

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab I akan dipaparkan beberapa pokok bahasan yang meliputi; latar belakang penelitian, identifikasi, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

1. 1 Latar Belakang

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan, ketika individu mengalami kebahagiaan tidak hanya hal baik yang dirasakannya akan tetapi individu akan melakukan tindakan baik di semua aspek kehidupan. Saat ini kebahagiaan dijadikan sebagai indikator kesejahteraan suatu Negara bahkan diseluruh dunia, kesejahteraan suatu bangsa tidak lagi bertitik tolak pada perekonomian atau peningkatan perkapita, negara yang memiliki tingkat perekonomian tertinggi belum tentu menjadi negara yang memiliki indeks kebahagiaan tertinggi di dunia. kebahagiaan menjadi elemen dasar di dalam suatu kehidupan, kebahagiaan sebagai penghargaan atas kehidupan seseorang secara keseluruhan yang terdiri dari evaluasi kognitif dan emosional (Veenhoven, 2010).

Salah satu cara untuk memaknai kebahagiaan adalah melalui konsep “kesenangan” yang melibatkan kesejahteraan subjektif, dari perspektif hedonisme itu sendiri tujuan hidup dan segala tindakan manusia adalah mengejar kesenangan atau kenikmatan, kebahagiaan hedonisme bertujuan untuk meningkatkan pengalaman positif dan perasaan puas demi menghindari pengalaman yang tidak menyenangkan. Badan Kesehatan dunia (WHO) menjadikan kebahagiaan sebagai elemen kesehatan utama yang menjadi tujuan akhir dari segala aktivitas, upaya dan perjuangan hidup manusia. Dalam beberapa tahun terakhir, gerakan global untuk kebahagiaan telah didorong oleh tantangan global yang memuncak dan merusak kebahagiaan di masyarakat yang lebih luas, ketimpangan pendapatan, meningkatnya intoleransi, degradasi lingkungan, dan kemajuan teknologi yang belum pernah terjadi sebelumnya.

Selanjutnya, ditemukan berbagai fenomena yang menunjukkan masih banyak remaja yang belum memperoleh kebahagiaan seutuhnya, hal ini sejalan

dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup remaja semakin rendah dan menurun (John & Twenge dalam Walker et al., 2019). Penurunan nilai kebahagiaan remaja ini dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain lingkungan sosial budaya, faktor fisik dan psikologis. Emosi remaja cenderung akan lebih ekstrim dan berubah-ubah di dibandingkan dengan orang dewasa, remaja lebih mudah sangat bahagia akan tetapi tiga kali lebih mudah untuk bersedih (Larson & Richards dalam Santrock, 2007: Hlm. 19). Remaja sering diidentifikasi dengan masa-masa bahagia, namun kebahagiaan yang dimaksud pada masa remaja tidak lebih dari zona kesenangan semata. Kehidupan remaja yang bahagia lazimnya adalah suatu kehidupan yang dilalui dengan aktivitas positif bukanlah sebaliknya. Kenyataannya remaja saat ini sering ditemukan melakukan tindakan-tindakan yang menimbulkan efek negatif hanya demi memperoleh kesenangan yang disama artikan dengan kebahagiaan. Remaja tidak memahami tujuan hidup sebenarnya, kesenangan yang diperoleh remaja tidak mengamankan kebahagiaan dengan mengorbankan kebahagiaan masa depannya.

Perkara kebahagiaan ternyata menjadi perhatian di setiap negara di dunia, berdasarkan *World Happiness Report* tahun 2019 Indonesia menempati urutan 92 dari 156 negara yang berada di bawah sejumlah negara tetangga di Asia tenggara. Sejumlah negara tetangga seperti Malaysia (42), Singapura (26), Thailand (32) dan bahkan Filipina (72) menempati urutan yang lebih tinggi dalam indeks tersebut. Khusus di Kalimantan Barat indeks kebahagiaan tahun 2018 berdasarkan hasil Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTH) Indonesia menduduki peringkat ke 27 dari 34 provinsi yang ada. Masing-masing dimensi terhadap indeks kebahagiaan adalah kepuasan hidup (70,64), perasaan (*Affect*) sebesar (67,55), dan indeks dimensi makna hidup (*Eudaimonia*) (71,84). Pada dimensi makna hidup (*Eudaimonia*), indikator yang memiliki indeks tertinggi adalah tujuan hidup (75,99), sebaliknya yang terendah adalah pengembangan diri (61,39). Dapat disimpulkan, bahwa penduduk Kalimantan Barat pada umumnya telah merasa optimis dengan masa depannya. Sementara itu, tingkat pengembangan potensi diri (upaya peningkatan pengetahuan, keterampilan) relatif

rendah. Indeks kebahagiaan kelompok umur di bawah usia 24 tahun memiliki nilai indeks terendah (68,4) dibandingkan dengan kelompok usia lainnya dan penduduk yang berstatus tidak pernah sekolah menunjukkan indeks kebahagiaan terendah (66,61) dan di segala indikator.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan aspek penting untuk menciptakan kesejahteraan dan kesehatan pada diri remaja secara fisik, mental dan spiritual. Kebahagiaan dan kesejahteraan secara empiris berbeda secara konseptual, kebahagiaan merupakan perasaan yang diharapkan semua orang, begitu juga kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja. Kebahagiaan juga merupakan perasaan yang dipengaruhi oleh diri sendiri dalam menjalankan kehidupan serta adanya pengaruh lingkungan. Kebahagiaan merupakan cita-cita tertinggi yang selalu ingin diraih oleh semua manusia dalam tindakannya. Mungkin tidak selalu mudah bagi seseorang untuk bisa membedakan antara 'senang' dengan 'bahagia', dan mungkin tidak sedikit orang yang secara serampangan suka memparalelkan 'kesenangan' dengan 'kebahagiaan' dan 'kebahagiaan' dengan 'kesenangan', padahal secara substantif keduanya sebenarnya berbeda jauh walau keduanya ada dalam satu tempat yaitu di dalam diri manusia, namun di ruangan yang berbeda. Kebahagiaan adalah suatu yang hidup di ruangan nurani, dan kesenangan berada di ruang perasaan atau nafsu manusia. Sehingga masing-masing memiliki karakteristik yang berbeda, kebahagiaan cenderung kepada unsur kebaikan dan kebenaran, sedangkan perasaan nafsu adalah komponen hati yang melekat dengan keinginan jasmaniah dan cenderung untuk mencari kenikmatan dan kesenangan. Kebahagiaan manusia terletak di dalam jiwa yang sehat (Myers & Sweeney: 2008).

Indonesia adalah bangsa yang terdiri dari berbagai macam etnis, setiap etnis memiliki nilai bahasa, agama dan budaya yang berbeda dan keberagaman ini menjadi ciri khas di seluruh wilayah dan menjadi dasar terbentuknya semboyan negara yakni Bhineka Tunggal Ika. Perkembangan remaja juga dipengaruhi oleh adanya keanekaragaman budaya sejalan dengan yang di kemukakan oleh G. Stanley Hall (Yusuf, 2007. Hlm, 185) dalam teori rekapitulasinya yaitu "setiap individu berkembang dari masa anak, sebagai priode *animal* yang primitif,

kemudian berkembang ke arah yang merefleksikan kehidupan yang berbudaya. Kebudayaan dapat menentukan pola perkembangan individu, pola-pola ini sangat beragam dari masyarakat satu ke masyarakat lainnya. Makna kebahagiaan berbeda pada setiap individu, kelompok dan budaya, sehingga konteks kebahagiaan sangat dipengaruhi oleh lingkungan di mana remaja itu berada. Penerimaan sosial atau hubungan dengan orang-orang yang berada di sekitar juga memiliki pengaruh signifikan pada kebahagiaan remaja, artinya semakin baiknya penerimaan orang lain atau teman sebaya akan memberikan pengaruh yang positif kepada kebahagiaan remaja. Dari beberapa data yang dikemukakan menjadi asumsi dasar dalam penelitian ini bahwa beberapa aspek perkembangan dalam diri remaja sangatlah dipengaruhi oleh budaya atau etnis di mana remaja itu tumbuh dan berkembang, untuk itu tidak menutup kemungkinan bahwa kebahagiaan juga dipengaruhi oleh budaya dan etnis di mana remaja itu berasal, sehingga profil kebahagiaan remaja dari berbagai budaya diperlukan sebagai data penunjang penelitian.

Manusia tidak akan memperoleh sejatinya kebahagiaan jika tanpa adanya usaha yang dilakukan, semua orang akan mencari sesuatu yang lebih baik dalam kehidupan dan segala gerak gerik manusia akan menuju kebahagiaan (Noddings, 2003). Begitu juga pada diri remaja untuk memperoleh kebahagiaan yang sejati harus melalui aktivitas-aktivitas positif, dengan memperoleh kebahagiaan remaja diharapkan mampu merefleksikan kebaikan melalui amalan-amalan positif yang dapat membawa remaja kepada ketenangan jiwa. Merujuk pada Indeks kebahagiaan di Kalimantan Barat yang menunjukkan bahwa remaja memiliki indeks terendah (68,4) dibandingkan kelompok umur lainnya dan nilai indeks kebahagiaan juga menunjukkan bahwa penduduk berstatus tidak pernah sekolah menunjukkan indeks kebahagiaan terendah (66,61) di segala indikator kebahagiaan. Data ini menjadi dasar yang membuktikan bahwa kebahagiaan merupakan prediktor kuat untuk menilai kebaikan dalam hidup remaja. Selaras dengan tujuan pendidikan yang diharapkan tidak hanya mengembangkan kecerdasan dan mendorong kesuksesan individu saja, pendidikan yang baik akan memberikan pengalaman sosial emosional yang menjadi faktor penentu dalam

keberhasilan dan kebahagiaan siswa. Bentuk kebahagiaan siswa di sekolah adalah siswa merasa bebas dari tekanan atau masalah mental sehingga siswa mampu mengeksplorasi diri dan cenderung berhasil atau sukses dalam kegiatan akademis, sejalan dengan pendapat Seligman (2002), mendefinisikan kebahagiaan sebagai muatan emosi dan aktivitas positif. Kebahagiaan siswa di sekolah dapat tercermin dari aktivitas-aktivitas positif yang dilakukan remaja antara lain, siswa rajin datang ke sekolah dan aktif mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh sekolah, siswa menunjukkan perilaku yang baik, patuh akan tata tertib, sopan dan hormat kepada guru, siswa mampu berkomunikasi dan berinteraksi yang baik sehingga jarang memiliki konflik dengan teman maupun orang-orang yang ada di sekolah. Pendidikan yang berkualitas diharapkan dapat menjadikan siswa-siswa berprestasi yang memberikan dampak positif terhadap perubahan tingkah laku pada diri siswa bukan mengakibatkan ketidak bahagian, hal ini sejalan dengan pernyataan Chaplin (2009) yang menyatakan bahwa prestasi adalah salah satu yang dapat membuat remaja bahagia. Bentuk perubahan tingkah laku yang mengandung kebahagiaan adalah “kegigihan”, atau ketekunan dan semangat untuk tujuan jangka panjang, tampaknya menjadi prediktor yang lebih kuat dibandingkan kesuksesan dan IQ baik itu di sekolah maupun di luar sekolah. Sementara itu hasil temuan dari BPS tahun 2017, di Indonesia indikator kebahagiaan terendah adalah pendidikan dan keterampilan yakni dengan indeks 59,90 yang merupakan subdimensi kepuasan hidup personal.

Terhambatnya kebahagiaan pada diri remaja berawal dari harapan dan kebutuhan yang tidak terpenuhi sehingga mengakibatkan stress. Masalah yang menjadi penghambat terpenuhinya harapan dan kebutuhan ini yang perlu diatasi. Manifestasi ketidakbahagiaan remaja di sekolah tertuang pada perilaku siswa dapat dilihat dari beberapa gejala yang ditemui, hasil penelitian menunjukkan 8% sampai dengan 45% siswa pernah membolos, hal ini disebabkan belum mengerjakan pekerjaan rumah (PR), bangun kesiangan, malas untuk ke sekolah, ada pelajaran yang kurang diminati, atau sekedar ingin ngobrol bersama-sama teman, dan nongkrong di luar sekolah (Feni & Denok: 2013). Gejala lainnya adalah masih ditemukannya sebanyak 80% siswa mengetahui dan pernah

mencontoh (Anugrahening: 2009). Hal ini dilakukan oleh siswa dikarenakan siswa ingin mengambil jalan pintas untuk memperoleh nilai yang baik, rendahnya rasa percaya diri dengan rasa tidak nyaman secara emosional merupakan manifestasi dari ketidakbahagiaan remaja berdasarkan komponen afektif, rendahnya rasa percaya diri ini bisa menyebabkan depresi, bunuh diri, delinkuensi, dan masalah penyesuaian diri lainnya. Gejala-gejala yang ditampakkan oleh siswa menjelaskan bahwa kondisi di sekolah ternyata tidak membuat siswa menjadi bahagia tingkah laku yang tampak tidak mengandung unsur kebahagiaan yakni siswa tidak gigih, kurang tekun dan tidak bersemangat dalam pembelajaran, sering konflik dengan teman dan guru, tidak senang berkompetisi dalam belajar, dan masih banyak bentuk aktivitas atau perilaku negatif yang ditampakkan siswa akibat dari ketidakbahagiaan siswa di sekolah. Sejalan dengan pendapat Noddings (2003) bahwa siswa yang bahagia belajar lebih baik dari pada yang tidak bahagia. Jika dilihat dari hasil temuan beberapa penelitian dan diperkuat oleh pendapat Noodings (2003) yang menyatakan bahwa nilai dari kebahagiaan remaja di sekolah dapat dimaknai dengan aktivitas positif yang dilakukan oleh siswa dan seberapa besar siswa merasakan kepuasan ketika melakukan aktivitas belajar dan berinteraksi sosial ketika berada di sekolah, sehingga dengan kebahagiaan remaja akan memiliki hasil belajar yang maksimal.

Pendidikan memiliki hubungan yang erat dengan kebahagiaan, seyogianya sekolah memprioritaskan kesejahteraan peserta didik agar memiliki potensi untuk menjadi lebih efektif, dengan hasil pembelajaran yang lebih baik dan pencapaian yang lebih besar dalam kehidupan peserta didik. Hal ini sejalan dengan pendapat Noddings (2003) bahwa pendidikan dan kebahagiaan sangat berkaitan di mana kebahagiaan merupakan tujuan utama dalam pendidikan. Beberapa tahun terakhir banyak penelitian yang menyoroti kualitas pendidikan terhadap kebahagiaan peserta didik seperti yang dilakukan oleh UNESCO pada tahun 2014 di Bangkok yang meluncurkan proyek sekolah bahagia dengan tujuan mempromosikan kebahagiaan di sekolah melalui peningkatan kesejahteraan pelajar dan pengembangan holistik, proyek tersebut menghasilkan *Happy Schools: A Framework for Learning Well-being in the Asia-Pacific* dan di

terbitkan pada tahun 2016 dan diakhir tahun yang sama UNESCO mengembangkan sekolah bahagia untuk pendidikan yang bahagia di Seoul (United Nations Educational Scientific and Cultural Organization, 2017).

Masalah kebahagiaan yang terjadi pada diri remaja menjadi fokus dalam penelitian ini, berdasarkan beberapa literatur dan sejalan dengan temuan-temuan penelitian serta didukung oleh beberapa data lain yakni data *Word Happiness Raport 2019*, hasil Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTH) Indonesia Provinsi Kalimantan Barat 2018, dan diperkuat oleh hasil studi pendahuluan yaitu dari 590 sampel penelitian dari enam sekolah yang ada di Pontianak Kalimantan Barat tingkat kebahagiaan dengan kategori bahagia sebanyak 329 orang remaja (56%), dan tingkat kebahagiaan dengan kategori cukup bahagia sebanyak 261 orang remaja (44%). Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa secara umum profil kebahagiaan remaja di sekolah multietnis Pontianak berada pada katagori bahagia. demikian halnya, jika ditinjau dari kelompok etnis katagori bahagia dimiliki oleh etnis Melayu, Cina, Jawa, dan Madura. Sedangkan untuk katagori cukup bahagia dimiliki oleh etnis Dayak dan Bugis, dengan ungkapan lain bahwa tidak ada etnis yang berada pada katagori sangat bahagia. Meskipun remaja secara umum sudah bahagia namun tidak disemua etnis, dibebrapa etnis masih belum memiliki kebahagiaan secara optimal. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari domain kebahagiaan yaitu kognitif dan afektif dapat ketahui bahwa untuk komponen kognitif berada pada kategori cukup bahagia untuk seluruh etnis, sedangkan kompoen afektif untuk semua etnis berada pada katagori bahagia, dengan kata lain kompenen afektif remaja di sekolah multietnis lebih tinggi dibandingkan kognitif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan antara remaja laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan. Sedangkan tingkat kebahagiaan remaja pada ke enam etnis menunjukkan bahwa kebahagiaan tertinggi diperoleh oleh etnis Jawa, tingkat kebahagiaan kedua dimiliki oleh etnis Melayu dan Cina, tingkat kebahagiaan ketiga berada pada etnis Madura, tingkat kebahagiaan keempat ada pada etnis Dayak, sedangkan tingkat kebahagiaan terendah ada pada remaja etnis Bugis. Hasil ini menyimpulkan bahwa rata-rata remaja dengan katagori bahagia dan cukup bahagia menunjukkan

nilai yang tidak jauh berbeda, sehingga menjadikan target intervensi dalam penelitian ini bagaimana remaja menjadi lebih bahagia.

Berbagai upaya dilakukan untuk menciptakan proses belajar agar terasa lebih menyenangkan dan siswa merasa betah berada di sekolah dalam mencapai peningkatan diri, menjadikan sekolah sebagai tempat untuk siswa menemukan momen kebahagiaan dan memperoleh hubungan baik dengan orang lain. Mengingat pentingnya kebahagiaan bagi remaja salah satu upaya yang dapat ditawarkan yakni melalui konseling berbasis wellness dapat menjadi sebuah orientasi alternative, konseling wellness menawarkan layanan konseling yang berbasis kekuatan atau potensi individu. Untuk itu konseling wellness diperlukan untuk meningkatkan kebahagiaan siswa dan diharapkan terjadinya perubahan pada kondisi mental siswa ke arah yang lebih baik. Konseling wellness dikonseptualisasikan sebagai paradigma untuk konseling yang memberikan strategi berbasis kekuatan untuk menilai, konseptualisasi masalah perkembangan, dan merencanakan intervensi untuk memulihkan disfungsi dan mengoptimalkan pertumbuhan, sejalan dengan pendapat Granello yang menyatakan bahwa implementasi paradigma wellness dalam konseling yakni mengenalkan pola kehidupan yang sehat agar tercapainya kebahagiaan pada diri remaja (Paul F. Granello, 2015).

Konseling wellness merupakan pendekatan holistik yang berjuang pada tanggung jawab terhadap gaya hidup konseli dan terintegritas dengan pendekatan konseling yang efektif dengan variasi praktik kesehatan. Konseling wellness adalah pendekatan yang berdasarkan kepercayaan pada potensi manusia dan kekuatan konseli melalui pilihan gaya hidup yang positif. Selain itu, konseling wellness mempercayai gaya hidup konseli adalah penentu utama kesejahteraan dan kebahagiaan yang berfokus pada mengintegrasikan kebutuhan individu diberbagai domain kehidupan. Menyoroti pentingnya promosi pencegahan dan kesehatan dengan menggunakan kekuatan dan sumber daya individu untuk mencapai tujuan kehidupannya dan memasukkan beberapa domain kepribadian, emosional, sosial, spiritual, dan fisik, serta kekuatan individu. Konseling wellness merupakan suatu proses dinamis dengan mengoptimalkan fisik, mental, dan

spiritual secara integritas. Bill Hettler mendefinisikan wellness sebagai "suatu proses aktif di mana orang menjadi sadar, dan membuat pilihan ke arah hidup yang lebih sukses" (Bill Hettler dalam Myers & Sweeney: 2007). Layanan konseling wellness yang akan diajukan adalah mengintervensi lingkungan perkembangan remaja dalam menciptakan kesehatan fisik, mental dan kesejahteraan sosial yang optimal agar tercapai kebahagiaan, diharapkan melalui layanan ini akan ada perspektif positif akan kebahagiaan remaja sehingga dapat mengubah gaya hidup yang sehat dan tercapainya perkembangan kognitif, afektif dan psikomotor yang optimal. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini disusun sebagai upaya untuk mengungkap aspek kebahagiaan dengan variabel multietnis khususnya di konteks sekolah serta penggunaan model konseling wellness untuk membentuk kebahagiaan pada diri remaja. Penelitian ini memiliki orisinalitas dan kebaruan yaitu melibatkan variabel multietnis yang selama ini dalam penelitian konseling wellness masih belum banyak yang dilakukan. Penelitian konseling wellness pada umumnya masih berfokus pada upaya peningkatan kebahagiaan terutama dalam perspektif psikologis. Penelitian ini berusaha memperkaya perspektif kebahagiaan itu, selain dari aspek psikologis juga mengkaji lebih dalam dari perspektif etnisitas. Sebab, sangat boleh jadi bahwa perspektif kebahagiaan itu akan berbeda antara satu etnis dengan etnis yang lain.

Konseling wellness di harapkan dapat meningkatkan kebahagiaan siswa multietnis di Pontianak Kalimantan barat dengan asumsi bahwa kompetensi guru bimbingan dan konseling sudah cukup kompeten dalam melaksanakan strategi pengembangan baru pendekatan konseling, hal ini didasarkan pada hasil penelitian Nurahmi (2015) menunjukkan bahwa kompetensi guru bimbingan dan konseling di Pontianak Kalimantan Barat yakni, guru bimbingan dan konseling memiliki kompetensi secara profesional (68,42%) dalam menyelenggarakan kegiatan bimbingan dan konseling. Lokasi yang dijadikan sebagai tempat penelitian konseling wellness untuk meningkatkan kebahagiaan remaja multietnis adalah SMA Negeri 5 dengan pertimbangan karakteristik antara lain sekolah ini merupakan salah satu SMA Negeri yang berada di Kalimantan Barat yang memiliki siswa multietnis dikarenakan masyarakat di wilayah ini berasal dari

berbagai macam etnis dan berada di wilayah Pontianak Utara yang berbatasan antara kota Pontianak dengan kabupaten Pontianak, dengan karakteristik yang dimiliki sekolah ini dapat dijadikan tempat penelitian.

1. 2 Rumusan Masalah Penelitian

Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan tujuan hidup yang ingin dicapai setiap individu, tidak terkecuali remaja. Peningkatan kebahagiaan di kalangan remaja menjadi penting dan dimulai dari sekolah untuk mewujudkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Tujuan pendidikan ini dapat terwujud apabila siswa memiliki kebahagiaan dengan terciptanya emosi positif di dalam diri remaja sehingga mampu berinteraksi di kehidupannya. Peningkatan kebahagiaan saat ini khususnya pada remaja multietnis belum banyak dilakukan, salah satu kegiatan yang bertujuan untuk menciptakan energi positif pada siswa yakni kegiatan yang dilakukan melalui aktivitas akademik yaitu melalui MOPD (Masa Orientasi Peserta Didik) yang dilakukan pada tahun pertama siswa masuk di Sekolah Menengah Atas. Kegiatan MOPD dijadikan sebagai ajang untuk melatih ketahanan mental, disiplin, dan mempererat tali persaudaraan. Hal tersebut menunjukkan masih diperlukannya pengenalan bagi siswa secara terencana untuk menciptakan energi positif bagi siswa di sekolah.

Kebahagiaan merupakan hal yang penting bagi remaja sebagaimana yang ditunjukkan hasil survei diberbagai negara, termasuk di Indonesia (Diener & Oishi, 2002; Diener, 2000). Isu kebahagiaan pada remaja menjadi relevan untuk dibahas mengingat proses tumbuh kembang yang dihadapi menyebabkan remaja menjadi sosok yang rentan mengalami ketidakbahagiaan. Berbagai penelitian dilakukan untuk meningkatkan kebahagiaan individu yang dikaitkan dengan variable lain. Penelitian-penelitian kebahagiaan yang pernah dilakukan diantaranya: 1). Pengukuran Kebahagiaan Berbasis Pendekatan Indigenous Psychology, 2). Orientasi Kebahagiaan Berdasarkan Gender (*Tinjauan Psikologi*

Indigenous), 3). Eksplorasi Kebahagiaan dari Psychological Well-Being, 4). Counseling Marital untuk Kebahagiaan Pernikahan, 5). Positif Schology untuk kebahagiaan dan Kekuatan Diri, 6). Studi tentang efek kesehatan terhadap kebahagiaan. Intervensi pengembangan kebahagiaan sekolah dilakukan dengan melibatkan guru melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

Berdasarkan paparan di atas, maka masalah umum dalam penelitian ini adalah "Apakah model konseling wellness dapat meningkatkan kebahagiaan pada remaja di sekolah multietnis?". Adapun rumusan masalah penelitian yaitu:

- 1) Bagaimanakah profil kebahagiaan remaja di sekolah multietnis?
- 2) Bagaimanakah rumusan model konseling wellness untuk meningkatkan kebahagiaan remaja di sekolah multietnis?
- 3) Apakah rumusan model konseling wellness efektif untuk kebahagiaan remaja di sekolah multietnis?
- 4) Apakah terdapat perbedaan efektivitas model konseling wellness untuk meningkatkan kebahagiaan remaja antar etnis di sekolah multietnis?
- 5) Bagaimanakah gambaran kebahagiaan remaja di sekolah multietnis setelah diberikannya konseling wellness?

1. 3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus masalah yang telah disusun secara umum penelitian ini bermaksud untuk merumuskan model konseling wellness yang dapat meningkatkan kebahagiaan remaja di sekolah multietnis. Secara khusus, penelitian ini dimaksudkan untuk:

- 1) Memperoleh profil kebahagiaan siswa di sekolah multietnis
- 2) Merumuskan modal konseling wellness untuk kebahagiaan siswa di sekolah multietnis
- 3) Mengkaji efektivitas rumusan modal konseling wellness untuk kebahagiaan siswa di sekolah multietnis
- 4) Mengkaji perbedaan efektivitas model konseling wellness pada siswa antar etnis di sekolah multietnis.

- 5) Memperoleh gambaran kebahagiaan remaja di sekolah multietnis setelah diberikannya konseling wellness

1. 4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dikemukakan dalam penelitian ini berhubungan dengan pengembangan teoritik dan hal-hal yang bersifat praktis.

1. 4. 1 Manfaat Teoritik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bentuk pengembangan teori positif psikologi yang berkenaan harapan remaja, dan pengembangan teori lainnya yang berkaitan dengan ilmu konseling khususnya kesehatan bagi individu fisik, mental dan spiritual.

1. 4. 2 Manfaat Praktik

Manfaat lain dalam penelitian ini yang bersifat praktik adalah hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sejumlah informasi dan intervensi dalam pelayanan konseling. Adapun manfaat praktik penelitian, antara lain:

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi para pendidik untuk dapat membantu para siswa agar dapat memperoleh kebahagiaan, untuk itu pendidik diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang kondusif dalam pembelajaran.
- 2) Siswa memperoleh perasaan bahagia dan memiliki pola hidup sehat fisik, mental dan spiritual dalam menjalankan kehidupan di lingkungan di sekitarnya serta memiliki kehidupan yang menyenangkan.
- 3) Hasil penelitian ini dapat menjadi rekomendasi bagi pihak sekolah agar dapat memberikan pengalaman sosial emosional yang menjadi faktor penentu dalam keberhasilan dan kebahagiaan siswa sehingga dapat tercapainya tujuan pendidikan.
- 4) Hasil penelitian ini akan menghasilkan publikasi yang bermanfaat sebagai referensi dalam perkembangan studi dan pelaksanaan layanan konseling mengenai kebahagiaan remaja.