



HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG BERPACARAN

Frisca Dyanetta Winarto Putri^{1*}, Isrida Yul Arfiana², Mamang Efendy³

¹⁻³ Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

*Penulis Korespondensi: frisca.win@gmail.com

Abstract. Emerging adulthood is a crucial developmental period in which individuals are expected to build intimacy, making romantic partnerships relevant to psychological well-being. Self-esteem is considered a personal factor that may be associated with psychological well-being, because it relates to how individuals evaluate themselves and maintain healthy boundaries in relationships. This study examined the association between self-esteem and psychological well-being among emerging adult women (aged 18–25) who are dating. A quantitative correlational design was employed. Participants were 96 women living in Surabaya who had been dating for at least three months, recruited through purposive sampling. Psychological well-being was measured using a 42-item scale based on Ryff's (1989) model ($\alpha = 0.979$), and self-esteem was measured using a 27-item scale based on Tafarodi and Swann's (1995) self-liking and self-competence framework ($\alpha = 0.970$). Because the data were not normally distributed, Spearman's rho correlation was used. The results indicated a statistically significant positive association between self-esteem and psychological well-being ($r_s = 0.850$, $p < 0.01$), suggesting a very strong relationship. In other words, higher self-esteem was associated with higher psychological well-being among emerging adult women who are dating..

Keywords: Correlational study, dating relationship, emerging adult women, psychological well-being, self-esteem

Abstrak. Dewasa awal merupakan periode perkembangan yang krusial, ketika individu diharapkan membangun keintiman, sehingga hubungan dengan pasangan menjadi aspek yang relevan bagi kesejahteraan psikologis. Harga diri dipandang sebagai faktor personal yang dapat berkaitan dengan kesejahteraan psikologis karena berhubungan dengan cara individu menilai diri dan menjaga batasan yang sehat dalam relasi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang sedang berpacaran. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 96 perempuan berusia 18–25 tahun yang berdomisili di Surabaya dan telah berpacaran minimal tiga bulan, direkrut melalui teknik purposive sampling. Kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala 42 aitem berdasarkan model Ryff (1989) ($\alpha = 0,979$), sedangkan harga diri diukur menggunakan skala 27 aitem berdasarkan konsep self-liking dan self-competence dari Tafarodi dan Swann (1995) ($\alpha = 0,970$). Karena data tidak berdistribusi normal, analisis dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan secara statistik antara harga diri dan kesejahteraan psikologis ($r_s = 0,850$; $p < 0,01$) dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Artinya, semakin tinggi harga diri, semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran.

Kata kunci: Berpacaran, harga diri, kesejahteraan psikologis, perempuan dewasa awal, studi korelasional.

1. LATAR BELAKANG

Dewasa awal merupakan fase perkembangan yang krusial karena individu mulai mengarahkan hidupnya pada pembentukan relasi interpersonal yang lebih mendalam dan stabil. Dalam kerangka perkembangan psikososial Erikson, tugas utama pada fase ini adalah menyelesaikan konflik *intimacy vs. isolation*, yakni kemampuan membangun keintiman tanpa kehilangan kemandirian diri. Keberhasilan pada tahap ini ditandai oleh kapasitas menjalin hubungan dekat yang suportif, sedangkan kegagalan sering berkaitan

dengan kesepian serta hambatan penyesuaian psikososial (Erikson, 1950/1968; Moore & Abell, 2017). Pada konteks ini, kualitas relasi berpotensi menjadi fondasi penting bagi terbentuknya kesejahteraan psikologis, karena hubungan yang bermakna diyakini memperkuat penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, serta adaptasi yang sehat (Ryff, 1989).

Kesejahteraan psikologis tidak sekadar berarti ketiadaan gangguan psikologis, melainkan menggambarkan keberfungsian psikologis yang optimal. Ryff (1989) menjelaskan kesejahteraan psikologis melalui enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis merepresentasikan kualitas hidup psikologis yang memungkinkan individu merasa hidupnya bermakna, mampu menghadapi tantangan secara adaptif, serta menjalani kehidupan selaras dengan nilai yang diyakini.

Namun, indikasi kesejahteraan psikologis pada remaja hingga dewasa awal menunjukkan tantangan yang perlu mendapat perhatian. Secara global, WHO menekankan bahwa masalah kesehatan mental banyak bermula pada rentang usia remaja hingga awal dewasa. Pada konteks Indonesia, studi deskriptif menunjukkan sebagian besar remaja berada pada kategori kesejahteraan psikologis sedang hingga rendah, dengan kelemahan yang menonjol pada aspek otonomi, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi (Widyawati dkk., 2022). Selaras dengan itu, data Kementerian Kesehatan RI yang merujuk catatan POLRI juga menunjukkan peningkatan kasus kematian akibat bunuh diri dari tahun 2022 ke 2023 (Kemenkes RI, 2023). Temuan-temuan ini memperlihatkan bahwa isu kesejahteraan psikologis pada rentang perkembangan tersebut masih relevan untuk dikaji lebih lanjut, terutama pada kelompok yang menghadapi tantangan relasional yang khas.

Dalam konteks relasi berpacaran, perempuan dewasa awal merupakan kelompok yang penting diperhatikan karena isu kekerasan berbasis gender di ranah personal masih tinggi dan sebagian kasus terjadi dalam hubungan pacaran. Catatan Tahunan Komnas Perempuan menunjukkan adanya kasus kekerasan oleh mantan pacar dan kekerasan dalam pacaran (KDP), serta mayoritas pengadu berada pada rentang usia 18–24 tahun (CATAHU, 2024). Di sisi lain, studi juga menunjukkan bahwa kualitas hubungan, misalnya empati, keintiman, stabilitas, dan kepuasan hubungan. Hal ini berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, di mana relasi yang memuaskan cenderung mendukung kesejahteraan psikologis, sementara relasi yang konfliktnal atau minim keintiman berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis (Camirand & Poulin, 2022; Yöyen dkk., 2025). Secara khusus, kekerasan emosional dalam pacaran dapat mengganggu aspek-aspek kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri dan otonomi, serta meningkatkan kerentanan psikologis (Kusbadini, 2014; Yunanto & Kenward, 2024).

Selain faktor relasional, literatur menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh faktor personal dan sosial yang saling berinteraksi. Dukungan sosial berperan sebagai buffer terhadap stres dan kecemasan, sedangkan relasi yang konfliktnal dan minim dukungan menjadi faktor risiko menurunnya kesejahteraan psikologis (Justin & Garrett, 2025; Mahendika & Sijabat, 2023). Salah satu faktor personal yang konsisten dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis pada remaja dan dewasa muda adalah harga diri (Agrahari & Srivastava, 2025; Akfirat, 2020). Harga diri dipahami sebagai evaluasi

menyeluruh individu mengenai nilai dirinya, mencakup keyakinan akan kompetensi diri dan perasaan layak untuk dicintai serta bahagia (Rosenberg, 1965).

Sejalan dengan itu, Tafarodi dan Swann menekankan bahwa harga diri bersifat multidimensi, yang terdiri dari dua komponen utama, yaitu *self-competence* (penilaian atas kemampuan/efikasi diri) dan *self-liking* (penilaian afektif mengenai keberhargaan diri serta penerimaan terhadap diri) (Tafarodi & Swann, 1995). Kerangka ini relevan dalam konteks relasi berpacaran karena *self-competence* berhubungan dengan kapasitas individu untuk bersikap mandiri, mengambil keputusan, serta mengelola tuntutan relasional secara adaptif, sedangkan *self-liking* berkaitan dengan perasaan layak diperlakukan dengan baik dan kemampuan menetapkan batasan interpersonal yang sehat. Individu dengan harga diri yang lebih positif cenderung memiliki keyakinan diri yang lebih stabil, mampu menetapkan batasan interpersonal yang sehat, dan lebih resilien dalam menghadapi konflik relasional. Sebaliknya, rendahnya harga diri dapat memperbesar kerentanan psikologis, termasuk dalam konteks paparan tekanan sosial dan relasi yang tidak sehat (Antovia & Basaria, 2024). Bahkan, beberapa temuan menunjukkan korban kekerasan dalam pacaran sering kali menunjukkan penilaian diri yang negatif, yang dapat membuat individu lebih sulit keluar dari hubungan yang merugikan (Irmayanti & Zuroidah, 2024; Ramadhani dkk., 2022; Nguyen dkk., 2019).

Meskipun hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis telah banyak diteliti, kajian yang secara spesifik meninjau keterkaitan kedua variabel tersebut pada perempuan dewasa awal yang berpacaran di Indonesia masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran. Studi ini diharapkan berkontribusi secara teoretis dalam memperkaya pemahaman mengenai faktor protektif kesejahteraan psikologis pada konteks relasi pacaran, serta secara praktis menjadi dasar pengembangan intervensi atau program promotif-preventif yang memperkuat harga diri sebagai sumber daya psikologis bagi perempuan dewasa awal.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan korelasional untuk menguji hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran di Surabaya. Partisipan berjumlah 96 perempuan dengan kriteria: berusia 18–25 tahun, sedang berpacaran minimal 3 bulan, baik dalam hubungan tatap muka maupun jarak jauh. Sampel diperoleh melalui teknik purposive sampling dalam kerangka non-probability sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan peneliti. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Form yang disebarakan kepada responden yang memenuhi kriteria tersebut.

Instrumen penelitian terdiri atas dua skala psikologi, yaitu skala kesejahteraan psikologis dan skala harga diri. Skala kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan model Ryff (1989) yang mencakup enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala ini terdiri dari 42 aitem dengan model Likert lima pilihan. Hasil uji validitas menggunakan Corrected Item dengan total Correlation menunjukkan seluruh aitem valid (rentang 0,552–0,871, kriteria $\geq 0,30$), serta reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,979 yang mengindikasikan konsistensi internal sangat tinggi. Skala harga diri disusun mengacu

pada kerangka Tafarodi dan Swann (1995) yang terdiri dari dua aspek, yaitu *self-liking* dan *self-competence*. Skala ini dikembangkan dari 28 aitem; setelah uji validitas, 1 aitem gugur sehingga tersisa 27 aitem valid (rentang 0,484–0,887, kriteria $\geq 0,30$), dengan reliabilitas *Cronbach's Alpha* = 0,970, yang menunjukkan reliabilitas sangat baik. Seluruh aitem menggunakan skoring Likert lima kategori dengan pembalikan skor untuk aitem unfavorable.

Penelitian “Hubungan antara Harga Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Dewasa Awal yang Berpacaran” menguji hubungan antara harga diri (X) sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis (Y) sebagai variabel terikat dengan pendekatan kuantitatif dan desain korelasional. Analisis data dilakukan secara bertahap melalui pemeriksaan karakteristik data, pengujian asumsi statistik, dan analisis korelasional untuk menguji hipotesis penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 96 responden perempuan dewasa awal yang sedang berpacaran. Meskipun kriteria inklusi penelitian menetapkan usia 18–25 tahun, pada data yang terkumpul tidak terdapat responden berusia 18–19 tahun, sehingga rentang usia responden aktual berada pada 20–25 tahun. Responden terbanyak berada pada usia 22 tahun dan 21 tahun. Ditinjau dari durasi hubungan, mayoritas responden menjalani hubungan lebih dari 1 tahun, sedangkan sisanya berada pada kategori durasi ≤ 1 tahun. Berdasarkan tipe hubungan, sebagian besar responden menjalani hubungan tatap muka, sementara sebagian lainnya menjalani hubungan jarak jauh (LDR)

Tabel. 1 Data Demografis Berdasarkan Usia

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	20 tahun	8	8,33
	21 tahun	35	36,46
	22 tahun	37	38,54
	23 tahun	7	7,29
	24 tahun	3	3,13
	25 tahun	6	6,25
Durasi berpacaran	3–6 bulan	23	23,96
	7–12 bulan	12	12,50
	> 1 tahun	61	63,54
Tipe hubungan	Tatap muka (langsung)	67	69,80
	Jarak jauh (LDR)	29	30,20

Uji Asumsi

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara harga diri (X) dan kesejahteraan psikologis (Y). Karena analisis korelasional parametrik mensyaratkan terpenuhinya asumsi tertentu, maka sebelum pengujian korelasi dilakukan terlebih dahulu uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Tahapan ini bertujuan memastikan data memenuhi asumsi statistik yang diperlukan sehingga hasil analisis dapat diinterpretasikan secara tepat.

Tabel. 2 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov–Smirnov	Sig.	Keterangan
----------	--------------------	------	------------

Kesejahteraan Psikologis	0.184	0.000	Tidak Normal
Harga Diri	0.200	0.000	Tidak Normal

Tabel. 3 Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kesejahteraan Psikologis	1.073	0.403	Linier
Harga Diri			

Uji normalitas *Kolmogorov–Smirnov* menunjukkan bahwa data harga diri dan kesejahteraan psikologis tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$). Uji linearitas menunjukkan tidak terdapat penyimpangan hubungan yang bermakna dari linearitas (*Deviation from Linearity* $p > 0,05$), sehingga hubungan kedua variabel memenuhi asumsi linearitas. Dengan mempertimbangkan hasil uji normalitas, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *nonparametrik Spearman's rho*.

Uji Hipotesis

Hasil analisis korelasi *Spearman's rho* yang diolah melalui IBM SPSS Statistics 25 (Tabel 4) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis dengan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,01$). Diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r_s = 0,850$, yang mengindikasikan kekuatan hubungan pada kategori sangat kuat. Arah hubungan yang positif menunjukkan korelasi searah antara kedua variabel, yaitu semakin tinggi harga diri, semakin tinggi pula kecenderungan kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya. Selain itu, besarnya keterkaitan antara kedua variabel dapat dilihat melalui koefisien determinasi berbasis korelasi (r_s^2). Nilai $r_s^2 = (0,850)^2 = 0,7225$, yang menunjukkan bahwa terdapat perkiraan variasi bersama sebesar 72,25% antara harga diri dan kesejahteraan psikologis. Sementara itu, 27,75% sisanya kemungkinan berkaitan dengan faktor lain di luar variabel yang diteliti. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga terdapat hubungan signifikan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran.

Tabel. 4 Uji *Spearman's Rho*

Variabel	r_s	p
Harga Diri – Kesejahteraan Psikologis	0,850	0,000

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sangat kuat antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran. Temuan ini mengindikasikan bahwa responden dengan evaluasi diri yang lebih positif cenderung memiliki keberfungsian psikologis yang lebih baik, sehingga harga diri berjalan searah dengan kesejahteraan psikologis dalam konteks hubungan pacaran. Namun, mengingat desain penelitian ini bersifat korelasional, hasil tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat.

Secara konseptual, keterkaitan ini dapat dipahami karena harga diri berfungsi sebagai sumber daya intrapersonal yang memengaruhi cara individu menilai diri, pengalaman, dan relasi. Individu dengan penilaian diri yang lebih positif dan stabil cenderung lebih mampu menerima dirinya, menilai situasi secara lebih realistis, serta membangun harapan yang lebih sehat terhadap relasi yang dijalani. Kondisi ini tercermin dalam kualitas keberfungsian psikologis yang lebih adaptif, sejalan dengan konsep *psychological well-being* Ryff yang mencakup penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989).

Mekanisme hubungan juga dapat dijelaskan lebih spesifik melalui dua komponen harga diri dalam kerangka *self-liking* dan *self-competence* (Tafarodi & Swann, 1995). *Self-liking* berkaitan dengan penerimaan diri dan afeksi positif terhadap diri yang mendukung dimensi penerimaan diri serta kualitas hubungan positif. Individu yang merasa layak dihargai cenderung memiliki rasa aman emosional yang lebih baik, sehingga tidak mudah menafsirkan konflik sebagai penolakan terhadap diri dan lebih mampu merespons dinamika relasi secara proporsional. Selain itu, *self-liking* berkaitan dengan otonomi karena individu lebih mampu mempertahankan nilai serta preferensi pribadi dan tidak menyesuaikan diri secara berlebihan demi menghindari penolakan. Di sisi lain, *self-competence* berkaitan dengan keyakinan mampu menghadapi tuntutan dan tantangan, yang mendukung penguasaan lingkungan, penyelesaian masalah relasional, serta kemampuan menyeimbangkan tuntutan hubungan dengan aspek kehidupan lain. Dengan demikian, kedua aspek harga diri tersebut berasosiasi dengan kapasitas individu untuk menjaga tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi dalam relasi (Ryff, 1989; Tafarodi & Swann, 1995).

Temuan ini juga relevan ditinjau dari fase perkembangan dewasa awal, ketika individu dihadapkan pada tugas membangun kedekatan yang bermakna tanpa kehilangan identitas diri. Hubungan pacaran menjadi ruang yang menuntut pengenalan diri, negosiasi kebutuhan, dan pengelolaan batasan secara sehat. Dalam konteks ini, harga diri yang lebih adaptif berkaitan dengan kemampuan menjalani dinamika hubungan tanpa mudah terjebak pada ketakutan ditolak atau ketergantungan emosional berlebihan, sehingga mendukung keberfungsian psikologis yang lebih stabil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan studi terdahulu yang menunjukkan hubungan positif antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada berbagai populasi, termasuk penelitian Antovia dan Basaria (2024) serta Farmasita dan Wilantika (2023). Selain itu, tinjauan pustaka oleh Prihartini dkk. (2023) menempatkan harga diri sebagai salah satu faktor intrapersonal yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis bersama faktor interpersonal dan kontekstual. Kekhasan studi ini terletak pada fokus konteks hubungan pacaran pada perempuan dewasa awal, sehingga memperkuat pemahaman bahwa faktor intrapersonal tetap relevan ketika individu menghadapi dinamika relasi romantis.

Secara praktis, temuan ini mengarah pada pentingnya penguatan harga diri sebagai salah satu fokus dalam psikoedukasi atau layanan konseling bagi perempuan dewasa awal yang sedang berpacaran. Intervensi yang menekankan penerimaan diri, keterampilan asertif, serta pembentukan batasan relasi yang sehat berpotensi mendukung kesejahteraan psikologis, terutama dalam menghadapi konflik atau tekanan relasional. Meski demikian, kesejahteraan psikologis tidak ditentukan oleh satu faktor saja; variabel lain seperti

kualitas hubungan, dukungan sosial, pola komunikasi, regulasi emosi, dan pengalaman relasional sebelumnya juga mungkin berkontribusi.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dan berkekuatan sangat kuat antara harga diri dan kesejahteraan psikologis pada perempuan dewasa awal yang berpacaran. Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan evaluasi diri yang lebih positif cenderung memiliki keberfungsian psikologis yang lebih baik dalam aspek penerimaan diri, relasi positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Secara praktis, hasil ini mendukung pentingnya penguatan harga diri sebagai salah satu fokus psikoedukasi atau layanan konseling untuk membantu perempuan dewasa awal menjalani relasi pacaran secara lebih sehat dan adaptif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain korelasional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat. Kedua, pengukuran berbasis *self-report* berpotensi dipengaruhi bias persepsi dan *common method*. Ketiga, meskipun kriteria inklusi mencakup usia 18–25 tahun, responden aktual berada pada rentang 20–25 tahun sehingga generalisasi temuan pada usia 18–19 tahun belum dapat dipastikan. Penelitian selanjutnya disarankan menambahkan variabel relasional (misalnya kualitas hubungan, komunikasi, kekerasan emosional, atau dukungan sosial) serta mempertimbangkan desain longitudinal atau *mixed methods* untuk memperjelas proses yang menjembatani harga diri dan kesejahteraan psikologis dalam konteks hubungan pacaran.

DAFTAR REFERENSI

- Akfirati, O. N. (2020). *Investigation of relationship between psychological well-being, self-esteem, perceived general self-efficacy, level of hope and cognitive emotion regulation strategies*. European Journal of Education Studies, 7(9), 286–300. <https://doi.org/10.46827/ejes.v7i9.3267>
- Basaria, D. (2024). Hubungan Self Esteem Dengan Psychological Well-being Pada Remaja Pengguna Instagram. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(3), 459–464.
- Camirand, E., & Poulin, F. (2022). Links between best friendship, romantic relationship, and Psychological Well-being in emerging adulthood. *The Journal of Genetic Psychology*, 183(4), 328–344.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). Norton.
- Farmasita, G. P., & Wilantika, R. (2023). Hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Universitas Aisyah Pringsewu. *Jurnal Psikologi*, 1 (1), 1–9.
- Irmayanti, N., & Zuroidah, A. (2024). Gambaran ketergantungan emosional dan harga diri pada korban kekerasan dalam pacaran: Sistematis review. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1 (2), 314–332.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Komnas Perempuan. (2025). *CATAHU 2024: Menata data, menajamkan arah: Refleksi pendokumentasian dan tren kasus kekerasan terhadap perempuan* [Report].
- Kusbadini, W. (2014). *Psychological well being perempuan dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Mahendika, D. (2023). Pengaruh dukungan sosial, strategi coping, resiliensi, dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*.
- Mahendika, D., & Sijabat, S. G. (2023). Pengaruh dukungan sosial, strategi coping, resiliensi, dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 1 (2), 76–89.
- Moore, I., & Abell, S. (2017). Intimacy Versus Isolation. In *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1–4). Springer, Cham.
- Nguyen, D. T., Wright, E. P., Dedding, C., Pham, T. T., & Bunders, J. (2019). Low Harga diri and Its Association With Anxiety, Depression, and Suicidal Ideation in Vietnamese Secondary School Students: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 698. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00698>
- Prihartini, D., Al Habsy, B., Hariastuti, R. T., & Christiana, E. (2023). Faktor-faktor psychological well being pada remaja. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 10 (4), 393–406. <https://doi.org/10.29407/nor.v10i4.21570>
- Ramadhani, D. P. (2022). Hubungan kekerasan dalam pacaran dengan harga diri pada korban wanita dewasa awal.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Tafarodi, R. W., & Swann Jr, W. B. (1995). Self-Liking and self-Competence as dimensions of global harga diri: initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322–342.
- Widyawati, S. (2022). Studi Deskriptif: Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. Widyawati | Psibernetika.
- Yöyen, E., Çalık, S., & Barış, T. G. (2025). Predictors of young adult women's Psychological Well-being in romantic Relationships. *Behavioral Sciences*, 15(1), 82. <https://doi.org/10.3390/bs15010082>
- Yunanto, T. A. R., & Kenward, B. (2024). Dinamika Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan Emosional dalam Hubungan Pacaran. *Jurnal Psikogenesis*, 12(1), 66–83.