

Social Support dan Self-Esteem sebagai Prediktor Psychological Capital pada Siswa SMKN 4 Semarang

Nabila Fidela Isna Marsa¹, Lucy Hariadi², Brigitan Argasiam³

¹⁻³ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas AKI, Semarang, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Sep, 2026

Revised Sep, 2026

Accepted Sep, 2026

Kata Kunci:

Psychological Capital, Social Support, Self-Esteem, Siswa SMK, SMKN 4 Semarang

Keywords:

Psychological Capital, Social Support, Self-Esteem, Vocational High School Students, State Vocational School 4 Semarang

ABSTRAK

Psychological capital merupakan modal psikologis positif yang membantu siswa menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan persiapan memasuki dunia kerja. Perkembangannya dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti social support, dan faktor internal, seperti self-esteem. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan social support dan self-esteem terhadap psychological capital pada siswa kelas X di SMKN 4 Semarang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 612 siswa kelas X tahun ajaran 2025/2026, dengan sampel sebanyak 243 siswa yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan melalui skala Psychological Capital, Social Support, dan Self-Esteem yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji asumsi, korelasi Pearson, dan regresi linear berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistics. Hasil penelitian menunjukkan bahwa social support berhubungan positif dan signifikan dengan psychological capital ($r = 0,443$; $p < 0,001$), demikian pula self-esteem ($r = 0,634$; $p < 0,001$). Secara simultan kedua variabel berhubungan signifikan dengan psychological capital ($F = 81,097$; $p < 0,001$) dengan koefisien determinasi sebesar 40,3%. Kebaruan penelitian terletak pada pengujian simultan faktor internal dan eksternal pada siswa SMK. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya penguatan self-esteem dan lingkungan sosial yang suportif untuk meningkatkan psychological capital siswa.

ABSTRACT

Psychological capital is a positive psychological resource that helps students cope with academic demands, social challenges, and preparation for future careers. Its development is influenced by external factors, such as social support, and internal factors, such as self-esteem. This study aimed to examine the relationship between social support, self-esteem, and psychological capital among tenth-grade students at SMKN 4 Semarang. A quantitative correlational design was employed. The population consisted of 612 tenth-grade students in the 2025/2026 academic year, and a sample of 243 students was selected using simple random sampling. Data were collected using validated and reliable Psychological Capital, Social Support, and Self-Esteem scales. Data were analyzed using descriptive statistics, assumption tests, Pearson correlation, and multiple linear regression with IBM SPSS Statistics. The results showed that social support was positively and significantly related to psychological capital ($r = 0.443$; $p < 0.001$), as was self-esteem ($r = 0.634$; $p < 0.001$). Simultaneously, both variables were significantly associated with psychological capital ($F =$

81.097; $p < 0.001$), explaining 40.3% of its variance. The novelty of this study lies in examining the simultaneous contributions of internal and external factors among vocational high school students. These findings highlight the importance of strengthening self-esteem and supportive social environments to enhance students' psychological capital.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Name: Nabila Fidela Isna Marsa

Institution: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas AKI, Semarang, Indonesia

Email: Nabilafidela2403@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Perkembangan dunia pendidikan pada era transformasi digital dan Revolusi Industri 4.0 menuntut peserta didik tidak hanya memiliki kompetensi akademik dan keterampilan teknis, tetapi juga kesiapan psikologis untuk menghadapi perubahan, tekanan akademik, serta persaingan dunia kerja yang semakin kompleks. Kondisi tersebut mendorong berkembangnya kajian psikologi positif yang menekankan pentingnya sumber daya psikologis individu sebagai modal untuk mencapai keberhasilan belajar maupun keberhasilan karier. Salah satu konsep yang banyak digunakan dalam kajian psikologi positif adalah psychological capital (PsyCap), yaitu keadaan psikologis positif yang terdiri atas self-efficacy, hope, resilience, dan optimism (Luthans et al., 2007). Berbeda dengan karakter kepribadian yang relatif menetap, psychological capital bersifat state-like sehingga dapat dikembangkan melalui pengalaman, lingkungan, proses pembelajaran, maupun berbagai bentuk intervensi pendidikan (Newman et al., 2019). Selain berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, psychological capital juga terbukti meningkatkan keterlibatan belajar, kemampuan beradaptasi, serta pencapaian akademik peserta didik (Newman et al., 2018). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa siswa dengan psychological capital yang tinggi cenderung memiliki pencapaian akademik subjektif yang lebih baik dibandingkan siswa dengan psychological capital rendah (Hu et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan Indonesia, pengembangan *psychological capital* menjadi semakin penting, khususnya pada pendidikan vokasi. Berdasarkan data Dapodik Kemendikbudristek per April 2024, Indonesia memiliki 14.409 SMK dengan jumlah peserta didik hampir 5 juta siswa, sehingga pendidikan vokasi memegang peranan strategis dalam menyiapkan sumber daya manusia yang siap memasuki dunia kerja. Selain kompetensi teknis, peserta didik SMK dituntut memiliki kemampuan beradaptasi, percaya diri, tangguh menghadapi kegagalan, serta optimis dalam menghadapi tantangan pembelajaran dan dunia kerja. Oleh karena itu, pengembangan *psychological capital* menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan pendidikan vokasi. Lingkungan pendidikan yang mampu mengembangkan modal psikologis positif akan membantu peserta didik lebih siap menghadapi perubahan, tekanan akademik, dan tuntutan pembelajaran yang semakin kompleks (Wu et al., 2025).

Siswa kelas X SMK merupakan kelompok yang berada pada masa transisi dari jenjang SMP menuju lingkungan belajar yang lebih kompleks. Menurut Steinberg (2017), masa remaja merupakan periode pencarian identitas yang ditandai dengan meningkatnya sensitivitas terhadap penilaian

sosial, perubahan emosional, dan fluktuasi kepercayaan diri. Perubahan lingkungan belajar, meningkatnya tuntutan praktik kejuruan, penyesuaian terhadap teman sebaya, serta ekspektasi akademik yang lebih tinggi menjadikan siswa kelas X rentan mengalami tekanan psikologis. Individu yang memiliki *psychological capital* tinggi cenderung mampu mempertahankan motivasi belajar, lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas, mampu bangkit dari kegagalan, serta lebih optimis menghadapi berbagai tantangan akademik dibandingkan individu dengan *psychological capital* yang rendah (Luthans et al., 2007; Newman et al., 2019).

Fenomena tersebut juga ditemukan pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang. Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan dengan guru kesiswaan pada Februari 2026, diketahui bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan beradaptasi dengan sistem pembelajaran berbasis praktik. Beberapa siswa tampak ragu ketika melakukan praktik di laboratorium atau bengkel, kurang percaya diri saat mempresentasikan hasil pekerjaan, serta takut melakukan kesalahan. Guru juga mengungkapkan bahwa siswa yang memperoleh dukungan dari keluarga maupun lingkungan sekolah cenderung lebih percaya diri, lebih bertanggung jawab, dan lebih mampu menghadapi tantangan pembelajaran dibandingkan siswa yang kurang memperoleh dukungan. Wawancara dengan enam siswa juga menunjukkan adanya variasi kondisi psikologis, mulai dari siswa yang mudah menyerah ketika mengalami kesulitan hingga siswa yang tetap optimis dan yakin mampu menyelesaikan tugas. Temuan awal tersebut mengindikasikan bahwa tingkat *psychological capital* antar siswa belum merata sehingga perlu dikaji faktor-faktor yang berhubungan dengan perkembangannya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kondisi psikologis positif yang dimiliki masing-masing individu (Sarwer et al., 2025).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *psychological capital* dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun faktor internal. Salah satu faktor eksternal yang banyak dikaji adalah *social support*. Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya yang diberikan oleh orang tua, guru, teman sebaya, maupun lingkungan sosial dalam bentuk dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan instrumental. Dukungan tersebut berfungsi mengurangi dampak stres (*buffering effect*) sekaligus memberikan pengaruh langsung (*direct effect*) terhadap kesejahteraan psikologis individu. Individu yang merasa memperoleh dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki rasa aman, optimisme, motivasi, serta keyakinan diri yang lebih tinggi. Penelitian Xiong et al. (2025) membuktikan bahwa *social support* berhubungan positif dengan *psychological capital* karena mampu meningkatkan *self-efficacy*, *hope*, *resilience*, dan *optimism* pada peserta didik. Hubungan positif antara *social support* dan *psychological capital* juga ditemukan oleh Huang & Zhang (2022), yang menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan guru mampu meningkatkan optimisme, efikasi diri, serta kesejahteraan psikologis peserta didik selama proses pembelajaran.

Selain faktor eksternal, faktor internal yang diperkirakan memiliki hubungan kuat dengan *psychological capital* adalah *self-esteem*. Rosenberg (1965) mendefinisikan *self-esteem* sebagai evaluasi menyeluruh individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya. Individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, lebih optimis menghadapi tantangan, berani mengambil keputusan, serta mampu mengatasi kegagalan secara adaptif. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah lebih rentan mengalami keraguan terhadap kemampuan dirinya sehingga lebih mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Penelitian Zhao et al. (2025) menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan prediktor yang signifikan terhadap *psychological capital*

karena penghargaan diri yang positif mendorong berkembangnya efikasi diri, harapan, optimisme, dan resiliensi.

Hubungan antara *social support*, *self-esteem*, dan *psychological capital* telah banyak dikaji pada berbagai kelompok responden. Datu dan Valdez (2019) menemukan bahwa *psychological capital* berkaitan dengan keterlibatan belajar serta kesejahteraan siswa. Penelitian Xiong et al. (2025) menunjukkan bahwa *social support* berhubungan positif dengan *psychological capital*, sedangkan Zhao et al. (2025) membuktikan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu prediktor utama *psychological capital*. Namun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan pada mahasiswa, tenaga kesehatan, maupun karyawan sehingga karakteristik responden berbeda dengan siswa SMK yang sedang berada pada fase transisi pendidikan. Selain itu, penelitian sebelumnya lebih banyak menguji hubungan masing-masing variabel secara terpisah, sedangkan penelitian yang menguji *social support* dan *self-esteem* secara simultan terhadap *psychological capital* pada siswa SMK masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks pendidikan vokasi di Indonesia

. Berdasarkan uraian tersebut, terdapat *research gap* berupa masih terbatasnya penelitian yang mengkaji hubungan *social support* dan *self-esteem* secara simultan terhadap *psychological capital* pada siswa SMK kelas X yang sedang menjalani proses adaptasi akademik maupun sosial. Penelitian ini juga memiliki kebaruan (*novelty*) karena mengintegrasikan faktor eksternal (*social support*) dan faktor internal (*self-esteem*) dalam menjelaskan *psychological capital* pada siswa pendidikan vokasi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan perkembangan modal psikologis positif pada remaja sekolah menengah kejuruan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *social support* dan *self-esteem* terhadap *psychological capital* pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi pendidikan dan psikologi positif, khususnya mengenai determinan *psychological capital* pada siswa sekolah menengah kejuruan. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi sekolah, guru bimbingan dan konseling, serta orang tua dalam merancang program yang mampu meningkatkan dukungan sosial dan mengembangkan *self-esteem* siswa sehingga kesiapan psikologis mereka dalam menghadapi tuntutan akademik maupun dunia kerja dapat semakin optimal.

Berdasarkan landasan teori dan hasil penelitian terdahulu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: (H1) terdapat hubungan positif antara *social support* dan *psychological capital*; (H2) terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan *psychological capital*; serta (H3) terdapat hubungan positif *social support* dan *self-esteem* secara simultan dengan *psychological capital* pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Capital*

Psychological capital (PsyCap) merupakan konsep dalam psikologi positif yang diperkenalkan oleh Luthans, Youssef, dan Avolio (2007). Psychological capital didefinisikan sebagai kondisi psikologis positif yang ditandai oleh empat komponen utama, yaitu self-efficacy, hope, optimism, dan resilience. Individu yang memiliki psychological capital tinggi cenderung memiliki keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, mampu menetapkan tujuan dan strategi untuk

mencapainya, tetap optimis terhadap hasil yang diharapkan, serta mampu bangkit kembali ketika menghadapi hambatan atau kegagalan (Luthans et al., 2007).

Dalam konteks pendidikan, psychological capital berperan sebagai sumber daya psikologis yang membantu peserta didik menghadapi tuntutan akademik maupun sosial. Siswa dengan psychological capital yang tinggi umumnya lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan belajar, menunjukkan motivasi belajar yang lebih baik, serta memiliki kemampuan mengatasi tekanan akademik secara efektif. Menurut Newman et al. (2019), psychological capital bersifat state-like, sehingga dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar, dukungan lingkungan, dan berbagai intervensi psikologis.

Berbagai penelitian menunjukkan pentingnya psychological capital dalam dunia pendidikan. Datu dan Valdez (2019) menemukan bahwa psychological capital berhubungan positif dengan keterlibatan belajar (student engagement), kesejahteraan psikologis, dan prestasi akademik siswa. Dengan demikian, psychological capital menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan peserta didik dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses pendidikan.

2.2 Social Support dan Self-Esteem

Social support merupakan persepsi individu bahwa dirinya memperoleh perhatian, bantuan, penghargaan, dan kasih sayang dari orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, teman sebaya, maupun guru (Cohen & Wills, 1985). Dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang membantu individu mengurangi tekanan psikologis, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat kemampuan dalam menghadapi berbagai situasi yang menantang.

Pada lingkungan sekolah, social support menjadi salah satu faktor penting dalam perkembangan psikologis siswa. Dukungan dari orang tua dapat meningkatkan motivasi belajar dan rasa percaya diri, sedangkan dukungan dari guru dan teman sebaya membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik maupun sosial. Xiong et al. (2025) melaporkan bahwa social support memiliki hubungan positif dengan psychological capital karena mampu meningkatkan optimisme, harapan, dan ketahanan individu dalam menghadapi berbagai tantangan.

Selain faktor eksternal, psychological capital juga dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu self-esteem. Rosenberg (1965) mendefinisikan self-esteem sebagai evaluasi menyeluruh individu terhadap nilai dan penghargaan dirinya sendiri. Individu dengan self-esteem yang tinggi cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Dalam lingkungan pendidikan, self-esteem menjadi salah satu prediktor penting terhadap kemampuan siswa dalam mengembangkan psychological capital. Zhao et al. (2025) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki self-esteem tinggi cenderung memiliki tingkat psychological capital yang lebih baik karena mereka lebih optimis, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, dan lebih tangguh dalam menghadapi kegagalan.

2.3 Hubungan Social Support, Self-Esteem, dan Psychological Capital

Berdasarkan teori psikologi positif, perkembangan psychological capital dipengaruhi oleh interaksi antara faktor eksternal dan faktor internal. Social support

berfungsi sebagai sumber daya lingkungan yang memberikan rasa aman, penghargaan, dan motivasi, sedangkan self-esteem menjadi sumber daya personal yang membentuk keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri (Luthans et al., 2007).

Menurut Conservation of Resources Theory yang dikemukakan oleh Hobfoll (1989), individu akan memperoleh dan mempertahankan berbagai sumber daya yang dimilikinya untuk menghadapi tekanan dan tuntutan lingkungan. Dukungan sosial merupakan salah satu sumber daya eksternal yang dapat memperkuat sumber daya psikologis individu. Di sisi lain, self-esteem merupakan sumber daya internal yang membantu individu mempertahankan optimisme, harapan, dan ketahanan dalam menghadapi berbagai tantangan.

Hasil penelitian terdahulu mendukung hubungan tersebut. Xiong et al. (2025) menemukan bahwa social support berhubungan positif dengan psychological capital karena meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan. Sementara itu, Zhao et al. (2025) menunjukkan bahwa self-esteem berpengaruh positif terhadap psychological capital melalui peningkatan self-efficacy, optimism, dan resilience. Temuan Datu dan Valdez (2019) juga memperlihatkan bahwa psychological capital berkontribusi terhadap peningkatan keterlibatan belajar dan kesejahteraan psikologis peserta didik.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan pada mahasiswa atau karyawan, sedangkan penelitian mengenai hubungan social support, self-esteem, dan psychological capital pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), khususnya siswa kelas X, masih relatif terbatas. Padahal, masa transisi dari SMP ke SMK merupakan periode penting dalam pembentukan kesiapan psikologis siswa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis hubungan social support dan self-esteem terhadap psychological capital pada siswa kelas X di SMKN 4 Semarang.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara social support, self-esteem, dan psychological capital pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran objektif terhadap variabel penelitian melalui instrumen terstandar serta analisis statistik untuk menguji hipotesis penelitian (Sugiyono, 2019). Desain korelasional digunakan karena penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan antarvariabel tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti (Creswell & Creswell, 2018).

Penelitian dilaksanakan di SMKN 4 Semarang, salah satu sekolah menengah kejuruan negeri di Kota Semarang yang memiliki berbagai program keahlian dan berorientasi pada pengembangan kompetensi akademik maupun vokasional. Subjek penelitian adalah siswa kelas X Tahun Ajaran 2025/2026 yang sedang berada pada masa transisi dari jenjang SMP menuju pendidikan kejuruan, sehingga menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan psikologis yang lebih kompleks.

Populasi penelitian berjumlah 612 siswa yang tersebar pada 17 kelas. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh kebutuhan sampel minimal sebanyak 242 responden. Untuk mengantisipasi kemungkinan data

tidak lengkap atau tidak memenuhi syarat analisis, penelitian melibatkan 288 siswa yang berasal dari delapan kelas. Teknik pengambilan sampel menggunakan probability sampling dengan metode simple random sampling, sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden (Sugiyono, 2019).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi berbentuk kuesioner dengan model Likert empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Setuju (3), dan Sangat Setuju (4). Instrumen penelitian terdiri atas tiga skala. Skala *psychological capital* disusun berdasarkan empat dimensi yang dikembangkan oleh Luthans et al. (2017), yaitu *self-efficacy*, *hope*, *resilience*, dan *optimism*. Skala *social support* mengacu pada dimensi emotional support, instrumental support, informational support, dan appraisal support yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985). Sementara itu, skala *self-esteem* dikembangkan berdasarkan dimensi *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence* dari Coopersmith (1967). Masing-masing skala terdiri atas 24 butir pernyataan yang mencakup item *favorable* dan *unfavorable*, dengan pemberian skor terbalik (*reverse scoring*) pada item negatif.

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, seluruh instrumen diuji kualitas psikometriknya melalui uji daya diskriminasi item dan uji reliabilitas. Daya diskriminasi item dianalisis menggunakan *Corrected Item-Total Correlation*, dengan kriteria nilai koefisien $\geq 0,30$ (Azwar, 2017). Reliabilitas instrumen diuji menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan nilai $\alpha \geq 0,70$ menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik (Azwar, 2017). Seluruh proses pengujian instrumen dilakukan menggunakan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics*.

Analisis data dilakukan secara bertahap. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel penelitian. Selanjutnya dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis parametrik. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antarvariabel secara parsial dan regresi linear berganda untuk menguji hubungan simultan antara social support dan self-esteem terhadap psychological capital. Keputusan pengujian didasarkan pada nilai signifikansi $p < 0,05$, sedangkan besarnya kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen ditunjukkan melalui koefisien determinasi (R^2). Seluruh analisis statistik dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics* versi 26.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini memiliki keunggulan karena mampu menguji pengaruh dua variabel independen secara simultan terhadap psychological capital melalui prosedur analisis statistik yang objektif dan terukur. Selain itu, penggunaan instrumen yang disusun berdasarkan teori-teori psikologi yang telah teruji serta pengambilan sampel secara acak meningkatkan validitas eksternal dan representativitas hasil penelitian. Meskipun demikian, penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, sehingga hubungan yang diperoleh bersifat asosiatif dan belum dapat digunakan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan ditulis secara berpadu dan runut. Hasil penelitian menguraikan secara Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 4 Semarang dengan melibatkan 243 siswa kelas X sebagai responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, seluruh instrumen telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	165	67,9
	Perempuan	78	32,1
Usia	15 tahun	55	22,6
	16 tahun	179	73,7
	17 tahun	8	3,3
	18 tahun	1	0,4
Jurusan	Teknik Elektronika	60	24,7
	Animasi	35	14,4
	DPIB	33	13,6
	Teknik Ketenagalistrikan	31	12,8
	Teknik Mesin	30	12,3
	Teknik Otomotif	29	11,9
	DKV	25	10,3

Mayoritas responden merupakan siswa laki-laki (67,9%) dengan usia 16 tahun (73,7%). Sebaran responden dari berbagai program keahlian menunjukkan bahwa sampel penelitian telah mewakili karakteristik siswa kelas X di SMKN 4 Semarang.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Keterangan
Psychological Capital	20	0,870	Reliabel
Social Support	22	0,902	Reliabel
Self-Esteem	23	0,882	Reliabel

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,70 sehingga memenuhi kriteria reliabilitas yang baik (Azwar, 2017). Dengan demikian, instrumen penelitian dinilai memiliki konsistensi internal yang memadai.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Rendah (%)	Sedang (%)	Tinggi (%)
Psychological Capital	0,4	39,1	60,5
Social Support	2,5	59,7	37,9
Self-Esteem	5,3	51,0	43,6

Berdasarkan statistik deskriptif, sebagian besar siswa memiliki tingkat *psychological capital* yang tinggi (60,5%). Sebaliknya, *social support* dan *self-esteem* didominasi kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa modal psikologis siswa telah berkembang dengan baik meskipun persepsi dukungan sosial dan penghargaan terhadap diri sendiri belum sepenuhnya berada pada kategori tinggi. Menurut Luthans et al. (2017), *psychological capital* merupakan kondisi psikologis positif yang dapat berkembang melalui pengalaman belajar, lingkungan sosial, serta karakteristik individu sehingga tidak hanya ditentukan oleh satu faktor saja.

Tabel 4. Hasil Uji Asumsi

Uji Asumsi	Hasil	Keterangan
Normalitas	Data berdistribusi normal	Memenuhi asumsi
Multikolinearitas	Tolerance = 0,577; VIF = 1,732	Tidak terjadi multikolinearitas
Heteroskedastisitas	Sig. > 0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Seluruh hasil uji asumsi menunjukkan bahwa model regresi memenuhi persyaratan analisis sehingga pengujian hipotesis dapat dilanjutkan.

Tabel 5. Hasil Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Nilai Statistik	Sig.	Keputusan
Social Support dengan Psychological Capital	$r = 0,443$	0,000	Diterima
Self-Esteem dengan Psychological Capital	$r = 0,634$	0,000	Diterima
Social Support dan Self-Esteem terhadap Psychological Capital	$F = 81,097$	0,000	Diterima
Koefisien Determinasi	$R^2 = 0,403$	-	40,3%

Hasil analisis menunjukkan bahwa *social support* dan *self-esteem* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological capital* ($F = 81,097$; $p < 0,001$). Nilai koefisien determinasi sebesar 0,403 menunjukkan bahwa kedua variabel mampu menjelaskan 40,3% variasi *psychological capital*, sedangkan 59,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Secara parsial, *social support* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *psychological capital* ($r = 0,443$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa dari keluarga, guru, maupun teman sebaya, maka semakin tinggi pula *psychological capital* yang dimiliki. Hasil ini sesuai dengan teori dukungan sosial yang menjelaskan bahwa dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan serta memperkuat optimisme, harapan, resiliensi, dan efikasi diri. Temuan ini konsisten dengan penelitian Xiong et al. (2025) yang menyatakan bahwa *social support* berperan penting dalam meningkatkan *psychological capital* pada remaja.

Selanjutnya, *self-esteem* memiliki hubungan positif yang lebih kuat dengan *psychological capital* ($r = 0,634$; $p < 0,001$). Hasil ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki penghargaan diri tinggi cenderung memiliki keyakinan yang lebih besar terhadap kemampuannya, lebih optimis, serta lebih mampu bangkit ketika menghadapi kesulitan akademik. Temuan ini mendukung teori Rosenberg yang menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi positif individu terhadap dirinya yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku adaptif dan kondisi psikologis yang sehat. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Zhao et al. (2025) yang menemukan bahwa *self-esteem* merupakan prediktor penting *psychological capital* pada remaja.

Tabel 6. Sumbangan Efektif Variabel Penelitian

Variabel	Sumbangan Efektif (%)
Social Support	2,35
Self-Esteem	37,98
Total	40,32

Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-esteem* memberikan kontribusi efektif terbesar terhadap *psychological capital* dibandingkan *social support*. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor internal berupa penghargaan terhadap diri sendiri memiliki peranan yang lebih dominan dibandingkan faktor eksternal dalam membentuk *psychological capital* siswa. Walaupun demikian, *social support* tetap berkontribusi sebagai faktor pendukung yang membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri, optimisme, dan ketahanan dalam menghadapi tuntutan akademik.

Tabel 7. Hasil Analisis Tambahan

Variabel	Statistik	Sig.	Keterangan
Jenis Kelamin	t = 3,901	0,000	Berbeda signifikan
Jurusan	F = 2,541	0,021	Berbeda signifikan

Analisis tambahan menunjukkan adanya perbedaan psychological capital berdasarkan jenis kelamin dan program keahlian. Siswa laki-laki memiliki rata-rata psychological capital yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan. Selain itu, terdapat perbedaan psychological capital antarjurusan yang menunjukkan bahwa lingkungan belajar, karakteristik pembelajaran praktik, serta budaya akademik masing-masing program keahlian dapat memengaruhi perkembangan psychological capital siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat teori *Psychological Capital* dari Luthans et al. (2017) yang menjelaskan bahwa psychological capital berkembang melalui interaksi faktor internal dan eksternal. Dalam penelitian ini, self-esteem terbukti menjadi faktor yang paling dominan, sedangkan *social support* berfungsi sebagai faktor pendukung yang memperkuat perkembangan psychological capital. Temuan ini memberikan implikasi bahwa sekolah tidak hanya perlu menciptakan lingkungan belajar yang suportif, tetapi juga mengembangkan program yang mampu meningkatkan penghargaan diri siswa, seperti layanan bimbingan dan konseling, pelatihan pengembangan diri, mentoring, maupun kegiatan yang memberikan pengalaman keberhasilan kepada siswa. Meskipun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross-sectional* dan hanya dilakukan pada satu sekolah sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal serta melibatkan sekolah dari berbagai daerah agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi psychological capital pada siswa SMK.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social support* dan *self-esteem* berhubungan positif dan signifikan dengan *psychological capital* pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang. Secara simultan, kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 40,3% terhadap psychological capital, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa *psychological capital* siswa terbentuk melalui kombinasi faktor eksternal berupa dukungan sosial dan faktor internal berupa penghargaan terhadap diri sendiri. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang diajukan dapat diterima.

Hasil analisis menunjukkan bahwa self-esteem memiliki hubungan yang lebih kuat dibandingkan *social support*. Nilai korelasi *self-esteem* terhadap *psychological capital* sebesar 0,634, sedangkan *social support* sebesar 0,443. Selain itu, *self-esteem* memberikan sumbangan efektif sebesar 37,98%, jauh lebih besar dibandingkan *social support* yang hanya memberikan kontribusi 2,35%. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan siswa dalam menghargai dirinya sendiri menjadi faktor yang paling dominan dalam membentuk modal psikologis positif.

Temuan tersebut mendukung teori Psychological Capital yang dikemukakan oleh Luthans et al. (2017) bahwa *psychological capital* terdiri atas *self-efficacy*, *hope*, *resilience*, dan *optimism* yang berkembang melalui interaksi antara karakteristik individu dan lingkungan. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung memiliki keyakinan terhadap kemampuannya, mampu menetapkan tujuan, bertahan ketika menghadapi hambatan, serta memiliki optimisme terhadap keberhasilan. Oleh karena itu, self-esteem menjadi landasan penting dalam pembentukan *psychological capital* pada remaja.

Di sisi lain, penelitian ini juga menunjukkan bahwa *social support* tetap berperan penting dalam meningkatkan *psychological capital* meskipun kontribusinya lebih kecil dibandingkan *self-esteem*. Dukungan yang diberikan oleh orang tua, guru, dan teman sebaya memberikan rasa aman, meningkatkan motivasi belajar, serta membantu siswa menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun sosial. Dukungan tersebut memungkinkan siswa lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas, lebih optimis terhadap masa depan, serta lebih mampu bangkit ketika menghadapi kegagalan. Hasil ini mendukung teori dukungan sosial yang menyatakan bahwa lingkungan sosial yang suportif mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis individu melalui dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan.

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian Datu dan Valdez (2019) yang menemukan bahwa *psychological capital* berhubungan positif dengan keterlibatan belajar dan kesejahteraan siswa. Penelitian Xiong et al. (2025) juga menunjukkan bahwa *social support* berkontribusi terhadap peningkatan *psychological capital* melalui meningkatnya rasa aman dan keyakinan diri peserta didik. Selain itu, penelitian Zhao et al. (2025) menemukan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu prediktor utama *psychological capital* pada remaja karena mampu meningkatkan optimisme, resiliensi, serta efikasi diri. Kesesuaian hasil penelitian ini dengan berbagai penelitian terdahulu memperkuat validitas empiris hubungan antara *social support*, *self-esteem*, dan *psychological capital*.

Temuan deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki *psychological capital* pada kategori tinggi, sedangkan *social support* dan *self-esteem* berada pada kategori sedang. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa *psychological capital* tidak hanya dipengaruhi oleh kedua variabel yang diteliti, tetapi juga oleh faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Pengalaman belajar, keberhasilan akademik, iklim sekolah, hubungan dengan guru, efikasi akademik, motivasi intrinsik, maupun kemampuan coping diduga turut berkontribusi terhadap perkembangan *psychological capital* siswa. Hal ini juga terlihat dari nilai koefisien determinasi sebesar 40,3%, yang menunjukkan bahwa masih terdapat 59,7% variasi *psychological capital* yang dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian.

Analisis tambahan menunjukkan adanya perbedaan *psychological capital* berdasarkan jenis kelamin dan program keahlian. Siswa laki-laki memiliki rata-rata *psychological capital* yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan, sedangkan perbedaan antarprogram keahlian menunjukkan bahwa karakteristik pembelajaran, intensitas praktik, budaya akademik, serta lingkungan sosial pada masing-masing jurusan dapat memengaruhi perkembangan *psychological capital* siswa. Namun demikian, penelitian ini tidak dirancang untuk menjelaskan penyebab perbedaan tersebut sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan pendekatan longitudinal maupun pendekatan campuran (*mixed methods*) agar mekanisme yang mendasari perbedaan tersebut dapat dipahami secara lebih mendalam.

Secara praktis, hasil penelitian memberikan implikasi bahwa sekolah perlu mengembangkan program yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan prestasi akademik, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis siswa. Guru bimbingan dan konseling bersama wali kelas dapat menyusun program pengembangan *self-esteem* melalui konseling kelompok, pelatihan pengembangan diri, pemberian umpan balik positif, mentoring, maupun kegiatan yang memberikan pengalaman keberhasilan kepada siswa. Selain itu, sekolah juga perlu memperkuat *social support* melalui kolaborasi antara guru, orang tua, dan teman sebaya sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan *psychological capital* siswa. Upaya tersebut

diharapkan dapat meningkatkan kesiapan psikologis siswa dalam menghadapi proses pembelajaran di SMK maupun persaingan di dunia kerja.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross-sectional* sehingga hubungan antarvariabel belum dapat diinterpretasikan sebagai hubungan kausal. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah sehingga generalisasi hasil penelitian masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *longitudinal*, melibatkan responden dari berbagai sekolah dan daerah, serta menambahkan variabel lain seperti *academic self-efficacy*, *academic resilience*, *school climate*, *emotional intelligence*, *student engagement*, atau *learning motivation* agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi psychological capital pada siswa SMK.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa social support dan self-esteem memiliki hubungan positif dan signifikan dengan psychological capital pada siswa kelas X SMKN 4 Semarang. Secara simultan, kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 40,3% terhadap psychological capital. Secara parsial, self-esteem memiliki hubungan dan kontribusi yang lebih besar dibandingkan social support, sehingga penghargaan terhadap diri sendiri menjadi faktor yang lebih dominan dalam membentuk modal psikologis positif siswa. Temuan ini memperkuat teori Psychological Capital yang dikemukakan oleh Luthans et al. (2017) bahwa psychological capital berkembang melalui interaksi faktor internal dan faktor eksternal. Hasil penelitian memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi psychological capital pada siswa sekolah menengah kejuruan. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan psychological capital tidak hanya dapat dilakukan melalui penciptaan lingkungan sosial yang suportif, tetapi juga melalui penguatan self-esteem siswa. Oleh karena itu, sekolah perlu mengembangkan program bimbingan dan konseling, pelatihan pengembangan diri, serta memperkuat kolaborasi antara guru, orang tua, dan teman sebaya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psychological capital siswa. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross-sectional*, sehingga belum mampu menjelaskan hubungan kausal antarvariabel. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah dengan karakteristik responden yang terbatas sehingga generalisasi hasil penelitian masih perlu dilakukan secara hati-hati. Nilai koefisien determinasi sebesar 40,3% juga menunjukkan bahwa masih terdapat faktor-faktor lain di luar penelitian yang memengaruhi psychological capital siswa. Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *longitudinal* atau pendekatan *mixed methods* untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perkembangan psychological capital dari waktu ke waktu. Penelitian berikutnya juga dapat melibatkan responden dari berbagai sekolah dan wilayah yang berbeda serta menambahkan variabel lain, seperti *academic self-efficacy*, *academic resilience*, *school climate*, *emotional intelligence*, *student engagement*, atau *learning motivation*, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi psychological capital pada siswa sekolah menengah kejuruan.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi ke-4). Pustaka Pelajar.

- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Datu, J. A. D., & Valdez, J. P. M. (2019). Psychological capital is associated with higher levels of well-being and engagement among students. *Journal of Happiness Studies*.
- Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Psychological capital and beyond*. Oxford University Press.
- Newman, A., Ucbasaran, D., Zhu, F., & Hirst, G. (2014). Psychological capital: A review and synthesis. *Journal of Organizational Behavior*, 35(S1), S120–S138. <https://doi.org/10.1002/job.1916>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Xiong, Y., Si, J., Huang, Z., Ouyang, J., Ma, S., & Huang, X. (2025). The role of social support and psychological capital in college students' physical exercise behavior: A mediation analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1601079. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1601079>
- Zhao, H., Chen, X., & Shen, C. (2019). The relationship between perceived social support, psychological capital and college students' academic achievement. *Current Psychology*, 38(4), 1102–1111. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00438-2>
- Sarwer, S., Abid, M. N., Chao, H., Siming, L., & Dukhaykh, S. (2025). Examining the impact of positive psychological attributes on emotional stability and academic burnout among undergraduate students: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 13(1), 614. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02880-0>
- Hu, Y., Weng, Y., Ning, P., Han, L., & Zhang, Y. (2025). The relationship between psychological capital and subjective academic achievement among middle school students: The chain mediating role of adolescent internalizing problems and life attitude. *BMC Psychology*, 13(1), 1166. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03495-1>
- Wu, Y., Kang, X., & Li, Y. (2025). Linking EFL psychological capital and EFL achievement: The chain mediating effect of academic boredom and behavioural engagement. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03685-x>