

BAB 1

PENDAHULUAN

Bab 1 memaparkan gambaran awal dari konteks penelitian, merumuskan permasalahan yang akan diteliti, menetapkan tujuan dari penelitian, menjelaskan manfaat dari penelitian

1.1.Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan proses pengembangan perubahan perilaku dan perluasan pengetahuan serta pengalaman hidup agar peserta didik menjadi lebih matang dalam berpikir dan bersikap (Asfar, A. M., Asfar, A. M. I. A., Asfar, A. H., & Kurnia, A. 2020). Pendidikan bukan hanya menjadi sarana peningkatan keterampilan akademis, melainkan mencakup segala perubahan kecenderungan, watak, dan moral. Salah satu bukti pentingnya mendapatkan pendidikan tertuang dalam UUD 1945 Pasal 28C Ayat 1, yang berbunyi *“Setiap orang berhak mengembangkan diri melalui pemenuhan kebutuhan dasarnya, berhak mendapat pendidikan dan memperoleh manfaat dari ilmu pengetahuan dan teknologi, seni dan budaya, demi meningkatkan kualitas hidupnya dan demi kesejahteraan umat manusia”*. Berdasarkan pasal 28C ayat 1, pendidikan pada hakikatnya dilakukan demi terciptanya kesejahteraan.

Penerapan pendidikan harus memperhatikan kesejahteraan peserta didik, karena merupakan indikator penting untuk merefleksikan perkembangan peserta didik. (Iana et al., 2021). Temuan menunjukkan pendidikan tentang kesejahteraan harus diartikulasikan dalam kesadaran umum bahwa kita semua dapat belajar untuk merasa lebih baik. Kesejahteraan bukan hanya masalah kuantitas sumber daya melainkan masalah kualitas dan kepuasan atas tujuan dan kebutuhan pribadi. Jadi, belajar untuk merasa nyaman harus menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari setiap orang, dan dengan demikian, hal selalu dapat ditingkatkan, bukan hanya sebagai kemampuan teknis, tetapi sebagai sikap dan inspirasi (Almeida

et al., 2016). Kesejahteraan harus di dapatkan oleh setiap peserta didik, tak terkecuali peserta didik sekolah dasar.

Masa sekolah dasar biasa disebut juga dengan masa pertengahan dan akhir anak – anak (*middle and late childhood*) merupakan periode perkembangan yang merentang dari usia enam hingga 12 tahun. Keterampilan fundamental seperti membaca, menulis, dan berhitung telah cukup dikuasai (Sabani, 2019). Pada usia sekolah dasar, peserta didik mengalami perkembangan yang sangat pesat. Beberapa aspek yang berkembang pesat pada usia sekolah dasar yaitu perkembangan bahasa, emosi, dan sosial anak (Dewi et al., 2020).

Bahasa adalah alat komunikasi yang digunakan untuk menyampaikan pesan, termasuk pendapat dan perasaan. Selain perkembangan bahasa, perkembangan emosi juga sangat penting dalam perkembangan anak karena emosi merupakan faktor yang sangat menonjol yang mempengaruhi tingkah laku individu, termasuk perilaku belajar. Perkembangan emosi akan berjalan seiring dengan perkembangan sosial, yang didefinisikan sebagai kematangan dalam hubungan sosial dan proses belajar untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok tradisi dan moral. Mengoptimalkan tugas perkembangan pada usia sekolah dasar memerlukan kondisi mental yang sehat dan positif. Maka perlu adanya perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well – being*) pada peserta didik sekolah dasar.

Psychological Well – being (PWB) atau kesejahteraan psikologis merupakan kondisi seseorang yang tidak hanya terbebas dari tekanan atau masalah mental saja, tetapi kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi maksimal (Ryff, 1989). Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis merupakan individu yang mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki secara optimal. Konsep kesejahteraan psikologis telah didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosial

(*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), menetapkan tujuan hidup (*purpose in life*), dan merealisasikan potensi diri secara kontinu (*personal growth*) (Ryff, 1989).

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki karakteristik positif terhadap diri sendiri, memiliki kemampuan untuk mandiri, mengendalikan lingkungan eksternal, menemukan makna hidup, dan secara terus-menerus mewujudkan potensi diri. Peserta didik dapat melakukan evaluasi secara subjektif dan emosional selama menjalani kehidupan di sekolah (Zhu et al., 2019). Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis siswa tidak hanya terbatas pada pengetahuan dan kemampuan akademik, tetapi juga melibatkan keadaan emosional yang sehat, kemampuan berinteraksi sosial yang baik, dan keseimbangan psikologis yang memadai. Faktor-faktor ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan peserta didik dan berpotensi memengaruhi hasil belajar.

Well – being yang tinggi akan berdampak pada peningkatan hasil belajar, peningkatan jumlah kehadiran di sekolah, memiliki perilaku pro sosial yang sehat, memiliki rasa aman sekolah dan memiliki kesehatan mental (Ianah et al., 2021). Peserta didik yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, lebih mampu mempelajari dan memahami informasi secara efektif. Hasil penelitian menunjukkan, kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat membantu mengurangi stress dan hal yang dapat mengganggu motivasi belajar (Endah Puspita Sari, 2017). Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi lebih mudah terlibat dalam pembelajaran dan mengumpulkan informasi yang di perlukan karena memiliki perasaan mengenai pertumbuhan, dan terbuka untuk pengalaman baru agar dapat melihat diri tumbuh dan berkembang (*personal growth*) (Syaiful & Sariyah, 2018).

Misero, P. S., & Hawadi, L. F (2012) menyebutkan anak dan remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu mengalami kesenangan, menghindari stres, berhasil memecahkan masalah, dan

berkomitmen pada pencapaian akademik. Penelitian lain juga menemukan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan dengan kontrol diri. Bila kesejahteraan psikologis tinggi, maka kontrol diri akan semakin tinggi. Sebaliknya jika kesejahteraan psikologis semakin rendah maka kontrol diri akan semakin rendah (Kurniati, 2019). Kontrol diri merupakan faktor psikologis yang mempengaruhi belajar, yang terdiri dari pengendalian diri, ketatatan, dan pengendalian impuls. Peserta didik yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih efektif dalam mengambil tindakan, mengendalikan impuls, dan mengkonsentrasikan pikiran (Ulfiana, 2018).

Kontrol diri juga memiliki kaitan dengan agresivitas atau kasus kekerasan yang terjadi di sekolah. Kasus kekerasan yang terjadi dapat menimbulkan dampak yang negatif terhadap pengembangan diri. Setyawati (2010) menyebutkan dampak dari kekerasan yaitu menurunnya rasa percaya diri, yang disebabkan oleh kekerasan emosional. Dampak tersebut mengarah pada beberapa aspek kehidupan korban, seperti merasa tidak memiliki kompetensi, meningkatnya rasa tidak berdaya dan ketergantungan pada pelaku.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, beberapa penelitian menyebutkan kesejahteraan psikologis peserta didik di Indonesia masih tergolong rendah. Studi pendahuluan yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi dengan beberapa wali kelas menyebutkan peserta didik sering kali menunjukkan perilaku ketidakpuasan dalam menerima diri, kesulitan berinteraksi dengan teman dan lingkungannya, dan masih memiliki kesulitan dalam menentukan masa depan atau tujuan. Contoh lain, terdapat peserta didik yang menghina hasil pekerjaannya sendiri seperti *"Bu, gambar aku jelek yah"*, atau ketika peserta didik tidak datang ketika perlombaan yang sudah di daftarkan karena tidak percaya dengan dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan wali kelas 6, kesejahteraan psikologis peserta didik dapat dilihat ketika peserta didik dapat

memenuhi dan tercukupi keinginannya. Interaksi guru dengan peserta didik di sekolah dasar dilakukan secara intens setiap hari, sehingga wali kelas dapat mengetahui kondisi dan keadaan peserta didik. Ketika ada peserta didik yang sedang merasa tidak bahagia atau tidak sejahtera, mereka akan menunjukkan sikap murung, lemas, pasif di kelas. Peserta didik yang sudah terpenuhi kebutuhan dan kebahagiaan, cenderung akan lebih aktif, bersemangat, dan antusias.

Merujuk pada dimensi kesejahteraan psikologis, wali kelas 6 mengungkapkan untuk aspek penerimaan diri. Beberapa peserta didik yang tidak percaya diri, disebabkan karena tidak dilatih dan tidak dikuatkan untuk percaya diri. Contoh, ketika bekerja secara berkelompok (*kooperatif learning*), peserta didik cenderung langsung menolak dan menganggap tidak mampu. Peserta didik lebih suka menyendiri, menganggap diri tidak layak untuk berteman dengan orang lain.

Sesuai dengan pernyataan dari wali kelas 5, pada dimensi penerimaan diri, terdapat peserta didik yang menunjukkan ketidakpuasan dalam menerima diri. Ditunjukkan dengan sikap tidak percaya diri dengan jawabannya sendiri sehingga lebih memilih untuk menyontek kepada teman. Contoh lain, saat perlombaan matematika, seorang peserta didik tidak hadir disebabkan karena merasa tidak mampu dan tidak layak mengikuti lomba.

Dimensi hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan. Di kelas 6, beberapa peserta didik menunjukkan perilaku mengganggu teman dan ketidakmampuan dalam beradaptasi dengan lingkungan (penguasaan lingkungan). Contoh, merasa superior (tidak ingin berbaur dengan orang lain). Fenomena yang terjadi di kelas 5, peserta didik yang memiliki kemampuan belajar dibawah teman – temannya cenderung mengurung diri dan tidak mau berinteraksi dengan yang lain. Beberapa peserta didik juga seringkali menunjukkan perilaku sulit mengontrol emosi, di buktikan dengan terdapat tindakan kekerasan verbal maupun fisik

(menjenggut teman, melontarkan kata – kata kasar, mengintimidasi, dan mengasingkan teman).

Dimensi kemandirian. Peserta didik yang memiliki tingkat kemandirian yang tinggi cenderung akan lebih bertanggung jawab, misalnya melaksanakan tugas piket di kelas. Pada dimensi tujuan hidup, peserta didik belum berkembang secara optimal dalam menentukan tujuan, ditunjukkan beberapa peserta didik seringkali tidak bisa menentukan keputusan yang di ambil ketika dalam pembelajaran maupun untuk orientasi masa depan yang akan datang (kemandirian).

Dimensi pertumbuhan pribadi, beberapa peserta didik sudah mengetahui apa yang di inginkan, dan apa hobi yang dimiliki. Namun di kelas 5 maupun kelas 6, peserta didik cenderung kesulitan dalam mengetahui kelebihan dan kelemahan diri. Beberapa peserta didik menyadari pertumbuhan pribadi nya dengan mengikuti ekstrakurikuler yang dirasa cocok dengan hobi dan minat nya.

Kesejahteraan (sejahtera) sudah memenuhi apa yang diinginkan dan tercukupi berbagai kebutuhan nya. Lebih sederhana nya bisa di kenal dengan kebahagiaan. Bentuk kesejahteraan di SD Nanggaleng bisa di lihat dari segi pembelajaran (memberikan sesuatu yang baru), bisa metode, media, dan materi menggunakan permainan. Upaya yang dilakukan agar anak merasa terpenuhi kebutuhan dan merasa bahagia adalah dengan memberikan motivasi terhadap diri mereka tentang hal - hal positif, memberikan peserta didik tanggung jawab di kelas, melihat keseharian bergaul dengan teman sebaya, melakukan pendekatan terhadap orang tua dan peserta didik.

Berbagai fenomena yang terjadi di sekolah menunjukkan peserta didik belum sepenuhnya memiliki kemampuan pada dimensi kesejahteraan psikologis. Menurut pengertian psikologis kesehatan, fenomena ini terjadi karena peserta didik tidak mampu regulasi diri dan beradaptasi dengan norma lingkungan mereka. Penting bagi guru wali kelas dan guru bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan

keterampilan regulasi emosi, keterampilan sosial, keterampilan ketahanan dalam menghadapi kesulitan/stress, kepercayaan diri, dan keterampilan mengatasi masalah, agar tercipta kesejahteraan psikologis yang tinggi dan tentu nya akan berpengaruh terhadap pembelajaran di sekolah (Almeida et al., 2016).

Penelitian kesejahteraan psikologis di kalangan peserta didik sekolah dasar didasari pada fakta sangat sedikit pemahaman tentang kesejahteraan psikologis di sekolah dasar. Penelitian kesejahteraan psikologis sangat bermanfaat sebagai upaya dalam mencegah munculnya kemungkinan perilaku negatif pada jenjang yang lebih tinggi. Misalnya kecanduan internet, minum-minuman keras, perundungan dan kenakalan remaja lainnya. Masalah-masalah peserta didik sekolah dasar adalah adanya konflik di antara teman sebaya, kehadiran di kelas, kebiasaan menyontek, kesulitan dalam bersosialisasi, emosi yang belum stabil, yang merupakan beberapa dari indikator ketidak sejahteraan psikologis (Ryff. 1989: Ryff, 1995, Ryff & Singer, 2008).

Kesejahteraan di sekolah bukanlah tujuan, namun merupakan suatu kondisi yang memastikan fondasi yang sehat bagi para guru dan peserta didik untuk melaksanakan tugas utama, yaitu mengajar dan belajar (Almeida et al., 2016). Kesejahteraan psikologis pada peserta didik merupakan hal yang penting karena penurunan *well-being* merupakan tanda awal adanya permasalahan emosi dan perilaku yang lebih serius (Al musafiri, 2023). Mengkaji kondisi kesejahteraan psikologis bagi peserta didik sekolah dasar juga menjadi bentuk upaya yang dapat dilakukan guru bimbingan dan konseling salah satunya dengan menyusun langkah preventif yang sesuai untuk menghindari atau mengurangi permasalahan serius yang mungkin dialami oleh peserta didik.

Pengembangan keterampilan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis seperti kemampuan untuk mengelola emosi, keterampilan sosial, keterampilan ketahanan dalam menghadapi kesulitan/stress, kepercayaan

diri, dan keterampilan mengatasi masalah perlu menjadi perhatian terutama bagi pihak sekolah agar peserta didik dapat menyadari potensi yang dimilikinya secara optimal. Sesuai dengan penelitian terdahulu, terdapat hubungan yang positif antara kejelasan dan regulasi emosional dan komponen kesejahteraan psikologis, dan ditemukan hubungan positif antara dimensi optimisme dan kesejahteraan psikologis dan hubungan negatif antara pesimisme dan dimensi kesejahteraan psikologis (Augusto-Landa, J. M., Pulido-Martos, M., & Lopez-Zafra, E. 2011).

Salah satu bentuk upaya pengembangan kesejahteraan psikologis untuk peserta didik dapat dilakukan melalui bimbingan di sekolah dasar. Bimbingan di sekolah dasar adalah bagian penting dari proses pendidikan. Pelaksanaan bimbingan di sekolah dasar diharapkan dapat memberikan peserta didik kesempatan untuk mengoptimalkan setiap potensi dan kemampuan yang dimiliki. Bimbingan di sekolah dasar memiliki peran yang sangat krusial dalam membentuk karakter dan masa depan anak. Pada tahap ini, anak sedang aktif membangun pondasi kepribadian, sosial, dan akademis mereka. Oleh karena itu, bimbingan yang tepat dan intensif sangat dibutuhkan untuk membantu mereka mengatasi berbagai tantangan dan mencapai potensi maksimal.

Bimbingan di sekolah dasar bisa dilakukan oleh guru BK atau guru kelas dengan mengintegrasikan layanan bimbingan dengan mata pelajaran. Bimbingan dan konseling yang terintegrasi dengan mata pelajaran di sekolah dasar sangat penting untuk pengembangan karakter, pencegahan masalah psikososial, dan pembelajaran yang lebih personal. Ini membantu siswa mengeksplorasi potensi mereka, meningkatkan prestasi akademik, dan mendukung perkembangan holistik mereka. Integrasi ini juga mendorong kolaborasi antara guru dan konselor, sehingga menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan emosional, sosial, dan akademik peserta didik.

Berdasarkan uraian latar belakang, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kesejahteraan Psikologis Peserta didik Sekolah Dasar dan Implikasi nya terhadap Bimbingan di Sekolah Dasar”. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai kontribusi dalam peningkatan kesejahteraan psikologis pada peserta didik sekolah dasar sebagai upaya dalam mencegah munculnya kemungkinan perilaku negatif pada jenjang yang lebih tinggi, dan upaya membangun fondasi yang sehat bagi para guru dan peserta didik untuk melaksanakan tugas utama, yaitu mengajar dan belajar.

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan peserta didik di sekolah dasar. Kesejahteraan psikologis peserta didik menjadi faktor kunci dalam mencapai hasil belajar yang optimal (Eva & Bisri, 2018). Kesejahteraan psikologis mencakup berbagai aspek, seperti emosional, sosial, dan psikologis, yang secara langsung memengaruhi perkembangan dan prestasi peserta didik (Asmarani & Sugiasih, 2020).

Kesejahteraan psikologis peserta didik tidak hanya terbatas pada pengetahuan dan kemampuan akademik, tetapi melibatkan keadaan emosional yang sehat, kemampuan berinteraksi sosial yang baik, dan keseimbangan psikologis yang memadai (Alwina, S. 2023). Faktor - faktor pada kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan siswa dan berpotensi memengaruhi hasil belajar

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka di rumuskan beberapa rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimana kesejahteraan psikologis pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi dan implikasi nya terhadap layanan bimbingan di Sekolah Dasar?”

1.3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, di rumuskan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut.

- 1.3.1. Bagaimana kesejahteraan psikologis pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi?
- 1.3.2. Bagaimana implikasi layanan bimbingan di sekolah dasar untuk menguatkan kesejahteraan psikologis peserta didik Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah mendeskripsikan gambaran kesejahteraan psikologis peserta didik di Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi serta implikasinya terhadap bimbingan dan konseling. Secara khusus, penelitian bertujuan sebagai berikut.

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian secara umum menjawab rumusan masalah yang mendeskripsikan kesejahteraan psikologis dan implikasi terhadap bimbingan di sekolah dasar.

1.4.2. Tujuan Khusus

Mendeskripsikan gambaran kesejahteraan psikologis pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng 2 Kota Sukabumi.
Rancangan layanan bimbingan di sekolah dasar untuk mengembangkan dan menguatkan kesejahteraan psikologis peserta didik Sekolah Dasar Negeri Nanggaleng Kota Sukabumi.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan tambahan hasil penelitian tentang kesejahteraan psikologis.

1.5.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian tentang kesejahteraan psikologis di sekolah dasar dapat digunakan sebagai dasar dalam membuat rancangan program bimbingan dan konseling atau rancangan pembelajaran di kelas.

1.6. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi ini terdiri dari lima bab sebagai berikut. Bab I merupakan pendahuluan yang menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah yang menjadi fokus penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat teoritis dan praktis dari penelitian ini. Konsep-konsep dasar tentang kesejahteraan psikologis serta penelitian terdahulu yang mengkaji kesejahteraan psikologis di sekolah dasar yang ditemukan dalam penelitian terdahulu dikemukakan di Bab II. Bab III menjelaskan secara rinci metode penelitian yang mencakup desain penelitian yang digunakan, partisipan dan tempat penelitian, langkah-langkah pengumpulan data, serta perumusan instrumen. Deskripsi hasil temuan penelitian dan analisis data diolah dan diuraikan di Bab IV. Bab IV juga membahas keterbatasan penelitian. Bab V mengutarakan kesimpulan penelitian serta rekomendasi atau saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian