

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah yang baik adalah sekolah yang diharapkan mampu memberikan pengalaman terbaik bagi siswa sehingga membuat siswa-siswanya merasa sejahtera secara fisik maupun psikologis (*well-being*) karena kesejahteraan siswa mempengaruhi hampir seluruh aspek bagi optimalisasi fungsi siswa di sekolah (Smith. dkk, 2010). *Well-being* sering diartikan para peneliti sering sebagai sejahtera (Hartanti, 2010). Perasaan tenang dan tentram merupakan keinginan yang ada dalam individu setiap orang.

Perasaan sejahtera secara psikologis menjadi salah satu hal yang memberikan dampak perasaan bahagia dan puas menjalani hidup dalam diri seseorang siswa di sekolah, kesejahteraan atau *well being* terdiri dari kepuasan hidup dan juga perasaan yang positif seperti rasa senang, gembira dan puas (Headey dan Wooden, 2004). Seseorang yang ingin memiliki kualitas hidup yang baik idealnya juga memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pula dalam dirinya. Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* adalah sebuah istilah yang dapat digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu sesuai dengan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Kebahagiaan dan kepuasan hidup yang dirasakan seseorang siswa di sekolah menjadi sebuah unsur yang penting dalam melihat seberapa tinggi kesejahteraan psikologis seseorang siswa.

Salah satu lingkungan sosial yang berpengaruh bagi remaja adalah sekolah yang merupakan elemen penting dalam proses perkembangan individu karena berfungsi pemilihan karir di masa mendatang (Papalia, Olds, dan Feldman, 2009) dan merupakan sarana pembelajaran mengenai pengetahuan tentang peran sosial dan batasan norma (Holander dalam Nantiasa, 2011). Di sisi lain, mengacu pada *Organization for Economic Co-Operation and Development (OECD)* yang dijadikan rujukan oleh Kementerian Pendidikan Nasional Indonesia dalam mengevaluasi penyelenggaraan fungsi dan peran sekolah di Indonesia telah merekomendasikan adanya parameter kualitatif dalam evaluasi seperti di Inggris dan Wales, yaitu berupa aspek spiritual, moral, sosial budaya, dan kontribusi sekolah dalam pengembangan *well being* siswa (Faubert, 2009 dalam Nantiasa, 2011).

Psychological well being atau kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi psikologis individu yang sehat ditandai dengan berfungsinya dimensi psikologis positif dalam proses mencapai aktualisasi diri. Proses pengaktualisasi diri pada individu merupakan suatu potensi yang mengarah pada kesejahteraan dan kebahagiaan hidup atau yang disebut dengan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1995). Ryff (1995) juga menambahkan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya baik pada masa kini maupun masa lalu.

Penelitian Gusniati (2002) terhadap siswa SMU Plus Jakarta, juga menemukan adanya fenomena stres yang dialami siswa di sekolah. Sekitar 40,74% siswa merasa terbebani dengan keharusan mempertahankan peringkat sekolah, 62,96% siswa merasa cemas menghadapi ujian semester, 82,72% siswa merasa bingung menyelesaikan PR yang terlalu banyak dan 50,62% siswa merasa letih mengikuti perpanjangan waktu belajar di sekolah. Fenomena yang tak kalah menariknya adalah riset yang dilakukan Pranardji dan Nurlaela (2009), dilaporkan bahwa gejala stres yang sering kali dialami oleh anak sibuk adalah jantung berdebar kencang dan keras (46,7%) merasa sukar berkonsentrasi pada saat melakukan kegiatan (43,3%) dan merasa sangat lemas, lesu, tidak memiliki tenaga (43,3%) mimpi buruk (33,3%) merasa sedih sekali dan ingin menangis (30,0%) merasa pegal-pegal pada leher, punggung, bahu (23,3%) merasa bingung, takut bila bertemu dengan orang lain (20,0%) merasa tidak tenang, tegang, cemas, terancam (20,0%) sering menjatuhkan, memecahkan barang, tersandung, atau terjatuh (20,0%) mengalami sulit tidur atau tidak dapat tidur nyenyak seperti biasanya (16,7%) merasa tidak memiliki harapan/putus asa (16,7%) merasa dipaksa dengan sangat oleh orang lain (tertekan) (16,7%) merasa pusing atau sakit kepala tanpa alasan yang jelas (6,7%) mengalami perubahan nafsu makan (6,7%) dan merasa tidak sabar dan cepat marah tanpa sebab (6,7%). Hasil penelitian Putwain, (2008) menunjukkan bahwa 13% dari siswa di Inggris mengalami tingkat stres yang tinggi berhubungan dengan kecemasan yang melemahkan kesehatan, emosional dan efek dari tuntutan nilai akademis.

Penelitian yang dilakukan Al-Gelban (2007) di Saudi menunjukkan remaja laki-laki Saudi (38,2%) memiliki depresi, sedangkan 48,9% memiliki kecemasan dan 35,5% mengalami stres. Menurut Chavan (2009) siswa sekolah di kota Chandigarh India memiliki tingkat stres yang tinggi. Dari 2.402 siswa, 1.078 (45,8%) memiliki masalah psikologis, setengah (1.201 siswa) masalah yang dirasakan dalam peran mereka sebagai mahasiswa, 930 (45%) melaporkan penurunan akademik, 180 (8,82%) siswa melaporkan bahwa hidup adalah beban, 122 (6%) melaporkan ide bunuh diri dan 8 (0,39%) siswa dilaporkan bunuh diri.

Fenomena lain seperti perilaku membolos di kalangan pelajar kiranya bukan hal yang baru bagi setiap siswa di sekolah. Tidak hanya terjadi pada siswa putera, siswa puteri pun juga kerap melakukan kegiatan ini. Ada yang melakukannya secara pribadi, tetapi cukup banyak juga yang melakukannya secara berkelompok, (www.google.co.id). Seolah-olah keadaan ini menjadi sebuah fenomena yang turun-temurun yang menyerupai lingkaran setan, yang tidak diketahui kapan akan berakhirnya. Fenomena membolos yang dilakukan para siswa di sekolah dapat dipahami sebagai tindakan perilaku salah atau tidak sesuai. Tindakan siswa tersebut dianggapnya kurang sejahtera dimana siswa menyelesaikan masalahnya melalui jalan pintas yang menurutnya sebagai solusi terbaik atas masalah yang dialami. Bagi pihak sekolah, tentu tindakan ini telah melanggar peraturan atau tata tertib yang berlaku.

Menurut subjek yang berinisial I.K berjenis kelamin laki-laki berusia \pm 15 tahun menyatakan: banyak siswa-siswi yang kesulitan memahami mata pelajaran sekolah, terutama mata pelajaran bahasa Inggris dan Matematika sehingga

mengganggu dalam meraih prestasi di sekolah. Subjek juga menyatakan kurangnya menjalin interaksi sosial antar siswa-siswi lainnya di sekolah membuat siswa tidak memahami satu sama lain yang membuat siswa satu dengan siswa lainnya kurang akur.

Subjek yang berinisial R siswi SMA yang berumur \pm 14 tahun menyatakan bahwa subjek mengalami masalah akademik dengan gejala sering pusing ketika mendengarkan materi di kelas, sering tidak mengerjakan PR, sering terlambat datang ke sekolah, mudah marah, prestasi buruk, dan merasa putus asa dengan masa depannya. Alasan-alasan tersebut yang membuat R teridikasi mengalami stress secara psikologis, dan menunjukkan bahwa subjek memiliki kejahteraan yang rendah.

Hasil wawancara dengan T (15 tahun) siswa SMP Muhamadiyah di Surakarta menyatakan bahwa subjek sekolah sambil bekerja membuat T terbebani karena terkadang sulit membagi waktu antara sekolah dan bekerja. Lebih lanjut T mengungkapkan beban tersebut karena rasa lelah baik secara fisik karena pada pagi hari harus bekerja mengupas rajungan dan siang hari harus sekolah karena harus turut membantu keuangan keluarga yang kekurangan. T terkadang merasa iri dengan teman sebaya yang dapat bersekolah di SMP Reguler dan T kadang iri juga ingin dapat bermain seperti teman-teman seusianya, akan tetapi hal tersebut tidak mungkin karena waktu T habis untuk sekolah dan bekerja.”

Pernyataan siswa lainnya berinisial S.I menyatakan banyak siswa sekolah yang bolos karena tidak mau mengikuti mata pelajaran tertentu yang tidak disukainya, tidak suka pada salah satu guru, atau membolos karena diajak atau

mengikuti teman. Siswa malas mengerjakan tugas, mencontek atau mencari jalan pintas dalam mengerjakan tugas. Gejala stress lain seperti prestasi menurun, malas, cemas atau gelisah ketika menghadapi ujian dan tugas yang banyak, sulit berkonsentrasi”.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis siswa rendah atau belum tercapainya kesejahteraan psikologis, seperti siswa yang menyatakan mengalami masalah akademik, mudah marah, prestasi buruk, banyak siswa yang membolos, tidak mengikuti mata pelajaran, malas mengerjakan tugas dan ada siswa yang sekolah sambil bekerja karena harus membantu orang tua.

Kesejahteraan psikologis mengacu pada pengalaman dan fungsi psikologis yang optimal yang meliputi fungsi dari otonomi diri, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup dan penerimaan (Ryff, 1989). Dari faktor-faktor tersebut siswa merasa kurang bahagia dan kurang puas dengan hidupnya. Konsepsi sejahtera psikologis mengacu pada evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap kehidupan siswa (Diener, 2000). Siswa menginginkan kesejahteraan psikologis, seperti keadaan emosi yang positif yang diakibatkan oleh kecocokan antara faktor-faktor dengan kebutuhan personal siswa dan harapan terhadap sekolah. Siswa menginginkan kesejahteraan psikologis sebagai sikap, suasana hati, kesehatan, resiliensi, hidup tenang dan kepuasan siswa terhadap diri sendiri serta hubungan dengan orang lain dan pengalaman di sekolah (Noble.T, dkk, 2008).

Kesejahteraan psikologis tidak didapat begitu saja dalam hidup, tetapi didapat dari bagaimana individu itu sendiri melakukan berbagai hal untuk

mendapatkannya. Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: demografis (usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi (Ryff & Singer, 1996)), religiusitas (Comptom, 2005), kepribadian (Keyes, dkk. 2002), dan dukungan sosial (Ryff dalam Sari, 2010).

Berdasarkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebagaimana dikemukakan di atas, ternyata religiusitas merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Menurut Susilaningsih (dalam Okdinata, 2009) religiusitas atau keberagaman adalah kristal-kristal nilai agama dalam diri manusia yang terbentuk melalui proses internalisasi nilai-nilai agama semenjak usia dini. Religiusitas akan terbentuk menjadi nilai pada akhir usia anak dan berfungsi pada awal remaja. Kristal nilai yang terbentuk akan berfungsi menjadi pengarah sikap dan perilaku dalam kehidupannya.

Menurut Bastaman (dalam Liputo, 2009) individu yang mempunyai tingkat religiusitas yang tinggi akan lebih dapat memaknai setiap kejadian dengan positif sehingga hidupnya lebih bermakna dan terhindar dari stress. Artinya semakin tinggi religiusitas individu maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis individu, begitu juga sebaliknya semakin rendah religiusitas individu maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis individu. Mengacu kepada pandangan Bastaman (2009) di atas, sebenarnya kejadian/peristiwa yang dialami siswa di sekolah seperti yang diuraikan di bagian terdahulu tidak akan terjadi, siswa tidak akan melakukan membolos hanya karena nilai rendah, siswa tidak akan jenuh, merasa tidak nyaman atau keluar dari sekolah karena berbagai aturan yang ada jika telah memiliki tingkat religiusitas yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa di Sekolah”?

B. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan antara Religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada siswa di sekolah.
2. Untuk mengetahui tingkat religiusitas dan tingkat kesejahteraan psikologis siswa-siswi SMP Muhammadiyah 2 Surakarta.
3. Untuk mengetahui peran Religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis siswa-siswi di sekolah.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam dua jenis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoretis penelitian ini diharapkan dapat menambah dan melengkapi hasil penelitian sebelumnya di bidang psikologi pendidikan, khususnya mengenai Religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada siswa.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada para mahasiswa tentang kaitan kemampuan penyesuaian diri di lingkungan sekolah dan pemahaman kesejahteraan psikologis. Selain itu jika penelitian ini teruji diharapkan mampu memberikan informasi kepada pihak sekolah dalam usaha meningkatkan kesejahteraan psikologis dan tingkat religiusitas siswa-siswi di sekolah.