

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah suatu lembaga yang dirancang khusus untuk siswa memperoleh pengajaran yang diberikan oleh guru. Sekolah diharapkan dapat melaksanakan fungsinya secara optimal untuk membantu siswa mendapatkan pengetahuan serta mengasah keterampilan yang akan digunakan dalam kehidupan selanjutnya di masyarakat. Masa remaja merupakan bagian yang paling penting dalam proses perkembangan individu. Perkembangan individu dapat berjalan dengan maksimal jika kondisi anak dalam keadaan nyaman untuk mengikuti proses belajar. Berbagai hal dapat mempengaruhi proses belajar siswa diantaranya adalah tingkat kenyamanan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Sekolah perlu melakukan upaya untuk meningkatkan sebuah penilaian subjektif siswa yang positif terhadap sekolahnya. Penilaian subjektif siswa terhadap sekolah dikenal dengan *school well-being* (Al-Talihin & Aranki, 2017).

Konsep *well-being* sendiri berasal dari tradisi sosiologi yang menurut Allardt (2002) mendefinisikan *well-being* sebagai sebuah keadaan yang memungkinkan individu memenuhi kebutuhan dasarnya. Pemenuhan kebutuhan dasar memiliki empat kategori, yakni *having*, *loving*, *being* dan *health*. Berdasarkan hal tersebut diharapkan *school well-being* dapat membantu proses belajar siswa di sekolah untuk mewujudkan tujuan pendidikan yakni mencerdaskan kehidupan Bangsa yang dapat dilihat dari kondisi nyaman siswa saat mengikuti pembelajaran di sekolah. Tidak hanya mempelajari setiap mata pelajaran yang diberikan namun juga dalam kaitannya dengan sosial emosinya (House, 2013).

Pendidikan memiliki peranan penting untuk membangun karakter di Indonesia terutama dalam kemajuan suatu bangsa. Satu faktor yang menentukan kemajuan suatu bangsa dapat dilihat dari kualitas pendidikannya. Pendidikan sebagai wadah untuk mengembangkan suatu potensi dan kemampuan agar tercipta generasi penerus bangsa yang berkualitas. Dengan berhasilnya

pendidikan yang mencapai, kualitas yang baik diharapkan tercipta kualitas sumber daya manusia yang mampu membangun bangsa dan negara.

Ada banyak faktor yang mendukung tercapainya keberhasilan pendidikan, salah satunya yaitu tingkat kesejahteraan siswa dalam lingkungan sekolah. Kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah akan tercapai apabila sekolah mampu memenuhi apa yang dibutuhkan oleh siswa. Sekolah atau sistem Pendidikan dikatakan berhasil jika segala aspek yang ada di lingkungan sekolah dapat berfungsi dengan baik.

Kurniawan (2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran yaitu dengan meningkatkan sarana dan prasarana. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa aspek sarana prasarana sekolah memberikan pengaruh terhadap keberhasilan belajar atau keberhasilan sekolah dalam kegiatan belajar mengajar.

Menrisal (2015) juga melakukan penelitian yang menyatakan bahwa terdapat kontribusi yang positif dan signifikan antara lingkungan belajar terhadap hasil belajar siswa di kelas. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor dari luar diri siswa juga ikut adil dalam menentukan keberhasilan proses belajar mengajar atau sistem pendidikan di sekolah.

Muhajis (2018) melakukan penelitian yang menyatakan bahwa motivasi belajar siswa memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor dari dalam diri siswa sendiri juga menentukan keberhasilan proses belajar mengajar atau sistem pendidikan di sekolah. Dari beberapa pendapat di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan belajar mengajar atau sistem pendidikan di sekolah dikatakan berhasil apabila segala aspek baik internal maupun eksternal yang ada di lingkungan sekolah dapat berfungsi dengan sebagaimana mestinya.

Konu dan Rimpela (2002) mengatakan bahwa *School well-being* adalah penilaian subjektif siswa terhadap keadaan sekolahnya yang meliputi *having*, *loving*, *being*, dan *health*. *School well-being* merupakan sebuah model yang berdasar pada *well-being*. Konsep *wellbeing* itu sendiri berasal dari khasanah

tradisi sosiologi. Allardt (2002) mendefinisikan *well-being* sebagai sebuah keadaan yang memungkinkan individu untuk memenuhi kebutuhan dasarnya.

Konu dan Rimpela (2002) mengatakan bahwa *having* mengacu kepada keadaan material dan non-material, misalnya keadaan bangunan dan lingkungan sekolah atau bentuk punishment yang diberikan kepada siswa. *Loving* mengacu kepada kebutuhan untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan membentuk identitas sosial, misalnya bagaimana keadaan iklim sekolah, hubungan siswa dengan guru, dan hubungan siswa dengan siswa. Kemudian, *being* merupakan kebutuhan untuk pertumbuhan sosial, misalnya kemungkinan siswa untuk berkreaitivitas, penghargaan siswa di sekolah, bimbingan dan dorongan yang diberikan pada siswa. Terakhir, *health* merupakan simptom fisik dan mental yang mencakup flu, pilek biasa hingga penyakit kronis.

Penjelasan mengenai *school well-being* dilakukan melalui studi literatur dengan menggunakan data-data empiris dari hasil penelitian terdahulu. Sebagai tempat bagi para siswa melaksanakan proses pendidikan, sekolah hendaknya memperhatikan hakikatnya sebagai lingkungan belajar. Lingkungan yang tepat untuk belajar siswa adalah lingkungan yang dapat memberikan kenyamanan. Peran siswa sebagai subjek pendidikan dalam sekolah perlu mendapatkan perhatian lebih. Proses pembelajaran disekolah sebaiknya juga memperhatikan sudut pandang siswa mengenai sekolah. Karena keberhasilan pendidikan yang diperoleh oleh siswa adalah keberhasilan bagi sekolah itu sendiri (Cicilia Ratna T, 2016).

Bagi siswa SMA maupun SMK yang sudah memasuki masa remaja sudah mampu untuk memilih serta menilai berbagai hal termasuk menilai sekolah tempatnya belajar. Ketakutan akan berubahnya pandangan orang lain tentang penilaian yang diberikan oleh sekolah serta ketakutan akan kurangnya animo masyarakat sehingga tidak lagi mempercayakan pendidikan putra-putrinya untuk memperoleh pendidikan di sekolah tersebut perlu mendapatkan perbaikan. Pandangan tersebut perlu diluruskan sebab jika sekolah masih memiliki ketakutan akan penilaian siswa terhadap sekolah, maka ketercapaian tujuan pendidikan tidak akan pernah benar-benar dapat dicapai.

Kondisi sekolah merupakan aspek penting dalam mencapai kesejahteraan siswa. Faktor-faktor kondisi lingkungan sekolah yang baik meliputi lingkungan sekolah yang bersih, jauh dari kebisingan, kondisi kelas yang baik, serta sarana prasarana yang lengkap untuk praktik pembelajaran. Pasal 45 UU No. 20 Tahun 2003 menyebutkan bahwa setiap satuan pendidikan menyediakan sarana dan prasarana yang memenuhi keperluan pendidikan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan potensi fisik, kecerdasan intelektual, sosial, emosional, dan kejiwaan peserta didik. Sarana pendidikan merupakan media atau alat material yang berperan dalam kegiatan belajar mengajar secara langsung, seperti perabot (kursi dan meja), peralatan pendidikan (alat peraga), dan media pendidikan (papan tulis). Sementara prasarana pendidikan berperan secara tidak langsung terhadap kegiatan belajar mengajar, seperti ruang kelas dan perpustakaan (Permendiknas Nomor 24 Tahun 2007). Kondisi lingkungan sekolah yang nyaman dengan sarana prasarana yang memadai tentunya mendukung keberhasilan proses belajar mengajar siswa di sekolah (Herdiana, 2007).

Rendahnya suatu pemahaman tentang konsep dan urgensi *school well-being* di sekolah menyebabkan begitu banyak penerapan kebijakan yang kurang memperhatikan aspek *well-being* siswa. *Well-being* merupakan konsep sekolah yang ideal diterapkan pada dunia pendidikan. Sekolah ideal merupakan sekolah yang mampu mengaktualisasikan potensi siswa secara holistik sehingga membuat siswa merasa sejahtera (*School well-being*) dan mempengaruhi hampir seluruh aspek bagi optimalisasi fungsi di sekolah (Argyle, 1987).

Hubungan sosial juga tidak kalah penting dalam menentukan kesejahteraan siswa di sekolah. Hubungan sosial ini meliputi hubungan siswa dengan guru, siswa dengan siswa lain, juga termasuk hubungan sekolah dengan orang tua. Saat kondisi sosial baik dan menciptakan iklim yang damai, maka siswa mampu mengikuti proses belajar mengajar dengan maksimal. Sebaliknya, siswa merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah ketika ada kekerasan di dalamnya. Namun realita di lapangan masih ditemukan tindak kekerasan dalam lingkungan sekolah (Faizah, 2020).

Inriyani (2020) mengatakan bahwa aspek selanjutnya yang tidak kalah penting ialah pemenuhan diri siswa di sekolah. Setiap siswa mempunyai kesempatan yang sama dalam mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya sesuai dengan Undang-Undang Perlindungan Anak UU No. 23 Tahun 2002 Pasal 9 ayat (1) yang menyatakan bahwa: “Setiap anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai dengan minat dan bakatnya”. Contoh pengembangan diri siswa di sekolah yaitu pada kegiatan ekstrakurikuler atau kokurikuler. Kegiatan yang berkaitan dengan pengembangan diri siswa ini sangat penting adanya, yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler akan berdampak pada prestasi belajar di ruang kelas, biasanya siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler akan terampil dalam berorganisasi, bersosialisasi, dan memecahkan masalah sesuai karakteristik (Inriyani, 2020).

Banyak faktor-faktor yang mendukung tercapainya keberhasilan suatu pendidikan, salah satunya adalah tingkat kesejahteraan siswa dalam lingkungan sekolah, kesejahteraan siswa di sekolah akan tercapai apabila sekolah mampu memenuhi suatu yang dibutuhkan oleh siswa. Sistem pendidikan di sekolah berhasil apabila segala aspek yang ada di lingkungan sekolah berfungsi dengan baik dan sesuai dengan standar yang telah ditentukan.

Konu dan Lintonen (2006) mengatakan bahwa Penilaian siswa terhadap suatu lingkungan sekolahnya memengaruhi *school well-being* siswa. Terkaitnya dengan *school well-being*, sebuah peneliti menyebutkan bahwa siswa SMA merasakan kondisi sekolah, hubungan dengan sosial dan pemenuhan diri yang lebih baik daripada siswa SMP.

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan yang telah dilakukan, kepada siswa SMK Cibitung 1 diperoleh bahwa sebagian siswa merasakan kepuasan namun sebagian lainnya tidak demikian dengan keadaan sekolah. Para siswa merasa senang bersekolah karena bertemu dengan banyak teman dan kegiatan-kegiatan di sekolah yang disukai. Hascher dan Jarvella (2011) menjelaskan bahwa emosi dan sikap positif terhadap sekolah dan kepuasan

mengikuti dan menikmati kegiatan yang diadakan disekolah dapat membentuk *school well-being* pada siswa.

Hasil wawancara studi pendahuluan menunjukkan bahwa fasilitas yang tersedia di sekolah, seperti kelas, kantin, tempat ibadah, perpustakaan, dan kamar mandi sudah cukup memadai. Mereka merasa senang dan nyaman di sekolah dengan fasilitas yang lengkap. Akan tetapi siswa merasa tidak nyaman dengan fasilitas kantin dan parkir yang kurang luas karena pada saat para siswa datang ke sekolah, ada saja siswa yang tidak kebagian parkir karna sudah penuh dan saat para siswa istirahat kantin selalu ramai dan tempat duduk yang terbilang sedikit. Selain itu, ada siswa yang menyatakan fasilitas jaringan internet yang sangat lambat sehingga belum memadai untuk kegiatan pembelajaran siswa di sekolah. Arumllah (2018) mengatakan bahwa selain fasilitas fisik, materi atau kurikulum yang baik dan terstruktur juga sangat berkaitan dengan kesejahteraan siswa di sekolah.

Hasil wawancara menunjukkan hubungan antara penyesuaian akademik dengan *school well-being* dikarenakan adanya aspek penyesuaian akademik dan *school well-being* yang terdiri *motivation* yang dimana siswa berkeinginan belajar tetapi tidak dengan gurunya yang dimana tidak pernah menjelaskan materi namun langsung memberikan tugas, *application* dimana usaha siswa dalam mencapai tujuannya dalam memenuhi persyaratan akademik, *performance* dimana siswa kesulitan untuk mengumpulkan tugas akademiknya karena waktu yang sedikit, *academic environment* dimana siswa merasakan kepuasan terhadap lingkungan akademik namun ada beberapa siswa yang tidak merasa puas dalam lingkungan akademiknya, *having* dimana siswa merasakan kebisingan ketika belajar dikarenakan adanya pembangunan kelas baru dan layanan administrasi sekolah yang masih kurang karna ruangan yang masih sempit, *loving* dimana hubungan siswa antara guru kurang baik dan hubungan antara teman sekelas ada saja yang bertengkar, *being* kemungkinan siswa untuk berkreasivitas dan diberikannya penghargaan oleh sekolah, *health* dimana siswa merasakan sakit mental atau fisik, adanya hubungan positif antara penyesuaian

akademik dan *School well-being* yang dimana kedua variabel ini memiliki ikatan yang sama- sama mempengaruhi.

Hasil wawancara menunjukkan hubungan antara resiliensi dengan *school well-being* dikarenakan adanya aspek resiliensi dan *school well-being* meliputi regulasi emosi dimana siswa harus tetap merasakan tenang meskipun mengalami tekanan namun beberapa siswa ada yang sulit menyesuaikan dirinya ketika mengalami suatu tekanan, kontrol terhadap implus dimana siswa harus mengontrol dirinya dari keinginan, kesukaan, serta tekanan yang sering muncul pada dirinya sendiri namun beberapa siswa ada saja yang belum bisa mengontrol dirinya dengan baik, optimis dimana siswa harus memiliki kepercayaan bahwa segala sesuatu akan menjadi lebih baik namun tidak dengan beberapa siswa yang masih kurang optimis atau tidak percaya bahwa dirinya bisa melakukannya, melakukan menganalisis masalah dimana siswa harus bisa menganalisis suatu masalah pada diri mereka atau mampu mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat namun ada beberapa siswa yang masih sulit untuk menyelesaikan masalahnya, empati dimana siswa harus peka atau merasakan perasaan dan emosi orang lain namun tidak semua orang bisa mengerti apa yang sedang dirasakan orang lain, efikasi diri menggambarkan seseorang mengenai kemampuan individu dapat memecahkan masalah namun masih ada siswa yang belum bisa dalam memecahkan masalahnya, pencapaian dimana kemampuan individu untuk meningkatkan hal-hal yang positif dalam hidupnya namun beberapa siswa masih ada saja yang belum berani mengatasi ketakutan dalam dirinya.

Remaja berusia 10-19 tahun. Banyak hal yang menarik bila kita membahas tentang kelompok remaja usia 10-19 tahun ini. Jumlah populasi yang cukup besar, keunikan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun sosial dimana mereka memasuki masa yang penuh dengan stress, yaitu masa pubertas. Masalah kesehatan pada remaja lebih kompleks. Beberapa ciri yang khas dari perkembangan remaja dapat dilihat bahwa masa awal remaja yaitu tahap di mana remaja mengalami krisis karena

adanya perubahan cepat yang memunculkan sesuatu yang dirasakan baru dan berbeda pada aspek fisik maupun psikososial mereka.

Sanjiwani dan Budisetyani (2014) mengatakan bahwa karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja yaitu pertumbuhan fisik yang dimana karakteristik seks sekunder mulai tampak dan banyak perubahan lainnya seperti penonjolan payudara pada perempuan dan pembesaran testis pada remaja laki-laki, kemampuan berpikir yaitu mencari nilai energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebayanya, identitas ketertarikan terhadap teman sebaya dengan penerimaan atau penolakan, hubungan dengan orang tua yaitu keinginan yang kuat untuk bergantung pada orang tua, hubungan dengan teman sebaya dimana remaja mencari afiliasi teman sebaya untuk menghadapi tidak stabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat.

Potensi yang bisa membuat kesejahteraan siswa menurun yaitu adanya tuntutan sekolah yang sangat padat dan juga lingkungan sekolah yang termasuk mempengaruhi potensi kesejahteraan siswa. Selain itu fenomena yang sering terjadi di sekolah terutama di masa pandemi seperti ini dimana siswa harus belajar di rumah yang kondisinya berbeda dari biasanya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *school well-being* yaitu penyesuaian akademik, yang dimana siswa harus menyesuaikan diri dengan akademik yang sesuai dengan sekolah dan bersangkut paut dengan kesejahteraan psikologis siswa saat berada di sekolah. Baker dan Syiryk (1984) mengatakan bahwa penyesuaian akademik mengacu pada perilaku positif siswa mengenai kegiatan dan tujuan akademik mereka, termasuk evaluasi positif dari usaha mereka dan kualitas lingkungan akademiknya. Penyesuaian akademik meliputi motivasi belajar, tindakan untuk memenuhi tugas akademik, mencapai tujuan, dan kepuasan akan lingkungan akademik. Penyesuaian akademik berpengaruh pada *school well-being* karena *school well-being* akan semakin bagus ketika penyesuaian akademik bagus. Selain penyesuaian akademik yang mempengaruhi *school well-being* ada juga faktor kedua yang mempengaruhi *school well-being* yaitu resiliensi.

Konu dan Rimpela (2002) mengemukakan bahwa situasi sekolah yang sehat membantu terbentuknya perilaku positif siswa-siswi yang berkaitan dengan sekolah. Sekolah yang sehat dapat menimbulkan perasaan senang dan membentuk sikap serta belief yang positif. Sehingga secara tidak langsung mempengaruhi perilaku-perilaku siswa-siswi yang berkaitan dengan sekolah. Dikatan bahwa setiap individu akan menilai sekolahnya sesuai dengan pola pikirnya. Meliputi pemahaman siswa-siswi terhadap sekolahnya seperti halnya mengenai orang-orang yang berada di dalam sekolah, pelajaran dan tugas-tugas sekolah memiliki aturan-aturan yang berlaku didalam sekolah. Kondisi kampus yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan akan akibat pada pola siswa-siswi yang bereaksi negatif, seperti stress, bosan, terasingkan, kesepian dan depresi sehingga akan berdampak pada individu terhadap penurunan prestasi sekolah. Penilaian tersebut menunjukkan adanya tanda-tanda penyesuaian akademik yang terganggu. Individu yang bersangkutan tampak mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian dirinya dalam akademik secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Individu tersebut tidak dapat menjalankan peran dan status yang dimilikinya dalam masyarakat (Siswanto, 2007).

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2007) siswa-siswa yang menyukai sekolah cenderung melakukan kegiatan akademis dengan lebih baik. Namun, jika siswa-siswi tidak merasakan kepuasan akademis dengan lebih baik. Namun, jika siswa-siswi tidak merasakan kepuasan pada sekolahnya, maka akan berdampak negatif pada prestasi dan perilaku buruk di sekolahnya. Maka akan berdampak negatif pada prestasi dan perilaku buruk di sekolah. Maka dari itu penting bagi siswa-siswi untuk memiliki *school well-being* yang tinggi. Pernyataan ini didukung oleh penelitian dari permata (2012) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa-siswi dalam kegiatan ekstrakurikuler, maka semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler maka semakin rendah *school well-being* yang dimiliki. Penelitian yang dilakukan oleh Christanti (2010). Menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara penyesuaian

akademik dan *school well-being*. Semakin baik kemampuan penyesuaian akademik yang dimiliki, maka kualitas *school well-being* pun akan semakin baik. Sebaliknya, semakin buruk kemampuan penyesuaian akademik yang dimiliki, maka kualitas *school well-being* juga semakin buruk.

Resiliensi bisa menyesuaikan dalam bentuk regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimis, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian. kemampuan dimana individu tidak hanya sekedar berhasil dalam beradaptasi terhadap kondisi yang kurang, namun juga memiliki kemampuan untuk pulih ke kondisi normal, bahagia dan berkembang menjadi individu yang lebih kuat, lebih bijak, dan lebih menghargai kehidupan Greef (2015). Kapasitas individu untuk mempertahankan kemampuan dan berfungsi secara komponen dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan disebut resiliensi (Vanbreda, 2011). Sejalan dengan pengertian tersebut, resiliensi pada siswa adalah dalam proses pembelajaran, yaitu sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari tekanan dalam aktivitas belajar yang dilakukan. Resiliensi memotret bagaimana peserta didik mengatasi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang sedemikian besar, menekan dan menghambat selama proses belajar, sehingga mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik. Martin dan Marsh (2013) mendefinisikan resiliensi pada siswa sebagai kemampuan peserta didik untuk secara efektif menghadapi kejatuhan (*setback*), tantangan atau tekanan dalam konteks akademis.

Individu yang memiliki resiliensi yang tinggi akan mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi. Individu ini akan mampu melihat kegagalan sebagai suatu kesempatan untuk menjadi lebih maju dan mampu menarik pelajaran dari kegagalannya. Bagi individu tersebut, kegagalan bukanlah titik akhir dalam hidupnya. Mereka mampu menarik arti dari kegagalan yang dialaminya dan menjadikan kegagalan tersebut sebagai batu loncatan untuk menjadi yang lebih baik. Umumnya, mereka yang memiliki resiliensi ini terdorong untuk mengatasi hambatan yang mereka hadapi. (Fonny, dkk., 2016).

Dengan kata lain, kapasitas resiliensi pada setiap orang atau semua orang lahir dengan kemampuan untuk dapat bertahan dari hal-hal yang kurang menyenangkan, kekecewaan atau tantangan. Individu yang memiliki resiliensi mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelumnya, terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap tekanan (Holaday, 2017). Individu yang resiliensi menganggap bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya (Sudaryono, 2017). Mereka tetap berkembang meskipun lingkungan berubah secara terus menerus, karena mereka fleksibel, cerdas, kreatif, cepat beradaptasi, serta mau belajar dari pengalaman.

Resiliensi adalah kapasitas untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari (Reivich & Shatte, 2012). Resiliensi sangat penting untuk dikembangkan sejak dini pada anak-anak dan remaja sebagai bekal dalam menghadapi tantangan yang akan terjadi selama memenuhi tugas perkembangannya. Sekolah ideal merupakan sekolah yang mampu mengaktualisasikan potensi siswa secara holistik sehingga membuat siswa-siswinya merasa sejahtera (*well-being*) karena kesejahteraan siswa (*well-being*) mempengaruhi hampir seluruh aspek bagi optimalisasi fungsi siswa di sekolah (Frost, 2010). Siswa merasa sejahtera ketika merasa aman, nyaman, bahagia dan sehat ketika di sekolah.

Konsep *well-being* didasarkan pada teori sosiologi tentang kesejahteraan (*having, loving, being*) dari Allard (konu, 2022). Kesejahteraan dan terkait konsep telah diukur menggunakan berbagai instrumen yaitu indeks kepuasan hidup (Neugarten, 2011), kuesioner kesehatan umum. Konu & Rimpela (2022) menjelaskan empat hal yang mempengaruhi *school well-being* di sekolah yaitu kondisi lingkungan sekolah (fisik dan organisasi, layanan dan keamanan), relasi sosial (murid, guru, staf sekolah), pemenuhan diri (kesempatan belajar sesuai dengan kapabilitas, mendapatkan umpan balik, semangat) serta status kesehatan.

Konsep *school well-being* merupakan konsep yang aplikatif digunakan pada dunia pendidikan. Keempat dimensi *school well-being* belum dipahami oleh pengelola pendidikan dasar dan menengah secara menyeluruh. Padahal *school well-being* di lingkungan sekolah kemampuan untuk menghadapi segala tantangan dengan perjuangan yang keras dalam mengembangkan potensi diri merupakan bagian dari kesejahteraan psikologis di sekolah. Dalam melakukan pengembangan potensi diri selain berada dalam keadaan yang baik, individu juga memerlukan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dengan berbagai keadaan bahkan ancaman dan tantangan (Rodgers & Rose, 2012). Resiliensi ditandai dengan keadaan dimana seseorang dapat mempertahankan sikap positif dalam menghadapi berbagai tantangan dan tuntutan (Connor & Davidson, 2013).

Resiliensi menjadi alternatif pada kesejahteraan psikologis di sekolah dengan meminimalisir tingkat stres individu. Individu dengan resiliensi rendah maka dapat memperburuk tingkat kesejahteraan (Gowri, 2018). Resiliensi diukur sejauh mana seseorang dapat mempertahankan serangkaian atribut positif dalam menghadapi berbagai tantangan, tuntutan dan tekanan dalam pekerjaannya. Adanya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi individu diantaranya dukungan sosial (Vinayak, S., & Judges, J. (2018). Resiliensi juga dihasilkan dari interaksi antara aspek psikologis, perilaku, kognitif dan regulasi emosi. (Olsen, 2017) .

Reivich dan Shatte (2002) mengatakan bahwa resiliensi adalah suatu kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Secara sederhana Jackson dan Watkin mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Dimana resiliensi mengenai kemampuan siswa untuk beradaptasi di sekolah dan tetap teguh dalam situasi apapun. Resiliensi berpengaruh karena merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu regulasi emosi yang dimana kita harus mengontrol

emosi kita dimanapun kita berada termasuk di lingkungan sekolah. Maka dari itu resiliensi berpengaruh pada *school well-being* karena semakin tinggi atau semakin bagus resiliensi pada siswa maka *school well-being* pada siswa.

A. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan dibahas oleh peneliti, yakni:

1. Bagaimana gambaran penyesuaian akademik, resiliensi dan *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1 ?
2. Apakah ada pengaruh penyesuaian akademik terhadap *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1 ?
3. Apakah ada pengaruh resiliensi terhadap *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1 ?
4. Apakah ada pengaruh penyesuaian akademik dan resiliensi terhadap *school well-being* di SMK Cibitung 1 ?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang kami lakukan adalah:

1. Mengetahui gambaran penyesuaian akademik, resiliensi dan *school well-being* pada siswa SMK Cibitung 1.
2. Mengetahui pengaruh penyesuaian terhadap *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1.
3. Mengetahui pengaruh resiliensi terhadap *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1.
4. Mengetahui pengaruh penyesuaian akademik dan harga diri terhadap *school well-being* pada siswa di SMK Cibitung 1.

C. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

A. Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan tentang suatu psikologi positif dan psikologi pendidikan

terkait dengan variabel penyesuaian diri, resiliensi dan *school well-being*.

B. Manfaat Praktis

Secara praktis penulis mengharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan atau tambahan literatur bagi rekan-rekan ataupun peneliti lainnya yang berminat untuk meneliti lebih jauh mengenai variabel atau permasalahan yang sama dengan dengan penelitian ini. Dan sebagai tambahan informasi tentang dunia pendidikan. Khususnya dengan penyesuaian akademik dan resiliensi terhadap *school well-beng*.