

**HUBUNGAN ANTARA PARTISIPASI KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SEKOLAH DAN HARGA DIRI DENGAN
KEBAHAGIAAN REMAJA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

disusun oleh:

Fathonah Salima Faza

NIM 22107010046

Dosen Pembimbing Skripsi:

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 19861214 201903 1 009

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2026

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1922/Un.02/DSH/PP.00.9/06/2026

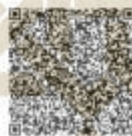
Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA PARTISIPASI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER
SEKOLAH DAN HARGA DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN REMAJA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FATHONAH SALIMA FAZA
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010046
Telah diujikan pada : Jumat, 08 Mei 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: ba1074896e64



Penguji I
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: ba1075984ad4b



Penguji II
Mayreyna Nurwandani, S.Psi., M.Psi.
SIGNED

Valid ID: ba1075486321a

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 08 Mei 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: ba10761334003

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fathonah Salima Faza

NIM : 22107010046

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Hubungan Antara Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja" merupakan karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah dicantumkan dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 28 April 2026



Fathonah Salima Faza
NIM. 22107010046

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan melakukan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing menyatakan skripsi saudara:

Nama : Fathonah Salima Faza
NIM : 22107010046
Program Studi : Psikologi
Judul : Hubungan Antara Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah Dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Remaja

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Psikologi. Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 27 April 2026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pembimbing

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 19861214 201903 1 009

INTISARI

Remaja berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap berbagai permasalahan psikologis dan sosial akibat perubahan fisik, emosional, serta tuntutan lingkungan yang semakin kompleks. Kondisi tersebut dapat memengaruhi tingkat kebahagiaan remaja yang ditunjukkan melalui munculnya emosi negatif, rendahnya motivasi belajar, kurangnya keterlibatan sosial, serta rendahnya harga diri. Kegiatan ekstrakurikuler dapat membantu mengembangkan kemampuan sosial dan potensi diri, sedangkan harga diri yang positif dapat meningkatkan rasa percaya diri serta kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri dengan kebahagiaan remaja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 282 remaja dari dua SMAN di Yogyakarta menggunakan teknik *convenience sampling* dalam penentuan sampel. Instrumen yang digunakan yaitu skala partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah, *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ), dan *Rosenberg's Self-Esteem Scale* (RSES). Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan, partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan dengan nilai signifikansi $p < 0.001$ dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.519 yang menunjukkan bahwa kedua variabel bebas mampu menjelaskan 51,9% variasi kebahagiaan.

Kata kunci: kebahagiaan remaja, kegiatan ekstrakurikuler, harga diri, siswa SMA

ABSTRACT

Adolescents are in a developmental phase that is vulnerable to various psychological and social problems due to physical and emotional changes, as well as increasingly complex environmental demands. These conditions can affect adolescents' happiness levels, as evidenced by the emergence of negative emotions, low motivation to learn, lack of social engagement, and low self-esteem. Extracurricular activities can help develop social skills and self-potential, while positive self-esteem can increase self-confidence and psychological well-being. This study aims to determine the relationship between participation in school extracurricular activities and self-esteem, with adolescent happiness. The study used a quantitative approach with a correlational method, with a sample of 282 adolescents from two high schools in Yogyakarta using a convenience sampling technique. The instruments used were the school extracurricular activity participation scale, the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), and the Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSES). The results showed that simultaneously, participation in school extracurricular activities and self-esteem significantly influenced happiness, with a significance value of $p < 0.001$ and a coefficient of determination (R^2) of 0.519, indicating that the two independent variables were able to explain 51.9% of the variation in happiness.

Keywords: adolescent happiness, extracurricular activities, self-esteem, high school students

MOTTO

Jangan menunda sesuatu untuk dikerjakan, jangan tunda, jangan tunda

-Terlambat, Adera

Setiap orang punya journey nya masing-masing

-Indra Jegel



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada Kedua orang tua saya, kakak-kakak saya,
dan keluarga besar saya.

Teman-teman seperjuangan (Annisa dewi, sastya, vani, amel, bita)

Semua pihak yang sudah mendukung dan membantu atas selesainya skripsi ini.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah dan Harga Diri dengan Kebahagiaan Remaja” dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia menuju jalan yang penuh ilmu pengetahuan dan kebaikan.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu dr. Murtafiqoh Hasanah, Sp.S., dan Bapak Johan Nasrul Huda, S.Psi., M.Si., PhD., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan dan dukungan selama perkuliahan ini.

4. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan arahan, masukan dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan arahan, masukan dalam penyusunan skripsi.
7. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama masa perkuliahan. Pak setiyono dan ibu-ibu kantin sorga fishum atas segala bentuk dukungan dan motivasi yang selalu mendukung dan meyakinkan bahwa saya bisa.
8. Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Kepala sekolah, guru, serta siswa-siswi SMAN 6 dan 8 Yogyakarta sebagai tempat penelitian yang telah membantu dan berpartisipasi dalam proses pengambilan data sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
10. Untuk orang tua, kakak-kakak ku, yang sudah membantu menyukseskan pendidikan anak bungsu ini sampai sekarang. Jasa kalian abadi di hati penulis. Keponakan-keponakan yang menjadi penyemangat dan penghibur.
11. Para sobat perantau (sastya, amel, vani, bita) yang sudah saling dukung, saling bantu, terima kasih sudah mau berbagi kos dengan kunjungan yang sering dari warlok/akamsi ini. Annisa R dewi yang sudah tumbuh bersama

sejak pengumuman sbmptn, serta teman-teman psikologi angkatan 2022 yang sudah mewarnai kehidupan kuliah.

12. Teman sekolah dasar, Kaisa frida terima kasih sudah hadir, membantu, menemani, serta menjadi tempat berbagi cerita dan sambat tentang kehidupan selama ini.

13. Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini. Setiap bantuan, dukungan, dan kebaikan yang diberikan sangat berarti bagi penulis.

14. Terima kasih kepada orang-orang yang pernah hadir dan menjadi bagian dalam kehidupan penulis, yang telah memberikan dukungan, pelajaran, serta pengalaman hidup yang berarti selama proses perjalanan penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 13 Mei 2026

Penulis

Fathonah Salima Faza

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMPIMBING	iv
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	11
BAB II DASAR TEORI.....	25
A. Kebahagiaan.....	25
B. Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler.....	33
C. Harga Diri	35
D. Dinamika Hubungan Antara Variabel	38
E. Hipotesis.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Desain Penelitian.....	43
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	43
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
D. Populasi dan Sampel.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data.....	46
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	47

G. Teknik Analisis Data	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Orientasi Kancan	52
B. Persiapan Penelitian	52
C. Pelaksanaan Penelitian	58
D. Hasil Penelitian	59
E. Pembahasan	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	85



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 4.1 Distribusi Aitem Alat Ukur Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Sebelum Digugurkan.....	55
Tabel 4.2 Distribusi Aitem Alat Ukur Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler Setelah Digugurkan.....	55
Tabel 4.3 Distribusi Aitem Alat Ukur Kebahagiaan Sebelum Digugurkan.....	56
Tabel 4.4 Distribusi Aitem Alat Ukur Kebahagiaan Setelah Digugurkan	57
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas.....	58
Tabel 4.6 Data Demografi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Tabel 4.7 Data Demografi Subjek Berdasarkan Usia	60
Tabel 4.8 Data Demografi Subjek Berdasarkan Kegiatan Ekstrakurikuler	61
Tabel 4.9 Deskripsi Hipotetik dan Empirik	61
Tabel 4.10 Norma Kategorisasi.....	62
Tabel 4.11 Kategorisasi Kebahagiaan.....	62
Tabel 4.12 Kategorisasi Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler.....	63
Tabel 4.13 Kategorisasi Harga diri	63
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 4.15 Hasil Uji Multikolinearitas.....	65
Tabel 4.16 Hasil Uji Heterokedastisitas.....	66
Tabel 4.17 Model Fit Measures	66
Tabel 4.18 Model Comparison.....	67
Tabel 4.19 Model Spesific Results.....	68
Tabel 4.20 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Hasil Preliminary Research Kebahagiaan.....	4
Gambar 2.1 Dinamika Hubungan Partisipasi Kegiatan Ekstrakurikuler dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan.....	41
Gambar 4.1 Grafik Residual Plot.....	64



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja berada pada fase perkembangan yang penuh dengan perubahan dan tantangan, baik dari segi aspek fisik maupun cara berpikir dan hubungan sosial (Santrock, 2011). Usia pada fase masa remaja dimulai antara 12 hingga 15 tahun dan berakhir antara 18 hingga 21 tahun. Pada fase ini mulai mengenal siapa dirinya, belajar menjalin pergaulan dalam kehidupan sosial, dan mencoba menemukan tujuan hidupnya. Kebahagiaan menjadi salah satu indikator penting kesejahteraan psikologis remaja karena dapat memengaruhi kesehatan mental, motivasi belajar, hingga hubungan sosial (Tanjung et al., 2023).

Dalam konteks pendidikan, siswa SMA berada pada masa perkembangan yang dihadapkan pada berbagai tantangan yang kompleks, mulai dari tekanan akademis, proses pencarian identitas diri, hingga dinamika interaksi sosial (Fadly & Islawati, 2024). Diener et al. (2018) menjelaskan bahwa kebahagiaan atau subjective well-being pada remaja sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososial sehari-hari, sehingga tekanan akademik, dinamika pertemanan, serta lingkungan sekolah yang tidak suportif dapat menurunkan kebahagiaan mereka. Jika tantangan-tantangan ini tidak diatasi secara tepat, maka dapat menghambat pencarian identitas diri dan menurunkan kesejahteraan emosional mereka.

Dalam hal ini, sekolah berperan penting bukan hanya sebagai tempat pencapaian akademik, tetapi juga sebagai ruang yang memfasilitasi partisipasi sosial melalui kegiatan ekstrakurikuler dan interaksi positif yang dapat membentuk karakter siswa dalam membangun sikap dan perilaku positif (Nehru, 2024). Pada tahap ini, remaja mulai menjalin relasi yang lebih erat, mencari penerimaan sosial, serta berkonformitas terhadap norma kelompok sebagai bagian dari proses pembentukan identitas diri (Rambe & Santosa, 2023). Dalam proses sosialisasi, remaja biasanya menyesuaikan diri dengan norma kelompok sebaya demi mendapatkan penerimaan dan pengakuan sosial. Sehingga kemampuan remaja untuk membangun relasi yang sehat sekaligus berkonformitas secara positif dengan teman seusianya menjadi salah satu faktor penting yang mendukung kebahagiaan di lingkungan sekolah (Sanjaya, 2024).

Remaja yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah umumnya menunjukkan berbagai indikator psikologis dan sosial, seperti munculnya perasaan sedih berkepanjangan, rendahnya semangat dalam menjalani aktivitas, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, rendahnya rasa percaya diri, serta dominasi emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari (Rodhiyah & Djuwita, 2023). Kondisi tersebut berkaitan dengan aspek-aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Hills dan Argyle, yaitu kepuasan hidup, efikasi diri, pola pikir positif, keceriaan, hubungan sosial yang positif, serta harga diri (Hills & Argyle, 2002). Ketika aspek-aspek tersebut tidak berkembang secara optimal, maka individu cenderung

mengalami penurunan kesejahteraan psikologis dan kesulitan dalam mencapai kebahagiaan.

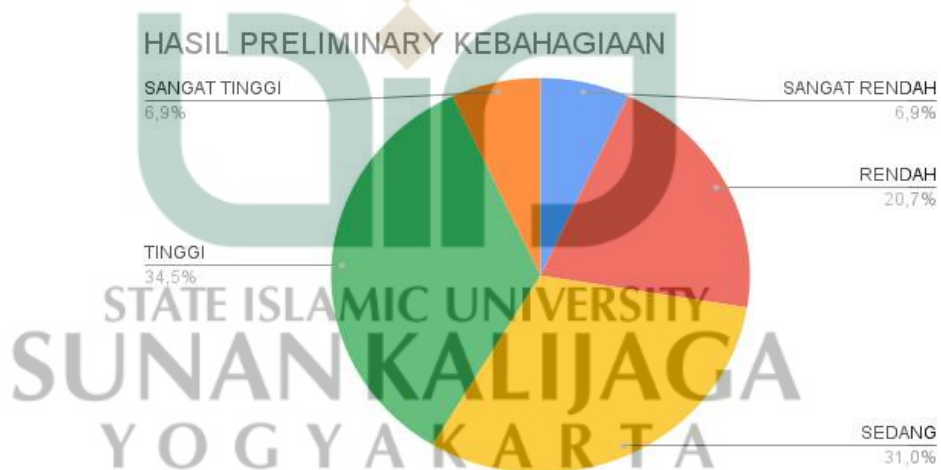
Selain itu, kondisi ketidakbahagiaan pada remaja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan psikologis maupun akademik siswa. Remaja yang tidak bahagia lebih rentan mengalami stres, kecemasan, kesepian, serta penurunan motivasi belajar yang pada akhirnya dapat memengaruhi prestasi akademik dan kualitas hubungan sosialnya (Salsabila & Hermina, 2024). Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat menghambat proses pembentukan identitas diri dan perkembangan kesejahteraan psikologis remaja. Sebaliknya, remaja yang memiliki kebahagiaan tinggi cenderung lebih mampu membangun hubungan sosial yang sehat, memiliki harga diri positif, serta lebih aktif dalam berbagai kegiatan sosial di sekolah (Baltacı & Akbulut, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Anas & Umar (2021) menunjukkan bahwa mayoritas siswa sebesar 62,33% berada pada kategori cukup bahagia, sedangkan hanya 19,70% yang merasa sangat bahagia, dan sekitar 20% lainnya merasa kurang atau tidak bahagia. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan remaja di sekolah masih belum optimal, karena sebagian dari mereka belum sepenuhnya memiliki perasaan yang positif, rasa memiliki makna, serta relasi sosial yang harmonis di lingkungan sekitarnya (Azizah, 2013). Penelitian Nguyen & Nhan (2024) menunjukkan bahwa hanya sedikit siswa yang merasa sangat bahagia dan sebagian besar

berada pada kategori sedang yang dipengaruhi oleh tingginya tekanan akademik serta rendahnya keterlibatan sosial siswa di lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil *preliminary research* yang telah dilaksanakan di dua SMA Negeri di Yogyakarta mengungkapkan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan tingkat kebahagiaan sangat rendah hingga sedang. Di sisi lain, terdapat beberapa siswa berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Dari 30 siswa yang mengisi kuesioner, dua orang atau 6,9% berada dalam kategori sangat rendah, enam orang atau 20,7% dalam kategori rendah, dan sembilan orang atau 31% dalam kategori sedang. Berikut diagram hasil *preliminary research*:

Gambar 1.1 Hasil Preliminary Research Kebahagiaan



Relasi pertemanan bukan sekadar menjadi sarana interaksi sosial, tetapi juga memberikan dukungan emosional, rasa memiliki, dan kesempatan untuk melatih keterampilan sosial yang penting bagi kesejahteraan psikologis (Dungga & Zainuddin, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa kualitas pertemanan yang positif memiliki kaitan erat

dengan kesejahteraan psikologis remaja, sementara hubungan pertemanan yang negatif justru dapat meningkatkan risiko stres (Zahro et al., 2025). Kesehatan mental remaja kini menjadi isu serius, terutama karena prevalensi depresi terus meningkat. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan 2% remaja usia 15–24 tahun mengalami depresi.

Kondisi tersebut menegaskan pentingnya dukungan sosial di sekolah, di mana partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dapat membantu meningkatkan kebahagiaan sekaligus memperkuat kesehatan mental remaja (Naorem & Meitei, 2023). Pendidikan menengah atas (SMA) berperan dalam perkembangan sosial dan emosional remaja. Siswa SMA biasanya menghabiskan sekitar delapan jam setiap hari di sekolah, sehingga sekolah tidak hanya menjadi tempat belajar pelajaran akademik, tetapi juga menjadi ruang untuk berinteraksi sosial yang sangat memengaruhi kesejahteraan mereka (Marsyanda & Hastuti, 2024). Sekolah menjadi salah satu tempat utama untuk memahami kebahagiaan remaja, karena di dalamnya terjadi interaksi dengan teman sebaya, hubungan dengan guru, serta keterlibatan dalam beragam aktivitas sosial (Umar & Masnawati, 2024).

Idealnya, remaja merasakan kebahagiaan ketika berada di lingkungan sekolah yang mampu mendukung kesejahteraan emosional mereka, yaitu melalui hubungan sosial yang positif serta keterlibatan aktif dalam berbagai kegiatan sosial di sekolah (Oberle, 2018). Penelitian Lesinskienė et al (2025) menunjukkan bahwa remaja akan lebih bahagia

ketika berada di lingkungan sekolah yang aman, suportif, dan mendorong hubungan positif dengan teman sebaya. Kebahagiaan remaja dapat berkembang secara optimal ketika mereka merasa diterima secara sosial, aktif terlibat dalam kegiatan sekolah, dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, di mana sekolah berperan tidak hanya sebagai tempat belajar akademik, tetapi juga sebagai ruang pengembangan sosial dan emosional yang menumbuhkan rasa percaya diri serta kebersamaan di antara siswa (Baltacı & Akbulut, 2021).

Kesenjangan tersebut menunjukkan bahwa masih ada faktor psikologis dan sosial yang belum sepenuhnya mendukung kebahagiaan remaja, terutama terkait partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dan tingkat harga diri mereka. Penelitian Julianto et al. (2020) menemukan bahwa harga diri berhubungan positif secara signifikan dengan kebahagiaan, di mana remaja dengan harga diri tinggi cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Faktor internal seperti harga diri dan faktor eksternal seperti keterlibatan sosial saling melengkapi dalam membentuk kebahagiaan remaja (Choi & Choi, 2021). Namun, di lingkungan sekolah kedua aspek ini sering kali belum berjalan seimbang karena masih banyak siswa yang kurang partisipasi dalam kegiatan sosial dan belum memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, sehingga kebahagiaan mereka belum mencapai tingkat yang optimal (Ying et al., 2019). Diperlukan lebih banyak penelitian untuk memahami bagaimana partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dan

harga diri berkontribusi bersama terhadap kebahagiaan remaja sekolah menengah atas, agar dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif serta menjadi dasar intervensi pendidikan yang mendukung kesejahteraan psikologis atau kebahagiaan siswa.

Teori kebahagiaan yang mendasari penelitian ini adalah teori dari Argyle (2001). Teori ini dipilih karena dianggap paling lengkap dalam menjelaskan kebahagiaan sebagai bentuk emosi positif yang mencakup rasa senang, kepuasan hidup, dan rendahnya tingkat emosi negatif seperti depresi serta kecemasan. Argyle (2001) juga menegaskan bahwa kebahagiaan identik dengan *subjective well-being* (SWB), yaitu kondisi psikologis yang stabil ketika seseorang menilai hidupnya secara positif, baik dari segi perasaan maupun kepuasan hidup secara keseluruhan.

Menurut Argyle (2001), kebahagiaan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu hubungan sosial, kegiatan waktu luang, kesehatan, kepribadian, serta agama dan spiritualitas. Berdasarkan faktor-faktor tersebut, kemudian Hills & Argyle (2002) mengembangkan beberapa aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup, efikasi, ramah/empati, pola pikir positif, kesejahteraan hidup, keceriaan, dan harga diri. Pada penelitian ini, peneliti akan mengangkat mengenai hubungan partisipasi kegiatan ekstrakurikuler yang menurut Naorem & Meitei (2023) mendukung kebahagiaan. Diperkuat oleh Garaigordobil (2015) yang menyatakan bahwa keterampilan sosial berhubungan positif dengan kebahagiaan remaja. Di sisi lain, peneliti juga

meninjau dari aspek harga diri yang menurut Yap et al. (2022) memiliki korelasi positif dengan kebahagiaan.

Partisipasi dalam hubungan sosial merupakan salah satu faktor kebahagiaan menurut Argyle (2001). Salah satu bentuk dari partisipasi sosial di lingkungan sekolah dapat terlihat melalui kegiatan ekstrakurikuler sekolah. Partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai bentuk keterlibatan siswa dalam kegiatan sosial di sekolah. Dalam hal ini, siswa tidak hanya mengembangkan kemampuan sosial, emosional, dan kognitif, tetapi juga belajar berbagai keterampilan penting dalam hidup (Patle, 2024). Keterlibatan aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri, menumbuhkan harga diri, serta memperkuat hubungan sosial antar siswa di lingkungan sekolah (Sonule, 2024).

Pada remaja di sekolah, hubungan sosial banyak terbentuk melalui partisipasi dalam berbagai kegiatan seperti organisasi, ekstrakurikuler, atau aktivitas sosial lain yang memungkinkan mereka untuk berinteraksi dan bekerja sama (Ivaniushina et al., 2015). Kebahagiaan dapat tumbuh ketika individu benar-benar masuk dan menikmati aktivitas yang dijalani, sekaligus membentuk hubungan sosial yang erat dengan orang lain, di mana dukungan yang kuat dan ikatan emosional memungkinkan individu merasa aman, dihargai, dan lebih bahagia (Haviza et al., 2025).

Perasaan dihargai yang membuat remaja memiliki harga diri positif merupakan salah satu aspek dari kebahagiaan menurut Hills & Argyle

(2002). Harga diri merupakan cara individu menilai dan menghargai diri yang menunjukkan seberapa besar ia menerima dan melihat nilai dalam dirinya (Hepper, 2023). Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung memiliki pandangan baik terhadap dirinya. Mereka juga cenderung lebih percaya diri dalam hubungan dengan individu lain dan dapat menghadapi stres dengan baik, pada akhirnya berkontribusi pada kebahagiaan mereka (Saidah & Herdajani, 2024). Harga diri berperan besar dalam membangun emosi positif dan pandangan diri yang sehat, akhirnya dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang (Julianto et al., 2020).

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri dengan kebahagiaan remaja?

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara partisipasi kegiatan ekstrakurikuler dan harga diri dengan kebahagiaan pada remaja.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi kemajuan penelitian di bidang psikologi, khususnya psikologi sosial dan perkembangan. Terutama tentang hubungan antara

partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dan harga diri dengan kebahagiaan remaja.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, membantu meningkatkan harga diri, serta mengembangkan kemampuan dalam mengenali dan menghargai potensi diri yang dimiliki.

b) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam mengembangkan serta meningkatkan kualitas kegiatan ekstrakurikuler sebagai sarana pendukung pembentukan karakter, peningkatan harga diri, dan kebahagiaan remaja di lingkungan sekolah.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian lebih lanjut mengenai berbagai faktor lain yang memengaruhi kebahagiaan remaja.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No .	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek & Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1	Toney Naorem & Chingakham Ibohal Meitei (Naorem & Meitei, 2023) https://doi.org/10.55908/sdgs.v11i6.1242	Relationship Between Happiness and Extracurricular Activities Among High School Students	2023	Positive Psychology (Flow Theory Csikszentmihalyi, 1975; Subjective Well-being (Diener, 1984)	Kuantitatif, cross-sectional survey	<i>Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale</i> (WEMWBS) (Tennant et al 2007; Ryan & Deci, 2001; Keyes, 2002).	503 siswa SMA (sekolah campuran, khusus putra, khusus putri) di India	Aktivitas ekstrakurikuler berhubungan positif dengan <i>well-being</i> . <i>Well-being</i> siswa putra lebih tinggi daripada putri.

2	Adem Kaya, Hüseyin Fatih Küçükibiş, Burhan Özkurt (Kaya et al., 2022) https://doi.org/10.29329/epasr.2022.461.6	The Relationship Between the Levels of Social Support That Middle and High School Students Receive during Physical Activities and Their Happiness	2022	Social Support Theory (Cohen & Wills, 1985); Subjective Well-being (Diener, 1984)	Kuantitatif, survey	<i>Social Support Scale for Physical Activities</i> (SSSPA) (Cohen & Wills, 1985); Happiness Scale (Demirci & Ekşi, 2018)	460 siswa SMP & SMA di Turki (Samsun, Rize, Erzurum)	Dukungan sosial dari orang tua & teman saat aktivitas fisik meningkatkan kebahagiaan. Dukungan teman lebih tinggi dari orang tua. Siswa SMP melaporkan dukungan & kebahagiaan lebih tinggi dibanding SMA.
---	---	---	------	---	---------------------	---	--	---

3	Hsin-Yu An, Wei Chen, Cheng-Wei Wang, Hui-Fei Yang, Wan-Ting Huang, Sheng-Yu Fan (Chen et al., 2020) https://doi.org/10.3390/ijerph17134817	The Relationships between Physical Activity and Life Satisfaction and Happiness among Young, Middle-Aged, and Older Adults	2020	Subjective Well-being (Diener), Quality of Life & Physical Activity Theory (IPAQ framework)	Kuantitatif, cross-sectional	International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) (Diener, 1984; Lyubomirsky & Lepper, 1999); Single item Life Satisfaction & Happiness scale (Diener, 1984; Lyubomirsky & Lepper, 1999).	2.345 dewasa sehat di Taiwan (18 tahun ke atas)	Aktivitas fisik moderat–tinggi berhubungan dengan kepuasan hidup & kebahagiaan lebih tinggi pada semua kelompok umur. Hubungan berbentuk kurvilinear antara usia dengan kebahagiaan & kepuasan hidup.
4	Nesi (Nesi, 2022) https://doi.org/10.54957/ijhs.v2i1.146	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebahagiaan pada Masa Pandemi COVID-19	2022	<i>Life satisfaction theory</i> (Diener, 1984); <i>Subjective happiness</i> (Lyubomirsky & Lepper, 1999); Physical Activity Theory (IPAQ framework)	Kuantitatif, cross-sectional	<i>International Physical Activity Questionnaire</i> (IPAQ) (Diener, 1984; Lyubomirsky & Lepper, 1999), <i>Subjective Happiness Scale</i> (SHS)	115 dewasa muda di Jakarta dengan rentang usia 17–27 tahun.	Aktivitas fisik tinggi berkaitan dengan kebahagiaan lebih tinggi.

						(Lyumbomirsky & Lepper, 1999)		
5	Marsyanda & Rahmah Hastuti (Marsyanda & Hastuti, 2024) https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.230	Hubungan Sense of School Belonging dan Kebahagiaan pada Siswa SMA	2023	<i>Self-Determination Theory</i> (Deci & Ryan, 2000)	Kuantitatif, korelasional	<i>Psychological Sense of School Membership</i> (PSSM) (Goodenow, 1993); <i>Oxford Happiness Scale</i> (Hills & Argyle, 2002).	228 siswa SMA Negeri X, Tangerang Selatan	Terdapat korelasi positif yang signifikan antara rasa memiliki di sekolah dan perasaan bahagia.
6	Afrida Assadilla Henisa, Zuhdiyah & Fajar Tri Utami (Henisa et al., 2021)	Hubungan antara Kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan pada Remaja di SMA Aziziah Palembang	2021	Character Strengths PERMA (Peterson & Seligman).	Kuantitatif korelasional	Skala kekuatan karakter (Peterson & Seligman (2004) (virtues & strengths) dan skala kebahagiaan berdasar aspek	152 siswa kelas 10–12 SMA Aziziah Palembang dengan usia rata-rata 16–18 tahun.	Terdapat hubungan positif sedang hingga kuat dan signifikan antara kekuatan karakter dan kebahagiaan.

	https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i3.11376					Seligman (PERMA).		
7	Amherstia Pasca Rina, Herlan Pratikto, Ricky Alejandro Martin, & Reysha Zhulfirda Anggara Dewa. (Rina et al., 2022) https://doi.org/10.28926/briliant.v7i2.931	Hubungan Antara Persepsi Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja	2022	Self-Perception Theory (Bem) & PERMA (Seligman)	Kuantitatif korelasional, cross-sectional	Skala persepsi diri (Robbins, 2007); skala kebahagiaan disusun oleh peneliti berdasarkan teori Seligman (PERMA)	306 remaja usia 12-21 tahun di Surabaya.	Terdapat korelasi positif signifikan antara harga diri dan kebahagiaan.

8	Faikha & Najma Zahidah (Faikha & Zahidah, 2025) https://doi.org/10.58578/alsys.v5i4.6005	Pengaruh Frekuensi Ibadah Harian terhadap Kebahagiaan Siswa Muslim SMP Al-Khairiyah Jakarta Utara	2025	Teori <i>Well-being</i> Islami & Kebahagiaan (Hills & Argyle, 2002)	Kuantitatif, <i>cross-sectional</i>, regresi linier sederhana	Skala Frekuensi Ibadah Harian (adaptasi Putri, 2024), <i>Oxford Happiness Questionnaire</i> (OHQ) (Hills & Argyle, 2002)	Siswa SMP Al-Khairiyah, Jakarta Utara yang beragama islam berjumlah 60	Frekuensi beribadah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan.
---	---	--	------	--	--	---	---	--

9	Adinda Nasha Ayu Febrianthi, Supriyadi (Febrianthi & Supriyadi, 2021) https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i2.24605	Apakah Perbandingan Sosial Dalam Menggunakan Instagram Berperan Terhadap Kebahagiaan Remaja?	2020	Perbandingan sosial (Festinger, 1954) & Kebahagiaan (Hills & Argyle, 1998).	Kuantitatif, korelasional	Skala Oxford <i>Happiness Questionnaire</i> (OHQ) oleh Hills dan Argyle (2002), Skala <i>Iowa-Netherlands Comparison Orientation Scale</i> (INCOM) (Gibbons & Buunk, 1999); Skala Penggunaan Instagram (Ajzen & Fishbein, 2005).	437 mahasiswa S1 Universitas X.	Perbandingan sosial bersama penggunaan Instagram hanya dapat memprediksi kebahagiaan sebesar 7,72%. Peran perbandingan sosial yang signifikan hanya sebagai prediktor mandiri terhadap kebahagiaan.
---	--	---	------	--	----------------------------------	---	--	--

10	Jennifer A. Fredricks & Jacquelynne S. Eccles (Fredricks & Eccles, 2010) https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00627.x	Breadth of Extracurricular Participation and Adolescent Adjustment Among African-American and European-American Youth	2010	Positive Youth Development & Teori Perkembangan Remaja	Longitudinal (3 gelombang: kelas 8, 11, & pasca SMA), regresi multivariat	Partisipasi ekstrakurikuler (7 jenis aktivitas), GPA, ekspektasi pendidikan, status pendidikan, self-esteem, depresi, perilaku internalisasi-eksternalisasi, penggunaan alkohol/ganja, civic engagement.	1.075 siswa kelas 11.	Partisipasi yang lebih luas dalam berbagai kegiatan dikaitkan dengan peningkatan prestasi akademik, penurunan risiko perilaku berbahaya, serta peningkatan keterlibatan sosial.
----	--	---	------	--	---	--	-----------------------	---

11	Alice Saidah & Febi Herdajani (Saidah & Herdajani, 2024) https://doi.org/10.37817/PsikologiKreatifInovatif	Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dan Harga Diri Dengan Kebahagiaan Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 30 Jakarta	2024	Kebahagiaan (Seligman, 2005, 2006); Kualitas Persahabatan (Berndt, 2002; Parker & Asher, 1993; Bukowski, 1998); Harga Diri Coopersmith (1967).	Kuantitatif korelasional	Skala kebahagiaan (Seligman, 2005); Kualitas persahabatan (Bukowski, 1998); Harga diri (Coopersmith, 1967)	Siswa SMA Negeri 30 Jakarta yang duduk di kelas XI dengan jumlah 280	Terdapat korelasi positif signifikan antara kualitas persahabatan yang baik dan harga diri dengan tingkat kebahagiaan siswa.
----	--	--	------	--	--------------------------	--	--	--

12	Vita Safinah, Marsofiyati, & Nadya Fadillah Fidhyallah (Safinah et al., 2023) https://doi.org/10.54443/sibati.k.v2i2.568	Hubungan Harga Diri Dan Dukungan Sosial Dari Orang Tua Dengan Kematangan Karir Mahasiswa	2023	Kematangan karir (Super, 2020; Sharf, 2021; Crites, 2017); Harga Diri (Coopersmith, 2018; Felker, 2019; Baron & Byrne, 2019); Dukungan Sosial dari Orang Tua (Sarason, 2021; Sarafino, 2018; Kail & Cavanaugh, 2018)	Kuantitatif korelasional	Skala Kematangan karir (Super, 2020; Sharf, 2021; Crites, 2017); Skala Harga Diri (Coopersmith, 2018; Felker, 2019; Baron & Byrne, 2019); Skala Dukungan Sosial dari Orang Tua (Sarason, 2021; Sarafino, 2018; Kail & Cavanaugh, 2018)	Mahasiswa sejumlah 213 dari angkatan 2018 Fakultas Ekonomi UNJ dengan jenjang sarjana.	Terdapat hubungan positif antara harga diri serta dukungan sosial dari orang tua dengan kematangan karir siswa. Selain itu, terdapat pengaruh yang bermakna dari gabungan harga diri dan dukungan sosial terhadap perkembangan karir.
----	--	---	------	---	---------------------------------	---	---	--

13	Yeniar Indriana & Muhammad Dzikron Fadhlurrohman (Indriana & Fadhlurrohman, 2024) https://doi.org/10.24176/perseptual.v9i1.10771	Hubungan antara Harga Diri dan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi Siswa SMA	2024	Motivasi Berprestasi (McClelland, 1987); Harga Diri (Coopersmith, 1967); Kepercayaan Diri (Lauster, 2006)	Kuantitatif korelasional	Skala Motivasi Berprestasi (McClelland, 1987); Skala Harga Diri (Coopersmith, 1967); Skala Kepercayaan Diri (Lauster, 2006)	100 siswa SMA Negeri 2 Majalengka	Terdapat hubungan positif antara harga diri serta dukungan sosial dari orang tua dengan kematangan karir siswa. Selain itu, terdapat sumbangan yang berarti dari perpaduan rasa percaya diri dan dukungan sosial terhadap perkembangan karir.
14	Janice Nathania Adiwijaya, Fiona Felita, Alifiati Fitrikasari, Widodo Sarjana A. S., & Titis Hadiati	The Relationship between Self-Esteem and Anxiety Levels in Final-year	2024	Harga Diri (Rosenberg, 1965); <i>Biopsychosocial and Cognitive Theory of Anxiety</i> (Kaplan &	Kuantitatif korelasional	Skala <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSES) (Rosenberg, 1965); <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i>	226 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (angkatan 2018) dengan	Harga diri memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa, terutama pada masa dewasa muda

	(Adiwijaya et al., 2024) https://doi.org/10.14710/dimj.v5i1.22515	Medical Students		Sadock, 2015; Stuart, 2013).	(ZSAS) (Zung, 1971)	rentang usia 18-25 tahun.	yang sarat tekanan akademik.
--	---	------------------	--	------------------------------	---------------------	---------------------------	------------------------------



Berdasarkan pembahasan literatur sebelumnya, peneliti menyimpulkan hal-hal berikut mengenai topik penelitian, teori yang digunakan, instrumen pengukuran, dan subjek penelitian.

1. Keaslian Topik

Belum ada penelitian sebelumnya yang meneliti secara langsung seperti variabel yang peneliti gunakan. Variabel bebas yaitu partisipasi kegiatan ekstrakurikuler dan harga diri, variabel terikat atau tergantung kebahagiaan. Pada penelitian Saidah & Herdajani (2024) mengaitkan antara harga diri dengan kebahagiaan. Di sisi lain, penelitian yang telah dilakukan Naorem & Meitei (2023) mengaitkan antara partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dengan kebahagiaan.

2. Keaslian Teori

Grand theory pada variabel kebahagiaan dalam penelitian ini menggunakan teori dari Hills & Argyle (2002) sama seperti teori yang digunakan dalam penelitian Faikha & Zahidah (2025); Febrianthi & Supriyadi (2021). Pada variabel harga diri menggunakan teori dari Rosenberg et al. (1989) seperti halnya teori yang digunakan dalam penelitian Adiwijaya et al. (2024). Variabel partisipasi kegiatan ekstrakurikuler menggunakan teori dari Suryosubroto (1997).

3. Keaslian Alat Ukur

Variabel kebahagiaan diukur menggunakan Oxford *Happiness Questionnaire* (OHQ) yang disusun oleh Hills & Argyle (2002) kemudian

di adaptasi menggunakan bahasa indonesia oleh Rahmawati et al. (2017) sama seperti penelitian dari Faikha & Zahidah (2025); Febrianthi & Supriyadi (2021). Variabel harga diri diukur menggunakan *Rosenberg's Self-Esteem Scale* (RSES) berdasarkan teori Rosenberg et al. (1989) yang sudah diadaptasi dalam bahasa indonesia oleh Alwi & Razak (2022). Partisipasi kegiatan ekstrakurikuler diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori Suryosubroto (1997).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Remaja SMA digunakan sebagai subjek penelitian dalam penelitian ini yang memiliki kesamaan dengan penelitian Fredricks & Eccles (2010); Henisa et al. (2021); Indriana & Fadhlurrohman (2024); Kaya et al. (2022); Marsyanda & Hastuti (2024); Naorem & Meitei (2023); Rina et al. (2022); Saidah & Herdajani (2024).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri memiliki hubungan dengan kebahagiaan pada remaja. Secara simultan, partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri memiliki hubungan signifikan dengan kebahagiaan bernilai signifikansi $p < 0.001$ dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.519, yang menunjukkan bahwa kedua variabel mampu menjelaskan 51,9% variasi kebahagiaan. Sementara untuk 48,1% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Secara parsial, partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kebahagiaan, yang berarti semakin tinggi partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan yang dirasakan. Sementara itu, harga diri juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kebahagiaan, serta menunjukkan hubungan yang lebih dominan dibandingkan partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah. Jenis kelamin bukan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan.

B. Saran

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat lebih aktif dalam berpartisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah serta berupaya untuk meningkatkan harga diri. Selain itu, siswa juga diharapkan mampu mengembangkan rasa percaya diri, mengenali potensi diri, berani mengekspresikan pendapat, dan membangun sikap positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

2. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat menyediakan lebih banyak wadah untuk partisipasi kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu, sekolah juga disarankan untuk mengembangkan program yang dapat meningkatkan harga diri siswa, seperti layanan bimbingan dan konseling, pelatihan pengembangan diri, serta kegiatan yang mendorong kepercayaan diri dan penerimaan diri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi kebahagiaan, seperti dukungan sosial atau faktor kepribadian lain. Karena dalam penelitian ini penggunaan variabel yang masih terbatas pada partisipasi kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan harga diri. Selain itu, peneliti selanjutnya juga disarankan untuk memperluas cakupan

subjek penelitian agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.



DAFTAR PUSTAKA

- Adiwijaya, J. N., Felita, F., Fitrikasari, A., Sarjana, W., & Hadiati, T. (2024). The Relationship between Self-Esteem and Anxiety Levels in Final-year Medical Students. *Diponegoro International Medical Journal*, 5(1), 31–35. <https://doi.org/10.14710/dimj.v5i1.22515>
- Alidemi, D. T., & Fejza, F. (2021). Theories of Personality: A literature review. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies (IJPSAT)*, 25(2), 194–200.
- Alwi, M. A., & Razak, A. (2022). *Adaptasi Rosenberg's Self-Esteem di Indonesia*.
- Anas, M., & Umar, N. F. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Siswa*.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315812212>
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azizah. (2013). Kebahagiaan dan Permasalahan di Usia remaja (Penggunaan informasi dalam Pelayanan bimbingan individual). *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2).
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Kota Yogyakarta. (2025). *Jumlah Sekolah, Guru, dan Murid Sekolah Menengah Atas (SMA) di Bawah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Menurut Kecamatan di Kota Yogyakarta, 2024/2025—Tabel Statistik*. <https://jogjakota.bps.go.id/id/statistics-table/3/YTFsRmNubEhOWE5ZTUZsdWVHOHhMMFpPWm5VMFp6MDkzMw==/jumlah-sekolah--guru--dan-murid-sekolah-menengah-atas--sma--di-bawah-kementerian-pendidikan--kebudayaan--riset--dan-teknologi-menurut-kecamatan-di-kota-yogyakarta--2022.html?year=2022>
- Baltacı, Ö., & Akbulut, Ö. F. (2021). Investigation of Adolescents' Happiness and Subjective Well-Being at School. *Türk Akademik Yayınlar Dergisi (TAY Journal)*, 5(1), 24–50.
- Bartkus, K. R., Nemelka, B., Nemelka, M., & Gardner, P. (2012). Clarifying The Meaning Of Extracurricular Activity: A Literature Review Of Definitions. *American Journal of Business Education (AJBE)*, 5(6), 693–704. <https://doi.org/10.19030/ajbe.v5i6.7391>
- Chen, W., Wang, C.-W., Yang, H.-F., Huang, W.-T., & Fan, S.-Y. (2020). The Relationships between Physical Activity and Life Satisfaction and

- Happiness among Young, Middle-Aged, and Older Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 1–10. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134817>
- Choi, I., & Choi, J. (2021). Effect of Psychosocial School Environment on Subjective Happiness of Adolescents: Mediating Effects of Peer Relationship and Self-Esteem. *The Journal of Play Therapy*, 25(3), 49–60. <https://doi.org/10.32821/JPT.25.3.4>
- Coopersmith. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Freeman.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications, Inc.
- Damayanti, C. A. D., & Mangundjaya, W. L. (2023). EFIKASI DIRI (SELF-EFFICACY) SEBAGAI PREDIKTOR KEPUASAN HIDUP. *EZRA SCIENCE BULLETIN*, 1(2), 153–165. <https://doi.org/10.58526/ez-sci-bin.v1i2.23>
- Davidescu, E. (2021). Thinking as a positive mental attitude. *Vector European*, (2), 163–167. <https://doi.org/10.52507/2345-1106.2021-2.30>
- Davis, M. H. (2023). Empathy. In *Encyclopedia of Mental Health* (pp. 751–760). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00027-8>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13(1), 81–84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Dong, R., Song, L., Yang, Y., & Ni, S. (2025). Job Autonomy on Psychological Well-Being: The Mediating Role of Leisure Activities. *SAGE Open*, 15(3), 21582440251357822. <https://doi.org/10.1177/21582440251357822>
- Dungga, S. A., & Zainuddin, K. (2024). Kualitas Pertemanan dan Subjective Well-Being Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 4(2).
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
- Fadly, D. & Islawati. (2024). Tantangan Bagi Perkembangan Psikososial Anak dan Remaja di Era Pendidikan Modern: Studi Literatur. *Venn: Journal of Sustainable Innovation on Education, Mathematics and Natural Sciences*, 3(2), 66–75. <https://doi.org/10.53696/venn.v3i2.156>

- Faikha, F., & Zahidah, N. (2025). Pengaruh Frekuensi Ibadah Harian terhadap Kebahagiaan Siswa Muslim SMP Al-Khairiyah Jakarta Utara. *ALSYS: Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 5(4), 1122–1135. <https://doi.org/10.58578/alsys.v5i4.6005>
- Febrianthi, A. N. A., & Supriyadi, S. (2021). Apakah Perbandingan Sosial dalam Menggunakan Instagram Berperan terhadap Kebahagiaan Remaja? *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 126–137. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i2.24605>
- Finnerty, R., Marshall, S. A., Imbault, C., & Trainor, L. J. (2021). Extra-Curricular Activities and Well-Being: Results From a Survey of Undergraduate University Students During COVID-19 Lockdown Restrictions. *Frontiers in Psychology*, 12, 647402. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647402>
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2010). Breadth of Extracurricular Participation and Adolescent Adjustment Among African-American and European-American Youth: EXTRACURRICULAR PARTICIPATION. *Journal of Research on Adolescence*, 20(2), 307–333. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00627.x>
- Garaigordobil, M. (2015). Predictor variables of happiness and its connection with risk and protective factors for health. *Frontiers in Psychology*, 6(1176), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01176>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25* (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Guzmán Cáceres, M., Vázquez Sánchez, I., Trujillo Macías, A. M., & Moreno Landeros, P. (2022). Felicidad y su correlación con variables individuales y contextuales en estudiantes universitarios. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i1.3284>
- Harter, S. (1981). *A Model of Mastery Motivation in Children: Individual Differences and Developmental Change*. Psychology Press.
- Haviza, N., Jj, T. M., Mutmainnah, F., Asyura, N., & Khatimah, H. (2025). MAKNA KEBAHAGIAAN ANAK PANTI ASUHAN MUHAMMADIYAH LHOKSEMAWE. *Journal of Psychology*, 1(4), 150–155. <https://doi.org/10.70248/jp.v1i4.2583>
- Henisa, A. A., Zuhdiyah, Z., & Utami, F. T. (2021). Hubungan antara Kekuatan Karakter dengan Kebahagiaan pada Remaja di SMA Aziziah Palembang. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(3), 279–289. <https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i3.11376>
- Hepper, E. G. (2023). Self-esteem. In *Encyclopedia of Mental Health* (pp. 125–139). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00185-5>

- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- Hofmann, W. (2025). *Self-Control*. https://doi.org/10.31219/osf.io/qm4xb_v2
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Indriana, Y., & Fadhlurrohman, M. D. (2024). Hubungan antara Harga Diri dan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 9(1), 128–145. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v9i1.10771>
- Irvin, R. L., & Robinson, M. D. (2023). Life in the open: Preferences for openness as a substrate of well-being. *International Journal of Wellbeing*, 13(2), 95–117. <https://doi.org/10.5502/ijw.v13i2.2471>
- Iso-Ahola, S. E., & Baumeister, R. F. (2023). Leisure and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 14(1074649), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1074649>
- Istiqomah. (2016). *Kematangan Karir Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Karangmojo Ditinjau Dari Partisipasi Aktif Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Ivaniushina, V. A., Zapletina, O. O., & National Research University Higher School of Economics. (2015). Participation in Extracurricular Activities and Development of Personal and Interpersonal Skills in Adolescents. *Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences*, 8(11), 2408–2420. <https://doi.org/10.17516/1997-1370-2015-8-11-2408-2420>
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103–115. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016>
- Kaya, A., Sivas Cumhuriyet University, Küçükibiş, H. F., Sivas Cumhuriyet University, & Özkurt, B. (2022). The Relationship Between the Levels of Social Support That Middle and High School Students Receive during the Physical Activities and Their Happiness. *Educational Policy Analysis and Strategic Research*, 17(3), 125–139. <https://doi.org/10.29329/epasr.2022.461.6>
- Lesinskienė, S., Šambaras, R., Ridzvanavičiūtė, I., Jūraitytė, I., Skabeikaitė, S., Stanelytė, U., & Kubilevičiūtė, M. (2025). Sense of Happiness and Wellness Among Adolescents and Their School Environment. *Children*, 12(68), 1–

19. <https://doi.org/10.3390/children12010068>
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111–131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Marsyanda, & Hastuti, R. (2024). HUBUNGAN SENSE OF SCHOOL BELONGING DAN KEBAHAGIAAN PADA SISWA SMA. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1237–1244. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.230>
- Masters, K., Vagnini, K. M., & Rush, C. L. (2022). Religion, Spirituality, and Health. In *Religion, Spirituality, and Health*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780367198459-REPRW67-1>
- Murphy, J., McGrane, B., White, R. L., & Sweeney, M. R. (2022). Self-Esteem, Meaningful Experiences and the Rocky Road—Contexts of Physical Activity That Impact Mental Health in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 15846. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315846>
- Mustofa, A. A. (2025). Menghadirkan Keceriaan, Kebahagiaan, Resiliensinya sebagai Pendekatan Strategis dan Religius dalam Proses Pembelajaran. *TSAQOFAH*, 5(2), 1322–1331. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i2.4803>
- Myers, D. G. (1993). *The pursuit of happiness: Discovering the pathway to fulfillment, well-being, and enduring personal joy*. Avon Books.
- Naorem, T., & Meitei, C. I. (2023). Relationship Between Happiness and Extracurricular Activities Among High School Students. *Journal of Law and Sustainable Development*, 11(7), 1–13. <https://doi.org/10.55908/sdgs.v11i7.1242>
- Nehru. (2024). Peran Pendidikan Karakter dalam Menghadapi Tantangan Sosial Di Kalangan Remaja Pada SMAN 3 Kota Bima. *JUPENJI : Jurnal Pendidikan Jompa Indonesia*, 3(4), 21–28. <https://doi.org/10.57218/jupenji.Vol3.Iss4.1317>
- Nesi, N. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kebahagiaan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Health Science*, 2(1), 9–15. <https://doi.org/10.54957/ijhs.v2i1.146>
- Nguyen, T. M. C., & Nhan, D. Q. (2024). The Relationship Between Perceived Happiness and Academic Anxiety Among High School Students in Da Nang City. *RA JOURNAL OF APPLIED RESEARCH*, 10(12), 301–309. <https://doi.org/10.47191/rajar.v10i12.01>
- Oberle, E. (2018). Early Adolescents' Emotional Well-Being in the Classroom: The

- Role of Personal and Contextual Assets. *Journal of School Health*, 88(2), 101–111. <https://doi.org/10.1111/josh.12585>
- Oetami, P., & Yuniarti, K. W. (2011). ORIENTASI KEBAHAGIAAN SISWA SMA, TINJAUAN PSIKOLOGIINDIGENOUS PADA SISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 8(2), 105. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i2.458>
- Patle, T. (2024). SCHOOL EXTRA CURRICULAR ACTIVITY. *Gurukul International Multidisciplinary Research Journal*, 12(8), 377–384. <https://doi.org/10.69758/GIMRJ2406I8V12P046>
- Putri, D. N. S. S., Shakiera, L., Aziz, H. N., & Wardah, F. M. (2023). Psychological well-being: Penerimaan diri dan penguasaan lingkungan, mengenali mindfulness dari sikap negatif ke surplus sikap positif hidup. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 3(2), 398–415. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i2.19427>
- Radhika. (2024). EFFECT OF SELF-ESTEEM ON LIFE SATISFACTION AMONG ADOLESCENTS. *EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR)*, 10(1), 655–659. <https://doi.org/10.36713/epra15693>
- Rahmawati, E., Irmayanti Saragih, J., & Adeline, N. (2017). Psychometric Properties of Indonesian Version of the Oxford Happiness Questionnaire. *Proceedings of the 1st Public Health International Conference (PHICo 2016)*. 1st Public Health International Conference (PHICo 2016), Medan, Indonesia. <https://doi.org/10.2991/phico-16.2017.33>
- Rambe, N. A., & Santosa, B. (2023). Kontribusi Konformitas terhadap Pencapaian Identitas Diri Remaja di Desa Bandar Tinggi Kabupaten Labuhan Batu. *YASIN: Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, 3(1), 67–78. <https://doi.org/10.58578/yasin.v3i1.842>
- Reddy, B., Mane, S., & Agarkhedkar, S. R. (2020). Assessment of Self-Esteem and its Correlation with Happiness in Adolescents. *Indian Journal of Youth & Adolescent Health*, 6(2), 3–6. <https://doi.org/10.24321/2349.2880.201907>
- Rina, A. P., Pratikto, H., & Mart, R. A. (2022). Hubungan Antara Persepsi Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 7(2), 288. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i2.931>
- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-Esteem and Adolescent Problems: Modeling Reciprocal Effects. *American Sociological Review*, 54(6), 1004. <https://doi.org/10.2307/2095720>
- Safinah, V., Marsofiyati, M., & Fadillah Fidhyallah, N. (2023). HUBUNGAN HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DARI ORANG TUA DENGAN KEMATANGAN KARIR MAHASISWA. *SIBATIK*

JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, dan Pendidikan, 2(2), 429–442. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v2i2.568>

Saidah, A., & Herdajani, F. (2024). HUBUNGAN ANTARA KUALITAS PERSAHABATAN DAN HARGA DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 30 JAKARTA. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(3), 60–66. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v4i3.4227>

Salavera, C., Usán, P., & Teruel, P. (2020). The Mediating Role of Positive and Negative Affects in the Relationship Between Self-Esteem and Happiness. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 355–361. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S240917>

Salsabila, A. R., & Hermina, C. (2024). Kualitas Pertemanan dan Kesejahteraan Psikologis: Perspektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 5(1), 12–21. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v5i1.131>

Sanjaya, D. G. A. (2024). BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENJALIN RELASI PERTEMANAN. *Jurnal Pendidikan*, 11(2), 103–116.

Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed). McGraw-Hill.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Soni, J. (2024). Optimism and Its Impact on Mental and Physical Well-Being. *Humanities and Development*, 18(02), 160–164. <https://doi.org/10.61410/had.v18i2.161>

Sonule, V. (2024). SCHOOL EXTRA CURRICULAR ACTIVITY. *Gurukul International Multidisciplinary Research Journal*, 12(8), 385–391. <https://doi.org/10.69758/GIMRJ2406I8V12P047>

Survei Kesehatan Indonesia (SKI). (2023). *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK* Kemenkes. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>

Suryosubroto, B. (1997). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah: Wawasan Baru, Beberapa Metode Pendukung, dan Beberapa Komponen Layanan Khusus*. Rineka Cipta.

Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Ash-Shaff.

Szaniszlo-Luty, L. (2024). Participation in Extracurricular Activities and Its Effect on Self-Esteem Among Youth in Canada. *Between Arts and Science*, 6(1), 20–26. <https://doi.org/10.70578/AITK7072>

- Tanjung, A. R., Simaremare, C., Putri, D. A., & Ediyono, S. (2023). *KONSEP KEBAHAGIAAN MENURUT PSIKOLOGI POSITIF*.
- Titisari, A., & Santoso, M. N. Q. (2025). Exploring the Contributing Factors to the Happiness Index in the Context of Social Environment. *Asian Journal Collaboration of Social Environmental and Education*, 2(2). <https://doi.org/10.61511/ajcsee.v2i2.2025.1507>
- Umar, H., & Masnawati, E. (2024). Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 191–204. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i2.137>
- Vittersø, J. (2025). *Humanistic Wellbeing: Toward a Value-Based Science of the Good Life*. Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69292-5>
- Wrzus, C., & Wagner, J. (2018). Social Relationships Across Adulthood and Old Age. In C. Wrzus & J. Wagner, *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.391>
- Wu, Y. (2024). A Study of the Relationship between College Students' Happiness and Individual Characteristics. *Journal of Global Trends in Social Science*, 1(1). <https://doi.org/10.70731/4748yj56>
- Yap, C.-C., Som, R. B. M., Sum, X. Y., Tan, S.-A., & Yee, K. W. (2022). Association Between Self-Esteem and Happiness Among Adolescents in Malaysia: The Mediating Role of Motivation. *Psychological Reports*, 125(3), 1348–1362. <https://doi.org/10.1177/00332941211005124>
- Ying, S. X., Som, R. B. M., Wen, Y. K., & Aun, T. S. (2019). *Self-Esteem, Motivation And Stress Levels Toward Happiness Among Adolescents: A Predictor Model*. 83–94. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2019.09.9>
- Zahra, L., Ekasari, A., & Muslimah, A. I. (2025). KUALITAS PERSAHABATAN DAN HARGA DIRI TERHADAP KEBAHAGIAAN PADA SISWA. *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17(2), 128–138. <https://doi.org/10.33558/soul.v17i2.11357>
- Zahro, F., Fitriana, A. Q. Z., & Bisri, M. K. (2025). Pengaruh Pertemanan “Toxic” terhadap Kesejahteraan Psikologis dan Perkembangan Sosial Remaja SMA. *Complex : Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 2(2), 153–159.