

Psychological capital sebagai Prediktor Subjective well-being pada Siswa Sekolah Menengah Atas

Muhammad Ilham^{1*}, Novita Maulidya Jalal², Nurfajriyanti Rasyid³

^{1,2,3}Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*ilhmm03@gmail.com

Submit
8 Juli 2026

Review
18 Juli 2026

Publish
6 September 2026

Abstrak

Subjective well-being menggambarkan evaluasi individu terhadap kehidupannya yang mencakup kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Pada siswa sekolah menengah atas, subjective well-being menjadi aspek penting dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan dan akademik. Salah satu sumber daya psikologis yang relevan dalam memahami subjective well-being adalah psychological capital, yang terdiri atas hope, self-efficacy, resilience, dan optimism. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran psychological capital sebagai prediktor subjective well-being pada siswa sekolah menengah atas. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain ex post facto yang bersifat prediktif. Populasi penelitian berjumlah 1.128 siswa dan sampel sebanyak 346 siswa diperoleh menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode accidental sampling. Pengumpulan data menggunakan Psychological Capital Questionnaire yang terdiri atas 24 aitem (CFI = 0,920; TLI = 0,910; SRMR = 0,0450; RMSEA = 0,0615; ω = 0,948) dan skala Subjective Well-Being yang terdiri atas 20 aitem (CFI = 0,974; TLI = 0,970; SRMR = 0,0332; RMSEA = 0,0431; ω = 0,955). Data dianalisis menggunakan regresi logistik ordinal dengan bantuan Jamovi versi 2.3.28 dan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa psychological capital secara positif dan signifikan memprediksi tingkat subjective well-being ($B = 0,215$; $SE = 0,022$; Wald = 99,469; $p < 0,001$; Nagelkerke pseudo- $R^2 = 0,503$). Koefisien positif menunjukkan bahwa peningkatan psychological capital berkaitan dengan meningkatnya peluang siswa berada pada kategori subjective well-being yang lebih tinggi. Dengan demikian, psychological capital merupakan sumber daya psikologis positif yang relevan dalam memprediksi tingkat subjective well-being siswa sekolah menengah atas.

Kata Kunci: Psychological Capital, Subjective Well-Being, Siswa Sekolah Menengah Atas

Abstract

Subjective well-being reflects individuals' evaluations of their lives, encompassing life satisfaction, positive affect, and negative affect. Among senior high school students, subjective well-being is an important aspect of coping with various developmental and academic demands. One psychological resource relevant to understanding subjective well-being is psychological capital, which comprises hope, self-efficacy, resilience, and optimism. This study aimed to examine the role of psychological capital as a predictor of subjective well-being among senior high school students. The study employed a quantitative approach with a predictive ex post facto design. The population consisted of 1,128 students, and a sample of 346 students was obtained using non-probability sampling with an accidental sampling method. Data were collected using the 24-item Psychological Capital Questionnaire (CFI = 0.920; TLI = 0.910; SRMR = 0.0450; RMSEA = 0.0615; ω = 0.948) and the 20-item Subjective Well-Being Scale (CFI = 0.974; TLI = 0.970; SRMR = 0.0332; RMSEA = 0.0431; ω = 0.955). Data were analyzed using ordinal logistic regression with Jamovi version 2.3.28 and SPSS version 25. The results showed that psychological capital positively and significantly predicted the level of subjective well-being ($B = 0.215$; $SE = 0.022$; Wald = 99.469; $p < 0.001$; Nagelkerke pseudo- $R^2 = 0.503$). The positive coefficient indicates that higher levels of psychological capital were associated with greater odds of students being in a higher subjective well-being category. Thus, psychological capital represents a relevant positive psychological resource for predicting the level of subjective well-being among senior high school students.

Keywords: Psychological Capital, Subjective Well-Being, Senior High School Studen

PENDAHULUAN

Siswa sekolah menengah atas (SMA) berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik, sosial, dan emosional. Pada fase ini, siswa tidak hanya dituntut mencapai prestasi akademik yang optimal, tetapi juga mampu menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan perkembangan serta mempersiapkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi. Tuntutan tersebut menjadikan siswa rentan mengalami tekanan psikologis, terutama ketika dihadapkan pada persaingan akademik, banyaknya tugas sekolah, serta harapan untuk memperoleh prestasi yang tinggi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa apabila tidak diimbangi dengan sumber daya psikologis yang memadai. Tazkia dan Darmiyanti (2024) menjelaskan bahwa siswa SMA berada pada tahap perkembangan yang memerlukan kemampuan untuk menyeimbangkan tuntutan akademik, sosial, dan emosional, sedangkan Anhara dan Adriyanto (2025) menyatakan bahwa tekanan prestasi akademik menjadi salah satu sumber stres yang paling dominan pada siswa.

Fenomena tersebut didukung oleh data Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS) yang menunjukkan bahwa sekitar 35% remaja Indonesia mengalami permasalahan kesehatan mental dan 5,5% di antaranya tergolong mengalami gangguan mental yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa berbagai tekanan yang dialami remaja tidak hanya berdampak terhadap proses belajar, tetapi juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu konsep yang banyak digunakan untuk menjelaskan kesejahteraan psikologis individu adalah *subjective well-being*, yaitu evaluasi individu terhadap kualitas kehidupannya melalui kepuasan hidup, dominasi afek positif, dan rendahnya afek negatif (Diener, 2009). Individu yang memiliki *Subjective well-being* tinggi cenderung lebih puas terhadap kehidupannya, lebih sering merasakan emosi positif, serta mampu mengelola pengalaman negatif secara lebih adaptif (Diener et al., 2015; Diener & Seligman, 2002).

Kondisi tersebut juga ditemukan berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti. Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami penurunan motivasi belajar, menarik diri dari lingkungan sosial, serta menunjukkan perilaku yang berkaitan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis. Temuan tersebut diperkuat melalui wawancara terhadap beberapa siswa yang mengungkapkan adanya ketidakpuasan terhadap kehidupan, terutama berkaitan dengan tekanan memperoleh prestasi akademik dan persaingan memasuki perguruan tinggi. Selain itu, survei awal terhadap 53 siswa menunjukkan bahwa 74% responden merasa kehidupan sehari-harinya belum sesuai harapan, 69% mengaku jarang merasakan kebahagiaan selama mengikuti aktivitas sekolah, dan 76% menyatakan sering merasa marah ketika menghadapi tuntutan akademik. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa sebagian siswa mengalami kecenderungan *Subjective well-being* yang belum optimal.

Meskipun demikian, hasil survei pendahuluan juga menunjukkan adanya potensi psikologis positif yang dimiliki siswa. Sebagian besar siswa menyatakan mampu mencari alternatif penyelesaian ketika menghadapi hambatan belajar, memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya, mampu bangkit setelah mengalami kegagalan, serta tetap memandang masa depan secara positif. Kondisi tersebut menggambarkan karakteristik *psychological capital*, yaitu keadaan psikologis positif yang terdiri atas *hope*, *self-efficacy*, *resilience*, dan *optimism* (Luthans et al., 2015). *Psychological capital* dipandang sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu mempertahankan motivasi, mengatasi tekanan, serta beradaptasi terhadap berbagai tantangan sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Newman et al., 2014).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *psychological capital* memiliki hubungan yang positif dengan *subjective well-being*. Afzal et al., (2014) menemukan bahwa *psychological capital* berhubungan signifikan dengan *Subjective well-being* pada remaja. Yin et al., (2018) menunjukkan bahwa *psychological capital* mampu memprediksi *Subjective well-being* pada mahasiswa yang mengalami kesulitan ekonomi. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Alwi dan Ramli (2025), Hazan-Liran dan Walter (2025), Putri et al., (2025), Sun (2025), Susanti et al., (2023), yang secara konsisten menunjukkan bahwa individu dengan *psychological capital* yang tinggi cenderung memiliki *Subjective well-being* yang lebih baik. *Psychological capital* juga diketahui meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi stres akademik dan mempertahankan keterlibatan belajar (Sweetman & Luthans, 2010). Mahmoodaliloo et al., (2024) juga menjelaskan bahwa *psychological capital* merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan kesehatan mental peserta didik. Hasil-hasil penelitian tersebut memperlihatkan

bahwa *psychological capital* berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu mempertahankan kesejahteraan subjektif ketika menghadapi berbagai tekanan kehidupan.

Meskipun berbagai penelitian terdahulu secara konsisten menunjukkan hubungan positif antara *psychological capital* dan *subjective well-being*, bukti empiris yang tersedia masih banyak diperoleh dari populasi mahasiswa, individu yang mengalami kesulitan ekonomi, maupun kelompok dewasa lainnya. Kondisi tersebut menyisakan keterbatasan dalam memahami peran *psychological capital* terhadap *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Siswa SMA berada pada fase perkembangan dengan tuntutan yang khas, yaitu menghadapi tuntutan akademik, penyesuaian sosial dan emosional, serta persiapan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Karakteristik tersebut berbeda dari konteks kehidupan mahasiswa maupun kelompok dewasa sehingga temuan pada populasi tersebut belum cukup untuk menjelaskan peran *psychological capital* terhadap *subjective well-being* pada siswa SMA. Dengan demikian, aspek yang masih perlu diketahui adalah sejauh mana *psychological capital* dapat berperan dalam memprediksi tingkat *subjective well-being* pada siswa SMA dalam menghadapi tuntutan perkembangan dan akademiknya.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menguji peran *psychological capital* sebagai prediktor *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Penelitian ini secara khusus menguji apakah tingkat *psychological capital* dapat memprediksi peluang siswa berada pada tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Kontribusi penelitian ini terletak pada penyediaan bukti empiris mengenai peran prediktif *psychological capital* terhadap tingkat *subjective well-being* dalam konteks pendidikan menengah. Temuan penelitian diharapkan dapat memperluas penerapan konsep *psychological capital* dalam kajian psikologi positif, khususnya dalam menjelaskan kesejahteraan subjektif siswa yang menghadapi tuntutan perkembangan dan akademik. Secara praktis, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar empiris bagi sekolah dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling serta program promotif kesehatan mental yang berorientasi pada penguatan *hope*, *self-efficacy*, *resilience*, dan *optimism*. Sejalan dengan rekomendasi Guo et al., (2024), pengembangan *psychological capital* juga berpotensi diintegrasikan ke dalam program promotif kesehatan mental di sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto* yang bersifat prediktif untuk menguji kemampuan *psychological capital* dalam memprediksi *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Variabel penelitian diukur berdasarkan kondisi yang telah dimiliki responden tanpa manipulasi atau pemberian perlakuan oleh peneliti (Creswell & Creswell, 2022). Oleh karena itu, hubungan yang diuji dalam penelitian ini merupakan hubungan prediktif secara statistik (*predictive relationship*) dan tidak menunjukkan hubungan sebab-akibat secara langsung. Keterbatasan desain *ex post facto* dalam penelitian ini adalah tidak adanya manipulasi variabel dan kontrol eksperimental terhadap faktor-faktor lain yang mungkin berkaitan dengan *subjective well-being*, sehingga hasil penelitian tidak dapat digunakan untuk menarik kesimpulan kausal bahwa *psychological capital* menyebabkan perubahan *subjective well-being*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *psychological capital*, sedangkan variabel dependen adalah *subjective well-being*. Populasi penelitian berjumlah 1.128 siswa yang berasal dari salah satu sekolah menengah atas negeri di Kabupaten Gowa. Sampel penelitian sebanyak 346 siswa diperoleh menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Teknik ini digunakan karena pemilihan responden dilakukan berdasarkan siswa yang dapat dijangkau pada saat proses pengumpulan data dan memenuhi kriteria penelitian, sehingga tidak dilakukan pemilihan secara acak dari seluruh anggota populasi. Kriteria inklusi penelitian adalah siswa aktif pada sekolah tempat penelitian, berada pada kelas X, XI, atau XII, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen berbentuk skala Likert enam kategori respons, mulai dari Sangat Tidak Setuju hingga Sangat Setuju. Penggunaan skala Likert enam kategori dipilih untuk meningkatkan sensitivitas respons responden (Joshi et al., 2015). Variabel *psychological capital* diukur menggunakan *Psychological Capital Questionnaire* (PCQ) yang dikembangkan oleh Alwi dan Ramli (2025) berdasarkan konsep Luthans et al., (2007). Instrumen ini terdiri atas 24 aitem yang mengukur empat dimensi, yaitu *hope*, *self-efficacy*,

resilience, dan *optimism*. Variabel *Subjective well-being* diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori Diener (2009), terdiri atas 20 aitem yang merepresentasikan dimensi *life satisfaction*, *positive affect*, dan *negative affect*. Skor yang lebih tinggi pada masing-masing instrumen menunjukkan tingkat *psychological capital* maupun *subjective well-being* yang semakin tinggi.

Skor *subjective well-being* diperoleh dengan menjumlahkan skor seluruh aitem, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Pengelompokan tingkat *subjective well-being* dilakukan menggunakan kategorisasi hipotetik berdasarkan mean hipotetik (μ) dan standar deviasi hipotetik (σ). Skala terdiri atas 20 aitem dengan rentang skor 1–4, sehingga diperoleh skor minimum hipotetik sebesar 20, skor maksimum hipotetik sebesar 80, mean hipotetik sebesar 50, dan standar deviasi hipotetik sebesar 10. Kategorisasi dibagi menjadi tiga tingkat, yaitu rendah ($X < \mu - 1\sigma$), sedang ($\mu - 1\sigma \leq X < \mu + 1\sigma$), dan tinggi ($X \geq \mu + 1\sigma$). Berdasarkan kriteria tersebut, skor <40 dikategorikan rendah, skor $40-60$ dikategorikan sedang, dan skor ≥ 60 dikategorikan tinggi. Ketiga kategori tersebut selanjutnya digunakan sebagai variabel dependen berskala ordinal dalam analisis regresi logistik ordinal.

Sebelum pelaksanaan penelitian utama, kedua instrumen terlebih dahulu diuji coba pada 184 siswa sekolah menengah atas yang berasal dari sekolah berbeda dengan lokasi penelitian. Evaluasi validitas konstruk dilakukan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) melalui perangkat lunak Jamovi versi 2.3.28. Penggunaan CFA didasarkan pada kemampuannya untuk menguji kesesuaian model pengukuran dengan struktur teoretis yang telah ditetapkan Hair et al., (2019) serta merupakan pendekatan yang banyak direkomendasikan dalam pengembangan dan validasi instrumen psikologi (Brown, 2015). Hasil analisis menunjukkan bahwa skala *Subjective Well-Being* memiliki indeks *goodness of fit* yang sangat memadai (CFI = 0,974; TLI = 0,970; SRMR = 0,0332; RMSEA = 0,0431). Sementara itu, skala *Psychological Capital* juga menunjukkan kecocokan model yang baik dengan nilai CFI sebesar 0,920, TLI sebesar 0,910, SRMR sebesar 0,0450, dan RMSEA sebesar 0,0615. Selanjutnya, konsistensi internal kedua instrumen dievaluasi menggunakan koefisien McDonald's Omega, yang dipandang lebih sesuai dibandingkan Cronbach's Alpha untuk mengukur reliabilitas instrumen multidimensional (Dunn et al., 2014). Nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah 0,955 untuk skala *Subjective Well-Being* dan 0,948 untuk skala *Psychological Capital*, sehingga kedua instrumen dapat dikategorikan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

Pelaksanaan penelitian dilakukan setelah memperoleh izin dari pihak sekolah. Sebelum pengisian instrumen, responden memperoleh informasi mengenai tujuan penelitian dan keterlibatan mereka dalam penelitian, kemudian menyatakan kesediaan berpartisipasi melalui *informed consent*. Partisipasi dalam penelitian bersifat sukarela dan responden memiliki hak untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian. Kerahasiaan data dijaga dengan tidak mencantumkan identitas pribadi responden dalam pelaporan hasil penelitian dan menggunakan data yang diperoleh hanya untuk kepentingan penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan regresi logistik ordinal dengan bantuan Jamovi versi 2.3.28 dan SPSS versi 25. Regresi logistik ordinal dipilih karena variabel dependen, yaitu *subjective well-being*, dikelompokkan berdasarkan kategorisasi hipotetik menjadi tiga kategori berjenjang, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Regresi logistik ordinal sesuai digunakan ketika variabel dependen terdiri atas kategori yang memiliki urutan alami. Oleh karena itu, model ini dipilih dibandingkan regresi linear karena variabel dependen yang dianalisis dalam penelitian ini berbentuk kategori ordinal. Kelayakan model dievaluasi melalui *Model Fitting Information* dan *Goodness-of-Fit*, sedangkan asumsi *proportional odds* diuji menggunakan *Test of Parallel Lines*. Asumsi *proportional odds* dinyatakan terpenuhi apabila nilai signifikansi *Test of Parallel Lines* $> 0,05$, yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel prediktor dan peluang berada pada kategori *subjective well-being* yang lebih tinggi konsisten pada setiap batas kategori. Selanjutnya, koefisien parameter digunakan untuk menentukan arah dan signifikansi kemampuan *psychological capital* dalam memprediksi tingkat *subjective well-being*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Demografi	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
		15 tahun	40 Orang	11,56%

1	Usia	16 tahun	133 Orang	38,44%
		17 tahun	117 Orang	33,82%
		18 tahun	51 Orang	14,74%
		19 tahun	5 Orang	1,45%
		Jumlah	346 Orang	100 %
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki	105 Orang	30,35%
		Perempuan	241 Orang	69,65%
		Jumlah	346 Orang	100 %
3	Kelas	X	132 Orang	38,15%
		XI	186 Orang	53,76%
		XII	56 Orang	16,18%
		Jumlah	346 Orang	100 %
4	Suku	Makassar	238Orang	68,79%
		Bugis	85 Orang	24,67%
		Jawa	8 Orang	2,31%
		Toraja	6 Orang	1,73%
		Sunda	2 Orang	0,58%
		Mandar	2 Orang	0,58%
		Ternate	3 Orang	0,87%
		Ambon	1 Orang	0,29%
		Tidak Mengisi	1 Orang	0,29%
		Jumlah	346 Orang	100 %

Berdasarkan Tabel 1, responden penelitian didominasi oleh siswa berusia 16 tahun, berjenis kelamin perempuan, berasal dari kelas XI, serta berlatar belakang suku Makassar. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa sampel penelitian mencakup berbagai kelompok demografis yang menjadi sasaran penelitian.

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai *psychological capital* dan *subjective well-being* beserta masing-masing dimensinya. Statistik deskriptif meliputi nilai mean, standar deviasi, dan median dari 346 responden sebagaimana disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Deskriptif Variabel dan Dimensi Penelitian

Variabel/Dimensi	Mean	SD	Median
<i>Psychological Capital</i>	73,90	8,875	74,00
<i>Hope</i>	18,36	2,853	18,00
<i>Efficacy</i>	23,01	3,054	24,00
<i>Resiliency</i>	20,45	2,942	20,00
<i>Optimism</i>	12,08	1,734	12,00
<i>Subjective Well-Being</i>	61,65	7,906	62,00
<i>Life Satisfaction</i>	25,36	3,634	26,00
<i>Positive Affect</i>	19,21	3,264	19,50
<i>Negative Affect</i>	17,08	3,792	18,00

Berdasarkan Tabel 2, *psychological capital* memiliki mean sebesar 73,90 (SD = 8,875; Median = 74,00), sedangkan *subjective well-being* memiliki mean sebesar 61,65 (SD = 7,906; Median = 62,00). Pada dimensi *psychological capital*, diperoleh mean *hope* sebesar 18,36 (SD = 2,853), *self-efficacy* sebesar 23,01 (SD = 3,054), *resilience* sebesar 20,45 (SD = 2,942), dan *optimism* sebesar 12,08 (SD = 1,734). Sementara itu, pada dimensi *subjective well-being*, mean *life satisfaction* sebesar 25,36 (SD = 3,634), *positive affect* sebesar 19,21 (SD = 3,264), dan *negative affect* sebesar 17,08 (SD = 3,792).

Kategorisasi variabel dilakukan berdasarkan mean dan standar deviasi hipotetik dengan membagi skor menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi, sebagaimana telah dijelaskan pada bagian metode. Kategorisasi tersebut digunakan untuk memberikan gambaran tingkat *psychological capital* dan *subjective well-being* responden, sedangkan kategorisasi *subjective well-being* selanjutnya digunakan sebagai variabel dependen ordinal dalam analisis regresi logistik ordinal. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi. Dari total responden, 200 siswa (57,80%) termasuk dalam kategori tinggi, 142 siswa (41,04%) berada pada kategori sedang, dan hanya 4

siswa (1,16%) yang berada pada kategori rendah. Pola yang serupa juga ditemukan pada variabel *psychological capital*. Sebanyak 186 siswa (53,76%) tergolong dalam kategori tinggi, 156 siswa (45,09%) berada pada kategori sedang, sedangkan 4 siswa (1,16%) termasuk dalam kategori rendah. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa dalam penelitian ini memiliki tingkat *subjective well-being* dan *psychological capital* yang cenderung tinggi.

Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan evaluasi kelayakan model dan pengujian asumsi regresi logistik ordinal. Hasil *Model Fitting Information* menunjukkan nilai Chi-Square sebesar 169,302 dengan $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa model dengan *psychological capital* sebagai prediktor memberikan kecocokan yang lebih baik dibandingkan model tanpa prediktor. Hasil *Goodness-of-Fit* berdasarkan Deviance menunjukkan $p = 0,914$ ($> 0,05$), sehingga model memiliki kecocokan yang memadai dengan data. Selanjutnya, *Test of Parallel Lines* memperoleh $p = 0,616$ ($> 0,05$), yang menunjukkan bahwa asumsi *proportional odds* terpenuhi. Dengan demikian, model regresi logistik ordinal memenuhi asumsi yang diperlukan untuk menguji peran prediktif *psychological capital* terhadap tingkat *subjective well-being*.

Tabel 3. Hasil Analisis

Kategori	Nilai
Model Fitting Chi-Square	169,302
Signifikansi Model	$< 0,001$
Goodness-of-Fit (Deviance Sig.)	0,914
Test of Parallel Lines (Sig.)	0,616
Nagelkerke Pseudo- R^2	0,503
Estimate Psychological Capital	0,215
Std. Error	0,022
Wald	99,469
Signifikansi Koefisien	$< 0,001$
95% Confidence Interval	0,173–0,258

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi logistik ordinal untuk menguji peran *psychological capital* sebagai prediktor *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Hasil *Model Fitting Information* menunjukkan nilai Chi-Square sebesar 169,302 dengan $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa model dengan *psychological capital* sebagai prediktor memiliki kecocokan yang lebih baik dibandingkan model tanpa prediktor. Hasil *Goodness-of-Fit* berdasarkan Deviance menunjukkan nilai $p = 0,914$ ($> 0,05$), sehingga model memiliki kecocokan yang memadai dengan data. Selanjutnya, *Test of Parallel Lines* menunjukkan nilai $p = 0,616$ ($> 0,05$), yang menunjukkan bahwa asumsi *proportional odds* terpenuhi. Dengan demikian, model regresi logistik ordinal memenuhi asumsi yang diperlukan dan layak digunakan untuk menguji peran prediktif *psychological capital* terhadap tingkat *subjective well-being*.

Hasil *Parameter Estimates* menunjukkan bahwa *psychological capital* secara positif dan signifikan memprediksi tingkat *subjective well-being* ($B = 0,215$; $SE = 0,022$; $Wald = 99,469$; $p < 0,001$; 95% CI [0,173, 0,258]). Koefisien regresi yang positif menunjukkan bahwa peningkatan *psychological capital* berkaitan dengan meningkatnya peluang siswa berada pada kategori *subjective well-being* yang lebih tinggi. Nilai Nagelkerke pseudo- R^2 sebesar 0,503 menunjukkan bahwa model yang memasukkan *psychological capital* memiliki daya jelas yang substansial dalam membedakan tingkat *subjective well-being*. Namun, nilai pseudo- R^2 pada regresi logistik tidak diinterpretasikan secara identik dengan koefisien determinasi (R^2) pada regresi linear. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa *psychological capital* berperan secara positif dan signifikan dalam memprediksi *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas diterima.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological capital* secara positif dan signifikan memprediksi tingkat *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological capital* yang dimiliki siswa, semakin besar kecenderungan siswa berada pada tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi. Hasil tersebut mendukung kerangka Luthans et al., (2007) yang menjelaskan *psychological capital* sebagai

sumber daya psikologis positif yang terdiri atas *hope*, *self-efficacy*, *resilience*, dan *optimism*. Keempat sumber daya tersebut dapat membantu individu menghadapi tuntutan dan tantangan secara lebih adaptif, sehingga berkaitan dengan evaluasi kehidupan dan pengalaman emosional yang lebih positif.

Temuan penelitian ini sejalan dengan sejumlah penelitian terdahulu yang menunjukkan hubungan positif antara *psychological capital* dan *subjective well-being*. Afzal et al., (2014) dan Yin et al., (2018) menunjukkan bahwa individu dengan *psychological capital* yang lebih tinggi cenderung memiliki *subjective well-being* yang lebih baik. Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian yang lebih mutakhir, seperti Alwi dan Ramli (2025), Hazan-Liran dan Walter (2025), Putri et al., (2025), serta Sun, (2025), yang menunjukkan pentingnya sumber daya psikologis positif dalam mendukung kesejahteraan individu. Temuan penelitian ini memperluas bukti tersebut pada konteks pendidikan menengah dengan menunjukkan bahwa *psychological capital* juga memiliki peran prediktif terhadap tingkat *subjective well-being* siswa SMA.

Hubungan prediktif antara *psychological capital* dan *subjective well-being* dapat dipahami melalui fungsi empat sumber daya psikologis yang membentuk *psychological capital*. *Hope* membantu siswa menetapkan tujuan serta mengembangkan alternatif strategi ketika menghadapi hambatan, sehingga siswa memiliki arah dan mempertahankan upaya dalam mencapai tujuan akademik maupun personal. *Self-efficacy* mencerminkan keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam menghadapi tuntutan dan menyelesaikan tugas, sehingga mendukung penilaian yang lebih positif terhadap kemampuan diri dan pengalaman kehidupannya. *Resilience* membantu siswa beradaptasi dan kembali berfungsi secara positif ketika menghadapi kegagalan, tekanan akademik, atau perubahan situasi. Sementara itu, *optimism* berkaitan dengan ekspektasi positif terhadap hasil dan masa depan. Secara bersama-sama, keempat sumber daya tersebut dapat membantu siswa menghadapi tuntutan akademik dan perkembangan secara lebih adaptif, yang kemudian berkaitan dengan kepuasan hidup, pengalaman afek positif, dan pengelolaan afek negatif sebagai komponen *subjective well-being*.

Secara deskriptif, penelitian ini juga menunjukkan variasi skor pada setiap dimensi *psychological capital* dan *subjective well-being*. Pada *psychological capital*, diperoleh mean *hope* sebesar 18,36, *self-efficacy* sebesar 23,01, *resilience* sebesar 20,45, dan *optimism* sebesar 12,08. Sementara itu, pada *subjective well-being*, mean *life satisfaction* sebesar 25,36, *positive affect* sebesar 19,21, dan *negative affect* sebesar 17,08. Namun, nilai mean antardimensi tersebut tidak digunakan untuk menentukan dimensi yang paling dominan karena jumlah aitem dan rentang skor masing-masing dimensi berbeda. Selain itu, analisis regresi dalam penelitian ini menggunakan *psychological capital* sebagai konstruk keseluruhan sehingga hasil penelitian tidak menunjukkan besarnya kontribusi individual masing-masing dimensi terhadap *subjective well-being*.

Meskipun demikian, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kontribusi setiap dimensi *psychological capital* terhadap komponen *subjective well-being* tidak selalu seragam. Cao et al., (2024) menemukan bahwa *self-efficacy* secara signifikan memprediksi *life satisfaction*, tetapi tidak *positive affect* dan *negative affect*, sedangkan *hope* memprediksi *positive affect* tetapi tidak menunjukkan hubungan prediktif yang signifikan terhadap seluruh komponen *subjective well-being*. *Resilience* juga tidak menunjukkan prediksi yang signifikan terhadap ketiga komponen *subjective well-being*, sementara *optimism* memperlihatkan pola hubungan yang lebih konsisten. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan *psychological capital* dengan *subjective well-being* dapat berbeda ketika dianalisis pada tingkat dimensinya. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini menguji *psychological capital* sebagai konstruk keseluruhan sehingga belum dapat menentukan dimensi yang memberikan kontribusi prediktif paling kuat terhadap *subjective well-being*.

Dalam konteks pendidikan, temuan penelitian ini mendukung perkembangan kajian psikologi positif yang menempatkan sumber daya psikologis siswa sebagai salah satu aspek penting dalam memahami kesejahteraan di sekolah. Berbeda dengan sebagian penelitian terdahulu yang banyak dilakukan pada mahasiswa dan kelompok dewasa, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peran prediktif *psychological capital* juga relevan pada siswa sekolah menengah atas. Temuan tersebut menunjukkan pentingnya mempertimbangkan sumber daya psikologis internal siswa, selain tuntutan akademik dan faktor lingkungan, dalam memahami *subjective well-being* selama masa pendidikan menengah.

Secara praktis, temuan penelitian memberikan implikasi bagi upaya promotif kesehatan mental dan pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Psychological capital* dapat menjadi salah satu sumber daya psikologis yang diperhatikan dalam program pengembangan siswa melalui kegiatan yang membantu siswa menetapkan tujuan dan strategi pencapaiannya (*hope*), meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*), mengembangkan kemampuan beradaptasi ketika menghadapi kesulitan (*resilience*), serta membangun ekspektasi yang realistis dan positif terhadap masa depan (*optimism*). Penguatan sumber daya tersebut dapat dipertimbangkan dalam layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, maupun program pengembangan keterampilan psikologis siswa. Namun, karena penelitian ini menggunakan desain *ex post facto* dan tidak menguji suatu intervensi, hasil penelitian tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa program peningkatan *psychological capital* secara langsung menyebabkan peningkatan *subjective well-being*. Efektivitas program tersebut perlu diuji lebih lanjut melalui penelitian intervensi atau desain longitudinal.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological capital* berperan secara positif dan signifikan dalam memprediksi tingkat *subjective well-being* pada siswa sekolah menengah atas. Semakin tinggi *psychological capital* yang dimiliki siswa, semakin besar kecenderungan siswa berada pada kategori *subjective well-being* yang lebih tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa *psychological capital*, yang mencakup *hope*, *self-efficacy*, *resilience*, dan *optimism*, merupakan sumber daya psikologis positif yang relevan dalam memahami *subjective well-being* siswa di lingkungan pendidikan menengah.

Temuan penelitian perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan beberapa keterbatasan. Desain *ex post facto* tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat secara langsung karena tidak melibatkan manipulasi variabel dan kontrol eksperimental terhadap faktor lain yang mungkin berkaitan dengan *subjective well-being*. Selain itu, penggunaan teknik *non-probability sampling* dan pelaksanaan penelitian yang terbatas pada siswa di satu sekolah membatasi representativitas sampel, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas pada seluruh populasi siswa SMA. Oleh karena itu, temuan penelitian ini lebih tepat diinterpretasikan sebagai bukti hubungan prediktif antara *psychological capital* dan tingkat *subjective well-being* dalam konteks sampel yang diteliti.

SARAN

Berdasarkan temuan penelitian, sekolah dapat mempertimbangkan *psychological capital* sebagai salah satu sumber daya psikologis yang relevan dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling serta program promotif kesehatan mental siswa. Program dapat diarahkan pada kegiatan yang mendukung kemampuan siswa dalam menetapkan tujuan dan strategi pencapaiannya (*hope*), meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*), mengembangkan kemampuan beradaptasi ketika menghadapi kesulitan (*resilience*), serta membangun ekspektasi positif dan realistis terhadap masa depan (*optimism*). Namun, karena penelitian ini tidak menguji efektivitas suatu intervensi, penerapan program berbasis *psychological capital* perlu dikembangkan dan dievaluasi lebih lanjut untuk mengetahui efektivitasnya dalam mendukung *subjective well-being* siswa.

Berdasarkan keterbatasan penelitian, peneliti selanjutnya disarankan menggunakan *probability sampling* serta melibatkan responden dari beberapa sekolah atau wilayah yang berbeda agar sampel lebih representatif dan generalisasi temuan menjadi lebih luas. Mengingat penelitian ini menggunakan desain *ex post facto* yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat secara langsung, penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk memperoleh pemahaman yang lebih kuat mengenai arah hubungan antara *psychological capital* dan *subjective well-being*. Selain itu, penggunaan metode pengukuran yang lebih beragam dapat dipertimbangkan untuk melengkapi penggunaan *self-report* dan mengurangi potensi bias respons. Penelitian berikutnya juga dapat menganalisis dimensi *hope*, *self-efficacy*, *resilience*, dan *optimism* secara terpisah untuk mengetahui kontribusi prediktif masing-masing dimensi terhadap *subjective well-being*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar atas dukungan yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini. Apresiasi juga ditujukan kepada pihak sekolah, para guru, serta seluruh siswa yang telah berpartisipasi sebagai responden dan memberikan kontribusi sehingga penelitian dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih turut disampaikan kepada dosen pembimbing atas segala arahan, masukan, serta bimbingan yang diberikan selama proses penelitian hingga penyusunan dan penyelesaian artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afzal, A., Malik Najma, I., & Atta, M. (2014). The moderating role of positive and negative emotions in relationship between positive psychological capital and subjective well-being among adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 3(3), 29–42. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2014.687>
- Alwi, M. A., & Ramli, M. A. (2025). Model kesejahteraan mahasiswa dalam konteks budaya Indonesia: Peran modal psikologis dan dukungan keluarga. *Talenta*, 11(1). <https://doi.org/10.26858/talenta.v11i1.79010>
- Anhara, A., & Adriyanto, R. A. B. (2025). Pengaruh motivasi belajar terhadap peningkatan prestasi akademik siswa siswi SMA Global Indonesia School. *Jurnal Pengabdian Cendekia*, 1(2), 159–163. <https://doi.org/10.71417/jpc.v1i2.46>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research* (2nd ed.). Guilford Press.
- Cao, F., Zhang, L., Li, M., & Xie, Z. (2024). Subjective well-being among PhD students in mainland China: the roles of psychological capital and academic engagement. *Frontiers in Psychology*, 15, 1354451. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1354451>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2022). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Diener, E. (2009). *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Springer.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81–84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Dunn, T. J., Baguley, T., & Brunsden, V. (2014). From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399–412. <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Guo, S., Fu, H., & Guo, K. (2024). Effects of physical activity on subjective well-being: the mediating role of social support and self-efficacy. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1362816>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate Data Analysis* (8th ed.). Cengage.
- Hazan-Liran, B., & Walter, O. (2025). Potential relations between psychological capital, subjective well-being, and academic adjustment among students with learning disabilities: The value of academic support centres. *European Journal of Special Needs Education*, 40(2), 195–212. <https://doi.org/10.1080/08856257.2024.2351701>
- Joshi, A., Kale, S., Chandel, S., & Pal, D. K. (2015). Likert scale: Explored and explained. *British Journal of Applied Science & Technology*, 7(4), 396–403. <https://doi.org/10.9734/BJAST/2015/14975>
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Psychological Capital and Beyond*. Oxford University Press.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge*. Oxford University Press.
- Mahmoodaliloo, P., Talebi, B., & Khadivi, A. (2024). Explaining the lived experiences of school principals regarding the promotion of psychological capital of high school girls through promoting their health. *Journal of Education and Health Promotion*, 13. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1716_23
- Newman, A., Ucbasaran, D., Zhu, F., & Hirst, G. (2014). Psychological capital: A review and synthesis. *Journal of Organizational Behavior*, 35(S1), S120–S138.

<https://doi.org/10.1002/job.1916>

- Putri, Y. S. E., Wardani, I. Y., Fitria, D., Mahraniy, M., & Lekdamrongkul, P. (2025). Hubungan antara modal psikologis dan kesejahteraan subjektif di kalangan remaja asrama. *Jurnal Praktik Keperawatan*, 9(1), 44–52. <https://doi.org/10.30994/jnp.v9i1.665>
- Sun, Y. (2025). Psychological capital and subjective well-being: A multi-mediator analysis among rural older adults. *BMC Psychology*, 13, 315. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02407-7>
- Susanti, R., Ikhwanisifa, I., & Maretih, A. K. E. (2023). Peran psychological capital dan spirituality dalam meningkatkan subjective well-being mahasiswa dan dampaknya terhadap academic achievement. *Jurnal Psikologi*, 19(1). <https://doi.org/10.24014/jp.v19i1.18869>
- Sweetman, D., & Luthans, F. (2010). *The power of positive psychology: Psychological capital and work engagement BT - Work Engagement: A Handbook of Essential Theory and Research* (pp. 54–68). Psychology Press.
- Tazkia, H. A., & Darmiyanti, A. (2024). Perkembangan sosial emosional anak usia dasar di lingkungan sekolah. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 8–18. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i3.557>
- Yin, J., Chen, M., & Liu, S. (2018). Study on the relationship between psychological capital and subjective well-being of college students with financial difficulties. *International Journal of New Developments in Engineering and Society*, 2(2), 87–92. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210121.109>