

Psikoedukasi: Peluang dan Tantangan Mewujudkan School Well-Being

Eva Meizara Puspita Dewi*, Agung Pambudi, Tri Dayanti Tamrin, Sri Nurcahya Habiba, Nurul Hikmah, Poppy Dian, Nurul Ain, & Muh. Iqbal

Program Studi Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Makassar, Makassar, 90222, Indonesia

Abstract

Setidaknya ada tiga lingkungan yang membentuk kepribadian seorang anak, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan sosial pertemanan. Setelah diasuh hanya oleh lingkungan keluarga, anak-anak kemudian mulai masuk ke sekolah usia dini. Sekolahnya berlanjut sampai anak-anak tumbuh menjadi remaja tengah, yaitu di jenjang SMA. Jika dihitung, anak-anak remaja menghabiskan banyak waktu di sekolah daripada di tempat lain. Karena itu, perlu memperhatikan kualitas lingkungan sekolah demi meningkatkan school well-being. School Well-Being dapat diartikan sebagai sekolah yang seluruh siswanya mempunyai rasa bahagia, kepuasan, tingkat stres yang rendah, sehat secara fisik dan mental, kualitas hidup yang baik, kesehatan secara fisik dan mental agar mampu menyelesaikan tantangan, mencapai kebahagiaan, dan kepuasan dalam kehidupan. Untuk mensosialisasikan School Well-Being, peneliti mengadakan seminar yang berjudul Peluang dan Tantangan Mewujudkan School Well-Being pada Sabtu, 17 Desember 2022. Seminar ini dihadiri oleh 135 peserta yang berasal dari guru, dosen, orangtua dan siswa. Setiap peserta diwajibkan untuk mengisi pre test dan post test. Analisis data dilakukan dengan berbantuan program SPSS 25.0 dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Rank-Test* menunjukkan hasil analisis z sebesar $-8,488^b$ pada taraf signifikansi 0,000 ($p > 0,05$) ini menunjukkan bahwa secara kuantitatif ada perbedaan antara pengetahuan mengenai *school well-being* sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) mengikuti webinar.

Keywords: Kebahagiaan, *school well being*, tantangan.

1. Pendahuluan

Pendidikan pada hakikatnya menjadi salah satu sarana yang berpengaruh besar dalam membentuk sumberdaya manusia yang berkualitas, pendidikan artinya ilmu menuntun anak. Munirah (2015) menjelaskan bahwa kemajuan suatu bangsa apabila dilihat dari kiblat barat yaitu berkaitan dengan pendidikan. Indonesia sebagai negara berkembang masih berusaha mencari cara dan berupaya agar mampu menjadi negara maju terutama dalam bidang pendidikan seperti model pembelajaran, hasil-hasil penelitian, produk-produk lulusan dan sebagainya. Hal ini disebabkan oleh karena sistem pendidikanlah yang mampu membawa kemajuan bagi bangsa.

Anak-anak Indonesia memiliki peluang yang lebih baik untuk sekolah, namun pada kenyataannya berdasarkan data Unicef tahun 2020 mengenai pendidikan dan remaja, sekitar 4,1 juta anak-anak dan remaja usia 7-18 tahun tidak bersekolah. Permasalahan yang melatar belakangi hal ini datang dari berbagai faktor seperti kondisi ekonomi, kondisi daerah, bahkan dari segi kesehatan. Sedangkan yang harusnya terjadi yaitu potensi anak harus dipupuk sejak awal-awal tahun kehidupan mereka.

* Corresponding author:

E-mail address: eva.meizara@unm.ac.id

Jika ditarik garis beberapa tahun kebelakang, dapat disaksikan bersama bahwa Indonesia terkenal dengan jati diri bangsa yang berkaraker dan berbudi luhur. Sekolah ideal adalah sekolah yang mampu mengaktualisasikan potensi siswa secara holistik sehingga membuat siswa-siswanya merasa sejahtera (well-being) karena kesejahteraan siswa (well-being) mempengaruhi hampir seluruh aspek bagi optimalisasi fungsi siswa di sekolah (Frost, 2010). Siswa merasa sejahtera ketika merasa aman, nyaman, bahagia dan sehat ketika di sekolah. Namun, apa yang terjadi di sekolah dan yang diimpikan oleh siswa tidak terjadi sebagaimana semestinya.

Kondisi pendidikan Indonesia saat ini, berdasarkan data terakhir kemendikbutristek (2021) masih banyak kondisi sekolah yang belum memadai yang dapat mempengaruhi kesejahteraan siswa selama proses belajar. Salah satu contoh masalah yang berasal dari siswa yaitu terjadinya Bullying, dimana masalah bullying adalah masalah kompleks dalam kehidupan siswa-siswi sekolah. Hasil penelitian mengungkap bahwa bullying dianggap sebagai masalah serius dalam bidang akademik dan dapat mengakibatkan dampak negatif pada proses pembelajaran, sehingga mempengaruhi kesejahteraan emosional, sosial, dan fisik anak-anak usia sekolah di seluruh dunia (Al-Raqquad, Al-Bourini, Al-Tahalin, Aranki, 2017). Permasalahan tersebut memerlukan upaya penyelesaian yang dapat diterapkan untuk memutus rantai bullying di lingkungan sekolah. Berbagai kajian ilmu berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Salah satu caranya adalah dengan meningkatkan proses pembelajaran yang menyenangkan, dengan menciptakan aspek-aspek kesejahteraan psikologis bagi siswa yaitu dengan program school well-being.

Konsep well-being didasarkan pada teori sosiologi tentang kesejahteraan (having, loving dan being) dari Allard (Konu et al.2002). Konu & Rimpela (2002) menjelaskan empat hal yang mempengaruhi School Well-Being di sekolah yaitu kondisi lingkungan sekolah (fisik dan organisasi, layanan dan keamanan), relasi sosial (murid, guru, staf sekolah), pemenuhan diri (kesempatan belajar sesuai dengan kapabilitas, mendapatkan umpan balik, semangat), serta status kesehatan.

Kondisi sekolah merupakan aspek penting dalam mencapai kesejahteraan siswa. Faktor-faktor kondisi lingkungan sekolah yang baik meliputi lingkungan sekolah yang bersih, jauh dari kebisingan, kondisi kelas yang baik, serta sarana prasarana yang lengkap untuk praktik pembelajaran. Hubungan sosial juga tidak kalah penting dalam menentukan kesejahteraan siswa di sekolah. Hubungan sosial ini meliputi hubungan siswa dengan guru, siswa dengan siswa lain, juga termasuk hubungan sekolah dengan orang tua. Saat kondisi sosial baik dan menciptakan iklim yang damai, maka siswa mampu mengikuti proses belajar mengajar dengan maksimal. Sebaliknya, siswa merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah ketika ada kekerasan di dalamnya. Namun realita di lapangan masih ditemukan tindak kekerasan dalam lingkungan sekolah.

Aspek selanjutnya yang tidak kalah penting ialah pemenuhan diri siswa di sekolah. Kegiatan yang berkaitan dengan pengembangan diri siswa ini sangat penting adanya, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Inriyani (2020) yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler akan berdampak pada prestasi belajar di ruang kelas, biasanya siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler akan terampil dalam berorganisasi, bersosialisasi, dan memecahkan masalah sesuai karakteristik ekstrakurikuler yang diikuti.

Aspek keempat yang penting dan tidak boleh dilupakan ialah aspek kesehatan. Siswa yang sehat secara fisik tentunya akan lebih mampu untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran sehingga berimplikasi positif pada prestasi akademiknya. Juniarti (2017) mengungkapkan bahwa program kesehatan sekolah sangat penting untuk dilaksanakan, karena siswa sekolah sebagai kelompok khusus membutuhkan perlindungan dari berbagai bahaya lingkungan. Siswa sekolah juga membutuhkan kesehatan agar dapat belajar secara maksimal dan efektif, sehingga dapat menghasilkan sumber daya manusia yang sehat dan cerdas di masa depan.

Pemahaman tentang konsep school well-being sangat penting untuk mendorong berbagai tujuan pendidikan. Adanya school well-being yang tinggi dapat menjadikan seorang siswa lebih memahami akan kondisi sekolah, hubungan sosial dan pemenuhan diri siswa di sekolah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Palupi & Retno (2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dengan nilai pearson correlation sebesar 0,696 antara school well-being dengan hasil belajar. Artinya School Well-Being dapat diterapkan disekolah untuk pendidikan siswa yang lebih baik.

2. Metode Psikoedukasi

Metode intervensi yang diberikan adalah psikoedukasi yang berbentuk kegiatan seminar atau webinar. Kegiatan psikoedukasi dilakukan secara daring menggunakan *Zoom Cloud Meeting* dan *Google Formulir* berupa seminar pada 17 Desember 2022. Metode intervensi yang dipilih yaitu menggunakan seminar yang merupakan bentuk dialog dengan moderator dan narasumber yang berfokus pada satu topik khusus dan para peserta dapat berpartisipasi secara aktif. Narasumber yang membawakan materi mengenai *school well-being* adalah psikolog pendidikan. Persiapan lain yaitu pengadaan *pre-test* dan *post-test* menggunakan *Google Form* untuk mengukur sejauh mana materi yang diberikan dapat dikuasai oleh peserta. Tim melakukan analisis data berdasarkan *pre-test* dan *post-test* serta melakukan evaluasi pelaksanaan.

Peserta seminar terdiri atas guru, siswa, orang tua siswa(i), dan lainnya dari berbagai kalangan dengan total 135 peserta. Ketentuan dalam mengikuti kegiatan seminar adalah sebagai berikut:

- Peserta melakukan pendaftaran sebagai *database* tim menggunakan *Google Form* berisi nama peserta, jenis kelamin, usia, nomor handphone, alamat email, dan kepesertaan.
- Bersedia mengikuti rangkaian seminar dari awal hingga akhir. Guna mendapatkan hasil yang maksimal, peserta yang telah mendaftar wajib mengikuti rangkaian seminar dari awal hingga akhir.

Seminar terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

- Sesi *pre-test*

Sesi *pre-test* diberikan menggunakan *Google Form* yang wajib diisi oleh peserta saat melakukan pendaftaran untuk mengukur pengetahuan para peserta mengenai *school well-being*.

- Pembawaan materi seminar

Sesi pembawaan materi dilakukan oleh narasumber. Materi akan disampaikan oleh narasumber selama 45 menit pada tanggal 17 Desember 2022. Namun, kegiatan ini dilaksanakan total selama dua jam 13.00-15.00 WITA.

- Sesi tanya jawab

Sesi ini dilakukan untuk para peserta yang mengikuti kegiatan seminar agar dapat menyuarakan pendapat dan mengklarifikasi rasa ingin tahu yang lebih mengenai materi yang dibawakan

- Sesi *Post-test*

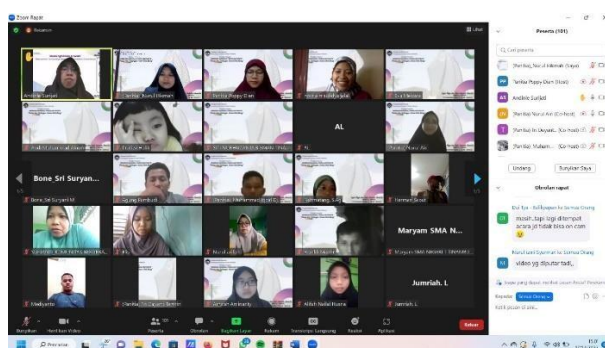
Sesi *Post-test* dilakukan disetiap akhir kegiatan setelah rangkaian pembawaan materi dan sesi tanya jawab selesai. Pertanyaan *post-test* sama dengan pertanyaan *pre-test* kemajuan pengetahuan yang dimiliki para peserta.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan



Gambar 2. Sesi pembawaan materi oleh narasumber



Gambar 3. Sesi foto Bersama peserta

Pembawaan materi oleh narasumber berlangsung selama 45 menit dengan membahas school well-being. Materi yang dibahas adalah pengetahuan dari school well-being, aspek-aspek dari school well-being, faktor-faktor yang memengaruhi tercapai dan tidak tercapainya school well-being secara rinci yang dibawakan oleh Novita Maulidya Jalal yang merupakan seorang praktisi psikologi pendidikan. Diakhir pembawaan materi dilakukan sesi tanya jawab untuk para peserta.

Pelaksanaan seminar berjalan dengan baik, salah satu peserta diminta untuk memberikan testimoni kegiatan dan merasa sangat puas dengan seminar yang diadakan. Di akhir sesi seminar tim mengumumkan para peserta yang berhak mendapatkan uang elektronik berdasarkan kategori pemberi *insight*, peserta pertama, 3 penanya tercepat, foto dokumentasi terbaik, dan peserta yang *on camera* selama kegiatan berlangsung

3. Hasil dan Pembahasan

Berisi deskripsi tentang hasil dari proses pengabdian masyarakat, yaitu penjelasan tentang dinamika proses pendampingan (ragam kegiatan yang dilaksanakan, bentuk-bentuk aksi yang bersifat teknis atau aksi program untuk memecahkan masalah komunitas). Juga menjelaskan munculnya perubahan sosial yang diharapkan, misalnya munculnya pranata baru, perubahan perilaku, munculnya pemimpin lokal (local leader), dan terciptanya kesadaran baru menuju transformasi sosial, dan sebagainya. (Times New Roman 10 pt, Spacing: before 6 pt; after 6 pt, Line spacing: single).

3.1. Deskripsi Subjek

Berdasarkan tabel 1, jumlah peserta dalam webinar nasional “Peluang dan Tantangan Mewujudkan School Well-Being” adalah 135 peserta yang terdiri dari pelajar sebanyak 53 orang atau 39%, sebanyak 46% atau 62 orang yang bekerja sebagai pengajar (Guru dan Dosen), orang tua sebanyak 8 orang atau 6% dan pekerjaan lainnya (Psikolog, karyawan dll) sebanyak 9% atau 12 orang.

Tabel 1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan

Jenis Pekerjaan	Jumlah	Presentase
Pelajar	53	39 %
Pengajar	62	46 %
Orang Tua	8	6 %
Lainnya	12	9 %
Total	135	100%

Tabel 2. Gambaran Partisipan Berdasarkan Asal Daerah

Asal Daerah	Jumlah	Presentase
Sulawesi	67	50%
Jawa	14	10%
Kalimantan	47	35%
Sumatra	7	5%
Total	135	100%

Berdasarkan tabel 2, sebaran peserta yang mengikuti webinar nasional “Peluang dan Tantangan Mewujudkan School Well-Being” berasal dari pulau Sulawesi sebesar 50% atau 67 orang, dari pulau Jawa sebanyak 14 orang atau 10%, pulau Kalimantan sebanyak 47 orang atau 35% dan dari pulau Sumatra sebanyak 7 orang atau 5%.

3.2. Hasil Pelaksanaan Webinar

Tabel 3. Hasil analisis Wilcoxon Signed Rank-TestTest Statistics^a

	Post-Test - Pre-Test
Z	-8,488 ^b
Asymp. Sig. (2- tailed)	0,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks

Desain webinar ini adalah *one group pretest-posttest*. Analisis data dilakukan dengan berbantuan program SPSS 25.0 dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Rank-Test* menunjukkan hasil analisis z sebesar -8,488^b pada taraf signifikan 0,000 ($p > 0,05$) ini menunjukkan bahwa secara kuantitatif ada perbedaan antara pengetahuan mengenai *school well-being* sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) mengikuti webinar.

Pada tabel 4 diketahui *Negative Ranks* atau selisih (negatif) antara *pre-test* dan *post-test* peserta webinar adalah 5. Nilai 5 ini menunjukkan adanya penurunan (Pengurangan) dari nilai *Pre-test* ke nilai *Post-test* sebanyak 5 peserta. *Positive ranks* atau selisih (positif) antara *pre-test* dan *post-test*. Pada output diatas terdapat 98 data positif yang artinya 98 peserta mengalami peningkatan dari nilai *pre-test* ke nilai *post-test*. *Mean rank* atau rata-rata peningkatan tersebut sebesar 53,40 sedangkan jumlah rangking positif atau *sum of ranks* adalah sebesar 5233,50. *Ties* adalah kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test*, disini nilai *Ties* adalah 32, artinya terdapat 32 peserta yang nilai *pre-test* dan *post-test* sama.

School well-being yaitu terpenuhinya kesejahteraan siswa di sekolah berdasarkan empat aspek yaitu kondisi sekolah (*having*), hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri di sekolah, serta status kesehatan (*health*). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Khatimah (2015) yang menyatakan bahwa subjek SMA Negeri 8 Yogyakarta memiliki *School Well-Being* yang tinggi dan merasa nyaman berada disekolah mereka. Faktor-faktor yang mempengaruhi kenyamanan tersebut adalah infrastruktur yang baik seperti suhu udara di dalam kelas yang sejuk, sanitasi toilet yang baik, perpustakaan yang memadai serta nyaman, laboratorium yang nyaman, tempat ibadah yang nyaman, kantin yang nyaman dan bersih.

Tabel 4. Mean Rank Pretest dan Posttest

				Ranks		
				N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-Test	-	Pre-Test	Negative Ranks	5 ^a	24,50	122,50
			Positive Ranks	98 ^b	53,40	5233,50
			Ties	32 ^c		
			Total	135		

a. Post-Test < Pre-Test

b. Post-Test > Pre-Test

c. Post-Test = Pre-Test

Hasil penelitian Knuver & Brandsma (1993) menunjukkan *School well being* dapat meningkatkan afeksi yang baik terhadap sekolah dan kegiatan belajarnya. Pemenuhan kebutuhan anak dan hubungan baik antara guru dengan siswa dapat meningkatkan kesehatan mental anak (Wyn, et all, 2000). Hal ini menunjukkan bahwa *school well-being* mempunyai peran penting dalam mengembangkan karakter anak. Berdasarkan *School well Being* (kesejahteraan anak di sekolah) dapat dilihat dari aspek, antara lain: terbebas dari gangguan pada saat belajar, terhindar dari rasa kesepian di sekolah, terhindar dari kekerasan orang lain, mendapatkan bantuan jika menemui kesulitan, memiliki teman baik di sekolah, mendapatkan perlindungan dari teman dan guru.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dapat disimpulkan bahwa :

- Berdasarkan teori dan tabel diatas, penulis menyimpulkan bahwa kajian tentang school well being sangat diperlukan untuk dunia Pendidikan. Dengan webinar ini diharapkan dapat membantu orang tua, siswa, pengajar agar dapat mencapai kesejahteraan disekolah.
- Peserta webinar didominasi para pengajar yang menunjukkan bahwa webinar school well being mendapatkan sasaran yang tepat karena pengajar menjadi garda terdepan.
- Hasil Pre test dan Post test menunjukkan ranges yang signifikan, artinya bahwa webinar ini berhasil memahami pentingnya school well being.

References

- Al-Raqqad, et. al. (2017). The Impact of School Bullying On Students' Academic Achievement from Teachers Point of View. *International Education Studies*, 10(6).
- Frost. (2010). *The Effectiveness of Student Wellbeing Program and Service*. Melbourne: Victorian Auditor-General Report.
- Inriyani. (2017). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Prestasi Belajar IPS Melalui Motivasi Belajar. *Jurnal Pendidikan: Teori Penelitian dan Pengembangan*. 2(7), 955 – 956.
- Juniarti. (2017). Upaya Penguatan Pelayanan Kesehatan Primer Pada Anak Sekolah Di Pangandaran. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4).
- Kemendikbudristek. (2021). Sekolah rusak di Indonesia: 'Yang sekolah bisa lakukan ya, tidak bisa apa-apa': <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-58865133>
- Khatimah, H. (2015). Gambaran *School Well-being* pada Peserta Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *PSIKOPEDAGOGIA*, 4(1).

- Knuver A.W.M, & Brandsma H.P. (1993). Cognitive and affective outcomes in school effectiveness research. *School effectiveness & School Improvement*, 4, 189–204.
- Konu, E. A., & Rimpela, T. L. (2002). *Factor structure of the school well- being model*. Healt Education Research
- Munirah. (2015). Sistem Pendidikan di Indonesia: Antara Keinginan dan Realita. *Jurnal Auladuna*, 2(2).
- Wyn, J., Cahill, H., Holdsworth, R., & Rowling, L., (2000). MindMatters, a wholeschool approach promoting mental health and wellbeing. *Shirley Carson Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 594–601.