

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. School Well-being

1. Pengertian *School Well-being*

School well-being dikembangkan pertama kali berdasarkan teori *well-being* yang dikemukakan oleh Allardt. *Well-being* menurut Allardt (dalam Konu dan Rimpela, 2002) merupakan kondisi yang memungkinkan seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Dalam konsep *well-being* yang dikemukakan oleh Allardt, membagi kebutuhan menjadi tiga kategori meliputi, *having* merujuk pada kondisi material dan kebutuhan impersonal dalam sudut pandang yang luas. Kategori *loving* berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan untuk berelasi dengan orang lain dan untuk membentuk identitas sosial. Kategori terakhir yaitu *being*, merupakan kebutuhan-kebutuhan untuk mengembangkan diri.

Konsep *school well-being* yang dikembangkan oleh Konu dan Rimpela (2002), menambahkan satu kategori yaitu status (*health status*) serta mengembangkan konsep *well-being* Allardt agar sesuai dengan kondisi sekolah. Sehingga dalam *school well-being* terdapat empat aspek yaitu *having*, *loving*, *being* dan *health status*. Definisi *school well-being* merupakan keadaan dimana siswa dapat dalam memenuhi kebutuhan dasarnya di sekolah (Konu dan Rimpela, 2002). Pemenuhan kebutuhan siswa di dalam sekolah mencakup empat aspek, yaitu kondisi sekolah (*having*), relasi sosial (*loving*),

pemenuhan diri di sekolah (*being*) serta status kesehatan (*health*).

Rasyidin (2014) berpendapat bahwa *school well-being* merupakan suasana psikologis yang tercipta dalam lingkungan sekolah, sehingga setiap civitas akademik merasa bahagia dalam menjalankan aktivitas di sekolah. Menurut Nidianti dan Desiningrum (dalam Faizah, 2018) konsep *well-being* siswa dapat menjadi pertimbangan sekolah sebagai bahan agar dapat memahami hal-hal apa saja yang mampu membuat siswa merasa senang dan sejahtera saat disekolah.

Dari definisi mengenai *school well-being* di atas, dapat disimpulkan bahwa *school well-being* merupakan kondisi dimana siswa dapat memenuhi kebutuhan dasarnya berupa kondisi sekolahnya, relasi sosial, pemenuhan diri di sekolah, serta status kesehatan.

2. Aspek-aspek *School Well-being*

Konu dan Rimpela (2002) menjelaskan konsep *school well-being* dalam empat aspek, meliputi:

a. Kondisi sekolah (*having*)

Dalam aspek kondisi sekolah meliputi kondisi fisik lingkungan sekitar sekolah dan kondisi di dalam sekolah. Pada kondisi fisik sekolah seperti diantaranya lingkungan yang aman, kenyamanan, ventilasi udara, kekaduhan, temperatur, dan lain sebagainya. Sedangkan pada kondisi di dalam sekolah berkaitan dengan lingkungan pembelajaran. Kondisi ini terkait dengan kurikulum, jadwal pelajaran, dan hukuman. Kondisi

sekolah tidak hanya mencakup lingkungan fisik dan lingkungan sekitar melainkan juga terkait dengan pelayanan kepada para siswa seperti makan siang, pelayanan kesehatan dan konseling.

b. Relasi sosial (*loving*)

Relasi sosial dalam konsep *school well-being* merujuk pada lingkungan pembelajaran sosial, relasi antara murid dengan guru, relasi dengan teman sekolah, dinamika kelompok, *bullying*, hubungan antara rumah dengan sekolah, pengambilan keputusan dalam sekolah dan atmosfer dalam seluruh organisasi sekolah.

c. Pemenuhan diri (*being*)

Pada aspek *being* apabila diterapkan dalam lingkungan sekolah merupakan cara sekolah dalam memberikan sarana bagi pemenuhan diri para siswa (Setyawan dan Dewi, 2015). Para siswa dipertimbangkan sebagai anggota yang sama dalam sekolah. Melalui pertimbangan bahwa siswa dianggap sama dengan anggota yang lain memungkinkan setiap siswa ikut serta dalam membuat keputusan yang dapat berpengaruh pada pembelajaran.

d. Status kesehatan (*health*)

Status kesehatan dalam konsep *well-being* berarti ketiadaan penyakit yang dialami oleh siswa. Dalam aspek ini terdiri dari gejala fisik dan mental yang dialami oleh para siswa contohnya seperti demam. Adanya gejala penyakit dalam kurun waktu tertentu menjadi tolak ukur dalam pengukuran status kesehatan (Setyawan dan Dewi, 2015).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa yang termasuk aspek-aspek *school well-being*, yaitu kondisi sekolah (*having*), realsi sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), status kesehatan (*health*).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *School Well-being*

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan sekolah berdasarkan faktor yang mempengaruhi *well-being* menurut Keyes dan Waterman (2008) dan disesuaikan ke dalam konteks siswa sekolah, yaitu:

a. Hubungan sosial

Myers (dalam Keyes dan Waterman, 2008) menyebutkan bahwa hubungan yang dekat dengan keluarga, teman, atau *significant other* sangat penting bagi kebahagiaan dan kebermaknaan dalam hidup. O'Brien (2008) mengungkapkan bahwa hubungan sosial di sekolah dan di rumah yang dimiliki remaja mempengaruhi *well-being* yang dimiliki oleh remaja.

b. Teman dan waktu luang

Myers (dalam Keyes dan Waterman, 2008) menjelaskan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dari teman akan lebih merasakan kebahagiaan. Santrock (2007) mengungkapkan bahwa teman sebaya merupakan sumber status, persahabatan dan rasa saling memiliki yang penting dibutuhkan dalam situasi sekolah. Scanlan, dkk (dalam Mahoney, Larson, dan Eccles, 2005) mengungkapkan aktivitas waktu luang seperti olahraga yang diikuti siswa dapat menciptakan *mood* positif, menurunkan tingkat stress yang dimiliki dan menimbulkan perasaan bahagia.

c. *Volunteering*

Partisipasi sosial dapat meningkatkan kebutuhan pemenuhan dari “*self focused needs*”. Keyes dan Ryff (dalam Keyes dan Waterman, 2008) mengemukakan bahwa kegiatan sukarela dapat menumbuhkan hubungan positif dengan individu lain dan meningkatkan integrasi sosial. Banyak sekolah memiliki program layanan masyarakat yang memberi kesempatan remaja untuk terlibat dalam sejumlah kegiatan (Santrock, 2007). Partisipasi dalam kegiatan yang bermakna berkaitan dengan tingginya kepuasan hidup di kalangan remaja.

d. Peran sosial

Erikson (dalam Hurlock, 1996) menyebutkan bahwa remaja memiliki kebutuhan untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat. Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat bagi siswa untuk menjalani peran sosial melalui kegiatan-kegiatan yang ada. Keyes dan Waterman (2008) mengungkapkan peran sosial di lingkungan individu berada dapat meningkatkan *well-being* individu tersebut.

e. Karakteristik kepribadian

Kepribadian ekstrovert dan neurotis berhubungan dengan emosi dan perasaan. Ekstrovert adalah dimensi kepribadian yang berhubungan dengan kebahagiaan karena individu yang ekstrovert lebih berpartisipasi aktif dalam aktivitas sosial yang menimbulkan perasaan positif (Keyes dan Waterman, 2008). Huebner (dalam Konu dan Rimpela, 2002) menjelaskan faktor kepribadian seperti harga diri, *internal locus of control*, dan

kecenderungan ekstrasversi mempengaruhi *well-being* siswa di sekolah.

f. Tujuan dan aspirasi

Komitmen individu untuk mengatur tujuannya akan membantunya memahami makna hidup dan mungkin membantu mengatasi masalah. Kesuksesan untuk mencapai tujuan dan aspirasi yang dimiliki meningkatkan *well-being* individu. Diener, dkk (dalam Keyes dan Waterman, 2008). Bagi siswa sekolah, pencapaian serta penghargaan terhadap prestasi yang dimiliki dapat meningkatkan kepuasan mereka terhadap kehidupan sekolah yang dijalani siswa (Konu dan Rimpela, 2002).

Berdasarkan uraian pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *school well-being* meliputi hubungan sosial, teman dan waktu luang, volunteering, peran sosial, karakteristik kepribadian, tujuan dan aspirasi.

B. Dukungan Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya

Menurut Santrock (2007) kawan-kawan sebaya (*peer*) adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkatan kematangan yang kurang lebih sama. Willis (2005) mengatakan teman sebaya adalah kelompok yang terdiri dari anak-anak yang memiliki usia, kelas, dan motivasi bergaul yang sama atau hampir sama. Hal ini disebut dengan *peer group* atau kelompok teman sebaya yang dapat membantu proses penyesuaian diri yang baik.

Kelompok sebaya merupakan sekelompok anak yang memiliki kesamaan dalam minat, nilai-nilai, sifat kepribadian, dan pendapat. Kesamaan ini menjadi faktor utama pada anak dalam menentukan daya tarik hubungan interpersonal dengan teman seusianya. Desmita (2010) menjelaskan bahwa tinggal di lingkungan yang sama, bersekolah di sekolah yang sama, dan berpartisipasi dalam kegiatan organisasi yang sama merupakan faktor atau dasar kemungkinan terbentuknya kelompok teman sebaya.

Laursen (2005) mengatakan bahwa teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja. Hal ini sesuai dengan pendapat Steinberg (1993) mengenai mayoritas remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan teman sebayanya.

Teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan bagi individu, mengingat kehidupan remaja didominasi oleh teman sebayanya. Lee Dennis (dalam Ekasari, 2013) menjabarkan *peer support* atau dukungan teman sebaya sebagai salah satu jenis dukungan sosial yang menghubungkan informasi, penilaian (umpan balik), dan bantuan emosional. Dukungan teman sebaya merupakan bentuk dari dukungan sosial emosional, dukungan instrumental, dan saling berbagi dalam kondisi apapun untuk membawa perubahan sosial atau pribadi yang diinginkan (Solomon, 2004).

Menurut Hurlock (2002) dukungan sosial dari teman sebaya berupa perasaan senasib yang menjadikan adanya hubungan saling mengerti dan memahami masalah masing-masing, saling memberi nasihat, serta simpati yang tidak didapat dari orangtuanya. Hasil penelitian Cowie dan Wellace

(2000) menunjukkan bahwa teman sebaya banyak membantu atau memberikan keuntungan pada anak-anak yang memiliki masalah sosial dan masalah keluarga, dapat membantu memperbaiki iklim sekolah, serta memberikan pelatihan keterampilan sosial.

Pemberian dukungan antar teman sebaya dapat menunjukkan bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi (King, 2012). Menurut Kumalasari (2012) dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri, dan kompeten.

Menurut pendapat beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan bentuk dari dukungan sosial berupa perasaan senasib yang menjadikan adanya hubungan saling mengerti antar individu yang memiliki tingkat kematangan sama.

2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya

Menurut Sarafino dan Smith (2011) terdapat lima aspek dukungan teman sebaya, yaitu:

a. Dukungan emosional

Terdiri dari ekspresi seperti perhatian, empati, dan turut prihatin kepada seseorang. Dukungan ini akan menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tenang, merasa dimiliki dan dicintai ketika dia

mengalami stress, memberi bantuan dalam bentuk semangat, kehangatan personal, dan cinta.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan ini ada ketika seseorang memberikan penghargaan positif kepada orang yang sedang stress, dorongan atau persetujuan terhadap ide ataupun perasaan individu, ataupun melakukan perbandingan positif antara individu dengan orang lain. Dukungan ini dapat menyebabkan individu yang menerima dukungan membangun rasa menghargai dirinya, percaya diri, dan merasa bernilai. Dukungan jenis ini akan sangat berguna ketika individu mengalami stress karena tuntutan tugas yang lebih besar daripada kemampuan yang dimilikinya.

c. Dukungan instrumental

Merupakan dukungan yang paling sederhana untuk didefinisikan, yaitu dukungan berupa bantuan secara langsung dan nyata. Seperti memberi atau meminjamkan uang dan membantu meringankan tugas orang lain.

d. Dukungan informasi

Orang-orang yang berada di sekitar individu akan memberikan dukungan informasi dengan cara menyarankan beberapa pilihan tindakan yang dapat dilakukan individu dalam mengatasi masalah yang membuatnya stres. Dukungan ini dapat berupa nasehat, arahan, saran, maupun penilaian tentang bagaimana individu melakukan sesuatu.

e. Dukungan kelompok

Merupakan dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa

bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya dapat saling berbagi.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya terdiri dari lima aspek, yakni; dukungan sosial, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Teman Sebaya

Umar dan Lasula (2000) mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, yakni:

- a. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengatisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu guna menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran sosial secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

Cohen (1985) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan teman sebaya yaitu:

a. Pemberi dukungan sosial

Dukungan yang diterima melalui sumber yang sama akan lebih memiliki arti daripada yang berasal dari sumber yang berbeda-beda setiap saat. Hal ini berkaitan dengan kesinambungan dukungan yang diberikan yang akan memberikan keakraban dan tingkat kepercayaan penerima dukungan.

b. Jenis dukungan

Jenis dukungan yang diterima oleh individu akan memiliki arti bila dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang ada.

c. Penerima dukungan

Karakteristik penerima dukungan akan menentukan keefektifan dukungan yang diperoleh. Karakteristik tersebut diantaranya kepribadian, kebiasaan, dan peran sosial. Proses yang terjadi dalam pemberian dan penerimaan dukungan itu dipengaruhi oleh kemampuan penerima dukungan untuk mencari dan mempertahankan dukungan yang diperoleh.

Menurut Reis (dalam Restiani, 2012) ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu, yaitu:

a. Keintiman

Dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari keintiman daripada aspek-aspek lain dalam interaksi sosial. Semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar.

b. Harga diri

Individu dengan harga diri yang tinggi memandang bantuan orang

lain sebagai suatu bentuk penurunan harga diri, karena dengan demikian individu akan merasa tidak mampu untuk berusaha lagi.

c. Keterampilan sosial

Individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan individu yang memiliki jaringan individu yang kurang luas memiliki keterampilan sosial yang rendah.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang termasuk dalam faktor-faktor dukungan teman sebaya adalah empati, norma dan nilai sosial, pertukaran sosial, pemberi dukungan sosial, jenis dukungan, penerima dukungan, keintiman, harga diri, ketrampilan sosial.

C. Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap *School Well-being* pada Siswa

Dukungan teman sebaya memiliki faktor seperti empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu guna menjalankan kewajiban dalam kehidupan. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi (Umar dan Lasula, 2000).

Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang disekitarnya seperti keluarga, teman, masyarakat umum.

Individu dengan dukungan teman sebaya akan merasa dicintai, dihargai dan dianggap sehingga dukungan teman sebaya akan membantu individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Gutiérrez, Tomás, Romero dan Barrica (2017) menyatakan dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi penilaian siswa terhadap kualitas kehidupan di sekolah sehingga memunculkan sikap kepuasan siswa.

Berdasarkan penelitian sebelumnya Oktaviana (2014) dukungan teman sebaya beriringan dengan *school well-being*, yang menunjukkan belum tercapainya kesejahteraan di sekolah (*school well-being*) yang ditandai dengan ketidakpuasan, ketidaknyamanan, serta kualitas hidup siswa di sekolah. Dengan adanya dukungan teman sebaya akan menunjukkan tingkat kesejahteraan emosional yang tinggi. Begitu pula dalam hal akademik, teman sebaya memiliki dampak yang positif dengan kenyamanan belajar siswa. Menciptakan lingkungan disekolah yang mampu memberikan rasa aman dan nyaman bagi siswa akan dapat meningkatkan kesejahteraan dan status kesehatan siswa. Salah satunya dengan cara memberikan dukungan sehingga menambah rasa puas siswa terhadap pengalaman bersekolah yang menyenangkan.

D. Kerangka Berpikir

Dukungan teman sebaya dapat berpengaruh terhadap *school well-being*. Karena secara tidak langsung dukungan teman sebaya mempengaruhi penilaian subjektif siswa terhadap kualitas kehidupan di sekolah sehingga memunculkan rasa aman dan nyaman siswa. Ketika siswa dapat merasa aman dan nyaman di

sekolah tentu akan berpengaruh pada penilaian terhadap sekolahnya.

Santrock (2007) berpendapat bahwa teman sebaya merupakan anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkatan kematangan yang kurang lebih sama. Kelompok sebaya merupakan sekelompok anak yang memiliki kesamaan dalam minat, nilai-nilai, sifat kepribadian, dan pendapat. Kesamaan ini menjadi faktor utama pada anak dalam menentukan daya tarik hubungan interpersonal dengan teman seusianya

Menurut Solomon (2004) dukungan teman sebaya merupakan bentuk dari dukungan sosial emosional seperti perhatian, empati, dan turut perhatian kepada seseorang. Dukungan penghargaan seperti memberikan persetujuan terhadap suatu ide dan memberikan penghargaan positif. Dukungan instrumental dengan cara memberikan dukungan berupa bantuan secara langsung dan nyata seperti membantu teman dalam mengerjakan tugas. Dukungan informasi seperti nasehat, arahan dan saran. Dukungan kelompok merupakan bagian dari suatu kelompok dan anggotanya dapat saling berbagi.

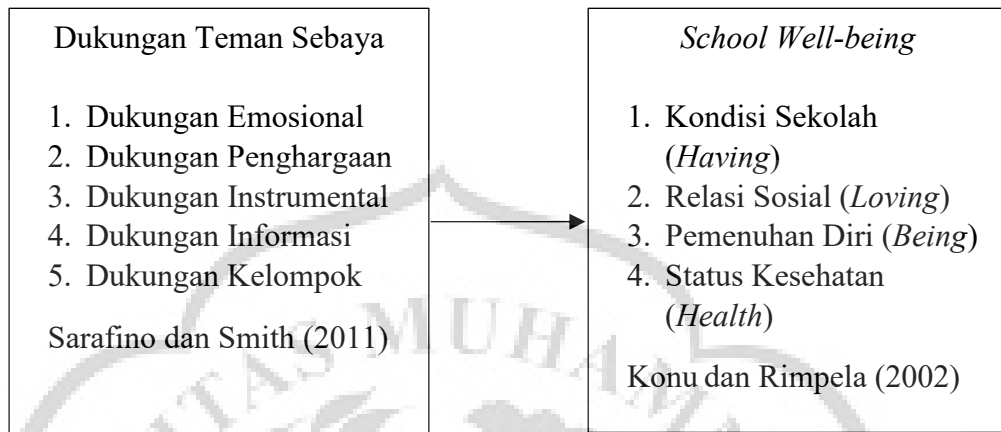
Siswa yang memiliki *school well-being* dapat dipengaruhi oleh aspek-aspek tertentu. Konu dan Rimpela (2002) mendefinisikan *school well-being* yang memungkinkan individu memuaskan kebutuhan dasarnya yang meliputi *having*, kondisi sekolah yang meliputi lingkungan fisik, mata pelajaran dan jadwal, hukuman, dan pelayanan di sekolah. Para siswa kurang merasa nyaman dengan lingkungan sekolah karena keamanan kurang terjaga. *Loving*, hubungan sosial yang berhubungan antara guru dan murid, hubungan dengan teman sekelas, *bullying*, kerjasama antar sekolah dan rumah. Komunikasi antara siswa

dengan guru sangat baik meskipun terkadang ada siswa yang tidak nyaman di lingkungan sekolah karena siswa tersebut tidak disukai. *Being*, memberikan kesempatan siswa untuk mendapatkan pemenuhan diri melalui ekstrakurikuler di sekolah. Para siswa diberikan kesempatan untuk mengikuti lomba sesuai keinginan dan siswa berhak memilih untuk mengikuti ekstrakurikuler sesuai bakat dan minatnya. *Health*, ketiadaan penyakit yang dialami oleh siswa, dalam aspek

ini terdiri dari gejala fisik dan mental. Para siswa sering merasa kelelahan dikarenakan waktu sekolah yang cukup lama sehingga siswa merasa kurang nyaman dengan lingkungan sekolah

Hubungan sosial sangat berkaitan erat dengan dukungan sosial teman sebaya, seperti halnya yang diungkapkan oleh Chu (dalam Oktaviana 2014) bahwa dukungan sosial berhubungan dengan kesejahteraan siswa, walaupun tidak sepenuhnya karena kesejahteraan siswa juga dipengaruhi oleh prestasi akademik. Dukungan sosial juga mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang disekitarnya seperti keluarga, teman, masyarakat umum. Individu dengan dukungan teman sebaya akan merasa dicintai, dihargai dan dianggap sehingga dukungan teman sebaya akan membantu individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Sarafino dan Smith, 2011). Sehingga dukungan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap *school well-being* karena dengan adanya dukungan teman sebaya memunculkan penilaian bahwa kesejahteraan siswa sangat penting. Kesejahteraan ini berupa perasaan siswa dalam menilai kelayakan sekolah

mereka sebagai tempat belajar yang dapat memberikan dukungan, menjadi tempat untuk tumbuh dan berkembang, rasa aman, dan nyaman.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

E. Hipotesis

Ada pengaruh dukungan teman sebaya terhadap *school well-being* pada siswa SMP Negeri 3 Purwokerto.