ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

BERTAHAN DI TENGAH KETIDAKPASTIAN: PERAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KONSEP DIRI TERHADAP KEPUASAN HIDUP PENGUSAHA UMKM

Muhammad Syaefuddin[1], Mohammad Khasan[2]
Universitas Muria Kudus[1,2]
e-mail: muhammadsyaefuddin05119@gmail.com

Diterima: *19/09/2026*; Direvisi: *22/10/2026*; Diterbitkan: *07/11/2026*

ABSTRAK

Kepuasan hidup pengusaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM) tidak selalu mudah dicapai di tengah tekanan operasional seperti regulasi pajak, kenaikan biaya operasional, dan ketidakstabilan cash flow yang belakangan ini dihadapi pelaku UMKM di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan kepuasan hidup pada pengusaha UMKM. Subjek penelitian berjumlah 50 pengusaha UMKM yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan instrumen berupa skala kepuasan hidup, skala dukungan sosial, dan skala konsep diri, yang dianalisis menggunakan teknik regresi berganda dengan bantuan SPSS versi 26.0 *for Windows*. Hasil analisis regresi menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan kepuasan hidup pengusaha UMKM, dengan koefisien korelasi Rx12y sebesar 0,824 dan r^2 (koef. determinasi) sebesar 0,679. Uji hipotesis minor menunjukkan hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kepuasan hidup (rx1y = 0,823; p = 0,000) dan hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan kepuasan hidup (rx2y = 0,312; p = 0,014). Temuan ini mendukung kerangka *Self-Determination Theory*, yang menegaskan bahwa terpenuhinya kebutuhan koneksi sosial dan penilaian diri yang positif berperan penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis, termasuk kepuasan hidup pengusaha UMKM di tengah ketidakpastian usaha.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Kepuasan Hidup, Konsep Diri, Pengusaha UMKM*

ABSTRACT

Life satisfaction among owners of micro, small, and medium enterprises (MSMEs) is not always easily achieved amid operational pressures such as new tax regulations, rising operational costs, and unstable cash flow currently faced by Indonesian MSME actors. This study aimed to empirically examine the relationship between social support and self-concept and life satisfaction among MSME owners. The subjects were 50 MSME owners selected through purposive sampling. A quantitative approach was used with three instruments: a life satisfaction scale, a social support scale, and a self-concept scale, analyzed using multiple regression with the help of SPSS version 26.0 for Windows. The regression results showed a highly significant relationship between social support and self-concept combined with life satisfaction among MSME owners, with a correlation coefficient of Rx12y = 0.824 and a significance value of p = 0.000 (p < 0.01), contributing an effective 67.9%. The minor hypothesis tests showed a very significant positive relationship between social support and life satisfaction (rx1y = 0.823; p = 0.000) and showed a significant positive relationship between self-concept and life satisfaction (rx2y = 0.312; p = 0.014). These findings support the framework of Self-Determination Theory, which asserts that the fulfillment of social

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

connection and a positive self-appraisal play an important role in achieving psychological well-being, including the life satisfaction of MSME owners amid business uncertainty.
Keywords: *Life Satisfaction, MSME Owners, Self-Concept, Social Support*

PENDAHULUAN

Kepuasan hidup merupakan penilaian subjektif individu terhadap kesejahteraan psikologisnya, yang tercermin dari rasa puas dan damai ketika pencapaian hidup mampu memenuhi standar ideal serta kebutuhan dasarnya, seperti kesehatan, finansial, dan hubungan sosial (Megawati, 2019; Supraba et al., 2023). Perekonomian Indonesia banyak ditopang oleh pelaku usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM), yang jumlahnya mencapai 99,9% dari keseluruhan pelaku usaha di Indonesia (Suci, 2017) dan berperan besar dalam menyerap tenaga kerja (Suryati & Siswanti, 2021). Pada tahun 2026, pelaku UMKM menghadapi tekanan yang cukup kompleks, seperti revisi aturan pajak final UMKM, kenaikan biaya bahan bakar yang berdampak pada biaya operasional, hingga gangguan arus kas (Purnomo et al., 2026). Data *Global Entrepreneurship* Monitor (2023) juga menunjukkan bahwa meskipun aktivitas kewirausahaan Indonesia cukup tinggi, hanya sekitar 40% UMKM yang mampu bertahan lebih dari lima tahun, dan kepuasan hidup pengusahanya menjadi salah satu faktor kunci keberlanjutan usaha tersebut (Zaman, 2025).

Fleksibilitas dan otonomi yang dimiliki pengusaha UMKM sering dikaitkan dengan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja formal (Binder & Coad, 2013), namun pada praktiknya banyak pengusaha UMKM juga mengalami tekanan, kelelahan emosional, bahkan burnout akibat jam operasional yang panjang dan ketidakpastian pendapatan (Wiklund et al., 2019). Sebagai makhluk sosial, pengusaha UMKM tetap membutuhkan dukungan, terutama saat menghadapi kesulitan usaha, sehingga dukungan keluarga maupun komunitas menjadi sumber bantuan emosional dan instrumental yang penting (Leung et al., 2020; Hamid & Ishak, 2022). Dukungan sosial sendiri mencakup dimensi emosional, instrumental, *informasional, companionship*, dan *validation* (Rosalina & Apsari, 2020). Selain faktor eksternal tersebut, konsep diri, yaitu gambaran, keyakinan, dan penilaian seseorang terhadap dirinya yang terbentuk dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan (Asih et al., 2015), juga turut memengaruhi cara pengusaha memaknai pencapaian dan tantangan dalam usahanya (Winta et al., 2026).

Penelitian terdahulu tentang dukungan sosial dan konsep diri lebih banyak dilakukan pada populasi lain, seperti lansia (Asih et al., 2015), ibu muda pengguna media sosial (Agustiani & Gazi, 2021), maupun hubungan persahabatan pada masyarakat umum (Amati et al., 2018), sedangkan kajian pada pengusaha UMKM yang menghadapi tekanan ekonomi terkini masih terbatas. Kesenjangan ini menjadi dasar penelitian ini, yang secara khusus mengkaji peran dukungan sosial dan konsep diri terhadap kepuasan hidup pengusaha UMKM di tengah tantangan usaha tahun 2026.

Kerangka teori utama (*grand theory*) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self-Determination Theory* (SDT) dari Ryan dan Deci (2018), yang menegaskan bahwa manusia memiliki tiga kebutuhan psikologis dasar: koneksi sosial, otonomi, dan kompetensi yang harus terpenuhi agar individu dapat berfungsi optimal, memiliki motivasi intrinsik, dan mencapai kepuasan hidup. Kebutuhan koneksi sosial tercermin dari kedekatan individu dengan keluarga, rekan, dan komunitasnya (Rakhmawati et al., 2022), sedangkan kebutuhan kompetensi berkaitan dengan penilaian kognitif individu atas kemampuan dan kelemahan dirinya sendiri, yang salah satunya tercermin dalam konsep diri (Lim & Putnam, 2010). Berdasarkan kerangka

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

SDT tersebut, dukungan sosial yang diterima pengusaha UMKM dari keluarga maupun komunitas usaha diasumsikan memenuhi kebutuhan koneksi sosial, sementara konsep diri yang positif diasumsikan memenuhi kebutuhan kompetensi, sehingga keduanya secara bersama-sama berperan dalam membentuk kepuasan hidup pengusaha UMKM. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan kepuasan hidup pada pengusaha UMKM.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel terikat kepuasan hidup (Y) serta dua variabel bebas, yaitu dukungan sosial (X1) dan konsep diri (X2). Subjek penelitian adalah 50 pengusaha UMKM yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian (Periantalo, 2016). Penentuan jumlah sampel minimum dihitung menggunakan software G*Power 3.1.9.7 dengan effect size sebesar 0,32, taraf kesalahan 0,05, dan power 0,8, yang menghasilkan jumlah sampel minimum sebanyak 34 responden; jumlah subjek pada penelitian ini (50 responden) telah melampaui batas minimum tersebut.

Data dikumpulkan menggunakan tiga skala Likert yang disebarkan secara daring melalui *Google Form*. Kepuasan hidup diukur menggunakan skala yang dikembangkan berdasarkan aspek dari Diener dan Biswas (2008), yaitu keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap hidup saat ini, kepuasan hidup di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan di masa depan, dan penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang. Dukungan sosial diukur berdasarkan dimensi dari Rosalina dan Apsari (2020), yaitu dukungan emosional, instrumental, informasional, *companionship support*, dan *validation*. Konsep diri diukur berdasarkan aspek-aspek dari Winta et al. (2026), yaitu pengetahuan, harapan, dan penilaian. Uji coba instrumen dilakukan pada 50 pengusaha UMKM; validitas butir dihitung dengan item-total *correlation* dengan batas rxy > 0,30 (Azwar, 2021), sedangkan reliabilitas dihitung dengan teknik *alpha Cronbach*. Ketiga skala penelitian dinyatakan reliabel, dengan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,979 untuk skala kepuasan hidup, 0,910 untuk skala dukungan sosial, dan 0,958 untuk skala konsep diri.

Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji normalitas dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas dengan melihat nilai *Deviation from Linearity* untuk memastikan data memenuhi asumsi analisis regresi. Pengujian hipotesis mayor dan minor dilakukan dengan teknik analisis regresi berganda dan korelasi product-moment menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versi 26.0 *for* Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dilaksanakan pada 30 Juli hingga 30 Agustus 2026 dengan melibatkan 50 pengusaha UMKM sebagai responden. Karakteristik responden secara lengkap disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Lama berdiri usaha	Kurang dari 1 tahun	9	18%
	1–3 tahun	21	42%
	4–5 tahun	10	20%
	Lebih dari 5 tahun	10	20%

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

Jenis usaha	Kuliner & makanan (FnB)	34	68%
	Jasa dan layanan	9	18%
	Perdagangan umum (retail)	7	14%

Berdasarkan lama berdiri usaha, mayoritas responden (42%) telah menjalankan usahanya selama 1–3 tahun, sedangkan berdasarkan jenis usaha, mayoritas responden (68%) bergerak di bidang kuliner dan makanan (F&B).

Tabel 2. Kategorisasi Data Penelitian

Kategori	Kepuasan Hidup	Dukungan Sosial	Konsep Diri
Sangat rendah	3 (6%)	6 (12%)	6 (12%)
Rendah	13 (26%)	8 (16%)	8 (16%)
Sedang	18 (36%)	19 (38%)	19 (38%)
Tinggi	13 (26%)	13 (26%)	13 (26%)
Sangat tinggi	3 (6%)	4 (8%)	4 (8%)
Total	50 (100%)	50 (100%)	50 (100%)

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa kepuasan hidup, dukungan sosial, dan konsep diri pada mayoritas responden berada pada kategori sedang, sebagaimana disajikan pada Tabel 2. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengusaha UMKM dalam penelitian ini secara umum merasakan kepuasan hidup, dukungan sosial, dan penilaian diri yang cukup, namun belum berada pada level yang tinggi secara dominan. Hasil uji asumsi klasik disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas dan Linearitas

Variabel	K-SZ / F	p	Keterangan
Kepuasan hidup (normalitas)	0,093	0,200	Normal
Dukungan sosial (normalitas)	0,111	0,166	Normal
Konsep diri (normalitas)	0,067	0,200	Normal
Dukungan sosial – Kepuasan hidup (linearitas)	1,601	0,140	Linier
Konsep diri – Kepuasan hidup (linieritas)	1,967	0,141	Linier

Uji asumsi klasik menunjukkan bahwa ketiga variabel penelitian berdistribusi normal ($p > 0,05$) dan hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linier ($p > 0,05$), sehingga data memenuhi syarat untuk dianalisis dengan teknik regresi berganda. Hasil uji regresi berganda disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Berganda (Uji Hipotesis Mayor)

Model	R	r^2 (koef. determinasi)	F	p
Regresi	0,824	0,679	49,655	0,000

Pengujian hipotesis mayor menggunakan analisis regresi berganda menunjukkan bahwa dukungan sosial dan konsep diri secara bersama-sama memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan kepuasan hidup pengusaha UMKM ($Rx12y = 0,824$; $r^2 = 0,679$; $p = 0,000$),

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

sehingga hipotesis mayor penelitian ini diterima dengan sumbangan efektif sebesar 67,9%. Hasil uji korelasi disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi (Uji Hipotesis Minor)

Variabel	r	r^2 (koef. determinasi)	Sumbangan Efektif	p	Ket.
Dukungan sosial – Kepuasan hidup	0,823	0,677 (67,7%)	58,2%	0,000	Sig.**
Konsep diri – Kepuasan hidup	0,312	0,097 (9,7%)	9,7%	0,014	Sig.*
Total Sumbangan Efektif	-	-	**67,9%**	-	-

Keterangan: **p < 0,01 (sangat signifikan); *p < 0,05 (signifikan)
Catatan: Sumbangan efektif X1 dihitung dari R^2 total (67,9%) dikurangi sumbangan efektif X2 (9,7%), sehingga SE X1 = 58,2%. Nilai r^2 X1 (0,677) merupakan koefisien determinasi parsial X1 terhadap Y secara bivariat, berbeda dari sumbangan efektifnya dalam model regresi berganda.

Pengujian hipotesis minor menggunakan korelasi *product-moment* menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan kepuasan hidup (r = 0,823; p = 0,000 < 0,01), dengan r^2 = 0,677 dan sumbangan efektif sebesar 58,2% dari total variansi kepuasan hidup; sehingga hipotesis minor pertama diterima. Konsep diri juga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kepuasan hidup (r = 0,312; p = 0,014 < 0,05), dengan r^2 = 0,097 dan sumbangan efektif sebesar 9,7%; sehingga hipotesis minor kedua diterima. Total sumbangan efektif kedua variabel (58,2% + 9,7% = 67,9%) konsisten dengan R^2 regresi berganda. Dasar pengambilan keputusan hipotesis minor: nilai p < 0,01 untuk hipotesis minor pertama menunjukkan hubungan yang sangat signifikan, sedangkan nilai p < 0,05 untuk hipotesis minor kedua menunjukkan hubungan yang signifikan pada taraf kepercayaan 95%.

Pembahasan

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa dukungan sosial dan konsep diri secara simultan berperan dalam membentuk kepuasan hidup pengusaha UMKM, dengan R^2 = 0,679 yang berarti 67,9% variansi kepuasan hidup dapat dijelaskan oleh kedua variabel tersebut secara bersama-sama. Temuan ini bermakna bahwa dalam konteks pengusaha UMKM yang menghadapi ketidakpastian usaha, kepuasan hidup bukan semata-mata ditentukan oleh keberhasilan bisnis, melainkan sangat dipengaruhi oleh dua faktor psikososial: seberapa besar rasa didukung yang mereka rasakan dari lingkungan sosial mereka, dan seberapa positif pandangan mereka terhadap diri sendiri. Temuan ini sejalan dengan kerangka *Self-Determination Theory* (SDT) yang dikemukakan oleh Ryan dan Deci (2018), yang menegaskan bahwa pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar, koneksi sosial, otonomi, dan kompetensi, diperlukan agar individu dapat berfungsi optimal dan mencapai kepuasan hidup. Dukungan sosial yang diterima pengusaha UMKM dari keluarga, rekan, maupun komunitas usaha mencerminkan terpenuhinya kebutuhan koneksi sosial, sedangkan konsep diri yang positif mencerminkan penilaian kognitif individu atas kompetensi dirinya sendiri (Lim & Putnam, 2010; Budiman & Hidayah, 2021; Gozali & Widjaja, 2025; Darmawan, 2023).

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN: 2807-1808 | p-ISSN: 2807-2294
Online Journal System: https://jurnalp4i.com/index.php/academia

Secara parsial, dukungan sosial terbukti berhubungan positif dan sangat signifikan dengan kepuasan hidup (58,2%). Hal ini kemungkinan terjadi karena tingginya jam operasional usaha menyita banyak waktu sosial responden, sehingga sumber dukungan yang dirasakan berada pada level sedang. Temuan ini mendukung kerangka koneksi sosial dalam SDT, yang menekankan bahwa rasa keterkaitan dengan keluarga, rekan, dan komunitas berkontribusi pada kesejahteraan individu (Rakhmawati et al., 2022). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian (Raharjo dan Sumargi, 2018; Rikah & Ilhami, 2023; Natania dan Sanjaya, 2023; serta Huang et al., 2024) yang menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga, pasangan, maupun institusi berdampak positif terhadap kepuasan hidup, termasuk pada kalangan wirausaha. Berkat adanya dukungan sosial, seseorang dapat merasa dicintai, dihargai, sekaligus diperhatikan oleh keluarga dekatnya (Qureshi et al., 2023).

Konsep diri juga terbukti berhubungan positif dan signifikan dengan kepuasan hidup, dengan sumbangan efektif sebesar 9,7%. Pengusaha UMKM yang memiliki pemahaman, harapan, dan penilaian diri yang positif cenderung lebih mampu memaknai perjalanan usahanya secara konstruktif dan tidak mudah terpuruk ketika menghadapi kegagalan. Temuan ini menegaskan peran kebutuhan kompetensi dalam kerangka SDT, sekaligus sejalan dengan penelitian Sari dan Maryatmi (2019); Liu et al. (2022); Roney dan Soicher (2022), yang menunjukkan bahwa konsep diri yang jelas dan positif berperan penting dalam meningkatkan kepuasan hidup individu. Konsep diri menjadi faktor penting dalam pemulihan psikologis karena membantu individu memahami dirinya secara utuh, mengatur emosi, dan membangun makna hidup secara lebih positif dan stabil (Luzvinda & Ayu, 2026). Kendala berulang dapat memicu afek negatif yang berujung pada ketidakbahagiaan (Rizky & Suparman, 2024).

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas responden berada pada kategori sedang baik pada variabel kepuasan hidup, dukungan sosial, dan konsep diri. Kondisi ini dapat dipahami mengingat tekanan yang dihadapi pengusaha UMKM saat ini, seperti regulasi pajak baru, kenaikan biaya operasional, dan ketidakstabilan *cashflow*, sehingga kepuasan hidup yang dirasakan wajar tidak mencapai level tinggi secara dominan, namun dominasi kategori sedang juga menunjukkan ketangguhan (*resilience*) pengusaha UMKM untuk tetap berfungsi dan tidak jatuh ke kategori rendah secara massal, sejalan dengan temuan Larsson dan Thulin (2019) bahwa kepuasan hidup pengusaha secara umum tetap lebih tinggi dibanding rata-rata populasi meskipun didorong oleh tekanan pemanfaatan peluang.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain *cross-sectional* yang digunakan hanya dapat mengungkap hubungan korelasional, bukan kausalitas, sehingga diperlukan penelitian longitudinal untuk menentukan arah pengaruh yang lebih definitif. Kedua, teknik *purposive sampling* yang terbatas pada pengusaha UMKM yang dapat dijangkau melalui *Google Form* belum dapat merepresentasikan seluruh karakteristik populasi UMKM di Indonesia. Ketiga, seluruh skala yang digunakan bersifat *self-report* sehingga rentan terhadap *bias social desirability*. Keempat, penelitian ini tidak mengontrol variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, maupun tingkat pendapatan yang turut memengaruhi kepuasan hidup, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan dengan hati-hati.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan kepuasan hidup pada pengusaha UMKM, sehingga hipotesis mayor penelitian ini diterima. Secara parsial, terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kepuasan hidup,

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan kepuasan hidup. Temuan ini menegaskan relevansi *Self-Determination Theory* dalam menjelaskan kepuasan hidup pengusaha UMKM, di mana pemenuhan kebutuhan koneksi sosial melalui dukungan sosial dan kebutuhan kompetensi melalui konsep diri yang positif sama-sama berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Berdasarkan temuan tersebut, pengusaha UMKM disarankan untuk secara aktif membangun dan memelihara jaringan sosial, baik dengan keluarga, sesama pengusaha, maupun komunitas usaha, serta berinvestasi dalam pengembangan konsep diri yang positif melalui refleksi diri dan keterlibatan dalam pelatihan pengembangan diri. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain seperti modal psikologis, *religiusitas, resiliensi*, atau *work-life balance*, serta menggunakan desain longitudinal maupun pendekatan *mixed methods* dengan sampel yang lebih luas secara geografis untuk meningkatkan generalisabilitas temuan.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiani, S., & Gazi, G. (2021). Pengaruh dukungan sosial dan perbandingan sosial terhadap kesejahteraan subjektif ibu muda pengguna media sosial. *Tazkiya: Journal of Psychology, 9*(2), 122–132. https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.17540

Amati, V., Meggiolaro, S., Rivellini, G., & Zaccarin, S. (2018). Social relations and life satisfaction: The role of friends. *Genus*, *74*(1), 7. https://doi.org/10.1186/s41118-018-0032-z

Asih, N. S., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan antara konsep diri dan religiusitas dengan kepuasan hidup pada lansia di Desa Rendeng Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, *4*(1 Jun). http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/view/100

Luzvinda, L., & Ayu, G. S. (2026). Pemaafan, Gaya Kelekatan, Konsep Diri, dan Husnuzan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual. *Jurnal Sublimapsi*, *7*(1), 12-24. https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v7i1.323

Azwar, S. (2021). *Metode penelitian psikologi* (Edisi ke-3). Pustaka Pelajar. https://repository.stikeshb.ac.id/522/

Binder, M., & Coad, A. (2013). Life satisfaction and self-employment: A matching approach. *Small Business Economics, 40*(4), 1009–1033. https://doi.org/10.1007/s11187-011-9413-9

Darmawan, D. (2023). Model Peran Wirausaha dan Dukungan Sosial Untuk Membentuk Minat Berwirausaha di Kalangan Mahasiswa Fakultas Hukum dan Sosial. *ARBITRASE: Journal of Economics and Accounting*, *3*(3), 586–593. https://doi.org/10.47065/arbitrase.v3i3.516

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth.* Blackwell Publishing. https://doi.org/10.1080/17439760.2011.565605

Gozali, B. F., & Widjaja, O. H. (2025). Keberhasilan Umkm Kuliner. *Jurnal Manajerial Dan Kewirausahaan*, *07*(03), 769–776. https://journal.untar.ac.id/index.php/JMDK/article/view/34619

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

Hamid, S. F., & Ishak, N. A. (2022). Work-life balance on career satisfaction among digital entrepreneurs. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 8*(1), 14–20. https://ir.uitm.edu.my/id/eprint/66283/

Budiman, O. N., & Hidayah, N. (2021). Pengaruh dukungan sosial, basis pengetahuan dan orientasi pribadi terhadap keberhasilan wanita wirausaha. *Jurnal Manajerial dan Kewirausahaan*, *3*(2), 426-434. https://doi.org/10.24912/jmk.v3i2.11889

Huang, M., Wang, J., & Su, X. (2024). The impact of social support on entrepreneurial well-being: The role of entrepreneurial passion and entrepreneurial efficacy. *SAGE Open, 14*(4), 1–14. https://doi.org/10.1177/21582440241297232

Larsson, J. P., & Thulin, P. (2019). Independent by necessity? The life satisfaction of necessity and opportunity entrepreneurs in 70 countries. *Small Business Economics, 53*(4), 921–934. https://doi.org/10.1007/s11187-018-0110-9

Leung, Y. K., Mukerjee, J., & Thurik, R. (2020). The role of family support in work-family balance and subjective well-being of SME owners. *Journal of Small Business Management, 58*(1), 130–163. https://doi.org/10.1080/00472778.2019.1659675

Lim, C., & Putnam, R. D. (2010). Religion, social networks, and life satisfaction. *American Sociological Review, 75*(6), 914–933. https://doi.org/10.1177/0003122410386686

Liu, G., Isbell, L. M., & Leidner, B. (2022). How Does the Quiet Ego Relate to Happiness? A Path Model Investigation of the Relations Between the Quiet Ego, Self-Concept Clarity, and Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, *23*(3), 1007–1020. https://doi.org/10.1007/s10902-021-00438-6

Megawati, F. E. (2019). Review literatur: Adult life satisfaction. *Psikodivya, 23*(1), 46–63. https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i1.127

Natania, J., & Sanjaya, E. L. (2023). Apakah Spiritualitas Dan Dukungan Sosial Dapat Meningkatkan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa Yang Tergabung Dalam Persekutuan Mahasiswa Kristen? *Jurnal Psikologi, 16*(1), 107–119. https://doi.org/10.35760/psi.2023.v16i1.7123

Periantalo, J. (2016). Penelitian kuantitatif untuk psikologi. Pustaka Pelajar.

Purnomo, C. A. H., Saepudin, Wahjoedi, T., Pramudya, O. A. A., & Putra, A. A. (2026). Adaptasi strategi bisnis UMKM Indonesia terhadap ketidakpastian ekonomi global dan kebijakan perpajakan 2026. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis, 5*(1), 9836–9844. https://doi.org/10.31004/riggs.v5i1.7398

Qureshi, A., Tariq, S., & Mubeen, B. (2023). Social support as predictor of life satisfaction in older adults. *Journal of Professional & Applied Psychology*, *4*(1), 53-60. https://doi.org/10.52053/jpap.v4i1.121

Raharjo, Y. O., & Sumargi, A. M. (2018). Dukungan sosial dan kepuasan hidup pada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang berasal dari luar Jawa. *Experentia: Jurnal Psikologi Indonesia, 6*(1), 1–9. https://repositori.ukwms.ac.id/id/eprint/29715/

Rakhmawati, T. A., Elmanora, & Mulyati. (2022). Hubungan koneksi sosial dengan kesepian lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Klampok Brebes. *Jurnal Keluarga, 8*(02), 149–161. https://doi.org/10.30738/keluarga.v8i2.12762

Rikah, R., & Ilhami, S. D. (2023). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Kepuasan Hidup Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen dan Akuntansi (JEBMA)*, *3*(3), 723–733. https://doi.org/10.47709/jebma.v3i3.3006

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968

Rizky, S. O. R., & Suparman, M. Y. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Hidup pada Mahasiswa yang sedang Menjalani Skripsi di Jakarta. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, *4*(1), 1797–1808. https://lintar.untar.ac.id/repository/penelitian/buktipenelitian_10702004_4A260225220009.pdf

Roney, C., & Soicher, H. M. (2022). Work and well-being: Collective and individual self-concept, job commitment, citizenship behavior, and autonomy as predictors of overall life satisfaction. *Journal of Social Psychology, 162*(4), 423–434. https://doi.org/10.1080/00224545.2021.1915230

Rosalina, T. A., & Apsari, N. C. (2020). Dukungan sosial bagi orang dengan disabilitas netra dalam pencapaian prestasi di sekolah luar biasa. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, 7*(2), 414. https://doi.org/10.24198/jppm.v7i2.28486

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2018). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* Guilford Press. https://www.proquest.com/openview/8750f58e90b428e3c15350365a9d8365/1?pq-origsite=gscholar&cbl=836353

Sari, F. I. P., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan subjective well-being siswa sma marsudirini bekasi. *IKRA-ITH humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, *3*(1), 23-29. https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/371

Suci, Y. R. (2017). Perkembangan UMKM (usaha mikro kecil dan menengah) di Indonesia. *Jurnal Ilmu Manajemen dan Bisnis, 6*(1), 51–58. https://doi.org/10.30606/cano.v6i1.627

Supraba, D., Harini, N. A. R., & De Carvalho, L. S. L. (2023). Dukungan sosial dan kepuasan hidup terhadap konflik peran ganda wanita bekerja. *Motiva: Jurnal Psikologi*, *6*(1), 77-84. https://doi.org/10.31293/mv.v6i1.6739

Suryati, I., & Siswanti, T. (2021). Pengaruh Ukuran Usaha Dan Sumber Modal Terhadap Penerapan Standar Akuntansi Pada Usaha Mikro Kecil Dan Menengah Bidang Jasa Atau Pelayanan Laundry Di Kecamatan Makasar Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Akuntansi*, *1*(1), 18-30. https://doi.org/10.35968/b4z8en33

Wiklund, J., Nikolaev, B., Shir, N., Foo, M. D., & Bradley, S. (2019). Entrepreneurship and well-being: Past, present, and future. *Journal of business venturing*, *34*(4), 579-588. https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2019.01.002

Winta, M. V. I., Widhiastuti, H., & Nusandari, A. (2026). Peningkatan Pemahaman Konsep Diri Guru TK Cahaya Ilmu Semarang. *TEMATIK*, *6*(1), 155-164. https://doi.org/10.26623/tematik.v6i1.13826

Zaman, I. B. (2025). Subjective well-being pada pelaku wirausaha dalam komunitas Yukbisnis. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia, 5*(12), 3368–3375. https://doi.org/10.59141/cerdika.v5i12.3045

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15968