

## ***SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA DITINJAU DARI KESADARAN LINGKUNGAN**

**Sonia Visita Here<sup>1)</sup> dan Pius Heru Priyanto<sup>2)</sup>**  
**Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* (SWB) pada remaja. SWB diukur berdasarkan dua aspek, yaitu kepuasan hidup dan afeksi. Alat ukur *Satisfaction With Life Scale* digunakan untuk mengukur kepuasan hidup, sedangkan *Positive Affectivity and Negative Affectivity Scale* digunakan untuk mengukur afeksi. Kesadaran lingkungan diukur berdasarkan lima aspek, yaitu: kesadaran pada penyebab polusi; tanah dan udara; perlindungan energi; kesehatan manusia; perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan. Subyek berjumlah 130 pada remaja SMK Semarang. Pengambilan data menggunakan metode *cluster sampling*. Hasil uji korelasi *product moment* memperoleh hasil  $r = 0,506$  ( $p < 0,01$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesadaran lingkungan dengan SWB remaja, dimana sumbangan efektif yang diberikan kesadaran lingkungan pada SWB remaja adalah sebesar 25,6%.

**Kata kunci:** *Subjective Well-Being* dan Kesadaran Lingkungan

---

1) Alumnus Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang

2) Staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang

### **PERMASALAHAN**

Pada masa remaja, sebagai periode perkembangan yang unik, banyak yang cenderung tidak puas akan kehidupannya sehingga mengarahkan pada tindakan-tindakan yang mengkhawatirkan. Hal tersebut terbukti dari beberapa artikel berita yang belakangan ini banyak memberitakan peristiwa bunuh diri yang dilakukan oleh remaja. Viva news (12 Mei 2013) dalam situs resminya memberitakan sebuah

peristiwa bunuh diri yang dilakukan oleh seorang remaja putri berusia tujuh belas tahun di Yogyakarta karena patah hati. Hal serupa juga dilakukan oleh dua orang remaja di China yang melakukan aksi bunuh diri dengan alasan tak mampu mengerjakan tugas liburan sekolahnya (Vivanews, 4 Mei 2013). Sebagai seorang remaja untuk mempersiapkan diri, sebagai masa transisi, dari anak-anak menuju masa dewasa (Santrock, 2002, h.23).

WHO (dalam Republika, 24 Mei 2013) memprediksi aksi bunuh diri di kalangan remaja akan terus meningkat, bahkan tercatat bahwa bunuh diri adalah penyebab kematian ketiga terbesar untuk kelompok usia 15 hingga 44 tahun. Lebih lanjut Nolen-Hoeksema (1988, dalam Nisfiannor, 2004, h.74-93) menyatakan bahwa bahwa individu remaja memang memiliki level depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang lebih tua. Hal tersebut didukung pula oleh infomasi dari Direktur RSJ Menur, dr. Adi Wirchjanto yang menyatakan bahwa 20% pasien depresi berat yang ditangani adalah remaja dibawah usia dua puluh tahun serta masih berstatus sebagai pelajar (Detik news, 10 Oktober 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Ehrlich dan Isaacowitz pada tahun 2002 (dikutip oleh Nisfiannor dkk 2004, h.74-93) rupanya juga memperoleh hasil yang serupa, yaitu bahwa terdapat kecenderungan rendahnya tingkat kepuasan hidup pada orang-orang muda. Lebih lanjut, Arnett (1999, dalam Nisfiannor, 2004, h.74-93) mengemukakan bahwa remaja mengalami kebingungan dua atau tiga kali lebih sering dari pada orang tua mereka, serta mengalami gangguan suasana hati yang lebih sering daripada pra-remaja.

Rendahnya kepuasan hidup serta lebih dominannya afeksi negatif seperti depresi dan bingung merupakan indikator bahwa remaja cenderung memiliki *subjective well-being* yang rendah. Erikson (dalam Santrock, 2002, h.57) menjelaskan bahwa remaja berada pada kondisi *psychological moratorium* yaitu kesenjangan antara rasa aman pada masa kanak-kanak dan otonomi pada masa dewasa. Kondisi inilah yang diduga turut menjadi pemicu cenderung rendahnya *subjective well-being* pada remaja.

Selain berfokus pada kondisi *psychological moratorium* yang dialami remaja, terdapat hal lain yang juga dapat mempengaruhi *subjective well-being* remaja, yaitu rendahnya kesadaran lingkungan yang dimiliki remaja. Belakangan ini berbagai upaya dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran lingkungan sangat gencar serta menysasar para remaja, misalnya kompetisi lingkungan hidup yang diadakan oleh PT Toyota Astra Motor (Investor, 28 Februari 2011) pada berbagai tindakan mulai dari penanaman pohon, penyediaan tempat sampah, pengecatan tempat sampah, kebersihan, dan pembangunan perilaku hidup sehat.

Berbagai acara bertemakan peningkatan kesadaran lingkungan tersebut mengarahkan pada kenyamanan

bahwa kesadaran lingkungan diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup para remaja, dalam hal ini khususnya *subjective well-being*. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ferrer-i-Carbonel dan Gowdy (2006, h.1-8) yang membuktikan bahwa kesadaran lingkungan yang dimiliki seorang akan mendatangkan manfaat psikologis positif yang kemudian meningkatkan *subjective well-beingnya*.

Demikian penelitian ini akan menguji hubungan antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* khususnya pada remaja siswa kelas X SMKN Semarang. Berdasarkan informasi-informasi awal yang diperoleh, semakin tinggi kesadaran lingkungan maka semakin tinggi pula *subjective well-being*.

### **A. Subjective Well-Being**

*Subjective well-being* adalah kondisi psikologis positif yang khas dengan tingginya tingkat kepuasan hidup, tingginya tingkat afeksi positif, serta rendahnya tingkat afeksi negatif (Carr, 2004, h.45). Diener (dalam Papalia dkk, 2003, h.578) menjelaskan bahwa *subjective well-being* adalah bagaimana seorang mengevaluasi kehidupannya. Keyes dkk (2002, h.1007-1022) berpendapat bahwa *subjective well-being* adalah evaluasi kehidupan seorang

individu mengenai kepuasan hidup serta keseimbangan antara afeksi positif dan negatif. Ketiga definisi tersebut menunjukkan adanya kesamaan yaitu evaluasi yang dilakukan seorang berkaitan dengan kepuasan hidupnya. Di sisi lain Santrock (2002, h.23) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada pada periode perkembangan transisi dari masa anak-anak hingga masa dewasa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* pada remaja adalah kondisi psikologis positif berupa evaluasi kepuasan hidup yang dilakukan oleh individu yang berada pada masa perkembangan transisi dari masa anak-anak hingga masa dewasa.

Diener dkk (1999, dalam Carr, 2004, h.12 dan dalam Hefferon dan Boniwell, 2011, h.46) menyebutkan bahwa *subjective well-being* terdiri dari dua aspek, yaitu kepuasan hidup dan afeksi. Kepuasan hidup yang dimaksud disini adalah hasil evaluasi kognitif yang dilakukan oleh individu mengenai seberapa memuaskan kehidupannya secara global. Sedangkan aspek afeksi terdiri dari tingginya afeksi positif serta rendahnya afeksi negatif Hefferon dan Boniwell (2011, h.52-61) menambahkan bahwa *subjective well-being* dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu: *income*, pekerjaan, kesehatan, dan religion. Di sisi lain, Ferrer-i-Carbonel

dan Gowdy dalam penelitian yang dilakukannya tahun 2006 (h.1-8) membuktikan bahwa *subjective well-being* dapat dipengaruhi oleh kesadaran lingkungan.

## **B. Kesadaran Lingkungan**

Kesadaran menurut Solso (2008, h.240) adalah kesiagaan (*awareness*) individu terhadap peristiwa-peristiwa di lingkungannya serta peristiwa-peristiwa kognitif meliputi memori, pikiran, perasaan, dan sensasi-sensasi fisik. Murphy (dalam Neolaka, 2008, h.18) mendefinisikan kesadaran sebagai keadaan siuan atau sadar akan tingkah lakunya, yaitu pikiran sadar yang mengatur akal dan dapat menentukan pilihannya mengenai apa yang diinginkan.

Kant dkk (2013, h.33-39) menjelaskan bahwa lingkungan adalah kondisi-kondisi yang mempengaruhi perkembangan atau pertumbuhan, meliputi: udara, air, tanah, tumbuh-tumbuhan, flora, dan fauna. Definisi tersebut bermakna bahwa lingkungan terdiri dari lingkungan mati (abiotik) seperti udara, air, tanah; dan lingkungan hidup (biotik) seperti flora dan fauna. Lingkungan menurut Gustavo (dalam Hamzah, 2013, h.5) adalah jumlah total dari semua kondisi yang mempengaruhi eksistensi, pertumbuhan, dan

kesejahteraan dari suatu organisme yang ada di bumi. Kedua definisi tersebut menunjukkan bahwa peran lingkungan sangat penting bagi kehidupan manusia.

Di sisi lain Neolaka (2008, h.18) memaparkan bahwa kesadaran lingkungan adalah keadaan tergugahnya jiwa terhadap sesuatu, dalam hal ini terhadap lingkungan, yang terlihat dari perilaku dan tindakan individu yang bersangkutan. Demikian dapat disimpulkan bahwa kesadaran lingkungan adalah kawasan atau kesiagaan individu pada kondisi lingkungannya, baik terhadap lingkungan mati (abiotik) maupun lingkungan hidup (biotik) sehingga individu tersebut dapat mengendalikan diri dan lingkungan. Jha (dalam Shoebiri dkk, 2007, h28-34) mengemukakan bahwa terdapat lima aspek kesadaran lingkungan, yaitu: kesadaran pada penyebab polusi, kesadaran pada tanah dan udara, kesadaran pada perlindungan energi, kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan, dan kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan.

## **HUBUNGAN ANTARA KESADARAAN LINGKUNGAN DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* REMAJA**

*Subjective well-being* yang rendah cenderung dialami oleh remaja. Selain dipicu oleh kondisi *psychological moratorium*, rendahnya *subjective well-being* remaja dapat dipengaruhi juga oleh faktor lain, yaitu permasalahan lingkungan. Lingkungan adalah faktor yang dominan dalam kehidupan setiap manusia. Dalam kesehariannya, setiap manusia, termasuk juga remaja tentu tidak akan pernah terlepas dari interaksinya dengan lingkungan. Misalnya; menghirup udara, membuang sampah, merawat tanaman, dan lain sebagainya.

Soemarwoto (2001, dalam Hamzah, h.3) menjelaskan bahwa terjadi hubungan yang bersifat sirkuler antara manusia dan lingkungannya. Hal tersebut bermakna bahwa apapun yang dilakukan manusia pada lingkungannya, dampaknya akan kembali lagi pada manusia, baik itu berupa keuntungan maupun kerugian. Demikian nampak bahwa pada dasarnya setiap manusia dituntut untuk memiliki kesadaran lingkungan agar terjadi hubungan yang harmonis dan saling menguntungkan antara manusia dan lingkungannya. Hubungan yang sirkuler tersebut nampak nyata dalam kehidupan sehari-hari remaja, misalnya apabila remaja tidak menjaga kebersihan lingkungan maka bibit penyakit akan mudah timbul

sehingga berdampak negatif. Namun sebaliknya, apabila remaja dapat menjaga kebersihan lingkungan, maka kondisi lingkungan yang bersih akan berdampak positif bagi kesehatan serta mendatangkan kenyamanan tersendiri bagi remaja.

Kellert dan Wilson (1993, dalam Ferrer-i-Carbonel dan Gowdy, 2006, h.1-8) menjelaskan bahwa manusia akan memperoleh efek psikologis positif oleh karena kesadarannya pada lingkungan. Efek psikologis positif itulah yang kemudian berdampak pada meningkatnya *subjective well-being*. Remaja yang memiliki kesadaran lingkungan akan tampak pada perilakunya sehari-hari yang berkaitan dengan interaksinya dengan lingkungan. Misalnya berupaya mencegah terjadinya pencemaran dengan selalu membuang sampah pada tempatnya, berupaya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta memiliki kepedulian pada alam. Perilaku-perilaku remaja yang bersifat pro lingkungan tersebutlah kemudian mendatangkan efek psikologis positif sehingga meningkatkan *subjective well-being*.

Adanya efek psikologis positif yang diterima oleh individu yang memiliki kesadaran lingkungan apabila dikaitkan dengan penjelasan sebelumnya mengenai hubungan yang sirkuler antara

manusia dan lingkungannya maka akan memperjelas hubungan diantaranya keduanya. Individu remaja yang menunculkan perilaku-perilaku yang pro lingkungan akan menjamin hubungan sirkuler yang harmonis dan seimbang antara dirinya dan lingkungan. Demikian hubungan tersebut akan mendatangkan dampak positif bagi kedua belah pihak. Hal tersebut didukung pula oleh penjelasan Wilson (dalam Duroy, 2005, h,1-25) bahwa pada dasarnya setiap manusia memiliki kebutuhan untuk hidup harmonis dengan dengan alam, seperti misalnya: hewan, popohonan, dan lain sebagainya. Demikian jelaslah bahwa kesadaran lingkungan yang muncul dalam bentuk perilaku kemudian membentuk hubungan yang harmonis antara individu tersebut dan lingkungannya sehingga mendatangkan efek psikologis positif yang kemudian meningkatkan *subjective well-being*.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan positif antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* remaja. Yaitu semakin tinggi kesadaran lingkungan yang dimiliki remaja, maka akan semakin tinggi pula *subjective well-being*nya.

## **METODE PENELITIAN**

Subyek Penelitian ini adalah 130 siswa (laki-laki dan perempuan) kelas X SMKN 7 Semarang. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala. Terdapat tiga buah skala yang digunakan, yaitu *Satisfaction With Life Scale* (Watson dkk, 1988), *Positive Affectivity and Negative Affectivity Scale* (Diener dkk, 1985) dan skala kesadaran lingkungan.

*Subjective well-being* diukur berdasarkan dua aspek, yaitu:

- 1) Kepuasan hidup diukur dengan *Satisfaction With Life Scale*
- 2) Afeksi diukur dengan *Positive Affectivity and Negative Affectivity Scale*

Kesadaran lingkungan diukur dengan berdasarkan lima aspek, yaitu:

- 1) Kesadaran pada penyebab polusi
- 2) Kesadaran pada tanah dan udara
- 3) Kesadaran pada perlindungan energi
- 4) Kesadaran pada kesehatan manusia
- 5) Kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan

Sedangkan metode analisis data yang digunakan adalah analisis *product moment* dari Pearson.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan ( $r_{xy} = 0,506$ ;  $p < 0,01$ ) antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* remaja. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi kesadaran lingkungan maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada remaja, demikian pula sebaliknya. Hal ini mempertegas bahwa apa yang sebelumnya telah dikemukakan oleh Sylvan & Bennet (dalam Keraf, 2006, h.43) mengenai *prudential agurment* yaitu bahwa kelangsungan hidup dan kesejahteraan manusia bergantung pada kelestarian dan kualitas lingkungan karena lingkungan adalah sumber pemenuh berbagai kebutuhan hidup manusia, sehingga setiap individu berkepentingan untuk memiliki kesadaran lingkungan. Dengan demikian apabila individu memiliki kesadaran lingkungan yaitu berupaya untuk menjaga kelestarian dan kualitas lingkungannya maka hal tersebut akan memberikan keuntungan bagi kelangsungan dan kesejahteraan hidupnya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Ferrer-i-Carbonel dan Gowdy (2006, h.1-8) yang membuktikan bahwa kesadaran lingkungan memiliki korelasi

dengan tingkat *subjective well-being* seorang. Hal tersebut terjadi karena kesadaran lingkungan yang dimiliki seorang akan mendatangkan keuntungan psikologis positif yang kemudian berdampak pada meningkatnya *subjective well-being* (Kellert dan Wilson, 1993, dalam Gowdy, 2006, h,1-8). Kesadaran lingkungan remaja yang terwujud dalam perilakunya yang peduli pada lingkungan nyatanya telah berhasil membangun interaksi timbal balik harmonis dengan lingkungan. Hal tersebut dijelaskan oleh Soemarwoto (dalam Hamzah, 2013, h.3) bahwa terdapat interaksi atau hubungan yang bersifat sirkuler antara manusia dan lingkungannya, yaitu apapun yang dilakukan manusia pada lingkungannya, dampaknya akan kembali lagi pada manusia, baik berupa keuntungan maupun kerugian. Demikian nampak bahwa apabila hubungan sirkuler tersebut dapat berjalan secara harmonis, maka akan mendatangkan keuntungan bagi kedua belah pihak, yaitu remaja dan lingkungannya.

Berkaitan dengan hal tersebut, Wilson (1984, dalam Duroy, 2005, h,1-25) menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya memiliki kebutuhan untuk hidup secara harmonis dengan alam, misalnya: pepohonan, hewan, dan lain sebagainya. Dengan demikian nampak

bahwa perilaku manusia yang muncul oleh karena kesadaran lingkungan yang dimilikinya akan memenuhi kebutuhan manusia tersebut mengenai hubungan yang harmonis dengan alam. Hal tersebut kemudian menunjukkan bahwa semakin

tinggi kesadaran lingkungan maka akan semakin harmonis hubungan yang terbentuk sehingga semakin tinggi pula *subjective well-being* oleh karena manfaat psikologis yang diterima manusia.

**Tabel 1**  
**Korelasi Antar Aspek Kesadaran Lingkungan dengan *Subjective Well-Being***

Kesadaran Lingkungan	<i>Subjective Well-Being</i>					
	Kepuasan Hidup			Afeksi		
	r	Sig	Keterangan	r	Sig	Keterangan
Kesadaran pada penyebab polusi	0,410"	0,000	Sangat Signifikan	0,190'	0,015	Signifikan
Kesadaran pada tanah dan udara	0,185'	0,018	Signifikan	0,172'	0,025	Signifikan
Kesadaran pada perlindungan energi	0,214"	0,007	Sangat Signifikan	0,253"	0,002	Sangat Signifikan
Kesadaran pada kesehatan manusia	0,249"	0,002	Sangat Signifikan	0,339"	0,000	Sangat Signifikan
Kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan	-0,02	0,410	Tidak Signifikan	0,06	0,248	Tidak Signifikan

Hubungan yang harmonis antara remaja dan lingkungannya tersebut, apabila dikaitkan dengan setiap aspek kesadaran lingkungan yang digunakan pada penelitian kali ini maka akan semakin memperjelas hubungan positif antara kesadaran lingkungan dengan *subjective well-being* pada remaja. Kesadaran pada penyebab polusi sebagai aspek pertama kesadaran lingkungan memiliki hubungan positif yang kuat ( $r = 0,410$   $p > 0,01$ ) dengan aspek pertama *subjective well-being*, yaitu kepuasan

hidup. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi kesadaran remaja pada penyebab polusi, yaitu dengan berusaha meminimalisir terjadinya polusi misalnya dengan tidak membakar sampah, perilaku tersebut akan mendatangkan kepuasan hidup bagi remaja. Kesadaran pada penyebab polusi tersebut juga memiliki hubungan positif yang lemah ( $r = 0,190$   $p > 0,05$ ) dengan aspek kedua *subjective well-being* yaitu afeksi, yang berarti bahwa semakin tinggi kesadaran remaja pada penyebab polusi maka

semakin tinggi pula tingkat afeksi positif (tertarik, terinspirasi, bertekad, dan lain sebagainya) serta semakin rendah tingkat afeksi negatif (sedih, gugup, bingung, dan lain sebagainya).

Aspek kedua kesadaran lingkungan, yaitu kesadaran pada tanah dan udara memiliki hubungan positif yang lemah dengan kedua aspek *subjective well-being*, yaitu kepuasan hidup ( $r = 0,185$   $p > 0,05$ ) dan afeksi ( $r = 0,172$   $p > 0,05$ ). Hal tersebut bermakna bahwa apabila remaja berupaya melindungi tanah dan udara, misalnya tidak melakukan tindakan yang mencemari tanah, perilaku tersebut akan berpengaruh pada kepuasan hidup serta afeksi positif dan afeksi negatif meskipun pengaruhnya kecil.

Kesadaran pada perlindungan energi sebagai aspek ketiga kesadaran lingkungan memiliki hubungan positif yang kuat dengan aspek pertama *subjective well-being* yaitu kepuasan hidup ( $r = 0,214$   $p > 0,01$ ) dan afeksi ( $r = 0,253$   $p > 0,01$ ). Hal tersebut bermakna bahwa perilaku remaja yang mencerminkan perlindungan energi, misalnya hanya menggunakan alat elektronik yang sangat dibutuhkan saja, perilaku tersebut akan berpengaruh kuat pada tingginya kepuasan hidup, tingginya afeksi positif, serta rendahnya afeksi negatif.

Kesadaran pada kesehatan manusia sebagai aspek keempat kesadaran lingkungan memiliki hubungan positif yang kuat dengan aspek pertama *subjective well-being* yaitu kepuasan hidup ( $r = 0,249$   $p > 0,01$ ) dan afeksi ( $r = 0,339$   $p > 0,01$ ). Hal tersebut bermakna bahwa perilaku remaja dalam berupa menjaga kesehatan misalnya menjaga kebersihan lingkungan, perilaku tersebut akan berpengaruh kuat pada tingginya kepuasan hidup, tingginya afeksi positif, serta rendahnya afeksi negatif.

Di sisi lain, tidak terdapat hubungan antara aspek kelima kesadaran lingkungan, yaitu kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan dengan kedua aspek *subjective well-being* yaitu, aspek kepuasan hidup dan aspek afeksi. Hal tersebut diduga karena perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan adalah hal yang jauh dari kehidupan remaja yang menjadi subyek penelitian, dimana remaja yang menjadi subyek penelitian adalah remaja yang tinggal di kota serta jauh dari kehidupan liar dan hewan yang hampir punah. Faktor tersebutlah yang diduga menjadi penyebab tidak terdapatnya hubungan antara kesadaran pada perlindungan kehidupan liar dan kepunahan hewan dengan *subjective well-being* remaja.

Hasil olah data penelitian menunjukkan bahwa hasil mean empirik *subjective well-being* (Me) adalah sebesar 72,42 dan standar deviasi (SDe) sebesar 9,21. Hal lain yang nampak pada hasil olah data adalah sejumlah 51 remaja memiliki *subjective well-being* yang rendah serta sejumlah 54 remaja memiliki *subjective well-being* yang tinggi, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa remaja siswa dan siswi kelas X SMK N 7 (STM Pembangunan) Semarang yang merupakan populasi dari penelitian ini memiliki *subjective well-being* yang sedang. *Subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja inilah yang yang membuat remaja lebih mampu mengontrol emosinya serta mampu menghadapi berbagai peristiwa yang terjadi dengan lebih baik (Myers & Diener, 1995, dalam Nisfiannor dkk, 2004, h.74-93).

Berkaitan dengan aspek kepuasan hidup pada *subjective well-being* remaja, hasil olah data pada *Satisfaction With Life Scale* yang terdiri dari lima item pernyataan dengan skala pilihan jawaban satu sampai tujuh, dimana tujuh sebagai skala tertinggi menunjukkan bahwa rata-rata 25,7% subyek memilih angka enam dan 24,44% subyek memilih angka lima. Di sisi lain, berkaitan dengan aspek afeksi pada

*subjective well-being* remaja, hasil olah data *Positive Affectivity and Negative Affectivity Scale* menunjukkan bahwa rata-rata 40% subyek mengakui lumayan kerap menampilkan afeksi positif serta 34,78% subyek mengakui sangat sering menampilkan afeksi positif seperti terinspirasi, aktif, dan lain sebagainya. Hasil lain yang nampak adalah bahwa rata-rata 34,18% subyek mengaku hanya sedikit menampilkan afeksi negatif serta 24,78% cukup menampilkan afeksi negatif seperti sedih, bingung, dan lain sebagainya.

Sedangkan mengenai kesadaran lingkungan, hasil mean empirik (Me) adalah sebesar 47,78 dan standar deviasi (SDe) sebesar 4,16. Hal lain yang nampak pada hasil olah data adalah sejumlah 50 remaja memiliki kesadaran lingkungan yang rendah serta sejumlah 57 remaja memiliki kesadaran lingkungan yang tinggi, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa remaja siswa dan siswi kelas X SMK N 7 (STM Pembangunan) Semarang memiliki tingkat kesadaran lingkungan yang sedang. Remaja yang memiliki kesadaran lingkungan akan mampu memiliki hubungan yang harmonis dengan lingkungan sehingga terciptalah keserasian dan keseimbangan antara manusia dan lingkungannya (Keraf, 2006, h.287).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulannya adalah terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* pada remaja. Hal tersebut berarti semakin tinggi kesadaran lingkungan akan semakin tinggi pula *subjective well-being* pada remaja. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah kesadaran lingkungan maka semakin rendah pula *subjective well-being* pada remaja. Sumbangan efektif kesadaran lingkungan pada *subjective well-being* remaja adalah sebesar 25,6%.  
Bagi Subyek

Saran yang diberikan adalah remaja yang memiliki kesadaran lingkungan yang tinggi hendaknya tetap mempertahankan kesadaran lingkungannya tersebut melalui hal-hal sederhana yang dapat dilakukan di lingkungan rumah maupun lingkungan sekolah. Misalnya, mencegah terjadinya polusi dengan membuang sampah pada tempatnya, turut aktif dalam menjaga kelestarian taman sekolah, dan lain sebagainya.

Remaja yang memiliki kesadaran lingkungan yang rendah hendaknya berupaya untuk meningkatkan kesadarannya pada lingkungan dengan mulai terlibat aktif dalam berbagai kegiatan sederhana yang diadakan di lingkungan sekolah dan rumah. Misalnya

menjaga kebersihan lingkungan, mencegah terjadinya polusi dengan tidak membakar sampah dan tidak membuangnya di sungai. Hal tersebut penting karena terbukti bahwa kesadaran

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. 2013. *Bunuh Diri Mengintai Remaja, Yuk Kembali ke Agama*. @republika.co.id (Jumat, 24 Mei 2013)
- Carr, A. 2004. *Positive Psychology; The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Duroy, Quentin M. 2005. *The Determinant of Environmental Awareness and Behavior*. Departement of Economics. USA: Rensselaer Polytechnic Institute.
- Effendi, Z. 2012. *20% Persen Remaja Dirawat di RSJ Menur Alami Depresi Berat*. @news.detik.comj. (Rabu, 10 Oktober 2012)
- Ferrer-i-Carbonel, A. Gowdy, J.M. 2006. *Environmental Degradation and Happiness*. -- : Elsevier B.V.
- Hamzah, S. 2013. *Pendidikan Lingkungan; Sekelumit Wawasan Pengantar*. Bandung: Refika Aditama.

- Handayani, W. 2013. *Asmara denga Polisi Kandas, Remaja 17 Tahun Bunuh Diri*. @vivanews.com/news/ (Minggu, 12 Mei 2013)
- Hefferon, K., Boniwell, I. 2011. *Positive Psychology Theory, Reasearch and Applications*. New York: McGraw Hill.
- Indriyani, M. 2013. *2 Remaja Cina Bunuh Diri Karena Tugas Sekolah*. @dunia.news.viva.co.id/news/ (Sabtu, 4 Mei 2013)
- Kant, S., Sharma, Y. 2013. *The Environmental Awareness of Secondary School Sudent With Reference to Their Intellegence. A Journal of Science, Technology and Management*. --: BPR Technologia. ISSN : 2278-8387 Vol 2 (1), 2013.
- Keraf, Sony. 2006. *Etika Lingkungan Hidup*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., Ryff, C.D. 2002. *Opmizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. Journal of Psychology and Social Psychology*. Washington DC: American Psychological Association, Inc. Vol 82. No 6. 1007-1022.
- Neolaka, A. 2008. *Kesadaran Lingkungan*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Nisfiannor, M., Rostiana., Puspasari, T. 2004. Hubungan Antara Komitmen Beragama dan Subjective Well-Being pada Remaja Akhir di Universitas Tarumanegara. *Jurnal Psikologi*. - : - . Vol 2. No 1. Juni 2004.
- Papalia, Diane. 2003. *Humant Development*. Edisi 9th. USA: McGraw Hill
- Santrock, J.W. 2002. *Live-Span Development; Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Santoso, H. 2013. *Lukis Tong Sampah Gugah Kepedulian Lingkungan*. Dalam Suara Merdeka Cetak Senin, 20 Mei 2013.
- Shoebeiri, S.M., Omidvar, B., Prahallada, N.N. 2007. *A Comparative Study of Environmental Awareness among Secondary School Student in Iran and India. Int. J. Environ. Res.1 (1): 28-34*. Karnataka: University of Tehran.
- Solso. 2008. *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Erlangga.
- . 2011. *TOYOTA Perkuat Kesadaran Lingkungan Bagi Generasi Muda*. @investor.co.id (Rabu, 28 Februari 2011)