

HASIL CEK_38 NH-Sekolah

by Psikologi 38 Nh-sekolah

Submission date: 05-Apr-2023 08:36AM (UTC+0700)

Submission ID: 2056153840

File name: 38 NH-Sekolah Sejahtera Alternatif Prevensi Kekerasan di sekolah.pdf (359.75K)

Word count: 5237

Character count: 35538

Sekolah Sejahtera: Alternatif Prevensi Kekerasan di Sekolah

Nurul Hidayah
Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak—Salah satu isu penting konsekuensi perkembangan Psikologi Positif di Indonesia adalah meningkatnya kajian mengenai *well-being* (kesejahteraan psikologis) di sekolah. Tingginya *well-being* pada siswa diharapkan berkorelasi terhadap peningkatan prestasi akademik dan penurunan perilaku berisiko, termasuk perilaku kekerasan dalam seting pendidikan yang cenderung menunjukkan peningkatan. Iklim sekolah merupakan korelat terpenting dalam meningkatkan *well-being* siswa. Tulisan ini menawarkan Program Sekolah Sejahtera yang berisi program-program pengembangan iklim sekolah yang diharapkan dapat menjadi alternatif mencegah kekerasan di sekolah.

Kata kunci--*sekolah sejahtera, prevensi, kekerasan*

Pendahuluan

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*, selanjutnya disingkat *well-being*) merupakan istilah yang belum populer dalam peraturan perundang-undangan dan bagi pelaku pendidikan di Indonesia. Istilah lain yang telah lebih dahulu populer adalah kesehatan mental. Di Indonesia, upaya kesehatan mental di sekolah juga belum menjadi agenda utama sekolah, bahkan seolah-olah urusan pembinaan kesehatan mental hanya di bawah tanggung jawab guru bimbingan dan konseling.

Istilah *well-being* merupakan salah satu konsekuensi perkembangan Psikologi Positif. *Well-being* adalah kondisi pervasif bahwa hidup yang telah dan sedang dijalani terasa menyenangkan; suatu persepsi berkelanjutan bahwa waktu-waktu yang dijalani secara keseluruhan bermakna dan menggembirakan (Myers, 1993).

Well-being dalam seting pendidikan diperlukan mengingat sekolah memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan remaja. Para pelajar menghabiskan sebagian besar waktunya, dalam lima atau enam hari tiap minggunya, di sekolah. Sebagaimana pentingnya kenyamanan di tempat kerja, kenyamanan yang berujung pada kesejahteraan psikologis siswa di sekolah seharusnya mendapatkan perhatian yang besar. Demikian

pula remaja di Indonesia, yang sebagian besar di antara mereka setidaknya menyelesaikan pendidikan menengahnya. Hal ini dapat dilihat dari Angka Partisipasi Kasar Pendidikan yang pada tahun 2011 menunjukkan bahwa 87.78% meneruskan pendidikan ke SMU, sedangkan 57.85% melanjutkan ke SMA (www.bps.go.id). Mengingat jumlah populasi pelajar cukup besar, kesejahteraan psikologis siswa sangat penting karena dihubungkan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis masyarakat secara umum.

Pada tataran yang lebih makro, tingkat *subjective well-being* pada masyarakat Indonesia juga masih rendah. Berdasarkan pemetaan global yang dilakukan oleh White (2007) pada sejumlah besar negara-negara di dunia, *subjective well-being* masyarakat Indonesia menempati peringkat ke-64 dengan skor 200 (skor *baseline* adalah 100). Kualitas hidup manusia Indonesia juga terlihat dari Indeks Pembangunan Manusia Indonesia yang masih menempati urutan 107 dari 177 negara (UNICEF, 2008). Hal ini menunjukkan bahwa secara makro kepuasan hidup masyarakat Indonesia masih belum memuaskan.

Level *well-being* siswa masih jauh dari yang diharapkan. Sejumlah penelitian di luar negeri mengenai kepuasan hidup sebagai salah satu indikator terkuat dari *well-being* pada remaja menunjukkan bahwa rentang kepuasan yang dimiliki memang cenderung positif.

Sebagai contoh, Huebner dkk (2001) melaporkan bahwa 73% dari 5.545 murid kelas 9-12 menunjukkan rating "sangat puas" hingga "puas". Temuan serupa juga diperoleh pada anak-anak dan remaja awal. Namun dari hasil penelitian tersebut ditemukan pula adanya *trend* penurunan kepuasan hidup secara global.

Kepuasan sekolah juga mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Hal ini dipengaruhi oleh persepsi siswa mengenai kemampuan akademiknya. Penelitian menunjukkan bahwa persepsi siswa mengenai kompetensi akademiknya menurun seiring kemajuan mereka di sekolah (Eccles, Wigfield, & Schiefele, dalam Broussard, 2002). Schunk & Pajares (Broussard, 2002) menjelaskan terjadinya penurunan ini melalui beragam faktor, mencakup tingkat kompetisi yang lebih besar, berkurangnya perhatian guru terhadap perkembangan siswa secara individual, dan stres berkaitan dengan transisi sekolah. Pada usia 7-8 tahun, anak-anak mengembangkan kesadaran mengenai kemampuan akademik mereka secara internal dengan kualitas yang tidak harus teramati. Mereka juga terlihat lebih akurat dalam mempersepsikan kompetensi akademiknya, yang secara khusus berarti bahwa siswa yang lebih tua kurang positif dan kurang optimis daripada anak-anak. Temuan ini menunjukkan bahwa sangat penting mengelola *well-being* pada remaja agar tidak menurun secara bermakna.

Huebner, dkk (2001) menjelaskan bahwa sejumlah studi terbaru tentang kepuasan hidup di AS bagian tenggara menunjukkan kebutuhan untuk memfokuskan perhatian yang lebih terhadap kepuasan hidup remaja. Total 5.545 siswa sekolah negeri menilai kepuasan mereka terhadap lima domain spesifik (keluarga, teman, sekolah, diri dan lingkungan sekolah). Meskipun menunjukkan level positif (di atas rata-rata), rating terendah justru terletak pada domain sekolah. 23% remaja mengindikasikan sejumlah yang berbeda-beda; 7% melaporkan "sangat tidak puas"; 7% "tidak bahagia" dan 9% buruk sekali. Peneliti menyimpulkan bahwa pengalaman sekolah dipersepsikan sebagai sumber stres mayor dan sumber ketidakpuasan bagi sejumlah siswa sekolah menengah. Studi yang dilakukan oleh Epstein (Okkun, dkk, 1990) juga menunjukkan bahwa 54% siswa sekolah negeri menyatakan bahwa pada sebagian besar waktu mereka tidak ingin masuk sekolah, yang

merupakan salah satu indikator rendahnya *well-being* siswa.

Riset-riset mengenai *well-being* di sekolah, khususnya di Indonesia, masih sangat terbatas. Hasil-hasil riset menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kepuasan hidup tinggi akan menunjukkan peningkatan prestasi akademik dan penurunan problem perilaku, seperti membolos, penggunaan narkoba, kenakalan dan perilaku merokok (Suldo & Huebner, 2004) serta angka putus sekolah (Stroup dan Robbins, dalam Okkun, dkk, 1990). Dengan demikian kecenderungan rendahnya *well-being* siswa di Indonesia secara tidak langsung tercermin dari problem-problem akademik, psikologis maupun sosial yang dijumpai pada remaja.

Salah satu problem sosial yang terlihat adalah angka tawuran pelajar di Indonesia yang masih tinggi. Data dari laman Komite Perlindungan Anak Indonesia (www.kpai.go.id) menunjukkan bahwa angka tawuran pelajar semakin meningkat. Pada tahun 2010 terjadi 128 kasus tawuran pelajar, sedangkan pada tahun 2011 terjadi peningkatan lebih dari 100% yaitu terdapat 330 kasus tawuran pelajar yang menewaskan 82 orang. Adapun pada tahun 2012, hingga pertengahan tahun terjadi 139 kasus tawuran pelajar yang menewaskan 12 orang.

Problem lain pada remaja yang secara tidak langsung mencerminkan *well-being* siswa yang rendah terlihat dari angka korban *bullying* (intimidasi atau kekerasan) di kalangan anak/remaja yang tinggi. Laporan Kementerian Dalam Negeri menyatakan bahwa isu-isu kekerasan selama tahun 2012 khususnya konflik pada institusi pendidikan mencapai 2,8% dari kasus-kasus besar konflik dan kekerasan yang muncul (Sutrisno, Harian Jogja, 10 April 2013).

Informasi yang dirilis Pusat Data dan Informasi, Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA), menyebutkan, angka kekerasan pada tahun 2011 menunjukkan kenaikan yang cukup signifikan sekaligus mengkhawatirkan. Dilihat dari jumlah pengaduan yang masuk ke Divisi Pengaduan dan Advokasi, Komnas Anak, peningkatannya mencapai 98 persen pada tahun 2011, yaitu 2.386 pengaduan dari 1.234 laporan pada tahun 2010. Kasus kekerasan seksual juga meningkat menjadi 2.508 kasus pada 2011, meningkat dari data tahun 2010 sebanyak 2.413 kasus. Sebanyak 1.020 kasus atau setara 62,7 persen dari angka tersebut adalah kasus kekerasan seksual yang dilakukan dalam bentuk

sodomi, pemerkosaan, pencabulan, dan inses. Selebihnya adalah kekerasan fisik dan psikis (www.kompas.com, 23 Desember 2011). Peristiwa *bullying* menimbulkan dampak terhadap kesehatan dan *well-being* siswa, serta berdampak terhadap proses belajar mengajar. Hasil riset menunjukkan bahwa para siswa yang secara rutin menjadi korban *bullying* akan menghindari masuk sekolah, menunjukkan simtom depresif (Wylie, dkk, 2008).

Problem akademik, sebagai contoh, terlihat dari hasil *Trends in International Mathematics and Science Studies (TIMSS) 2011*, yang baru saja dipublikasikan, menunjukkan bahwa nilai rata-rata matematika siswa kelas VIII dari Indonesia hanya 386 dan menempati urutan ke-38 dari 42 negara. Hasil Sains juga tidak kalah mengecewakan. Indonesia menempati urutan ke-40 dari 42 negara dengan nilai rata-rata 406 (Mullis, dkk, 2012). Temuan TIMSS menunjukkan kaitan antara iklim sekolah yang menimbulkan rasa aman dengan kesejahteraan psikologis siswa. Hasil *Progress in International Reading Literacy Study (PIRLS) 2011*, yang juga baru diterbitkan, menempatkan siswa kelas IV Indonesia di urutan ke-42 dari 45 negara dengan nilai rata-rata 428.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan siswa adalah faktor lingkungan sekolah, khususnya iklim sekolah. Hasil penelitian Verkuyten dan Thijs (Lund, 2011) menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kepuasan siswa adalah *perceived academic performance*, iklim akademik sekolah dan penerimaan sosial. Baker (Huebner, 2001) menunjukkan pengaruh variabel-variabel lingkungan, khususnya variabel sekolah (kepedulian, iklim sekolah suportif dan stresor kelas) dan variabel interpersonal (konsep diri akademik dan problem-problem psikopatologis) terhadap kepuasan sekolah.

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan Zullig, dkk (2011) ditemukan bahwa lima domain iklim sekolah memiliki korelasi yang signifikan dengan kepuasan siswa, masing-masing adalah dukungan akademik, *positive student-teacher relationships*, keterhubungan sekolah, keteraturan dan disiplin, serta kepuasan akademik. Sebagai contoh, relasi siswa-guru yang positif merupakan sumber daya bagi siswa-siswa yang berisiko gagal dengan adanya konflik atau diskoneksi antara siswa dan orang

dewasa yang akan menimbulkan risiko tersebut (Ladd & Burgess, dalam Pianta, 1999).

Menurut Inuwa dan Yusof (2012) iklim sekolah yang kurang memadai berimplikasi pada peningkatan absenteisme, performa yang rendah dan peningkatan angka putus sekolah. Demikian pula survei dari Cohen, dkk. (2009) dan Stewart (2003) menunjukkan bahwa iklim sekolah yang positif merupakan prediktor prestasi akademik, kesuksesan akademik, pencegahan dan penurunan kekerasan, perkembangan kesehatan siswa, dan retensi guru.

Variabel-variabel iklim sekolah sebagai korelat dari *well-being* siswa ternyata melampaui variabel-variabel lainnya seperti variabel demografik dan prestasi akademik. Parameter-parameter iklim sekolah, khususnya sistem nilai sekolah, dan persepsi siswa terhadap sikap guru mempengaruhi optimisme kehidupan pada siswa, kesejahteraan psikologis dan fisiologis, serta kesuksesan akademik (Ruus, dkk, 2007).

Pertanyaan yang selanjutnya muncul adalah cara mengembangkan program intervensi yang dapat meningkatkan iklim sekolah yang positif agar kepuasan *well-being* siswa meningkat. Tulisan ini mencoba menawarkan pengembangan iklim sekolah melalui Program Sekolah Sejahtera (*school well-being*) sebagai alternatif prevensi kekerasan di sekolah.

Tinjauan Filosofis Paradigma Psikologi Positif

Tulisan ini menawarkan pendekatan yang positif terhadap remaja, dengan menggunakan paradigma Psikologi Positif. Psikologi Positif adalah istilah yang diajukan oleh Martin E. Seligman pada tahun 1998 untuk mengembangkan fokus perhatian psikologi yang semula bertujuan meminimalkan gangguan mental menjadi menumbuhkan pribadi yang "kaya" secara psikologis (Seligman dan Csikszentmihalyi, 2000). Psikologi Positif adalah tradisi dalam psikologi yang mempelajari keberfungsian optimal manusia.

Tujuan Psikologi Positif adalah menemukan dan mengembangkan faktor-faktor yang memungkinkan individu dan komunitasnya mengalami pertumbuhan (Sheldon dkk, 2000). Selain itu, tujuan Psikologi Positif adalah mempertimbangkan keberfungsian optimal manusia pada beberapa tingkatan, meliputi tingkatan biologis,

eksperiensial, pribadi, relasional, insitisi, budaya dan global.

Psikologi Positif, secara lebih detail, mempelajari hal-hal berikut ini: (1) hubungan dinamis di antara tingkatan-tingkatan yang telah disebutkan di atas; (2) kemampuan manusia untuk menciptakan aturan dan makna dalam reaksinya terhadap musibah (permasalahan) yang tak terhindarkan; dan (3) cara-cara yang memungkinkan kehidupan yang lebih baik muncul dari proses-proses tersebut (Sheldon dkk, 2000). Psikologi Positif mencari faktor-faktor yang memungkinkan individu, kelompok dan masyarakat mengalami pertumbuhan pribadi dengan baik.

Akhir-akhir ini sejumlah riset telah menginisiasi untuk memfokuskan pada aspek positif dari sekolah dan siswa, seperti Psikologi Positif, yang dalam bidang pendidikan tercermin dari penelitian tentang *positive schooling*, *positive education*, dan *quality of school life*, dan sejenisnya. *Positive schooling* merujuk pada pendekatan dalam pendidikan yang berdasarkan asas *care* (kepedulian), *trust* (kepercayaan), dan menghargai keberagaman, di mana guru mengembangkan tujuan pembelajaran yang disesuaikan dengan tiap-tiap siswa dan selanjutnya bekerja bersama siswa untuk mengembangkan rencana dan motivasi (Snyder dan Lopez, 2007).

Terdapat sejumlah komponen mayor dari *positive schooling*. Komponen pertama adalah kepedulian, kepercayaan dan menghargai keberagaman. Sangat krusial menciptakan atmosfer yang mendukung tumbuhnya kepedulian dan kepercayaan karena siswa bertumbuh dalam lingkungan. Siswa membutuhkan guru sebagai *role model* yang bertanggung jawab secara konsisten. Sikap guru yang menunjukkan kepedulian akan mengawal siswa mengeksplorasi dan menemukan cara-cara mencapai tujuan akademik maupun tujuan hidup secara umum. Membangun kepedulian dan kepercayaan di antara siswa merupakan tujuan sosialisasi yang terpenting. Penghargaan terhadap keberagaman membuat siswa menjadi peka terhadap perbedaan yang mungkin muncul dari siswa lain yang berbeda latar belakang etnis maupun budaya. Komponen kedua adalah tujuan (isi). Tujuan pembelajaran menjadi sangat membantu apabila disepakati baik oleh guru maupun siswa. Tujuan kelas yang berhasil sedapat mungkin mempertimbangkan material yang relevan dengan pengalaman hidup riil

siswa. Komponen ketiga adalah perencanaan. Perencanaan yang matang dari guru akan memotivasi belajar siswa.

Komponen keempat adalah motivasi. Guru mesti berminat terhadap materi pelajaran untuk membawa perencanaan ke dalam kelas. Guru adalah model antusiasme bagi siswa. Jika guru mampu membuat tujuan dan perencanaan belajar menarik bagi siswa, siswa akan lebih mudah membangkitkan motivasinya. Komponen kelima adalah harapan. *Positive psychology schooling* tidak hanya menanamkan isi pelajaran, namun juga menghasilkan kepekaan harapan pada pembelajar. Siswa yang memiliki harapan percaya bahwa dirinya akan melanjutkan belajar dalam jangka waktu lama. Komponen keenam adalah kontribusi sosial. Pada akhirnya, siswa memahami bahwa mereka merupakan bagian dari skema sosial yang lebih besar untuk membagikan pengalaman hasil belajar yang telah mereka peroleh sebelumnya.

Psikologi Positif difokuskan pada kajian ilmiah dari kekuatan dan kebaikan yang memungkinkan individu dan kelompok bertumbuh secara positif, khususnya untuk membangun dan mendukung *well-being* (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). *Positive education* didefinisikan sebagai pendidikan untuk mencapai ketrampilan-ketrampilan tradisional sekaligus mencapai kebahagiaan. Tingginya prevalensi depresi di kalangan remaja, menurunnya kepuasan hidup, dan sinergi antara pembelajaran dengan emosi positif semakin meyakinkan bahwa ketrampilan mencapai *well-being* perlu diajarkan di sekolah (Seligman, dkk, 2009).

Salah satu praktik *positive education* berupa *The Positive Educational Practices* (PEPS). Program ini menyediakan pendekatan yang inovatif dan optimistik berkaitan dengan perencanaan sekolah menuju *well-being school*. Penerapan *Positive Education* di sekolah memfokuskan pada pengelolaan *well-being* dan resiliensi staf dan siswa melalui empat tujuan mendasar: (1) pengembangan emosi positif, seperti kepuasan, kebanggaan, rasa memiliki, dan kesenangan; (2) pengembangan ketuntasan dan penguasaan kompetensi melalui pendekatan berbasis skill; (3) pengembangan engagement di sekolah melalui program-program penguatan; dan (4) pengembangan kebermaknaan hidup (Noble dan McGrath, 2007).

Tinjauan Teoritik *Well-being* Siswa dan Iklim Sekolah

Istilah *well-being* mengalami perkembangan yang pesat, antara lain dengan munculnya istilah *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis), *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif), dan *group well-being* (kesejahteraan kelompok). Kesemua istilah ini didasarkan pada premis "*well-being*" yang menunjuk pada rentang karakteristik dan persepsi terhadap fungsi dari otonomi diri, "penguasaan" lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan yang positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Ryff, dalam Bowman, 2010). Kesejahteraan subjektif menunjuk pada evaluasi seseorang terhadap kualitas hidupnya berdasarkan standar yang ditetapkan sendiri. Secara umum, kesejahteraan subjektif terdiri dari tiga komponen, yaitu kepuasan hidup, emosi aktif, dan emosi pasif (Ren, 2009).

Proctol dkk (2009) yang melakukan reuiu terhadap sejumlah literatur tentang *life satisfaction* sebagai indikator terpenting *well-being*, mengidentifikasi variabel-variabel yang berkaitan dengan *satisfaction*, yaitu temperamen dan kepribadian, kesehatan, produktivitas, *relationship*, lingkungan, budaya, psikopatologi, disabilitas, problem psikofisiologis, dan perilaku berisiko. Penelitian yang dilakukan oleh Turunen, dkk (2010) menunjukkan bahwa persepsi guru tentang dukungan sosial berperan signifikan dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswa.

Salah satu variabel yang berperan penting dalam meningkatkan kepuasan siswa adalah iklim sekolah. Hasil penelitian Verkuyten dan Thijs (Lund, 2011) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kepuasan siswa adalah iklim akademik sekolah. Baker (Huebner, 2001) menunjukkan pengaruh variabel-variabel lingkungan, khususnya variabel sekolah (kepedulian, iklim sekolah suportif dan stresor kelas) terhadap kepuasan sekolah; sampel penelitian adalah siswa sekolah dasar negeri Afrika-Amerika dengan tingkat SES rendah.

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan Zullig, dkk (2011) menggunakan hasil analisis regresi ganda ditemukan bahwa lima domain iklim sekolah memiliki korelasi yang signifikan dengan kepuasan siswa, masing-masing adalah dukungan akademik, *positive student-teacher*

relationships, keterhubungan sekolah, keteraturan dan disiplin, serta kepuasan akademik. Pentingnya variabel-variabel iklim sekolah sebagai korelat dari kepuasan sekolah siswa melampui variabel-variabel demografik dan prestasi akademik.

Iklim sekolah adalah tingkat keamanan yang disediakan oleh sekolah, jenis hubungan yang berada di dalamnya, dan lingkungan fisik yang lebih besar, di samping itu untuk berbagi visi dan partisipasi dalam visi itu secara keseluruhan (Cohen dkk, 2009). Selanjutnya dijelaskan bahwa iklim sekolah menunjuk pada kualitas dan karakter kehidupan sekolah. Iklim sekolah didasarkan pada pola-pola pengalaman siswa, orangtua dan personil sekolah terhadap kehidupan sekolah, yang merefleksikan norma-norma, tujuan, nilai-nilai, hubungan interpersonal, pengalaman belajar mengajar dan struktur organisasi sekolah.

Iklim sekolah yang positif akan memperkuat perkembangan pembelajaran siswa yang penting dalam meningkatkan kehidupan yang produktif, berkontribusi dan memuaskan. Secara garis besar, iklim sekolah meliputi aspek-aspek berikut ini: (1) norma, nilai, dan ekspektasi yang mendukung masyarakat sekolah merasa aman secara sosial, emosional dan fisik; (2) masyarakat sekolah merasa nyaman dan saling menghormati; (3) siswa, keluarga dan pendidik bekerja sama mengembangkan, tinggal dan berkontribusi dalam mencapai visi sekolah; (4) pendidik memberi contoh dan mengajarkan sikap-sikap yang menegaskan keuntungan dan kepuasan yang dapat diperoleh dari belajar; dan (5) tiap orang berkontribusi terhadap proses-proses di sekolah dan memiliki kepedulian terhadap lingkungan fisik (<http://www.schoolclimate.org>).

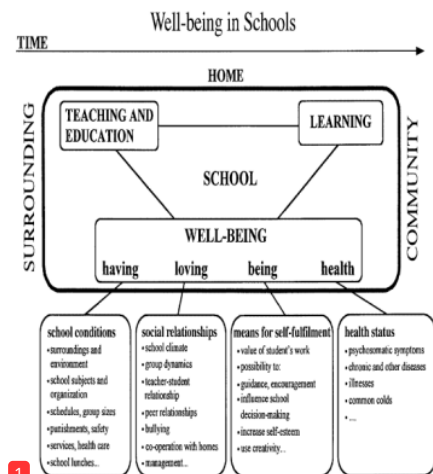
Menurut Inuwa dan Yusof (2012) terdapat empat dimensi utama iklim sekolah, meliputi budaya sekolah, ekologi kelas, *environmental safety*, dan organisasi administratif.

Alternatif Solusi: Model Sekolah Sejahtera (*Well-being School*)

Menurut Marshall (2004) terdapat sejumlah intervensi yang mungkin dapat diterapkan untuk mengembangkan iklim sekolah, yang terdiri dari: (1) peningkatan keterlibatan orangtua dan masyarakat, (2) implementasi pendidikan karakter atau promosi

nilai-nilai moral mendasar pada siswa, (3) penggunaan kurikulum berorientasi pada pencegahan kekerasan dan resolusi konflik, (4) *peer mediation*, (5) pencegahan tindakan *bullying*, (6) perlakuan guru terhadap siswa yang adil, setara dan menghargai, (7) penyediaan lingkungan sekolah yang aman, dan (8) pendekatan personal siswa

Berdasarkan penjelasan dari Marshall (2004) mengenai intervensi yang digunakan untuk mengembangkan iklim sekolah, maka rangkaian intervensi tersebut dapat dipadukan ke dalam suatu program besar yang dinamakan sebagai Program Sekolah Sejahtera (*School Well-Being*). Sekolah sejahtera adalah program yang mendukung warga sekolah dan *stakeholder* untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis siswa. Istilah *well-being* merupakan rentang yang luas dari sejumlah tema yang meliputi sekolah sehat, kesehatan emosional, kesehatan mental, pengurangan *bullying*, sekolah yang berkelanjutan, partisipasi, pola makan sehat dan kewargaan sekolah, dan lain-lain (<http://www.wellbeingatschool.org.nz>). Secara skematis, Program Sekolah Sejahtera dikembangkan dari model kesejahteraan sekolah sebagai berikut:



Gambar 1. Model Kesejahteraan Sekolah (Konu dan Rimpelac, 2002)

Model Sekolah Sejahtera (*The School Well-Being Model*) didasarkan pada model

sekolah sejahtera Allardt's (Konu dan Rimpelac, 2002). *The School Well-being Model* memberikan indikator sekolah sejahtera dengan terpenuhinya kebutuhan dasar siswa meliputi empat dimensi yaitu: *school condition (having)*, *social relationship (loving)*, *mean self-fulfillment (being)*, dan *health status*. *Mean self-fulfillment* meliputi kemungkinan siswa untuk belajar sesuai kapasitas dan sumber yang dimilikinya. *Health status* melihat siswa dari tanda dan gejala penyakit dan kondisi sakit (Konu & Rimpelac, 2002).

Kondisi sejahtera menurut model ini adalah tercapainya indikator-indikator yang terlihat dari tabel berikut ini:

Tabel 1.
Indikator-indikator Kondisi Sejahtera

No	Kondisi sejahtera	Indikator Objektif	Indikator Subjektif
1	<i>Having</i> (terpenuhinya kebutuhan fisik)	Pengukuran objektif taraf hidup dan kondisi lingkungan fisik yang memadai	Puas-tidak puas, perasaan kepuasan-ketidakpuasan subjektif dengan kehidupan
2	<i>Loving</i> (kebutuhan sosial)	Pengukuran objektif tentang hubungan interpersonal/ sosial	Bahagia-tidak bahagia, perasaan subjektif tentang relasi sosial
3	<i>Being</i> (kebutuhan untuk pertumbuhan pribadi)	Pengukuran relasi dengan masyarakat dan alam	Perasaan subjektif tentang pertumbuhan pribadi-keterasingan

Hubungan sosial (*social relationships/loving*) meliputi lingkungan sosial dalam belajar, hubungan antara guru dan siswa, hubungan antar teman sekolah, hubungan sekolah dengan rumah (orang-tua siswa), kebijakan di sekolah, dan atmosfer organisasi sekolah. Hubungan yang baik dan atmosfer sekolah yang kondusif akan meningkatkan kapasitas seseorang di lingkungan sosialnya dan akan meningkatkan kesejahteraan sekolah. Hubungan siswa dengan guru memegang peran yang penting dalam menciptakan kesejahteraan dalam sekolah.

Pencapaian diri di sekolah (*self-fulfillment in school/being*) adalah rasa kebersamaan

sebagai anggota masyarakat sekolah yang memiliki peranan dan berpartisipasi aktif dalam kehidupan di sekolah. Keterlibatan masyarakat sekolah dalam membuat kebijakan sekolah, perhatian pihak sekolah pada siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran adalah kunci untuk menciptakan kondisi sehatsejahtera di sekolah. Status kesehatan (*health status*) adalah adanya penyakit atau kondisi sakit di masyarakat sekolah. Kondisi sehat baik fisik dan mental adalah alat yang penting untuk mencapai kondisi sekolah yang sehat dan sejahtera.

Secara rinci, Program Sekolah Sejahtera meliputi sejumlah komponen. Komponen pertama berupa budaya dan praktik sekolah, meliputi: (a) kepemimpinan sekolah yang kolaboratif, yaitu kepemimpinan sekolah yang efektif, membangun hubungan positif dan kepedulian serta melakukan proses perubahan yang efektif; (b) kepedulian terhadap sekolah, yaitu sejumlah praktik dan aktivitas yang memunculkan kepedulian, penghargaan dan keramahan, serta secara strategis membangun kompetensi sosial siswa (iklim demokratis, *leadership* siswa), harga diri, resiliensi, ketrampilan prososial (kepedulian dan perilaku menolong) serta regulasi emosi; (c) kebijakan tentang keselamatan, yaitu cara sekolah mengembangkan kebijakan dan prosedur yang mudah dipahami untuk mengelola perilaku dan menangani insiden perilaku bermasalah; (d) kebijakan sekolah yang aman, yaitu usaha sekolah untuk meyakinkan bahwa lingkungan sosial sekolah dipersepsikan aman dan memberi rasa aman bagi siswa, dengan cara menyediakan bimbingan, kenseling maupun terapi individual dan kelompok, serta mediasi konflik; (e) dukungan sosial bagi siswa, yaitu menyediakan dukungan bagi seluruh siswa, dengan cara mengidentifikasi serta mendukung siswa berisiko, siswa berkebutuhan khusus, dan siswa yang memiliki masalah psikologis, mulai dari *screening* awal untuk identifikasi hingga program pendampingan; (f) respek terhadap keragaman budaya, yaitu pengakuan sekolah terhadap perbedaan budaya dan latar belakang siswa, dengan cara membangun konsultasi dan proses kemitraan, serta dialog dengan orangtua untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa; dan (g) penghargaan terhadap kepemimpinan siswa, dengan cara meningkatkan keterlibatan siswa dalam

memimpin kegiatan ekstra kurikuler, dan dalam menyusun materi *well-being* dalam kurikulum.

Komponen kedua adalah pengajaran dan pembelajaran, meliputi: (a) mengajar dengan kepedulian, yaitu usaha guru menciptakan komunitas dan model kelas yang memiliki kepedulian, dan mempromosikan interaksi yang saling menghargai serta menunjukkan perilaku prososial; (b) *caring learning*, yaitu digunakannya strategi dan penyiapan tugas pembelajaran yang meningkatkan kompetensi sosial dan emosional siswa; dan (c) *effective professional learning*, yaitu upaya guru mengakses pembelajaran profesional (di dalam atau di luar kelas) yang mendukung mereka untuk menyediakan program kelas yang memacu kompetensi sosial dan emosional siswa, serta mendesain pembelajaran profesional dan efektif yang mendukung iklim sekolah yang aman dan penuh kepedulian.

Komponen ketiga adalah budaya dan strategi sosial siswa, yaitu upaya sekolah untuk mengembangkan budaya prososial di kalangan siswa serta mencegah munculnya kasus siswa yang tidak mengembangkan budaya prososial. Komponen keempat berupa kemitraan masyarakat, yang meliputi: (a) kemitraan rumah-sekolah, yaitu kerja sama antara sekolah dengan orangtua untuk mengembangkan kesejahteraan sosial dan emosi siswa, meliputi kegiatan konsultasi dan pelaporan, kerja sama untuk membangun pengetahuan dan ketrampilan, kerja sama untuk mendukung siswa individual, dan membangun kemitraan dengan orangtua siswa minoritas; (b) keterhubungan sekolah-masyarakat, yaitu terbinanya hubungan strategis antara sekolah dengan profesional kesehatan dan pendidikan, penyedia eksternal, dan kelompok komunitas, dengan tujuan mengembangkan kesejahteraan sosial dan emosi siswa, misalnya dalam bentuk kerja sama dengan spesialis pendidikan dan ahli promosi kesehatan, bekerja dengan kelompok-kelompok sekolah atau fasilitator program kependidikan, bekerja dengan penyedia pendidikan eksternal, dan bekerja dengan kelompok komunitas lokal.

Adapun komponen kelima adalah minimalisasi budaya agresif siswa, yaitu cara bekerja lintas aspek yang mencakup pengumpulan data tentang siswa yang menunjukkan perilaku agresif, melakukan FGD (diskusi kelompok terarah) dengan siswa

berkebutuhan belajar khusus, serta siswa kelompok minoritas.

Proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru juga harus berorientasi pada kesejahteraan psikologis siswa. Menurut Susetyo (Faturachman, 2012) terdapat beberapa hal penting yang dapat menjaga dan mengembangkan kesejahteraan psikologis siswa di dalam kelas. Pertama, mengembangkan cara pandang yang positif terhadap siswa. Cara pandang positif dapat dikembangkan jika guru berupaya mempertahankan harapan positif terhadap siswa, melihat potensi siswa dari berbagai sisi, meyakini keunikan tiap siswa, dan berusaha mencari sisi positif siswa. Kedua, menciptakan suasana kelas yang nyaman bagi semua anak. Untuk mencapai kondisi tersebut guru perlu memiliki empati dan penghargaan kepada siswa. Ketiga, memperlakukan siswa sebagai insan yang bermartabat. Kondisi ini dapat dicapai, antara lain dengan memberikan umpan balik negatif secara tertutup, menunjukkan kesediaan membantu, menyampaikan pujian secara terbuka, mendengarkan aktif, membangun hubungan yang apresiatif, menciptakan sikap saling menghargai, dan mengembangkan pembelajaran afektif.

Guna mendukung implementasi Sekolah Sejahtera, dibutuhkan sumber daya manusia yang terlatih, sumber-sumber kepustakaan yang memadai, kurikulum dan kepemimpinan sekolah, *lesson plans*, skema kerja, kebijakan, *toolkits*, dan modul program.

Implementasi Sekolah Sejahtera di Indonesia

Salah satu hasil riset mengenai model sekolah sejahtera di Indonesia dilakukan oleh Prasetyo (2009) yang mengevaluasi kesejahteraan siswa di SMP Negeri 24 Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi sekolah di SMP 24 Malang yang perlu dirasakan oleh sebagian besar siswa adalah adanya kondisi suara bising (61,9%), adanya debu (73,3%). Dari aspek hubungan sosial masih terlihat adanya kesulitan siswa dalam mengerjakan tugas untuk berinteraksi dalam kelompok (71,3%) dan berinteraksi dengan teman (55,5%). Kendala untuk pencapaian diri bagi siswa di SMP 24 Malang berupa kesulitan dalam hal mengerjakan pekerjaan rumah (PR) (32,8%) dan pada saat mempersiapkan ujian sebanyak 51,8%. Status kesehatan yang dirasakan

beberapa kali dalam sebulan adalah sulit tidur (23,9%) dan sakit kepala (36,8%), untuk gejala lain seperti merasa lelah dan lemas sebanyak 42,1%. Temuan tersebut menghasilkan rekomendasi berupa promosi kesehatan sekolah dengan melakukan *hearing conversation* program, program konseling, serta perhatian terhadap upaya untuk mengurangi stres fisik dan psikologis.

Center for Public Mental Health (CPMH) Universitas Gadjah Mada juga menggagas Sekolah Indonesia Sejahtera yang dideklarasikan pada bulan Oktober 2012 yang lalu. Menurut Hidayat (Kepala CPMH) kriteria sekolah sejahtera sekurang-kurangnya memiliki empat syarat utama. Keempatnya adalah kondisi lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif, interaksi sekolah yang baik dengan seluruh elemen sekolah, kesempatan siswa untuk mengaktualisasi diri dan mengembangkan potensi, dan status kesehatan fisik dan mental yang lebih baik. Munculnya gagasan sekolah sejahtera itu dilatarbelakangi atas hasil survei yang dilakukan (CPMH) Fakultas Psikologi UGM terhadap siswa SMU dan SMK di empat kota besar di Jawa Tengah dan Jawa Timur yang menemukan tingginya tingkat kasus kekerasan di sekolah. Berdasarkan survei tersebut juga diketahui relatif tingginya perasaan tidak puas siswa terhadap situasi kehidupan mereka di sekolah. Di luar itu, ditemukan masalah kesehatan mental dan psikososial dalam tingkat sedang ditemukan kurang lebih sepertiga dari responden. 40 persen siswa mengaku merasa tidak nyaman dan kurang puas dengan kondisi lingkungan sosial sekolahnya. Lebih dari itu, sebanyak 12 persen siswa mengaku pernah mendapat kekerasan. Tingkat cedera akibat kekerasan mencapai 15% dari seluruh siswa. Adapun 8 persen siswa mengaku pernah melihat kekerasan dalam delapan bulan terakhir (www.cpmh.psikologi.ugm.ac.id/)

Model sekolah sejahtera dapat diintegrasikan pada UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) yang telah ada selama ini atau yang diistilahkan dengan Sekolah Sehat (*Healthy School*). Salah satu contoh program Sekolah Sehat dapat ditemukan di SD Tlogowaru Malang. Melalui penancangan Program Kerja Dasar Sekolah Sehat, terdapat lima program utama. Pertama, *Health Education and Treatment*, dengan cara membekali siswa dengan pengetahuan, pemahaman, kemampuan, dan perilaku yang baik untuk membuat suatu

keputusan yang benar tentang kesehatan mereka. Kedua, *Healthy Eating*, berupa pemberian pemahaman tentang pentingnya makanan sehat agar memiliki kemampuan dan kepercayaan diri dalam memilih makanan sehat. Ketiga, *Physical Activity*, yang bertujuan memberikan pengertian kepada siswa mengenai pentingnya berolah raga dan beraktivitas untuk kesehatan. Keempat, *Emotional Health and Well-being*, yang bertujuan membantu perkembangan kesehatan emosional siswa agar dapat mengungkapkan perasaannya dan meningkatkan kepercayaan diri. Pada gilirannya program ini diharapkan dapat meningkatkan ketahanan mental dan kapasitas pembelajaran mereka. Kelima, *Safe and Healthy Environment*, yaitu menciptakan lingkungan yang sehat dan aman agar tercipta suasana belajar mengajar yang nyaman dan kondusif (<http://sbitlogowaru.sch.id/index.php?>)

Kesimpulan

Pendidikan bukan hanya mengembangkan aspek kognitif melainkan mengembangkan manusia seutuhnya baik secara fisik, sosial, psikis, dan spiritual. Amanah Undang-Undang dan Gerakan Sekolah Sehat atau Sekolah Sejahtera menunjukkan bahwa *well-being* siswa adalah unsur penting yang harus diperhatikan dalam proses pembelajaran maupun pengelolaan sistem sekolah. Model Sekolah Sejahtera sebagai alternatif intervensi pengembangan iklim sekolah untuk meningkatkan *well-being* siswa masih perlu dieksplorasi lebih jauh.

Sejauh ini telah ada sekolah yang mengembangkan *healthy school* maupun institusi pendidikan tinggi di Indonesia yang *concern* dengan pengembangan kesehatan mental di sekolah, namun gerakannya terlihat belum masif. Evaluasi pelaksanaan *healthy school* mungkin masih dilakukan secara internal sehingga belum terpublikasikan ke masyarakat luas sebagai bahan pertimbangan kelayakan implementasi. Demikian pula masih diperlukan riset yang mendalam tentang efektivitas model Sekolah Sejahtera sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan *well-being* siswa khususnya di Indonesia. Dukungan dari pemerintah khususnya Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan serta Kementerian Kesehatan sangat diperlukan untuk pengembangan dan implementasi lebih lanjut.

Pustaka Acuan

- Badan Pusat Statistik. (2012). *Angka Partisipasi Kasar Pendidikan*. <http://www.bps.go.id>. Diakses tanggal 30 November 2012.
- Bowman, N. A. (2010). The development of psychological well-being among first-year college students. *Journal of College Student Development, 51*, 2, 180-200.
- Broussard, S. C. (2002). The relationship between classroom motivation and academic achievement in first and third graders. *Thesis*. Louisiana State University.
- Cohen, J., McCabe, E. M., Michelli, N. M. & Pickeral, T. (2009). School climate: Research, policy, practice, and teacher education. *Teachers College Record, 11*, 180-213.
- Cohen, J., Fege, A., & Pickeral, T. (2009). Measuring and improving school climate: A strategy that recognizes, honors and promotes social, emotional and civic learning - The foundation for love, work and engaged citizenry. *Teachers College Record*.
- Faturochman, Tyas, T. H., Minza, W. M., & Lutfiyanto, G. (Ed). (2012). *Psikologi Untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Inuwa, A. M. & Yusof, N. B. M. (2012). Teachers challenges in Nigerian public secondary schools climate: Implications on students dropouts. *Science Journal of Sociology & Anthropology, 125*.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. www.kpai.go.id Diakses tanggal 23 Februari 2013.
- Konu, A. dan Rimpelac, M. (2002). Well-being in schools: Conceptual model. *Health Promotion International, 17*, 79-87.
- Lund, J. (2011). The effects of positive emotions on school satisfaction among adolescents. *Bachelor Degree Project in Cognitive Neuroscience*. University of Skovde.
- Marshall, M. L. (2004). *Examining School Climate: Defining Factors and Educational Influences*. White paper, electronic version from <http://education.gsu.edu/schoolsafety/>
- Mullis, I.V.S., Martin, M.O., Foy, P., dan Arora, A. (2012). *Trends in International Mathematics and Science Studies*. Chestnut Hill, MA: TIMSS & PIRLS International Study Center, Boston College. <http://www.timss.org/>
- Myers, D. G. (1993). *The Pursuit of Happiness: Discovering the Pathway to Fulfillment, Well-being, and Enduring Personal Joy*. New York: Avon.
- National School Climate Council. (2012). *National School Climate Standards: Benchmarks to Promote Effective Teaching, Learning and Comprehensive School Improvement*. New

- York: Center for Social and Emotional Education. <http://www.schoolclimate.org>
- Noble, T. & McGrath. (2007). The positive educational practices framework: Leadership transforming schools through optimism. *Paper presented at the ACEL/ASCD Conference: New Imagery for Schools and Schooling: Challenging, Creating, and Connecting*, Sydney, Australia, 10-12 October 2007.
- Okkun, M.A., Braver, M.W., dan Weir, R.M. (1990). Grade level differences in school satisfaction. *Social Indicator Research*, 22, 419-427.
- Pianta, R. C. (1999). *Enhancing Relationships between Children and Teachers*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Prasetyo, Y. B. (2009). Evaluasi kesejahteraan sekolah dengan pendekatan sekolah sejahtera di SMP 24 Malang. *Laporan Penelitian*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Proctol, C.L., Linley, P.A., dan Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: a review of the literature. *Journal of Happiness Study*, 10, 583-630.
- Program Sekolah Indonesia Sejahtera. 2013. Latar Belakang dan Dasar Pemikiran. www.cpmh.psiologi.ugm.ac.id/ diakses tanggal 27 Februari 2013
- Ren, W. (2009). A research on the subject well-being of regional college students. *International Journal of Psychological Studies*, 1, 51-54.
- Ruus, V. R., Veisson, M., Leino, M., Ots, L., Pallas, L., Sarv, E-S, & Veisson, A. (2007). Students' well-being, coping, academic success, and school climate. *Social Behavior and Personality*, 35, 919-936.
- SD Negeri Bertaraf Internasional Tlogowaru Malang. <http://sbitlogowaru.sch.id/index.php?> Diakses 27 Februari 2013.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M.E.P., Gillham, J., Reivich, K., Linkins, M., & Ernst, R. (2009). Positive education. *Oxford Review of Education*, 35, 293-311.
- Sheldon, K., Frederickson, B., Rathunde, K., Csikszentmihalyi, M., & Haidt, J. (2000). *Positive Psychology Manifesto* (Rev. ed.). Philadelphia.
- Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2007). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Stewart, E. A. (2003). School social bonds, school climate, and school misbehavior: A multilevel analysis. *Justice Quarterly*, 20, 575.
- Suldo, S. M. dan Huebner, E. S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior in adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19, 93 - 105.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004). The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and adolescent problem behavior. *Social Indicators Research*, 66, 165-195.
- Sutrisno. (2013). *Budaya Kekerasan Kian Mewajah*. Harian Jogja, Rabu, 10 April 2013.
- Turunen, H., Saaranen, & Tossavainen, K. (2010). Partnership and social capital as the resources for pupils' health and well-being in school communities - A follow-up study in Finland. *The Open Education Journal*, 3, 54-62.
- United Nations Children's Fund. www.unicef.org. Diakses tanggal 23 Februari 2013.
- White, A. (2007). A global projection of subjective well-being: A challenge to positive psychology? *Psychtalk*, 56, 17-20.
- Wylie, Hipkins, & Hodgen. (2008). Wellbeing@School: Building a safe and caring school climate that deters bullying. *Overview paper "Work in progress" document (Updated March 2012)*. New Zealand Council for Educational Research.
- Zullig, K. J., Huebner, E. S., dan Patton, J. M. (2011). Relationships among school climate domains and school satisfaction. *Psychology in the Schools*, 48, 133-145.
- www.kompas.com. "Bullying" Masih Jadi Momok. Jumat, 23 Desember 2011

HASIL CEK_38 NH-Sekolah

ORIGINALITY REPORT

9%

SIMILARITY INDEX

12%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

13%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Submitted to UIN Sunan Gunung Djati
Bandung
Student Paper

9%

Exclude quotes On

Exclude matches < 6%

Exclude bibliography On