

Studi Deskriptif Mengenai *Student Well-Being* pada Siswa SMA X Bandung

Descriptive Study of Student Well-Being on Student in SMA X Bandung

¹Savitri Yasmin Setyahadi, ²Milda Yanuvianti

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,
Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

email : ¹uti.savitri43@gmail.com, ²yanuvianti@gmail.com

Abstract. Inclusive education has become one of education systems that is run in Indonesia. In 2016, Bandung city has declared to be inclusive education city and has obliged every school level to receive students regardless their condition. X High school in Bandung is a private inclusive school that had happened since 2000. The school's programs and activities that are provided (to hopefully) facilitate the student's interest and potential. Some of the students find it as positive thing that even though they feel tired at school, they will still go through with it with a positive energy. However, some other students find the school's system and programs are something negative. This phenomenon effect the student's performance at school. Those who have negative views of the school show less well performance. This result to a distinct division of 2 groups of the students. What the students feel that is analyzed in this research is called well-being (Seligman, 2011). The aim of this research is to gain empiric data about the well-being of X High school students in Bandung. This research uses descriptive method using questionnaire as the measurement. The result of this research shows that 51% of the total students have high level of well-being and other 49% shows low level. This means that more than half of the students have good judgement on themselves and their school.

Keywords : *Student Well-Being*, High School Student, Inclusive Education

Abstrak. Pendidikan inklusi saat ini telah menjadi salah satu sistem pendidikan yang dijalankan di sekolah-sekolah di Indonesia. Pada tahun 2016, kota Bandung mendeklarasikan diri sebagai kota pendidikan inklusi dan telah mewajibkan setiap jenjang sekolah untuk menerima siswa dalam kondisi apa pun. SMA X Bandung merupakan sekolah swasta inklusi yang telah berdiri dari sejak tahun 2000. Dengan program-program dan kegiatan yang disediakan oleh pihak sekolah, diharapkan dapat memfasilitasi setiap siswa yang ada untuk mengembangkan minat dan potensi yang dimilikinya. Sebagian siswa menilai hal tersebut sebagai suatu hal yang positif, sehingga walaupun dirasa berat dan melelahkan, siswa tetap menjalaninya dengan perasaan positif. Namun siswa lainnya tidak menilai seperti itu, siswa merasa hal tersebut sebagai suatu hal yang negatif. Hal ini pun kemudian berpengaruh pada performansi siswa di sekolah, siswa yang memandang negatif cenderung menunjukkan performansi yang kurang baik bila dibandingkan dengan siswa yang memiliki penilaian positif. Sehingga siswa pun terbagi menjadi dua kelompok yang sangat bertolak belakang. Apa yang dirasakan oleh siswa disebut sebagai *Student Well-being* (Seligman, 2011). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai gambaran *Student Well-being* yang dimiliki oleh siswa SMA X Bandung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan alat ukur kuesioner. Hasil dari penelitian ini menggambarkan bahwa 51% dari total siswa memiliki tingkat *well-being* yang tinggi dan 49% lainnya belum, sehingga berarti lebih dari setengah siswa telah memiliki penilaian yang baik terhadap diri dan sekolahnya.

Kata Kunci : *Student Well Being*, Siswa SMA, Pendidikan Inklusi

A. Pendahuluan

International Youth Foundation (IYF) setiap tahunnya melakukan survei mengenai well-being yang dimiliki oleh remaja di 30 negara yang dipilih, salah satunya adalah Indonesia. Berdasarkan hasil survei yang sudah dilakukan, kurang lebih 75% remaja menilai bahwa sistem pendidikan yang diberikan sudah memuaskan. Namun hasil survei tersebut tidak mempertimbangkan kualitas dari sistem pendidikan itu sendiri karena adanya perbedaan sistem yang diberlakukan di setiap negara, sehingga hasil survei adalah murni penilaian dari setiap remaja (Sharma, 2017). Remaja yang bersekolah menghabiskan sebagian waktunya di sekolah, maka sekolah

harus bisa menciptakan atmosfer yang mendukung tercapainya kesejahteraan siswa di sekolah. Sekolah merupakan tempat tumbuh dan kembang remaja sehingga remaja harus merasa sejahtera selama berada di sekolah (Tri Na'imah, 2014). Pengalaman sekolah yang kurang menyenangkan dapat menjadi sumber stres yang signifikan dan mengurangi kualitas hidup bagi peserta didik (S. E. Huebner, 2000). Kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan akan berakibat pada pola siswa yang bereaksi negatif, seperti stres, bosan, terasingkan, kesepian dan depresi. Kondisi tersebut akan berdampak pada penilaian individu terhadap sekolahnya (Khatimah, 2015).

Salah satu sistem pendidikan yang diberlakukan di Indonesia sendiri saat ini adalah pendidikan inklusif. Pendidikan inklusif di Indonesia sendiri sebenarnya sudah berkembang sejak lama, namun implementasinya belum dilakukan secara maksimal. Pada tahun 2004, Indonesia menyelenggarakan konvensi nasional yang menghasilkan Deklarasi Bandung dengan komitmen Indonesia menuju pendidikan inklusif (Egal, 2016). Kemudian pada tahun 2016, Wali Kota Bandung mendeklarasikan Bandung sebagai Kota Pendidikan Inklusif, sehingga seluruh jenjang sekolah, baik sekolah negeri maupun swasta wajib menerima siswa berkebutuhan khusus. Jumlah sekolah di Bandung sekitar 1,200 sekolah untuk semua jenjang, namun sekolah inklusif di Bandung tidak mencapai 10 persennya (Dinas Pendidikan Kota Bandung, 2017). Salah satu sekolah inklusif tersebut adalah SMA X Bandung.

SMA X Bandung adalah sekolah swasta inklusif yang telah berdiri sejak tahun 2000. SMA X Bandung juga hanya menerima tidak lebih dari 50 siswa setiap tahunnya, terdiri dari dua kelas dengan jumlah siswa 20 hingga 25 orang di setiap kelasnya. Visi dan misi yang dimiliki oleh SMA X Bandung sendiri adalah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki setiap anak, baik pada bidang akademik maupun non akademik. Dengan visi tersebut, SMA X Bandung membuat berbagai macam program dan pembelajaran yang dapat membantu pengembangan diri setiap siswanya. Beberapa program yang diadakan di antara lain adalah pembuatan Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi siswa kelas 10 dan 11. Selain itu, siswa juga memiliki proyek entrepreneurship yang harus dilakukan setiap tahun. Siswa akan merancang suatu bisnis untuk menggalang sejumlah dana yang nantinya akan mereka gunakan untuk biaya perjalanan tahunan mereka. Selain proyek entrepreneurship, para siswa juga aktif dalam kegiatan organisasi sekolah atau OSIS. OSIS itu sendiri memiliki kegiatan-kegiatan tahunan yang harus dilaksanakan di setiap periodenya dan karena jumlah murid yang sedikit, seringkali hampir seluruh siswa harus ikut membantu dalam persiapan kegiatan-kegiatan tersebut sehingga kemudian menyita waktu belajar mereka. Pihak sekolah juga sering mengundang narasumber-narasumber dari luar yang berhubungan dengan pembelajaran mereka saat itu atau dalam rangka berbagi pengalaman mengenai dunia perkuliahan dan pekerjaan.

Melalui wawancara yang dilakukan pada 12 siswa, mereka menyatakan bahwa kegiatan dan tugas yang ada dirasa sangat membebankan mereka. Ada banyak hal yang harus mereka lakukan dalam waktu bersamaan dan hal tersebut sangat melelahkan. Akan tetapi, walau dirasa memberatkan, mereka menikmati menjalani kegiatan-kegiatan tersebut. Ketika berhasil menyelesaikan dan melewati semua kegiatan tersebut, para siswa merasa senang. Para siswa menyadari bahwa apa yang telah diberikan sekolah nantinya akan berguna ketika mereka sudah lulus, terutama ketika memasuki dunia perkuliahan sehingga mereka berusaha untuk tetap melaksanakannya dan memberi hasil yang terbaik. Siswa yang menyatakan bahwa dirinya merasa senang berada di sekolah terlihat lebih aktif selama kegiatan di sekolah.

Dalam menjalankan tugas yang diberikan padanya, siswa menunjukkan adanya inisiatif untuk memaksimalkan hasil dari tugas yang dikerjakannya, baik dalam akademik maupun kegiatan non akademik sehingga guru tidak perlu memberikan instruksi tambahan bagi siswa tersebut. Siswa juga terlihat lebih dipercaya oleh guru-guru dengan diberikannya tanggung jawab yang lebih besar dibanding siswa lain, seperti menjadi penanggung jawab dalam sebuah kegiatan yang diadakan sekolah.

Pada wawancara yang sama, siswa lainnya menyatakan hal yang berbeda dengan siswa sebelumnya. Dengan program dan kegiatan yang diberikan oleh sekolah pada para siswa, siswa menyatakan bahwa hal tersebut tidak membuatnya senang. Siswa bahkan memilih untuk tidak masuk sekolah selama beberapa hari ketika sudah merasa lelah dan tidak ingin lagi menjalankan aktivitas di sekolah. Tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah dinilai sebagai suatu hal yang membuatnya jenuh sehingga ketika mengerjakannya, siswa merasa tugas tersebut tidak ada habisnya. Hal ini kemudian berpengaruh pada nilai-nilai akademis siswa, dimana nilai akhirnya tidak mencapai nilai minimal sehingga perlu melakukan perbaikan nilai. Perbaikan yang dilakukan pun, jika hasilnya sudah mencapai nilai minimal maka akan dirasa cukup bagi siswa. Siswa tidak memiliki dorongan untuk mendapatkan hasil yang lebih.

Berdasarkan hal tersebut, terlihat bahwa para siswa terbagi menjadi dua kelompok yang sangat bertolak belakang. Terdapat siswa yang memiliki tanggapan positif dalam menjalani program dan kegiatan yang diberikan oleh sekolah dan siswa yang memiliki tanggapan negatif, yang kemudian hal tersebut berpengaruh salah satunya pada nilai akademis siswa. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan perasaan *well-being* yang mereka rasakan selama berada di sekolah. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai *student well-being* dari siswa SMA X Bandung.

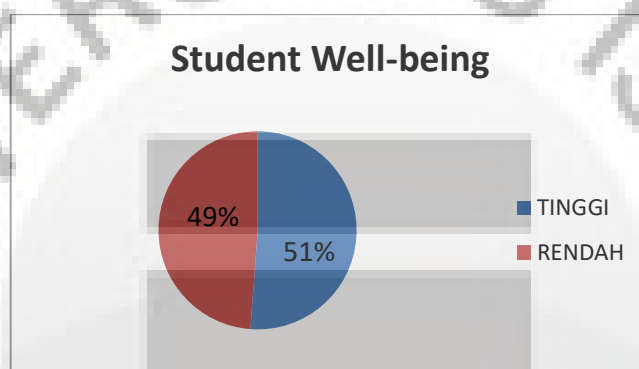
B. Landasan Teori

Menurut Seligman, *well-being* adalah sebuah kesatuan dari berbagai elemen sedangkan happiness adalah sebuah konsep tunggal. *Well-being* adalah sebuah kesatuan yang terdiri dari beberapa elemen yang bisa diukur dimana masing-masing elemen adalah konsep tunggal dan setiap elemen memberikan kontribusi pada *well-being*, tetapi tidak ada satu pun elemen yang benar-benar menjelaskan *well-being* sehingga terdapatnya seluruh elemen yang berkontribusi menjadi suatu keharusan agar *well-being* dapat diukur (Seligman, 2011).

Well-being merupakan kondisi yang terbentuk dari lima elemen yaitu *positive emotions, engagement, relationships, meaning, dan accomplishment* (Seligman, 2011). Elemen *positive emotion (the pleasant life)* merupakan elemen pertama dari teori *well-being*. Berbeda dengan teori *authentic happiness*, kebahagiaan dan kepuasan hidup sebagai pengukuran subjektif bukan merupakan tujuan dari teori *well-being*. Kebahagiaan dan kepuasan hidup juga terdapat dalam *well-being*, hanya saja kedua faktor ini bukan merupakan tujuan melainkan faktor pendukung *positive emotion* yang dirasakan individu (Seligman, 2011). Yang kedua yaitu *engagement* memiliki pengertian menyatu dengan kegiatan yang dilakukan sampai waktu terasa berhenti dan hilangnya *self-consciousness* saat melakukan kegiatan tersebut. Ketika individu melakukan kegiatan yang disukai, tidak jarang individu merasa waktu seakan berhenti. Dalam psikologi positif hal ini dinamakan sebagai *flow*. Kemudian oleh Seligman, *meaning* adalah saat individu merasa dan mendapatkan sesuatu yang dipercayai melebihi diri kita sendiri. Dapat dikatakan bahwa pencarian meaning merupakan kualitas intrinsik yang terdapat pada diri manusia. Selanjutnya *achievement*, seseorang

harus melakukan sesuatu dan bergerak ke arah tujuan yang dimiliki untuk mencapai *achievement*. Individu juga harus berusaha keras dan memiliki motivasi yang kuat untuk memenuhi hal yang telah direncanakan untuk mencapai tujuan. Element terakhir, *relationship* terdapat dalam berbagai macam interaksi yang dimiliki individu dengan orang lain: dengan pasangan hidup, teman, keluarga, atau dengan komunitas. Berbagai macam perasaan juga dapat dirasakan individu ketika menjalin sebuah hubungan seperti perasaan dicintai dan dihargai oleh orang lain. Manusia adalah makhluk sosial dan dengan adanya hubungan yang positif, hal ini dapat berpengaruh secara signifikan terhadap *well-being*.

C. Hasil Penelitian



Gambar 1. Gambaran Student *Well-being*

Berdasarkan hasil perhitungan kriteria pengukuran Student Well-being, diperoleh data yang menunjukkan bahwa terdapat 43 orang atau sebanyak 51% subjek yang ada di SMA X Bandung memiliki tingkat Student Well-being yang tinggi, dan 41 orang lainnya yaitu 49% memiliki tingkat Student Well-being yang rendah. Dari hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa 51% atau 43 siswa SMA X Bandung telah memiliki kelima elemen, yaitu positive emotion, engagement, relationship, meaning, dan achievement, untuk membangun kondisi Well-being dalam diri mereka sedangkan sisanya tidak.

Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa lebih dari setengah jumlah siswa yang ada telah memiliki penilaian yang baik akan dirinya dan kehidupan sekolahnya atau dengan kata lain, memiliki tingkat well-being yang tinggi. Menurut Noble (2008), well-being yang tinggi berhubungan dengan peningkatan hasil akademik, kehadiran di sekolah, perilaku prososial, keamanan sekolah, dan kesehatan mental siswa. Dengan memiliki tingkat well-being yang tinggi, performa siswa pun akan menjadi lebih baik selama di sekolah. Hal ini terutama tercermin dari pernyataan siswa yang mengatakan bahwa mereka merasa senang di sekolah, walaupun ada banyak hal yang harus mereka lakukan tapi mereka menjalaninya dengan emosi yang positif. Hubungan yang baik dengan teman-teman sebayanya pun menjadi hal penting dari munculnya perasaan positif yang mereka rasakan selama di sekolah. Kegiatan-kegiatan yang siswa jalani pun akhirnya dinilai sebagai sebuah pengalaman yang menyenangkan.

Sedangkan siswa yang lainnya, memiliki penilaian buruk terhadap kehidupan di sekolahnya sehingga tidak merasakan well-being selama berada di sekolah. Menurut

Frost (2010), well-being adalah salah satu faktor penting yang mempengaruhi hasil pembelajaran dan perkembangan sehingga dengan tidak terpenuhinya well-being siswa akan mengganggu proses belajarnya dan hasil yang ditunjukkannya pun menjadi tidak maksimal. Hal ini tergambar dari perilaku siswa selama proses belajar yang bersikap pasif, sibuk mengobrol dengan teman-temannya dan tidak memperhatikan guru, atau melamun selama di kelas. Pengerjaan tugas-tugas di sekolahnya pun hanya dikerjakan dengan seadanya saja walaupun guru telah memberikan kesempatan untuk memperbaikinya. Dengan seluruh kegiatan yang dilakukan siswa selama di sekolah, siswa tidak menilai hal tersebut sebagai suatu hal yang positif yang kemudian berpengaruh pada well-being yang dirasakannya selama di sekolah.

Menurut Keyes dan Waterman (2008), terdapat faktor yang mempengaruhi well-being selama berada di sekolah, salah satunya adalah karakteristik kepribadian. Siswa dengan karakteristik kepribadian ekstraversi lebih berpartisipasi aktif dalam aktivitas yang menimbulkan perasaan positif, hal ini tergambar pada siswa dengan well-being yang tinggi. Siswa dengan well-being yang tinggi bersikap aktif dalam aktivitas-aktivitas yang dilangsungkan oleh sekolah, seperti kegiatan organisasi sekolah, dan bersikap lebih terbuka pada lingkungan sekitarnya. Sebaliknya pada siswa dengan karakteristik neurotis lebih bersikap pasif dalam aktivitas, dan hal tersebut dengan perilaku yang ditunjukkan oleh siswa dengan well-being rendah. Siswa tidak terlibat secara aktif pada kegiatan sekolah, seperti kegiatan organisasi sekolah.

Faktor lainnya yang juga mempengaruhi adalah peran sosial yang dimiliki oleh siswa. Siswa dengan well-being yang tinggi memiliki peran sosial yang lebih jelas dibandingkan dengan siswa dengan well-being yang rendah. Sehingga dalam beraktivitas, siswa memiliki arahan yang lebih jelas dalam berperilaku dan hal tersebut meningkatkan well-being yang dirasakan oleh siswa.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 51% siswa SMA X Bandung berada pada kategori tinggi. Artinya, siswa SMA X Bandung telah mencapai kondisi *student well-being* dan memiliki kelima elemen pembentuk *well-being* dalam dirinya.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dinas Pendidikan Kota Bandung. (2017, November 23). *Kota Pendidikan Inklusi*. Retrieved December 2017, from Dinas Pendidikan Kota Bandung: <https://disdik.bandung.go.id/ver3/kota-pendidikan-inklusi/>
- Egal, N. (2016). *Pendidikan Inklusif di Indonesia*.
- Frost, P. (2010). *The Effectiveness of Student Well-being Programs and Services*. Victorian Auditor-General's Report.
- Hurlock, E. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. Erlangga.
- J. Butler, M. L. (2016). *The PERMA Profiler: A Brief Multidimensional Measure of Flourishing*. International Journal of Wellbeing, 1-48.
- Khatimah, H. (2015). *Gambaran School Well-being pada Peserta Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta*. Psikopedagogia Vol. 4, No.1.

- Mariana. (2017, Februari 24). *The PERMA Model: Your Scientific Theory of Happiness*. Retrieved 2017, from Positive Psychology Program: <http://positivepsychologyprogram.com/perma-model/>
- Noor, H. (2009). *Psikometri*. Bandung: Jauhar Mandiri.
- S. E. Huebner, G. M. (2000). *Correlates of School Satisfaction Among Adolescent*. *The Journal of Educational Research*, 331-335.
- Save The Children. (2016). *Inclusive Education: What, Why, and How*. London: St Vincent House.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press.
- Sharma, R. (2017). *2017 Global Youth Wellbeing Index*. International Youth Foundation.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- T. Noble, H. M. (2008). *A Scoping Study on Student Well-being*. Canberra: Department of Education, Employment & Workplace Relations.
- Tri Na'imah, P. (2014). *School Well-being pada Anak Didik di Taman Kanak-kanak*. *Jurnal* Vol. 11.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. (n.d.).
- Usmi Karyani, N. P. (2015). *The Dimension of Student Well-being*. Seminar Psikologi & Kemanusiaan.
- Wilkinson, R. B. (2004). *The Role of Parental and Peer Attachment in The Psychological Health and Self-esteem of Adolescents*. *Journal of Youth and Adolescence*, 479-493.
- World Health Organization. (2011). *Causes of Blindness and Visual Impairment*. Geneva: World Health Organization.