*, 1(1), 444–451.
- Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di Smp Khz Musthafa. *Jurnal Psikoedukasia*, 2(3), 359–386.
- Kemendikbudristek. (2025). *Statistik Sekolah Menengah Kejuruan (Smk). Tahun 2024/2025*. Pusat Data Dan Teknologi Informasi (Pusdatin). <https://Data.Kemendikdasmen.Go.Id>
- Kosadi, F., & Ginting, W. (2022). Socialization Of Financial Accounting Standards For Micro, Small And Medium Entities (Sak Emkm) And Workshop On Spreadsheet Applications For Financial Reports. *Inaba Community Services Journal (Inacos-J)*, 1(1), 30–47.
- Kurniawan, K., Khoirunnisa, K., Casman, C., Wijoyo, E. B., Azjunia, A. R., Nurpadillah, E. I., & Nurrohmah, Y. A. (2022). The Effectiveness Of Social Support In Adolescents To Overcome Low Self-Esteem: Scoping Review. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 5(1), 62–68.
- Lestari, L. W., & Setyasto, N. (2025). Pengembangan E-Bahan Ajar Berbantuan Augmented Reality Pada Mata Pelajaran Ipa Materi Mengubah Bentuk Energi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan Ipa*, 11(3), 385–396. <https://doi.org/10.29303/Jppipa.V11i3.10420>
- Li, H., Xiao, B., & Song, G. (2024). The Impact Of Family Socioeconomic Status (Ses) On Adolescents' Learning Conformity: The Mediating Effect Of Self-Esteem. *Children*, 11(5), 540. <https://doi.org/10.3390/Children11050540>
- Mahendika, D., & Sijabat, S. G. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial, Strategi Coping, Resiliensi, Dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa Sma Di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 76–89.
- Meltareza, R., Jaya, R. C., & Ramdan, A. T. M. (2024). Pendampingan E-Commerce Untuk Umkm Cililin: Upaya Peningkatan Penjualan Dan Keberlanjutan. *Abdimas Siliwangi*, 7(1), 75–89.
- Nabilla, S., Fitri, N. H., & Napitupulu, R. P. (2024). Tingkat Self-Esteem Pada Remaja Sma/Smk. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 7(1).
- Nuradina, K., Fikri, A., & Harding, D. (2024). Citizenship Behavior In The Workplace: An Exploration Of Employee Motives. *Greenation International Journal Of Tourism And Management*, 2(2), 118–128.

- Oktavia, W. K., & Muhopilah, P. (2021). Model Konseptual Resiliensi Di Masa Pandemi Covid-19: Pengaruh Religiusitas, Dukungan Sosial Dan Spiritualitas. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 1–18.
- Pasinringi, M. A. A., Vanessa, A. A., & Sandy, G. (2022). The Relationship Between Social Support And Mental Health Degrees In Emerging Adulthood Of Students. *Golden Ratio Of Social Science And Education*, 2(1), 12–23.
- Phuntsho, U., & Jamtsho, S. (2022). Effects Of Adolescents' Socioeconomic Status On Their Self-Esteem: A Case Of School Going Adolescents In Central Bhutan. *Journal Of Education And Practice*, 13(8), 1–11.
- Poedjadi, M. R., Lestari, G. C., Lisnarini, N., & Umar, M. N. (2026). Implementing Web Content Accessibility Guidelines For Disability-Friendly Scholarship Websites In Indonesia. *Profesi Humas*, 10(2), 215–235.
- Putri, J. E., Suhaili, N., Marjohan, M., Ildil, I., & Afdal, A. (2022). Konsep Self Esteem Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Perceraian. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 20–25.
- Putri, P., & Suarmaja, I. (2026). Pengaruh Soft Skill Dan Hard Skill Selama Magang Terhadap Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Akhir Jurusan Manajemen Undiksha. *Indonesian Journal Of Innovation Multidisipliner Research*, 4(2), 818–829. <https://doi.org/10.69693/Ijim.V4i2.545>.
- Rendy, P., Suroso, A., & Brahmana, S. S. (2025). Cultural Foundations Of Cabin Crew Retention: Evidence From Indonesia. *Tec Empresarial*, 20(1), 416–439.
- Rifqi, F. A., Pratidina, E., & Prinska, D. S. (2023). The Effectiveness Of Group Therapy In Improving Self-Esteem Among Female Students Of The Psychology Faculty At University X In Bandung. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(06), 338–345.
- Rosani, W., Fatimah, S., & Supriatna, E. (2021). Studi Deskriptif Self Esteem Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Margaasih. *Fokus: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(5), 330–337.
- Sadeghi, R., Ghandehari Alavijeh, M., & Raeisi Shahraki, H. (2023). The Role Of Social Support And Socioeconomic Factors In The Prediction Of Depression Among First-Year Undergraduate Students. *Depression Research And Treatment*, 2023(1), 3993304.
- Sah, S. Y., & Nurtamam, M. E. (2025). Dampak Status Sosial Ekonomi Terhadap Hasil Belajar Siswa Menggunakan Metode Systematic Literature Review. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 13(1), 47–58.
- Sastri, P. D. (2022). The Academic Procrastination In Students And How To Overcome It. *Journal Of Business And Management Inaba*, 1(2), 89–96.
- Savira, M. D. D., & Sukmawati, I. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri (Self-Esteem) Remaja Di Sma Negeri 1 Kubung. *Current Issues In Counseling*, 3(1), 61–66.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sunarsih, E., Handoyo, E., & Rokhman, F. (2025). Minimnya Minat Lulusan Smp/Mts Terhadap Pendidikan Vokasional (Smk) Di Indonesia: Analisis Faktor Dan Rekomendasi Strategis. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(02), 307–322.

- Syahfira, L. L., Muwakhidah, M., Juniar, Z., & Rahmawati, T. (2023). Pengaruh Self Esteem Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sma. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(6), 443–449.
<https://doi.org/10.17977/Um065v3i62023p443-449>
- Tani, B. J., Subuh, H., & Pangalila, T. (2024). Peran Status Sosial Ekonomi Terhadap Performa Akademik Dari Perspektif Peserta Didik Di Smk Negeri 1 Tondano. *Tumoutou Social Science Journal*, 1(2), 106–113.
- Uu No.20 Tahun 2003. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Vadivel, B., Alam, S., Nikpoo, I., & Ajanil, B. (2023). The Impact Of Low Socioeconomic Background On A Child's Educational Achievements. *Education Research International*, 2023(1), 6565088.
- Wiharja, H., & Firnanda, A. (2021). Career Understanding, Motivation, And Students' Decision-Making To Choose Vocational High School (Smk) In Non-Industrial Area. *Jurnal Pendidikan Teknologi Kejuruan*, 4(2), 41–46.
- Wini, S. I., & Tambunan, N. (2024). Pengaruh Kondisi Ekonomi Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa Sma/Smk Sederajat. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(15), 688–696.