

**Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin**  
**Volume 2, Nomor 7, Juli 2024, Halaman 450-456**  
**Licensed by CC BY-SA 4.0**  
**E-ISSN: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.12700040)**  
**DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12700040>**

## **Perbedaan *Psychological Well-being* Antara Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan SMP “X” di Bekasi**

**Intan Antika D<sup>1\*</sup>, Yomima Viena Yuliana<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Harsono RM No.67, Ragunan, Pasar Minggu, Kota Jakarta Selatan, Jakarta, Indonesia 12550  
\*Email korespondensi: [intanantt@gmail.com](mailto:intanantt@gmail.com)<sup>1</sup>

### **Abstrak**

Remaja merupakan fase dimana memulai untuk mencari jati dirinya dan rentan mengalami perubahan. Individu yang berada pada fase ini akan mengalami beberapa permasalahan salah satunya terkait kebimbangan dalam mengambil keputusan sehingga dapat mempengaruhi *Psychological Well-beingnya*. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu salah satunya adalah jenis kelamin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *psychological well-being* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMP “X” di Bekasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis komperatif dan menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala *psychological well-being* dari (Ryff 1989). Hasil uji *Mann Whitney Test* memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,636 yang dapat dinyatakan  $>0,05$ , hal ini dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan *psychological well-being* jika ditinjau dari jenis kelamin. Adapun saran untuk penelitian selanjutnya supaya memperluas responden, meneliti dari variabel lainnya dengan berdasarkan jenis kelamin sehingga penelitian ini dapat terus berkembang.

**Kata kunci:** *Psychological Well-being*, Jenis kelamin, Remaja.

### **Abstract**

*Adolescence is a phase where one begins to search for one's identity and is susceptible to change. Individuals who are in this phase will experience several problems, one of which is related to indecisiveness in making decisions which can affect their Psychological Well-being. There are several factors that influence psychological well-being, one of which is gender. This research aims to determine the differences in psychological well-being between male and female students at SMP "X" in Bekasi. The method used in this research is a quantitative method with a comparative type and uses the Proportionate Stratified Random Sampling technique. The instrument in this research uses the psychological well-being scale from (Ryff 1989). The results of the Mann Whitney Test obtained a significance value of 0.636 which can be stated as  $>0.05$ , this can be said that there is no difference in psychological well-being when viewed from gender. There are suggestions for further research to expand the respondents, examine other variables based on gender so that this research can continue to develop.*

*Keywords:* *Psychological Well-being, Gender, Adolescents.*

---

### **Article Info**

Received date: 1 Juli 2024

Revised date: 4 Juli 2024

Accepted date: 9 Juli 2024

## **PENDAHULUAN**

Manusia merupakan makhluk sosial yaitu makhluk yang dapat menciptakan suatu hubungan dengan manusia lainnya, yang berarti bahwa manusia tidak dapat hidup masing-masing melainkan membutuhkan bantuan dari manusia lainnya. Pada dasarnya manusia diciptakan secara berpasang-pasangan dengan berjenis kelamin laki laki dan perempuan yang bertujuan untuk melengkapi satu sama lain. Menurut Bangun (2020) jenis kelamin merupakan perbedaan dalam hal perilaku antara laki-laki dan perempuan. Selanjutnya Tupamahu (2020) menjelaskan jenis kelamin merupakan suatu

konsep kultural yang dapat digunakan untuk perbedaan peran, mentalitas, perilaku, dan perkembangan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan di lingkungan masyarakat. Perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dapat dilihat berdasarkan keyakinan atau sudut pandang dengan kesadaran bahwa berhubungan terhadap orang lain diajarkan dari kebudayaan dan masyarakat (Handayani dan Daherman 2020).

Perbedaan jenis kelamin menghasilkan perbedaan suatu peran sehingga laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam suatu keadaan tertentu yang menyangkut perilaku, tugas, kekuasaan, dan kewajiban (Umar dan Khatimah 2019). Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan terdapat perbedaan laki-laki dan perempuan menunjukkan pada relawan sosial dengan perolehan hasil penelitian yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku prososial antara laki-laki dan perempuan, dapat dijelaskan bahwa perempuan lebih memiliki perilaku sosial dibandingkan dengan laki-laki. Relawan sosial perempuan menunjukkan pada beberapa aspek yaitu persahabatan, perbuatan jujur dan pemberian. Sedangkan relawan sosial laki-laki menunjukkan pada aspek kerjasama dan menolong (Fitroh, Oktavia, and Hanifah 2019). Remaja laki-laki memiliki kecenderungan untuk memilih perilaku-perilaku yang membuat dirinya senang, laki-laki lebih mengarah pada banyaknya terlibat konflik, mengambil risiko, kompetisi dan menunjukkan egonya dibandingkan dengan wanita Santrock (dalam Yuliani 2018).

Remaja atau bisa disebut *adolescence* merupakan bahasa latin yang artinya tumbuh menjadi dewasa. Menurut Santrock and Jhon W. (2003) remaja adalah peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa dengan adanya perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Pada dasarnya rentang usia remaja terbagi menjadi 3 yaitu, masa remaja awal 12-15 tahun, masa remaja pertengahan 15-18 tahun, dan masa remaja akhir 18-21 tahun. Masa remaja merupakan fase dimana terdapat perubahan-perubahan nilai dan harapan dalam dirinya maupun dari sekitar lingkungannya. Pada masa remaja ini, seseorang akan mengalami pengalaman-pengalaman baru sehingga remaja merasa kesulitan menanggapi terhadap perubahan-perubahan yang dialaminya (Santrock and Jhon W. 2003).

Menurut Santrock (dalam Heng et al. 2020) terdapat tiga masalah utama remaja yaitu perkembangan orientasi seksual yang memuaskan, pengadaptasian nilai-nilai untuk diyakini dan pekerjaan. Remaja yang mengalami kegagalan dalam proses mencapai jati dirinya akan memiliki keraguan terhadap dirinya serta kesulitan melakukan penyesuaian dirinya sehingga menarik dan mengalihkan diri ke arah yang negatif. Deviana et al. (2023) mengatakan apabila individu sedang berada pada fase remaja, kebanyakan mengalami hambatan seperti tidak jarang individu pada fase remaja menjadi tertekan dalam kehidupannya, hal tersebut dikarenakan adanya kebimbangan ketika ingin melakukan sesuatu ataupun membuat keputusan, dengan demikian individu pada fase remaja diperlukan bimbingan untuk memperoleh potensi yang maksimal sehingga individu memiliki pribadi yang bertanggung jawab. Remaja menjadi suatu harapan bagi keluarga dan juga harapan bagi bangsanya, remaja supaya bisa melakukan aktivitas yang bermanfaat, mengembangkan mental dan kemampuannya sehingga dapat mewujudkan masa depan yang cerah. Oleh karena itu untuk mendukung perkembangan tersebut, remaja diharapkan memiliki *psychological well-being* yang tinggi untuk menumbuhkan kesejahteraan (Lestari 2022).

Berdasarkan penelitian terdahulu, menunjukkan bahwa remaja di Nepal berada pada *psychological well-being* yang baik, remaja merasakan dukungan sosial yang baik dan mempunyai harga diri yang tinggi (Poudel, Gurung, and Khanal 2020). Namun kenyataannya masih terdapat *psychological well-being* yang rendah pada remaja, hal tersebut ditandai adanya kesulitan pada remaja dalam mengatasi permasalahannya sehingga muncul perasaan kurang puas terhadap dirinya dan beranggapan bahwa harapan untuk menyelesaikan permasalahannya tidak sesuai pada kenyataan (Saputro 2017). *Psychological well-being* adalah salah satu bentuk kesejahteraan yang penting untuk tahap perkembangan remaja, kesejahteraan yang dapat dirasakan oleh remaja menimbulkan dampak berupa emosi positif dan juga dapat menumbuhkan kehidupan dengan kepuasan dan kebahagiaan sehingga mengurangi sikap remaja dalam berperilaku negatif serta mengurangi perasaan depresi (Deviana, Umari, and Khadijah 2023).

Ryff (2013) mengemukakan bahwa jenis kelamin menjadi salah satu faktor dari *psychological well-being*. Perkembangan pada saat ini memberikan pengaruh bagi manusia diseluruh dunia termasuk kesejahteraan psikologis, dengan kemajuan yang dimiliki dari setiap manusia memiliki dampak *psychological well-being*. Fenomena umum permasalahan yang terjadi di kehidupan mempengaruhi peserta didik laki-laki dan perempuan di sekolah adalah tuntutan

akademik, tekanan dari keluarga, toxic friendship dan khawatir akan masa depan (Indri et al. 2022). Permasalahan tersebut jika tidak diatasi dengan baik, maka peserta didik laki-laki dan perempuan akan merasakan tekanan dan tidak bahagia didalam kehidupannya sehingga mengganggu aktivitas kesehariannya (Arwina, Fadilah, and Murad 2022). Oleh karena itu dengan adanya fenomena tersebut menjadikan suatu kepentingan bagi peserta didik laki-laki dan perempuan untuk mempunyai pemikiran hidup yang positif agar peserta didik laki-laki dan perempuan dapat mengatasi permasalahan yang terjadi, sehingga peserta didik laki-laki dan perempuan dapat memberikan keputusan secara mandiri dan memiliki kemampuan untuk berkembang didalam hidupnya (Suprayitno and Wahyudi 2020).

Untuk memperkuat fenomena tersebut peneliti melakukan survei awal terkait *psychological well-being* dengan menyebar kuesioner online (*google form*) kepada 28 peserta didik laki-laki dan perempuan SMP "X" di Bekasi. Hasil survei menunjukkan bahwa pada laki laki sebanyak 33,3% merasa tidak percaya diri, 100% membutuhkan orang lain, 41,6% kesulitan bersosialisasi, 75% belum memiliki tujuan hidup, 100% berani memulai pengalaman baru. Selanjutnya hasil pada perempuan sebanyak 75% merasa tidak percaya diri, 100% membutuhkan orang lain, 50% kesulitan bersosialisasi, 56, 3% belum memiliki tujuan hidup, 25% belum berani memulai pengalaman baru. Survei tersebut diperkuat oleh Prabawa (2022) pada penelitiannya yang menunjukan hasil bahwa terdapat faktor kesepian, usia, status pendidikan yang mempengaruhi *psychological well-being* mahasiswa Mahad IAIN Salatiga.

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* merupakan suatu keadaan psikologis positif dalam diri individu yang dicirikan dengan kemampuan individu untuk terampil dalam menerima dan memahami dirinya sendiri (*self acceptance*), mempunyai penguasaan atas lingkungannya (*evironmental mastery*), membangun hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with orthers*), mempunyai tujuan hidup (*purpose in life*), mempunyai kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), dan individu mampu mewujudkan potensi dalam dirinya secara berkelanjutan (*personal growth*). Sedangkan Areta (dalam Lestari 2022) menjelaskan *Psychological Well-being* adalah individu yang berada pada keadaan psikologis positif dan berfungsi secara berkelanjutan selama hidupnya, bisa mengembangkan kemampuannya dan mempunyai kesehatan jiwa yang positif. *Psychological Well-being* merupakan suatu keadaan positif dalam diri individu yang ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya, mampu menciptakan hubungan sengan orang lain, mampu untuk mengendalikan tingkah lakunya sehingga dapat mengarahkan dirinya sendiri, memiliki penguasaan lingkungan yang berada diluar jangkauan serta mampu memenuhi dirinya (Papalia, Feldman, and Olds 2009)

*Psychological Well-being* lebih menekankan pada kondisi optimis dibandingkan kondisi pesimis, individu dengan sikap optimis akan membantu dirinya dengan kemampuan yang dimiliki dan strategi untuk menghadapi segala tekanan. Sedangkan individu yang pesimis berkaitan dengan perasaan khawatir, depresi, ketakutan dalam menghadapi segala sesuatu, Car (dalam Wulandari dan Swandi 2020). *Psychological Well-being* sebagai potensi yang dimiliki individu untuk berfungsi secara optimal pada kehidupannya yang dapat dilihat dari enam dimensi *Psychological Well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi *Psychological Well-being* tersebut mempunyai tantangan tersendiri yang dihadapi oleh individu agar dapat berfungsi secara positif, selain itu juga dapat dikatakan bahwa individu harus memiliki kepuasan dalam dirinya dan mengetahui batas kemampuannya sendiri, individu juga harus menciptakan suatu hubungan dengan orang lain serta membentuk lingkungan yang memiliki kesesuaian pada kebutuhan dan kepribadiannya agar memiliki kehidupan secara mandiri dilingkungan sekitarnya individu juga harus berkemampuan dalam membuat keputusan sendiri sehingga tidak ketergantungan pada orang lain, hal yang paling penting adalah bagaimana individu dapat menemukan makna dari tujuan hidup mereka agar siap menerima tantangan dan mampu berusaha mengembangkan kemampuan serta bakat selama hidupnya (Ryff 1995).

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan dengan jenis komperatif yaitu penelitian yang memberikan suatu perbandingan pada keberadaan dari satu variabel, lebih pada dua sampel dan lebih pada waktu yang berbeda. Menurut Sugiyono (2013) penelitian kuantitatif adalah suatu metode

untuk menemukan dan menambahkan pengetahuan menggunakan data berupa angka yang dapat membantu dalam menganalisis suatu keterangan yang ingin diketahui.

Penelitian ini terdapat variabel terikat atau dependen variabel merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel kelompok. Adapun dalam penelitian ini variabel *psychological well-being* yang menjadi variabel dependen dan jenis kelamin menjadi variabel kelompok.

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* merupakan suatu keadaan psikologis positif dalam diri individu yang dicirikan dengan kemampuan individu untuk terampil dalam menerima dan memahami dirinya sendiri (*self acceptance*), mempunyai penguasaan atas lingkungannya (*evironmental mastery*), membangun hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with orthers*), mempunyai tujuan hidup (*purpose in life*), mempunyai kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), dan individu mampu mewujudkan potensi dalam dirinya secara berkelanjutan (*personal growth*). Sementara itu Tupamahu (2020) menjelaskan jenis kelamin merupakan suatu konsep kultural yang dapat digunakan untuk perbedaan peran, mentalitas, perilaku, dan perkembangan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan di lingkungan masyarakat.

Populasi dalam penelitian ini sebanyak 98 yang merupakan peserta didik laki-laki dan perempuan SMP "X" di Bekasi. Karakteristik dari penelitian ini yaitu remaja dengan usia 13-15 tahun. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini teknik *Non Probability Sampling Sampling* yaitu, merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono 2021) dan dengan menggunakan jenis *Proportionate Stratified Random Sampling* yaitu, digunakan jika populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan bestrata secara proporsional.

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *psychological well-being* dari ryf yang telah dimodifikasi sebanyak 23 aitem pernyataan dengan berdasarkan enam dimensi terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Skala ini terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*) dengan empat pilihan jawaban alternatif Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Dalam penelitian ini uji beda yang digunakan untuk mengetahui perbedaan *pschological well-being* laki-laki dan perempuan SMP "X" di Bekasi adalah uji beda *Mann Whitney Test* dengan bantuan *IBM SPSS Versi 23 For Windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Perolehan hasil dari penelitian ini terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Menurut (Azwar 2013) suatu alat ukur dapat dikatakan memiliki validitas yang baik apabila alat tersebut mampu memberikan hasil sesuai dengan fungsi pengukurannya. Uji validitas pada penelitian ini dapat dilihat apabila menunjukkan hasil item sebesar 0,030. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan memperoleh beberapa item *psychological well-being* yang menunjukkan <0.030 dengan hasil uji reliabilitas sebesar 0,925.

Penelitian ini dilakukan uji hipotesis apabila telah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Uji homogenitas dapat dilihat melalui *Kolmogorov-Smirnov* dan untuk uji homogenitas dapat dilihat melalui *Levene's Test* menggunakan uji beda *Mann Whitney Test* dengan bantuan *IBM SPSS Versi 23 For Windows*. Selanjutnya dilakukan uji beda *Man Whitney Test* yang merupakan uji non parametrik digunakan untuk mengetahui 2 kelompok apabila data tidak berdistribusi normal.

### Profil Demografis

Perolehan hasil profil demografis *psychological well-being* dapat dilihat sebagai berikut :

Variabel	Mean	Median	SD
<i>Psychological Well-being</i>	67,05	69,50	14,020

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui perhitungan data memperoleh hasil pada variabel *Psychological Well-being* dengan hasil mean sebesar 67,05 , median sebesar 69,50 dan standar deviasi 14,020.

**Tabel.2. Hasil Demografis Kelompok Responden**

Pschological Well-being	N	Mean	SD	Sig.
Laki-laki	48	66,33	12,59235	0,397
Perempuan	46	68,28	9,30152	

Berdasarkan tabel diatas diketahui tidak terdapat perbedaan signifikan pada *Psychological Well-being* laki-laki dan perempuan. Meskipun demikian dapat diketahui bahwa rata rata *Psychological Well-being* laki-laki sedikit lebih rendah dibandingkan perempuan. Hasil menunjukkan mean laki-laki sebesar 66,33 dan mean perempuan sebesar 68, 28.

### Uji Asumsi

Uji asumsi dalam suatu penelitian digunakan untuk menganalisa data penelitian, adapun dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas *kolmogorov-smirnov* dan uji homogenitas menggunakan Uji *Levene's Test* yang dapat diperoleh melalui aplikasi *spss versi 23 for windows*.

**Tabel.3. Uji Asumsi Penelitian**

	Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	Uji Homogenitas <i>Levene's Test</i>
Sig.	0.000	0,209
Keterangan	Uji asumsi tidak terpenuhi	Uji asumsi terpenuhi

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian terdistribusi normal atau tidak, perolehan hasil data yang dapat dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansi menunjukkan  $\geq 0,05$  (Periantalo 2016) . Penelitian ini memperoleh hasil uji normalitas dengan menggunakan metode uji *Kolmogorov-smirnov*, dalam penelitian ini menunjukkan signifikansi *Psychological Well-being* sebesar 0.000. Hasil tersebut menunjukkan  $p \leq 0.05$  maka dapat dikatakan bahwa data *Psychological Well-being* yang digunakan tidak berdistribusi normal.

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah rata rata (mean) antara dua kelompok data memiliki varian sama atau tidak. Pada suatu varians kelompok data yang dapat dikatakan sama (homogen) apabila memiliki nilai signifikan  $> 0,05$  adapun sebaliknya apabila nilai signifikan  $< 0,05$  maka varians kelompok data tersebut dapat dikatakan tidak sama (heterogen). Uji homogenitas pada penelitian ini memperoleh hasil sebesar 0,209 maka dapat dikatakan varians kelompok data bersifat homogen dan asumsi uji homogenitas terpenuhi.

### Uji Hipotesis

Perolehan hasil uji beda Mann Whitney Test untuk mengetahui perbedaan pada suatu kelompok dapat dilihat sebagai berikut :

**Tabel.4. Uji Perbedaan Psychological Well-being**

Psychological Well-being	
<i>Mann-Whitney U</i>	1041,500
<i>Wilcoxon W</i>	2217,500
<i>Z</i>	-,473
<i>Asymp. Sig. (-tailed)</i>	0,636
Mean -Laki-laki	46,20
-Perempuan	48,86

Berdasarkan perhitungan pada uji beda *Mann Whitney Test* memperoleh hasil signifikansi sebesar 0,636 yang dapat dinyatakan lebih dari  $> 0,05$ , dengan hasil mean laki-laki 46, 20 dan

perempuan 48,86 maka keputusan dalam uji beda *Mann Whitney U* dinyatakan tidak terdapat perbedaan signifikansi *Psychological Well-being* antara peserta didik laki-laki dan perempuan pada SMP "X". Hal ini dikarenakan faktor usia rata-rata sama dan status pendidikan yang sama.

Adanya perbedaan usia memiliki pengaruh terhadap dimensi-dimensi *Psychological Well-being* seperti pada dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan seiring bertambahnya usia terus mengalami peningkatan, sedangkan untuk dimensi tujuan hidup dan perkembangan pribadi seiring bertambahnya usia mengalami penurunan. Selanjutnya juga mengemukakan bahwa kesejahteraan memiliki hubungan dengan tingkat pendidikan yang berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan, semakin tingkat pendidikan individu makan semakin tinggi kesejahteraan hidupnya (Ryff and Keyes 1995).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prabawa (2022) yaitu menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan *Psychological Well-being* jika ditinjau dari jenis kelamin. Perolehan hasil pada penelitian ini nilai signifikansi sebesar  $0.015 > 0,05$ . Tingkat *Psychological Well-being* antara laki-laki dan perempuan berada pada kategori rendah, hal ini dikarenakan semua mahasiswa merupakan anak perantauan sehingga kondisi kesepian dan jauh dari keluarga merupakan suatu hal yang menjadikan *Psychological Well-beingnya* tidak stabil. Selanjutnya juga dikatakan bahwa *Psychological Well-being* para mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya usia, religiusitas dukungan sosial dan status pendidikan (Ratna Nimatul Rohma dan Ahmad Maujuhan Syah 2021).

Ryff (1989) mengemukakan bahwa individu yang berada pada keadaan *Psychological Well-being* yang tinggi memiliki kemampuan menjadi pribadi yang berkualitas secara mandiri dari tekanan sosial dikehidupannya, mampu mengontrol lingkungan disekitarnya, mampu menciptakan potensi dalam dirinya secara berkelanjutan, mampu memnciptakan hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengartikan kehidupan dengan tujuan hidup yang jelas, dan dapat menerima kelemahan maupun kekuatan dalam dirinya. Selanjutnya individu yang berada pada keadaan *Psychological Well-being* rendah memiliki sikap atau opini negatif dalam kehidupannya dimana individu akan ketergantungan dengan orang lain, tidak memiliki kemampuan dalam penguasaan lingkungannya, kesulitan untuk memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain, tidak mampu menciptakan potensinya, dalam kehidupannya tidak ada tujuan dan merasa tidak puas dengan dirinya serta adanya perasaan kecewa pada kehidupan masa lalunya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya variabel yang tidak memiliki hasil perbedaan signifikan oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dengan variabel lainnya, keterbatasan waktu dalam pengambilan data dikarenakan menyesuaikan keadaan kegiatan pembelajaran peserta didik laki-laki dan perempuan SMP "X". Selanjutnya responden hanya dari sekolah SMP "X" sehingga diperlukan memperluas lagi dengan melakukan penelitian diberbagai tempat lainnya.

## KESIMPULAN

*Psychological well-being* menjadi dasar kehidupan individu karena pada saat individu berada pada keadaan *psychological well-being* yang tinggi individu mampu memaksimalkan sesuatu hal yang positif dalam hidupnya, sebaliknya individu yang berada pada keadaan *psychological well-being* rendah akan terus mengalami kesulitan, tidak nyaman dalam hidupnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada *psychological well-being* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMP "X" di Bekasi. Hal ini dikarenakan faktor usia rata-rata sama dan status pendidikan sama.

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijelaskan maka peneliti memberikan saran untuk penelitian selanjutnya supaya memperluas responden penelitian dengan meneliti diberbagai tempat lainnya, menambah referensi ataupun meneliti terkait jenis kelamin dengan berdasarkan variabel lainnya sehingga penelitian ini terus berkembang. Adapun saran untuk orang tua supaya terus memberikan dukungan dan penghargaan atas pencapaian anaknya, dan pihak sekolah supaya melakukan kegiatan konseling sehingga dapat membantu memantau *psychological well-being* peserta didik laki-laki dan perempuan SMP "X" di Bekasi.

## DAFTAR PUSTAKA

Arwina, Ayu, Risydah Fadilah, and Abdul Murad. 2022. "Hubungan Regulasi Diri Dan Stres

- Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.” *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)* 4(4):1981–91. doi: 10.34007/jehss.v4i4.988.
- Azwar, Saifuddin. 2013. *REALIBILITAS Dan VALIDITAS*. 4th ed.
- Bangun, Budi Hermawan. 2020. “Hak Perempuan Dan Kesetaraan Gender Dalam Perspektif Filsafat Hukum.” *Pandecta Research Law Journal* 15(1):74–82. doi: 10.15294/pandecta.v15i1.23895.
- Deviana, Mimi, Tri Umari, and Khairiyah Khadijah. 2023. “Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja.” *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 5 Nomor 1(2010):3463–68.
- Fitroh, Rahmah, Wildani Khoiri Oktavia, and Haris Hanifah. 2019. “Perbedaan Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Relawan Sosial.” *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan* 1(1):9. doi: 10.26555/jptp.v1i1.15125.
- Handayani, Benni, and Yudi Daherman. 2020. “Wacana Kesetaraan Gender: Kajian Konseptual Perempuan Dan Pelaku Media Massa.” *Jurnal Ranah Komunikasi* 4(1):106–21.
- Lestari, Yuliana Intan. 2022. “Pola Asuh Otoritatif Dan Psychological Well-Being Pada Remaja.” *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 3(2):80. doi: 10.24014/pib.v3i2.16914.
- Papalia, Diane E., Ruth Duskin Feldman, and Sally Wendkos Olds. 2009. *Human Development*. 10th ed.
- Periantalo, J. 2016. *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Poudel, Anju, Bishnu Gurung, and Gopal Prasad Khanal. 2020. “Perceived Social Support and Psychological Wellbeing among Nepalese Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem.” *BMC Psychology* 8(1):1–8. doi: 10.1186/s40359-020-00409-1.
- Prabawa, Abi Fa’izzarahman. 2022. “Psychological Well-Being Dan Self-Compassion Mahasiswa Di Mahad IAIN Salatiga.” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 11(1):70–80.
- Ratna Nimatul Rohma, and Ahmad Maujuhan Syah. 2021. “Psychological Well Being Pada Wanita.” *Conseils : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 1(1):21–30. doi: 10.55352/bki.v1i1.93.
- Ryff, Carol D. 1989. “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being.” *Journal of Personality and Social Psychology* 57(6):1069–81.
- Ryff, Carol D. 1995. “Psychological Well-Being in Adult Life.” *Current Directions in Psychological Science* 4(4):99–104. doi: 10.1111/1467-8721.ep10772395.
- Ryff, Carol D. 2013. “Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia.” *Psychotherapy and Psychosomatics* 83(1):10–28. doi: 10.1159/000353263.
- Ryff, Carol D., and Corey Lee M. Keyes. 1995. “The Structure of Psychological Well-Being Revisited.” *Journal of Personality and Social Psychology* 69(4):719–27. doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719.
- Santrock, and Jhon W. 2003. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi Keenam.
- Saputro, Khamim Zarkasih. 2017. “Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja.” *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama* 17(1):25. doi: 10.14421/aplikasia.v17i1.1362.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. ALFABETA, CV.
- Suprayitno, Adi, and Wahid Wahyudi. 2020. *Pendidikan Karakter Di Era Milenial*.
- Tupamahu, Maria Katje. 2020. “Perempuan Dalam Pembangunan Berwawasan Gender : Sebuah Kajian Dalam Perspektif Fenomenologis.” *Ekonomi, Sosial Dan Humaniora* 2(05):128–34.
- UMAR, SURYANI HI, and Arni Husnul Khatimah. 2019. “Persepsi Masyarakat Terhadap Gender (Suatu Pendekatan Konseling Lintas Budaya).” *Foramadiahi: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Keislaman* 11(1):147. doi: 10.46339/foramadiahi.v11i1.152.
- Wulandari, Putu N. P. ..., and Ni L. I. D. Swandi. 2020. “Pola Asuh Autoritatif Dan Efikasi Diri Pada Self-Regulated.” *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah* 12(2):210–20.
- Yuliani, Irma. 2018. “Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling.” *Journal of Innovative Counseling* 2(2):51–56.