

**HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DAN *SELF DISCLOSURE*  
DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA PUTRI  
KELAS XII DI SMA NEGERI 'X' KOTA BEKASI**

Savitri Mega Salsabila<sup>1</sup>, Anastasia Sri Maryatmi<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jl. Diponegoro No.74 Jakarta Pusat, Indonesia

Email : [ssavitrimega@gmail.com](mailto:ssavitrimega@gmail.com) , [anastasia.maryatmi@yai.ac.id](mailto:anastasia.maryatmi@yai.ac.id)

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kualitas pertemanan dan *self disclosure* dengan *subjective well-being* pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi. Pada penelitian ini jumlah populasi sebesar 204 siswi dan diambil 136 siswi untuk dijadikan sample pada penelitian ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode *simple random sampling* dengan karakteristik: remaja putri usia 16-18 tahun, memiliki teman dekat/kelompok/*geng*. Instrumen ukur yang digunakan adalah skala *subjective well-being* sebanyak 27 aitem ( $\alpha = ,933$ ), skala kualitas pertemanan sebanyak 25 aitem ( $\alpha = ,806$ ), dan skala *self disclosure* 31 aitem ( $\alpha = ,928$ ) dengan menggunakan program SPSS 22.0 for Windows. Hasil uji analisis *bivariate correlation* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kualitas pertemana dan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,333$ , dan terdapat hubungan positif antara *self disclosure* dengan *subjective well-being* dengan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,264$ . Sedangkan hasil uji analisis *multivariate correlation* menunjukkan terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dan *self disclosure* dengan *subjective well-beng* dengan perolehan koefisien korelasi ganda sebesar  $R = 0,334$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,00 < 0,05$ . Dimana berdasarkan hasil uji regresi dengan metode *enter* diperoleh nilai  $R^2 = 0,112$  yang menunjukkan bahwa variabel kualitas pertemana dan variabel *self disclosure* berkontribusi sebesar 11,2% terhadap variabel *subjective well-being*.

Kata Kunci : *Subjective Well-Being* Kualitas Pertemanan, *Self Disclosure*

## ABSTRACT

*The purpose of this research is to determine the correlate between friendship quality and self disclosure with subjective well-being in 12<sup>th</sup> grade female adolensece in SMA Negeri 'X' Bekasi. The population in this research amounted to 204 students, and as many as 136 students were sampled for this research. The sampling technique was carried out using simple random sampling method with characteristic: adolescent aged 16-18 years old, having close friends/in group. The measuring instruments used were subjective well-being scale with 27 item ( $\alpha=,933$ ), friendship quality scale with 25 item ( $\alpha=,806$ ), and self disclosure scale with 31 item ( $\alpha=0,928$ ) using SPSS 22.0 for windows. Bivariate Correlation result showed that there is a positive correlation between friendship quality and subjective well being with correlation coefficient of  $r = 0,33$ , and there is a positive correlation between self disclosure and subjective well being with correlation coefficient of  $r = 0,264$ . Furthermore, the result of data analysis with multivariate correlation showed that there is correlation between friendship quality and self disclosure with subjective well-being obtained correlation coefficient  $R = 0,344$  with significance level  $p = 0,00 < 0,05$ . Based on regression test result with enter mode obtained multiple correlation coefficient  $R^2 = 0,112$  which is indicate that friendsip quality variable dan self disclosure variable are contribute in the amount of 11,2% towards subjective well-being variable.*

*Keyword : Subjective Well-Being, Friendship Quality, Self Disclosure*

## 1. PENDAHULUAN

*Subjective well-being* yang dapat diartikan sebagai kesejahteraan subjektif, merupakan salah satu bagian dari psikologi positif, yang di dalamnya mencakup kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kehidupan yang sejahtera membawa individu kepada kebahagiaan dalam dirinya. Kebahagiaan dapat dibagi menjadi dua macam, yaitu kebahagiaan yang bersifat objektif dan kebahagiaan yang bersifat subjektif. Kebahagiaan objektif dapat diukur menggunakan standard an berlaku sama bagi banyak orang, sedangkan kebahagiaan subjektif mengacu pada masing-masing individu dan bersifat relatif (Sari & Maryatmi, 2019). Menurut Diener, Suh, dan Oishi (1997: 1), *subjective well-being* mengacu pada bagaimana orang mengevaluasi hidup mereka. Di dalamnya meliputi variabel-variabel seperti kepuasan dalam hidup dan kepuasan domain, tidak adanya depresi dan kecemasan, serta adanya suasana hati (*mood*) dan emosi yang positif. Meskipun secara psikologis memiliki kecemasan adalah hal yang wajar dialami siapapun selama kecemasan tersebut tidak mengganggu keberlangsungan hidup, namun konsep *subjective well-being* mengarah pada kemampuan individu dalam mengevaluasi emosi positif mereka sehingga tidak terjebak dalam emosi-emosi negatifnya. Menurut Seligman *subjective well being* adalah suatu pengukuran terhadap diri, mengenai perasaan sejahtera yang dinilai secara subjektif (dalam Pertiwi & Maryatmi, 2018). Setiap orang tentu memiliki harapan-harapan yang ingin dicapai guna pemenuhan kepuasan dalam kehidupannya, tidak terkecuali bagi remaja khususnya remaja putri.

Periode remaja merupakan fase dimana individu mengalami transisi dari masa kanak, yang didalamnya terdapat perubahan-perubahan dinamis khususnya perluasan kehidupan sosialnya dalam aktivitas teman sebaya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Sarwono (2018: 17) remaja adalah masa transisi dari masa kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan biologis, psikologis, kognitif, intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial. Dalam kaitannya dengan kehidupan sosial remaja, Workum (dalam Diana, Yuliana, Adfa, Ricca, dan Syorga, 2014: 71) berpendapat bahwa salah satu yang dianggap dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan adalah bagaimana hubungan mereka dengan teman-temannya, karena tinggi rendahnya kebahagiaan remaja berkorelasi dengan kebahagiaan teman-temannya.

Remaja sering kali berkumpul dengan teman yang biasanya memiliki suatu kesamaan, sehingga mereka merasa memiliki keterikatan. Terutama pada remaja putri yang memiliki kecenderungan lebih besar dalam memiliki *gang* atau berkelompok dibandingkan dengan remaja putra. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Buhrmester & Furman (dalam Rubin dkk, 2004) yang menyebutkan bahwa remaja perempuan memiliki hubungan yang lebih erat dengan kelompoknya dibandingkan dengan remaja laki-laki. Berdasarkan observasi sederhana yang dilakukan penulis, pada remaja putri yang berusia 16-17 tahun. Mereka membentuk suatu kelompok karena mempunyai idola yang sama, kebanyakan dari mereka merupakan penggemar artis maupun musik korea dan menyebut diri mereka sebagai *k-poppers*. Mereka

menuturkan bahwa dengan membicarakan idola mereka dengan teman yang paham akan hal tersebut, menimbulkan antusiasme dan kebahagiaan tersendiri bagi mereka. Selain itu, remaja putri kerap membentuk kelompok dengan remaja putri lain yang memiliki hobi yang sama, atau merasa memiliki cara pandang yang sama terhadap sesuatu. Rasa diterima dalam suatu kelompok menimbulkan rasa nyaman dalam diri individu, begitu pula sebaliknya. Individu yang mengalami ketidaknyamanan perlu melakukan suatu upaya penyesuaian diri untuk mengatur dirinya agar dapat mengatasi ketidaknyamanannya tersebut (Maryatmi, 2016). Maka dari itu, pertemanan yang baik dirasa penting untuk bagi kebahagiaan pada diri remaja.

Pertemanan yang berkualitas akan menghasilkan hubungan yang intim, dan menumbuhkan rasa saling percaya satu sama lain. Kepercayaan satu sama lain ini yang kemudian memungkinkan remaja untuk melakukan pengungkapan diri. Johannes Papu (dalam Nimatillah, 2015) menjelaskan bahwa pengungkapan diri atau *self disclosure* dapat diartikan sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi yang diberikan tersebut dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan lain sebagainya. Remaja putri berusia 16-18 tahun menuturkan apabila mereka menceritakan suatu hal pribadi kepada teman dekatnya, mereka akan merasa bahagia bila bisa berbagi dengan temannya. Dalam kondisi lain, dengan melakukan *self disclosure* kepada teman dekatnya mereka akan merasa lega bila bisa menemukan solusi dari masalahnya ataupun hanya sekedar

didengar. Dalam kaitannya dengan kesejahteraan, penelitian yang dilakukan Rezqi Brillianti (2009) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan *well-being* pada ranah *eudaimonic*.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kualitas Pertemanan dan *Self Disclosure* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Putri kelas XII di SMA Negeri ‘X’ Kota Bekasi.

## 2. LANDASAN TEORI

### Subjective Well-Being

Diener, Lucas, dan Oishi (2009) mendefinisikan *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif sebagai hasil evaluasi atau penilaian seseorang secara kognitif dan afektif terhadap pengalaman hidup seseorang. Evaluasi kognitif merupakan penilaian terhadap kehidupan seseorang dan evaluasi afektif merupakan respon emosional yang timbul dari setiap pengalaman hidup seseorang

Sedangkan Carr (2011) mengungkapkan *Subjective well-being* merupakan kondisi psikologis positif yang khas dengan tingginya tingkat kepuasan hidup, tingginya tingkat afeksi positif, serta rendahnya tingkat afeksi negatif

### Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Subjective Well-Being

Menurut Argyle, Myers, dan Diener (dalam Compton, 2005:) terdapat tujuh faktor yang berhubungan dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup, yaitu:

- a. *Self esteem* (Harga diri)  
*Self esteem* adalah prediktor paling penting dari *subjective well-being*. *Self esteem* yang positif dihubungkan dengan keberfungsian yang adaptif di dalam setiap bidang kehidupan. *Self esteem* yang tinggi memberikan sejumlah keuntungan bagi individu meliputi perasaan bermakna dan berharga. Seseorang yang memiliki *self esteem* rendah cenderung tidak akan merasa puas dengan hidupnya dan tidak akan merasa bahagia.
- b. *Sense of perceived control* (Rasa tentang pengendalian yang dapat diterima)  
 Pengendalian pribadi merupakan keyakinan bahwa individu dapat berperilaku dengan cara memaksimalkan hasil yang baik atau meminimalkan hasil yang buruk. Dengan keyakinan ini maka seseorang dapat mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, memilih hasil yang diinginkan, menghadapi konsekuensi dari pilihannya, dan memahami serta menginterpretasikan hasil dari pilihannya
- c. *Extroversion* (Keterbukaan)  
 Individu dengan kepribadian ekstrovert (sifat terbuka) akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. Individu yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung memiliki relasi sosial yang lebih baik, yang kemudian memungkinkan individu mendapatkan timbal balik yang positif dari orang lain yang kemudian dapat mewujudkan kondisi *well-being* yang lebih tinggi.
- d. *Optimism* (Optimisme)  
 Individu yang lebih optimis terhadap masa depan merasa lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dalam cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan. Optimisme yang dimiliki haruslah bersifat realistis yang artinya harus sesuai dengan realita. Sikap optimis yang realistis akan memungkinkan individu untuk memiliki pertumbuhan yang positif bahkan dalam situasi yang sulit sekalipun. Hal tersebut kemudian dapat menciptakan kesejahteraan bagi individu.
- e. *Positive relationship* (Hubungan positif)  
 Hubungan yang positif akan tercipta bila adanya keintiman emosional dan kontak sosial. Keintiman emosional dapat mempengaruhi kebahagiaan dan kepuasan hidup individu, seperti hubungan baik dengan keluarga dan sahabat sehingga mampu mengembangkan harga diri individu, meminimalisir masalah psikologis, dan meningkatkan pemecahan masalah yang kemudian dapat membuat individu menjadi sehat secara fisik.
- f. *A sense of meaning and purpose to life* (Pemahaman arti dan tujuan hidup)  
 Variabel tersebut diukur sebagai religiusitas dalam *subjective well-being*. Agama memberikan perasaan bermakna bagi individu di samping juga dukungan sosial dan meningkatkan *self esteem*. Dengan adanya makna dan arah dalam

hidup individu akan menimbulkan kepuasan dan kebahagiaan dalam hidup.

- g. *Resolution of Inner Conflicts or Low Neuroticism* (Penyelesaian Konflik Batin atau Neurotisme Rendah)  
Pemecahan masalah yang baik dapat meningkatkan *subjective well-being* yang dimiliki seseorang, karena semakin tinggi *subjective well-being* maka semakin rendah konflik psikologis yang dimiliki seseorang. Sifat yang terintegritas memungkinkan individu memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi, lebih optimis, dan hubungan sosial yang lebih baik.

### **Kualitas Pertemanan**

Secara umum, pertemanan digambarkan sebagai dua orang atau lebih yang kerap kali menghabiskan waktu bersama. Sejara lebih mendalam, hubungan pertemanan disebut sebahai hubungan persahabatan. Sahabat adalah sekumpulan kawan yang terlibat dalam kebersamaan, saling mendukung, dan memiliki keakraban atau intimasi (Santrock, 2007: 68)

Menurut Hartup kualitas persahabatan adalah hubungan persahabatan yang memiliki aspek kualitatif pertemanan, dukungan dan konflik. Kualitas persahabatan ditentukan bagaimana suatu hubungan persahabatan berfungsi secara baik dan bagaimana pula seseorang dapat menyelesaikan dengan baik-baik apapun konflik yang ada (dalam Brendgen, dkk., 2001: 396). Sedangkan Parker dan Asher mendefinisikan kualitas pertemanan sebagai suatu hubungan pertemanan yang didalamnya saling memberikan dukungan,

dan memiliki tingkat konflik tersendiri (dalam Terrion dkk, 2015).

Parker dan Asher (1993) mengemukakan enam aspek kualitas persahabatan yaitu:

- a. *Validation and caring* (Dukungan dan kepedulian)  
Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan kepedulian, saling memberi dukungan dalam hubungan pertemanan.
- b. *Companionship and recreation* (Pertemanan dan rekreasi)  
Adalah sejauh mana menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman baik di dalam maupun di luar lingkungan akademik atau kerja.
- c. *Help and guidance* (Bantuan dan bimbingan)  
Adalah sejauh mana teman-teman berusaha membantu satu sama lain dalam menghadapi tugas-tugas rutin dan menantang.
- d. *Intimate change* (Pertukaran yang akrab)  
Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan pengungkapan informasi pribadi dan perasaan.
- e. *Conflict and betrayal* (Konflik dan penghianatan)  
Adalah sejauh mana hubungan ditandai dengan argumen, perselisihan, rasa kesal, dan ketidakpercayaan, serta sejauh mana konflik dapat berpengaruh pada kualitas hubungan
- f. *Conflict resolution* (Pemecahan masalah)  
Mencakup bagaimana masalah diselesaikan dengan baik dan efisien. Bilamana konflik dapat diselesaikan dengan baik, biasanya akan mempererat hubungan.

## Self Disclosure

*Self disclosure* menurut Devito (2010 : 64) adalah jenis komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi tentang dirinya yang biasanya disembunyikan atau tidak diceritakan kepada orang lain. Sedangkan Morton (dalam Sears, Jonathan & Anne, 1985: 254) mengungkapkan bahwa pengungkapan diri atau keterbukaan diri adalah kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain.

Devito (2010). Menyebutkan bahwa terdapat lima (5) dimensi di dalam *self disclosure*, yaitu:

### a. Amount

Merupakan kuantitas dari *self disclosure* yang dapat diukur dengan mengetahui frekuensi dengan siapa individu mengungkapkan diri, dan durasi atau waktu yang diperlukan untuk mengutarakan statemen *self disclosure*.

### b. Valence Self-Disclosure,

Valensi dalam pengungkapan diri dapat berupa statement positif atau negative dari diri individu. Individu dapat mengungkapkan diri mengenai hal-hal yang menyenangkan atau tidak menyenangkan mengenai dirinya, mengutarakan hal baik atau buruk dalam dirinya, maupun memuji hal-hal yang ada dalam dirinya atau menjelek-jelekkan dirinya sendiri.

### c. Accuracy / Honesty,

Adalah ketepatan dan kejujuran individu dalam mengungkapkan diri. Ketepatan mengacu pada sejauh mana individu mengetahui dirinya sendiri.. dalam melakukan pengungkapan diri, individu dapat saja jujur mengenai dirinya, tetapi terkadang bisa saja melebih-lebihkan

sesuatu, melewati bagian penting, atau berbohong.

### d. Intention,

Yaitu seluas apa individu mengungkapkan tentang apa yang ingin diungkapkan dengan maksud dan tujuan tertentu, seberapa besar kesadaran individu untuk mengontrol informasi-informasi yang akan dikatakan pada orang lain.

### e. Keakraban / Intimacy,

yaitu individu dapat mengungkapkan detail yang paling intim dari hidupnya, baik hal pribadi maupun yang bersifat perifer, atau hal yang hanya bohong. Keakraban ini biasanya akan mengarah pada keadaan timbal balik dimana lawan komunikasi akan merasa nyaman untuk melakukan pengungkapan diri.

## HIPOTESIS PENELITIAN

Berdasarkan uraian teori diatas, maka diajukan hipotesis sebagai berikut:

Ha<sub>1</sub> : Terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dan *subjective well-being*.

Ha<sub>2</sub> : Ada hubungan antara *self disclosure* dengan *subjective well-being*.

Ha<sub>3</sub> : Ada hubungan antara kualitas pertemanan dan *self disclosure* dengan *subjective well-being*

## 3. METODOLOGI

### Definisi Operasional

*Subjective well-being* adalah evaluasi yang dimiliki seseorang mengenai kepuasan kehidupannya. Komponen *subjective well-*

*being* menurut Compton (2005: 43) antara lain adalah (1) dimensi afektif yang mencakup afek positif dan rendahnya afek negative, (2) dimensi kognitif yang mencakup kepuasan hidup secara keseluruhan dan kepuasan hidup domain.

Kualitas pertemanan merajuk pada sejauh mana hubungan pertemanan di antara individu yang terlibat dapat berfungsi secara positif bagi semua pihak. Sehingga dapat saling mendukung dan mampu menyelesaikan konflik yang ada dengan baik

*Self Disclosure* yang di dalam Bahasa Indonesia disebut pengungkapan diri, merupakan salah satu bentuk komunikasi interpersonal dimana individu menyampaikan informasi tentang dirinya yang bersifat pribadi, dengan maksud dan tujuan tertentu serta tanpa adanya paksaan.

### **Karakteristik Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2016: 80). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah siswi kelas XII SMA Negeri X Kota Bekasi yang berjumlah 204. Sedangkan sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang ada di dalam populasi (Sugiyono, 2016 : 81). Berdasarkan tabel Morgan, sampel pada penelitian ini berjumlah 136 siswi kelas XII SMA Negeri X Kota Bekasi dengan karakteristik: berusia 16-18 tahun, memiliki teman dekat atau kelompok atau *geng*.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling* dimana pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2016: 82).

### **Metode Analisis Data**

Pada penelitian ini metode analisis data yang digunakan adalah metode *Bivariate Correlation* dan *Multivariate Correlation* untuk menguji hipotesis. Sedangkan metode *Stepwise* digunakan untuk mengetahui sumbangan dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat. Kemudian, untuk pengujian normalitas digunakan metode Kolmogrov- Smirnov untuk untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak normal. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS 22.00 *for windows*.

## **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Pengujian Hipotesis**

Hasil perhitungan terhadap 136 remaja putri kelas XII di SMA Negeri X Kota Bekasi dilakukan dengan bantuan SPSS 22.0. Hasil uji *Bivariate Correlation* pertama antara kualitas pertemanan dengan *subjective well-being* diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r = 0,333$  dengan  $p = 0,00 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan kearah positif yang signifikan antara kualitas pertemanan dengan *subjective well-being*. Sehingga  $H_{a1}$  diterima. Pengujian kedua terhadap variable *self disclosure* dan *subjective well-being*. Berdasarkan hasil analisa diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r = 0,264$  dengan  $p = 0,002 < 0,05$ . Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan antara *self disclosure* dengan *subjective well-being*

kearah positif yang signifikan, sehingga  $H_{a2}$  diterima. Selanjutnya, berdasarkan perhitungan dengan metode *Multivariate Correlation* untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel kualitas pertemanan dan *self disclosure* dengan *subjective well-being*. Dari hasil analisa diperoleh koefisien korelasi ganda sebesar  $R = 0,334$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000 < 0,05$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas pertemanan dan *self disclosure* dengan *subjective well-being*, sehingga  $H_{a3}$  diterima.

Berdasarkan uji regresi dengan metode *enter* diperoleh hasil nilai  $R^2$  sebesar 0,112. Hal tersebut menunjukkan bahwa variable kualitas pertemanan dengan variabel *self disclosure* memiliki kontribusi sebesar 11,2% terhadap variabel *subjective well-being*, sementara 88,8 % merupakan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kemudian, hasil uji regresi dengan metode *stepwise* diperoleh kontribusi variabel kualitas pertemanan sebesar 11,1% sedangkan variabel *self disclosure* berkontribusi sebesar 0,1% terhadap *subjective well being*.

### Hasil Pengujian Distribusi Data

Variabel *subjective well-being* memiliki taraf signifikansi  $p = 0,049$  dimana  $p < 0,05$  sehingga asumsi distribusi data pada variable *subjective well-being* diasumsikan tidak normal. Berdasarkan perhitungan kategorisasi, variable *subjective well-being* yang memiliki pengelompokan kategori  $x \leq 79,68$  untuk kategori rendah,  $79,68 \leq x \leq 82,14$  untuk kategori sedang, dan  $x \geq 82,14$  untuk kategori tinggi. Dengan *mean* temuan

sebesar 100,92 menunjukkan bahwa populasi memiliki *subjective well-being* yang tergolong kedalam kategori tinggi.

Variable kualitas pertemanan diasumsikan berdistribusi normal dengan taraf signifikansi  $p = 0,200$  dimana  $p > 0,05$ . Variabel kualitas pertemanan memiliki *mean* temuan sebesar 88,00 dengan pengelompokan kategorisasi yaitu; kategori tinggi apabila  $x \leq 58,33$ , kemudian  $58,33 \leq x \leq 91,67$  untuk kategori sedang, dan  $x \geq 91,67$  untuk kategori tinggi. Berdasarkan perhitungan kategorisasi, *mean* temuan variable kualitas pertemanan termasuk kedalam kategori sedang.

Kemudian, hasil uji normalitas untuk variable *self disclosure* diperoleh taraf signifikansi  $p = 0,200$  dimana  $p > 0,05$  sehingga asumsi data berdistribusi normal. Hasil perhitungan kategorisasi pada variable *self disclosure* menghasilkan pengelompokan kategorisasi dengan  $x \leq 72,33$  untuk kategori rendah,  $72,33 \leq x \leq 113,67$  untuk kategori sedang, dan  $x \geq 113,67$  untuk kategori tinggi. Hasil *mean* temuan sebesar 109,45, maka variable *self disclosure* termasuk kedalam kategori sedang

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa terhadap 136 responden dengan menggunakan metode analisa *Bivariate Correlation* terhadap variabel kualitas pertemanan, diperoleh hasil perhitungan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,333$ , dan  $p = 0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kualitas pertemanan dengan *subjective well-being* ke arah positif. Artinya, semakin tinggi kualitas pertemanan yang

dimiliki remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi, maka semakin tinggi pula *subjective well-being* dalam diri. Begitu pula sebaliknya, apabila kualitas pertemanan yang dimiliki semakin rendah maka semakin rendah pula *subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi. Menurut Keefe & Berndt (1996) orang yang memiliki kualitas persahabatan yang tinggi umumnya akan menjadi individu yang lebih bahagia, dan lebih kompeten di beberapa bidang lain (dalam Caroline Theresia, 2017: 1726). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rori J.P (2011) yang menunjukkan adanya hubungan positif dari variabel kualitas pertemanan dan *subjective well-being*.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesa variabel *self disclosure* diperoleh hasil perhitungan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,246$  dengan  $p = 0,002 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara *self disclosure* dengan *subjective well-being* ke arah positif. Artinya, semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi. Menurut Compton (2005: 43), *subjective well-being* memiliki dua variabel utama, yaitu kebahagiaan dan kepuasan hidup. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rizqi Brillianti (2009) menunjukkan bahwa *self disclosure* memiliki hubungan dengan *well-being*.

Selanjutnya diperoleh koefisien korelasi ganda sebesar  $R = 0,334$  dan  $R^2$  sebesar  $0,112$  dengan  $p = 0,000 < 0,05$ . Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dan *self*

*disclosure* dengan *subjective well-being* pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi.  $R^2 = 0,112$  menjelaskan bahwa variabel kualitas pertemanan dan *self disclosure* secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap *subjective well-being* sebesar 11,2%. Variabel kualitas pertemanan memberikan kontribusi sebesar 11,1% dan variabel *self disclosure* memberikan kontribusi sebesar 0,1% terhadap variabel *subjective well-being* pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asher, R.S & Parker, J.G (1993) Friendship and Friendship Quality in Middle Childhood: Links with Peer Group Acceptance and Feeling of Loneliness and Social Dissatisfaction. *Journal of Developmental Psychology* Vol.29 No.4
- Brendgen, Markiewicz, Doyle, & Bukowski. (2001). The Relation Between Friendship Quality, Ranked-Friendship Preference, and Adolescents' Behavior With Their Friends. *Merrill-Parmer Quarterly*, Vol.47 No.3
- Caroline Theresia Sandjojo (2017). Hubungan antara Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan pada Remaja Urban. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.6 No.2
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology: The Science Of Happiness And Human Strengths*. New York: Rotledge

- Compton, W.C. (2005). *An Introduction to Positive Psychology*. Belmont, CA, US: Thompson Wadsworth
- Devito J. A. (2010). *Komunikasi Antar Manusia (Edisi Kelima)*, Jakarta: Karisma Publishing
- Diana Elfida, Yuliana Intan Lestari, Adfa Diamera, Ricca Angraeni, Syorga Islami (2014). Hubungan Baik Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi* Vol.10 No.2
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent Finding in Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*
- Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, S. (2009). *Subjective Well-Being. The Science of Happiness and Life Satisfaction*
- Maryatmi, A. S (2016). *Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga dan Coping Religius terhadap Psychological Wellbeing Pasien Penderita Stroke*. Seminar Psikologi Kebangsaan-iii 2016
- Nimatillah, S., (2015) *Self Disclosure Siswa SMP Negeri 19 Surabaya Ditinjau dari Gender*. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- Pertiwi, D.Y., Maryatmi, A.S., (2018) Gambaran *Subjective Well-Being* pada Ibu yang Memiliki Anak Thalasia di Perumahan X Kota Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora* 3 (1), 118-127
- Rezqi Brillianti (2009). *Hubungan antara Self Disclosure dengan Psychological Well-Being pada Remaja Penyandang Tuna Daksa di Panti Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (PRSDB) Suryatama Bangil, Pasuruan*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi - Fakultas Ilmu Pendidikan UM
- Rori, Jiwa Putra (2011). *Hubungan antara Kualitas Pertemanan dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Bina Nusantara*. Skripsi. Universitas Bina Nusantara
- Rubin, Kenneth H. Dwyer. Kathleen M. Kim, Angel H., & Burgess, Kim B. (2004). Attachment, friendship, and psychological functioning in early adolescence. *The Journal Early Adolescence*, 24 (4), 326-356.
- Santrock, J.W (2007). *Psikologi Remaja*. Edisi 11 Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sari. F.I.P., Maryatmi, A.S (2019) Hubungan antara Konsep Diri (Dimensi Internal) dan Optimisme dengan Subjective Well-Being Siswa SMA Marsudirini Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*. 3 (1), 23-29
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (2018). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*, Depok: Rajawali
- Sears, D.O., Jonathan L. Freedman, L. Anne Peplau (1988). *Psikologi Sosial Jilid I*. Alih Bahasa Michael Adryanto, Savitri Soekrisno Jakarta: Erlangga

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Terrion, J,L., Rocchi, M. O’Rielly, S (2015). The Relationship Between Friendship Quality and Antisocial Behavior of Adolescents in Residential Substance Abuse Treatment. *Journal of Groups in Addiction & Recovery*. 10:141-162