KREASI: Jurnal Kreativitas dan Inovasi
Vol.1, No.1, Februari 2023, pp. 01-11 |
e-ISSN: 0000-0000

Pengaruh Aktualisasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap *School Well-Being* pada Siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto

Ahmad Habiby Arafaat Baman[1], Sulaiman Samad[2], Haerani Nur[3]
[1,2,3]Universitas Negeri Makassar, [1,2,3]Indonesia
*)Corresponding author, E-mail: scramble04@gmail.com

Abstract. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui pengaruh aktualisasi diri terhadap *School well-being* pada Siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. (2) untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *School well-being* pada Siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. (3) untuk mengetahui pengaruh aktualisasi diri dan dukungan sosial terhadap *School well-being* pada Siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu: Skala School Well-Being, Skala Aktualisasi Diri, dan Skala Dukungan Sosial. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 162 siswa kelas X, XI, dan XII SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling.* Hasil penelitian mengungkapkan bahwa (1) Terdapat pengaruh aktualisasi diri terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto (2) Terdapat pengaruh dukungan sosialterhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto (3) Terdapat pengaruh aktulalisasi diri dan dukungan sosial terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Implikasi dari penelitian ini adalah siswa yang *school well-being* tidak termasuk dalam kategori tinggi sebaiknya berupaya mengaktualisasikan dirinya terutama pada aspek penerimaan diri, orang lain, dan alam, pemusatan masalah, hubungan interpersonal yang mendalam, dan diskriminasi antara cara dan tujuan. Dan sebaiknya siswa juga memeroleh dukungan sosial terutama pada aspek *emotinal* atau *esteem support, informational support, companionship support* dan dukungan sosial yang bersumber dari guru.
Keywords: *School Well-Being*, Aktualisasi Diri, Dukungan Sosial

Abstract. This study aims (1) to determine the effect of self-actualization on school well-being in students at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency. (2) to determine the effect of social support on school well-being in students at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency. (3) to determine the effect of self-actualization and social support on school well-being in students at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency. This study uses three scales: the School Well-Being Scale, the Self-Actualization Scale, and the Social Support Scale. The sample in this study were 162 students of grades X, XI, and XII at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency. The sampling method used is simple random sampling. The results of the study revealed that (1) there was an effect of self-actualization on school well-being in students at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency (2) There was an effect of social support on school well-being in students at Al-Bahra High School, Jeneponto Regency (3) There was an influence self-actualization and social support for school well-being in students at SMA Al-Bahra, Jeneponto Regency. The implication of this research is that students whose school well-being is not included in the high category should try to actualize themselves, especially in the aspects of self-acceptance, other people, and nature, problem focus, deep interpersonal relationships, and discrimination between ways and goals. And students should also get social support, especially in the emotional aspect or esteem support, informational support, companionship support and social support that comes from the teacher.
Keywords: School Well-Being, Self-Actualization, Social Support

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

Pendahuluan

Siswa yang tidak memiliki masalah saat belajar, tidak merasa kesepian ketika di sekolah, terhindar dari kekerasan orang lain, mendapatkan bantuan jika sedang kesulitan, mempunyai teman baik di sekolah, dan mendapatkan perlindungan dari guru, beberapa hal

tersebut merupakan gambaran dari school well-being (Ratna, 2016). Siswa yang idealnya memiliki school well-being akan merasa bahagia, senang, dan aman ketika berada di sekolah sehingga dapat mengembangkan potensi diri yang dimilikinya (Anggreni & Immanuel, 2020).

Kondisi ini dapat tercapai jika ditunjang oleh berbagai fasilitas, hubungan siswa dengan siswa atau siswa dengan guru yang baik, siswa bebas mengembangkan dirinya dan sehat secara fisik dan mental (Konu dan Rimpelä, 2002). Oleh karena itu, siswa yang memiliki *school well-being* pasti akan betah menghabiskan waktunya di sekolah karena lingkungannya menyenangkan.

Berbagai temuan dari hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan pengalaman selama di sekolah kurang menyenangkan, dan bisa mengakibatkan siswa menjadi stres hingga memengaruhi kualitas hidup dari setiap siswa (Rizki dan Listiara, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Singh (2016) mengatakan bahwa di lingkungan sekolah yang biasanya menjadi tempat untuk sarana edukasi dan meningkatkan kualitas kehidupan siswa, dapat menjadi sumber stres. Berbagai hal yang menjadi penyebab stres, seperti frustrasi dengan tugas-tugas akademik, terdapat konflik dengan guru atau teman sebaya, tekanan dari orang tua atau guru untuk berprestasi, dan merasa diri tertekan (Misra dan Castillo, 2004).

Torsheim dan Wold (2001) mengungkapkan bahwa stres juga memberikan dampak bagi dukungan sosial terutama bagi teman dan guru yang akhirnya membuat siswa cenderung memiliki keluhan mingguan yang tinggi (sakit kepala, sakit perut, sakit punggung, pusing, dan keluhan somatis lainnya), dan tentu saja membuat iklim belajar disekolah menjadi tidak menyenangkan. Dalam penelitian lainnya mengemukakan bahwa yang sering terjadi di sekolah adalah guru memberikan kekerasan kekerasan verbal (mengucapkan kata-kata kasar dan menyinggung perasaan), psikologis (mengabaikan, mengancam), dan fisik (menjewer, menendang, mencubit) (Muis, 2017). Guru cenderung pilih kasih ketika berhadapan dengan siswa, masih banyak guru yang memberikan kekerasan verbal, guru yang kurang memahami metode belajar yang baik, bahkan guru cenderung memberikan materi yang itu-itu saja, dan guru yang suka mengajar dengan terlalu cepat sehingga terkadang siswa kurang dapat memahami setiap bahan ajar (Ekawati dan Saputra, 2021). Pertemuan sekolah dengan orang tua masih sangat sedikit bahkan bisa dua kali saja dalam setahun dan sekolah juga masih sangat jarang (Ekawati dan Saputra, 2021).

Peneliti juga mengumpulkan data awal menggunakan survei mengenai gambaran *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, sebanyak 125 siswa berpartisipasi dan peneliti menyimpulkan bahwa: tidak terdapat siswa yang berada dalam kategori rendah, siswa yang berada dalam kategori sedang sebanyak 12 siswa (9,6%), dan siswa yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 113 siswa (90,4%). Hal tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa yang berpartisipasi pada data awal berada dalam kategori tinggi.

Berdasarkan data awal, peneliti menyadari bahwa *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto berdasarkan hasil survei berada dalam kategori tinggi. Sebuah penelitian mengenai dampak positif *school well-being* pada siswa mengungkapkan bahwa siswa akan merasa nyaman, memiliki motivasi untuk belajar, *self-efficacy* yang tinggi, menunjang kesuksesan siswa, mudah beradaptasi, dan menurunkan agresivitas (Azhari dan Situmorang, 2019). Seorang siswa memiliki *school well-being* yang tinggi akan terlihat seperti: tidak terganggu pada saat belajar, merasa tidak kesepian di sekolah, tidak mendapatkan kekerasan, memperoleh bantuan jika diperlukan, memiliki teman yang akrab, dan teman atau guru bersedia melindungi (Ratna, 2016). *School well-being* juga mendorong pertumbuhan dan perkembangan siswa secara keseluruhan (Rasyid, 2021). Berdasarkan hasil-hasil penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa *school well-being* memiliki berbagai dampak yang begitu besar bagi siswa-siswa di sekolah.

Berdasarkan data awal juga diketahui bahwa terdapat beberapa masalah yang muncul dari *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto seperti: siswa di sekolah tersebut merasa terganggu karena kelas yang ribut, suhu ruangan kelas yang panas, beberapa fasilitas yang kurang memadai, dan kelas yang bersebelahan dengan tempat pembuangan sampah, sehingga mengganggu siswa yang berada di dalam kelas. Selain itu siswa juga menjadi kurang nyaman dengan hukuman yang diterapkan oleh guru-gurunya, guru-guru cenderung membanding-bandingkan siswanya dan siswa takut jika bertemu dengan guru BK. Siswa juga merasa tidak dihargai oleh teman-temannya karena berlebihan ketika bercanda, sehingga membuat siswa lainnya tidak nyaman, dan tugas yang menumpuk memiliki *deadline* yang bersamaan dan hafalan yang banyak. Tetapi berbagai hal tersebut tidak membuat *school well-being* pada siswa menjadi rendah.

Namun school *well-being* yang rendah dapat berdampak pada banyak hal. Siswa yang memiliki *school well-being* yang rendah cenderung mengalami keterlibatan dalam kegiatan belajar menjadi rendah juga (Dariyo, 2017). Penelitian lain juga menemukan bahwa *school well-being* dapat memengaruhi *adversity intelligence* siswa disekolah (Rohman & Fauziah, 2016). Oleh karena itu, sangat penting bagi siswa untuk memiliki *school well-being* yang tinggi sehingga tidak mengalami kesulitan di sekolahnya.

School *well-being* dipengaruhi oleh berbagai aspek antara lain penyesuaian diri (Rizki dan Listiara, 2014), keterlibatan akademik (Dariyo, 2017), optimisme (Ahkam dan Arifin, 2017) hal tersebut didukung oleh penelitian lainnya yang dikemukakan oleh Anggreni dan Immanuel (2020), infrastruktur yang lengkap, manajemen sekolah, interaksi antara guru dengan siswa atau antara siswa dengan siswa dan dukungan sosial (Khatimah, 2015) hal tersebut didukung oleh penelitian lainnya yang dikemukakan oleh Anggreni dan Immanuel (2020) dan Rasyid (2021), motivasi, disiplin, kerja sama, inisiatif belajar, strategi belajar (Rasyid, 2021), aktualisasi diri (Na'imah dan Pamujo, 2014) hal tersebut didukung oleh penelitian lainnya oleh Rasyid (2021). Berdasarkan berbagai faktor-faktor yang dapat memengaruhi *school well-being*, pada penelitian ini peneliti akan berfokus pada aktualisasi diri dan dukungan sosial.

Berdasarkan data awal, pada pertanyaan "*apakah sekolah siswa mendukung kegiatan ekstrakurikuler atau* kegiatan *siswa lainnya?*" sebanyak 118 siswa mengatakan "*ya*" (94,4%). Pada pertanyaan "*apakah sekolah siswa sering memberikan berbagai pengalaman yang positif?*" sebanyak 119 siswa mengatakan "*ya*" (95,2%). Dan pada pertanyaan "*apakah guru-guru sering membimbing siswa?*" sebanyak 125 siswa mengatakan "*ya*" (100%). Berdasarkan ketiga pernyataan tersebut terlihat bahwa sekolah sangat mendukung pembentukan aktualisasi diri dari siswa. Berdasarkan hal tersebut peneliti menduga bahwa aktualisasi diri siswa di SMA Al-Bahra dapat memengaruhi *school well-being* dari siswa.

Aktualisasi diri adalah pemenuhan diri, menyadari semua potensi yang dimiliki, dan keinginan menjadi kreatif (Maslow, 1970 dalam Feist dan Feist, 2008). Karakteristik dari aktualisasi diri berhubungan dengan tingkat dari *well-being* termasuk indikator seperti tingkat kepuasan hidup, penerimaan diri, hubungan positif, penguasaan lingkungan, perkembangan diri, otonomi, perkembangan diri dan pengalaman transenden diri (Kaufman, 2018). Dalam *setting* sekolah, *school well-being* akan maksimal jika terdapat dukungan seperti, suasana sekolah, hubungan sosial, aktualisasi diri dan pelayanan kesehatan (Ratna, 2016). Maka dapat disimpulkan bahwa aktualisasi diri berperan besar pada peningkatan *school well-being*, namun literatur mengenai peran aktualisasi diri masih sangat terbatas, dan maka dari itu diperlukan penelitian mengenai peran aktualisasi diri pada *school well-being*.

Berdasarkan data awal, pada pertanyaan "*apakah siswa merasa nyaman dengan teman-temannya?*" sebanyak 122 siswa mengatakan "*ya*" (97,6%). Pada pertanyaan "*apakah sekolah siswa mengadakan pertemuan dengan orangtua siswa?*" sebanyak 115 siswa mengatakan "*ya*" (90,2%). Pada pertanyaan "*apakah siswa sering berinteraksi dengan guru*

siswa?" sebanyak 101 siswa mengatakan "*ya*" (80,8%). Berdasarkan ketiga pertanyaan tersebut terlihat bahwa hubungan dari teman, orangtua, dan guru begitu tinggi. Berdasarkan hal tersebut peneliti menduga bahwa dukungan sosial di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto yang dapat memengaruhi *school well-being* dari siswa.

Dukungan sosial adalah kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi seseorang dari orang lain atau suatu kelompok (Uchino, 2004). Chu, Saucier, dan Hafner (2010) mengemukakan bahwa dukungan sosial seperti dukungan dari guru atau perangkat sekolah memiliki kaitan erat dengan *school well-being*. Kemudian dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh Faizah, Rahma, Dara, dan Gunawan (2020) mengungkapkan bahwa *school well-being* dapat berbeda pada tingkat SD dan SMP karena dipengaruhi oleh dukungan sosial. Tian, Liu, Huang, dan Huebner (2013) dalam penelitiannya mengatakan bahwa dukungan sosial pada remaja sangat berkaitan erat dengan dukungan sosial dari teman dan guru. Temuan yang berbeda pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Wijaya, Sahrani, dan Dewi (2020) mengatakan tidak terdapat peran dari dukungan sosial (orang tua, teman sebaya, dan guru) terhadap *school well-being*. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial sangat penting bagi peningkatan *school well-being* , namun dukungan sosial masih perlu dikaji kembali apakah dukungan sosial dapat memberi dampak bagi *school well-being* .

Berdasarkan berbagai faktor-faktor yang dapat memengaruhi *school well-being*, pada penelitian ini peneliti akan berfokus pada aktualisasi diri dan dukungan sosial. Peneliti tertarik untuk mengetahui apa yang menyebabkan *school* well-*being* pada siswa tetap tinggi namun terdapat berbagai kekurangan dari berbagai aspek dari *school well-being* dan apakah aktualisasi diri dan dukungan sosial dapat memengaruhi *school well-being.* Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui apakah variabel aktualisasi diri dan dukungan sosial yang dapat menyebabkan siswa di SMA AL-Bahra Kabupaten Jeneponto memiliki *school well-being* yang tinggi.

Hipotesis dalam penelitian ini, yaitu: (1) Terdapat pengaruh aktualisasi diri terhadap *school well-being* di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, (2) Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap school well-being di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, dan (3) Terdapat pengaruh aktualisasi diri dan dukungan sosial terhadap *school well-being* di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

Metode

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto yang terdiri atas kelas X, XI, dan XII. Adapun jumlah populasinya adalah 269 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling.* Adapun penentuan dengan simple random sampling yang akan dilakukan menggunakan UNPAD SAS *Online* dan diperoleh sampel sebesar 162 siswa. Peneliti kemudian melakukan randomisasi kepada seluruh populasi yang akan dijadikan sampel menggunakan UNPAD SAS *Online.*

Penelitian ini menggunakan skala Likert dengan skor 1 sampai 4 dengan pilihan sangat tidak setuju hingga sangat setuju untuk aitem favorabel dan skor 1 sampai 4 dengan pilihan sangat setuju hingga sangat tidak setuju untuk aitem unfavorabel.

Skala school *well-being* dibuat oleh peneliti berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Konu dan Rimpelä (2002) yang terdiri dari 49 aitem. Skala aktualisasi diri dibuat oleh peneliti berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Maslow (1970, dalam Feist dan Feist, 2008) yang terdiri dari 35 aitem. Skala dukungan sosial dibuat oleh peneliti berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Uchino (2004) yang terdiri dari 49 aitem.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *school well-being*, skala aktualisasi diri, dan skala dukungan sosial. Ketiga skala tersebut diberikan kepada subjek penelitian, yaitu siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto dalam bentuk kuesioner.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linearitas, uji heterokedastisitas, multikorelinearitas, dan analisis deskriptif) dan uji hipotesis. Semua uji asumsi yang dilakukan telah memenuhi persyaratan untuk dilaukan uji hipotesis.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 162 siswa yang terdiri dari 9 kelas yang pembagian siswa dalam menjadi subjek di setiap kelas yang hampir merata. Rentang usia yang menjadi subjek penelitian adalah 14-19 tahun. Adapun dari 162 siswa yang menjadi subjek peneltian ini yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak siswa dan perempuan sebanyak 95 siswa.

School Well-Being

Tingkat *school well-being* pada siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto berada dalam kategori tinggi. Pada aspek dari *school well-being*: aspek hubungan sosial (having), pemenuhan diri (*being*), dan status kesehatan (*health*) dari *school well-being* berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada aspek kondisi sekolah (*having*) berada pada kategori sedang.

Aktualisasi Diri

Tingkat aktualisasi diri pada siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto sebagian besar berada dalam kategori tinggi. Pada aspek dari aktualisasi diri: aspek pemusatan masalah, kesegaran apresiasi yang berlanjut, pengalaman puncak, hubungan interpersonal yang mendalam, dan diskriminasi antara cara dan tujuan dari aktualisasi diri berada pada kategori tinggi. Pada aspek penerimaan diri, orang lain dan alam, spontanitas, kesederhanaan, dan kealamian, kebutuhan akan privasi, otonomi, minat sosial, struktur karakter demokratis, kreativitas, dan resistensi terhadap enkulturasi dari aktualisasi diri berada pada kategori sedang. Sedangkan pada aspek persepsi realitas yang lebih efisien dan selera humor filosofis dari aktualisasi diri beraada pada kategori sedang.

Dukungan Sosial

Tingkat dukungan sosial pada siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto sebagian besar berada dalam kategori tinggi. Pada aspek dukungan sosial: *emotional* atau *esteem support*, *tangible support*, *informational support*, dan *companionship support* berada dalam kategori tinggi. Pada sumber dukungan sosial: orang tua, teman, dan guru berada dalam kategori tinggi.

Tabel 1. *Uji Hipotesis 1 dan Uji Hipotesis 2*

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	60.465	7.318		8.263	.000
	TOTAL_1X	.486	.093	.424	5.222	.000
	TOTAL_2X	.197	.056	.285	3.514	.001

a. Dependent Variable: TOTAL_Y

Berdasarkan tabel 1. terlihat bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aktualisasi diri terhadap *school well-being* being pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto dan terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap *school well-being being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

Tabel 2. *Uji Hipotesis 3*

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8232.960	2	4116.480	58.379	.000[b]
	Residual	11211.663	159	70.514		
	Total	19444.623	161			

a. Dependent Variable: TOTAL_Y
b. Predictors: (Constant), TOTAL_2X, TOTAL_1X

Berdasarkan tabel 2. terlihat bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aktualisasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap *school well-being being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

.

Tabel 3. *Uji Koefisien Dterminasi*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.651[a]	.423	.416	8.397

a. Predictors: (Constant), TOTAL_2X, TOTAL_1X

Berdasarkan tabel 3. terlihat bahwa pengaruh aktualisasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap *school well-being* sebesar 42,3%. Sementara sisanya adalah sebesar 57,7% merupakan sumbangan dari variabel-variabel lain diluar dari persamaan regresi dari penelitian ini atau variabel tersebut tidak diteliti.

Tabel 4. *Sumbangan Efektif*

Variabel Bebas	Koefisien Regresi	Koefisien Korelasi	Sumbangan Efektif	*R Square*
Aktualisasi Diri	0,424	0,615	26,076%	0.423
Dukungan Sosial	0,285	0,570	16,245%	

Berdasarkan tabel 4. terlihat bahwa variabel aktualisasi diri terhadap variabel *school well-being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 26,076% dan variabel dukungan sosial terhadap variabel school well-being memiliki pengaruh kontribusi sebesar 16,245%.

Tabel 5. *Aspek Aktualisasi Diri yang Memengaruhi School Well-**B**eing*

Coefficients[a]						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	68.256	7.808		8.742	.000
	A_1X_1	.569	.538	.070	1.059	.292
	A_1X_2	1.091	.405	.203	2.695	.008
	A_1X_3	-.428	.759	-.041	-.564	.574
	A_1X_4	1.357	.567	.190	2.396	.018
	A_1X_5	.081	.886	.006	.091	.927
	A_1X_6	-2.919	1.113	-.197	-2.623	.010
	A_1X_7	.839	.436	.152	1.923	.056
	A_1X_8	-.369	1.122	-.023	-.329	.743
	A_1X_9	1.189	.670	.130	1.775	.078
	A_1X_10	1.383	.562	.204	2.460	.015
	A_1X_11	-.667	.740	-.073	-.902	.369
	A_1X_12	1.372	.616	.159	2.226	.028
	A_1X_13	1.510	.843	.117	1.791	.075
	A_1X_14	.886	1.042	.064	.850	.396
	A_1X_15	-.475	1.332	-.027	-.356	.722

a. Dependent Variable: TOTAL_Y

Berdasarkan tabel 5. terlihat bahwa aspek penerimaan diri, orang lain, dan alam, pemusatan masalah, hubungan interpersonal yang mendalam, dan diskriminasi antara cara dan tujuan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *school well-being* di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

Tabel 6. *Aspek Dukungan Sosial yang Memengaruhi School Well-Being*

Coefficients[a]						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	82.548	6.518		12.664	.000
	A_2X_1	.410	.206	.228	1.990	.048
	A_2X_2	-.408	.347	-.132	-1.175	.242
	A_2X_3	.600	.273	.237	2.195	.030
	A_2X_4	.895	.289	.310	3.094	.002

a. Dependent Variable: TOTAL_Y

Berdasarkan tabel 6. terlihat bahwa aspek *emotional* atau *esteem support*, *informational support*, dan *companionship support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *school well-being* pada siswadi SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

Tabel 7. *Sumber Dukungan Sosial yang Memengaruhi School Well-Being*

Coefficients[a]						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	81.445	6.679		12.195	.000
	C_OR	.185	.158	.114	1.175	.242
	C_T	.093	.198	.044	.471	.638
	C_G	.886	.200	.470	4.423	.000

a. Dependent Variable: TOTAL_Y

Berdasarkan tabel 7. terlihat bahwa dukungan sosial yang bersumber dari guru memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto.

Pembahasan

School Well-Being

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aktualisasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap *school well-being* di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Variabel aktulasisasi diri dan variabel dukungan sosial terhadap variabel *school well-being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 42,3%. Sementara sisanya adalah sebesar 57,7% merupakan sumbangan dari variabel-variabel lain diluar dari persamaan regresi dari penelitian ini atau variabel tersebut tidak diteliti. Artinya semakin tinggi aktualisasi diri dan dukungan sosial yang di miliki siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, maka akan semakin tinggi juga *school well-being*nya.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Na'imah dan Pamujo (2014) yang mengatakan bahwa aspek aktualisasi diri dapat memengaruhi *school well-being.* Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Azhari dan Situmorang (2019) yang mengatakan bahwa aspek dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya memengaruhi *school wel-being*. Dari penelitian ini ternyata dapat membuktikan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Na'imah dan Pamujo (2014) dan Azhari dan Situmorang (2019) bahwa aktualisasi diri dan dukungan sosial memang dapat memengaruhi *school well-being*.

Hasil penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar 94 (58%) siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto memiliki *school well-being* yang tinggi. Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma, Pramitadewi, dan Perwiradara (2020) yang menemukan bahwa tingkat *school well-being* yang dimiliki tergolong siswa SMA termasuk dalam kategori tinggi. Konu dan Rimpelä (2002) berpendapat bahwa aspek yang dapat memengaruhi tingginya *school well-being* adalah optimalisasi dari pengajaran dan pendidikan, proses belajar, dan dampak dari lingkungan sekitar atau rumah.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi, Tenriawaru, dan Bakar (2019) yang mengungkapkan bahwa *school well-being* lebih merasa nyaman pada aspek hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), dan status kesehatan (*health*). Aspek kondisi sekolah (*having*) yang termasuk dalam kategori sedang dapat dipengaruhi oleh seluruh *stakeholder* yang kurang memperhatikan kondisi lingkungan fisik di sekolah (Rasyid, 2021). Dewi, dkk (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa siswa mengatakan bahwa sekolah tidak optimal dalam menyiapkan fasilitas di sekolah dan metode belajar guru yang kurang menyenangkan.

Konu dan Rimpelä (2002) mengatakan bahwa kesempatan untuk kehidupan yang bermakna atau menikmati alam merupakan salah satu bagian penting dalam pemenuhan diri (*being*). Dalam penelitian ini juga mengungkapkan bahwa aspek pemenuhan diri (*being*) berada dalam kategori tinggi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Na'imah dan Tanireja (2017) yang mengatakan bahwa perasaan kompeten dan penghargaan terhadap prestasi siswa dapat meningkatkan *school well-being.* Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pemenuhan diri (*being*) memang menyumbang peranan besar terhadap *school well-being*.

Dalam penelitian ini juga terungkap bahwa aspek dari *school well-being* yang memiliki presentasi terbesar berada pada hubungan sosial (*loving*) yang tergolong dalam kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa aspek hubungan sosial (*loving*) menyumbang *school well-being* yang besar. Aspek hubungan sosial (*loving*) sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Na'imah dan Tanireja (2017) yang menjelaskan bahwa siswa membutuhkan hubungan sosial yang baik dengan guru atau temannya.

Aktualisasi Diri

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aktualisasi diri terhadap school well-being di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Variabel dukungan sosial terhadap variabel *school well-being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 26,076%. Artinya semaki tinggi aktualisasi diri yang di miliki siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, maka akan semakin tinggi juga *school well-being*nya. Dalam penelitian ini terungkap bahwa kontribusi aktualisasi diri terhadap dukungan sosial cukup besar yaitu sebesar 26,076%. Hal tersebut berarti lebih dari seperempat kontribusi yang memengaruhi *school well-being* berasal dari aktualisasi diri. Sejalan dengan penelitian ini, Na'imah dan Pamujo (2014) mengungkapkan bahwa, *school well-being* akan lebih baik jika terdapat dukungan eksternal seperti kesempatan untuk mengakatualisasikan dirinya. Rasyid (2021) juga berpendapat serupa yang mengatakan bahwa sangat penting bagi sekolah menawarkan pendidikan yang berorientasi pada aktualisasi diri. Dari kedua penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa aktualisasi diri dari siswa dapat berperan besar dalam *school well-being.*

Hasil penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar 107 (65%) siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto memiliki aktualisasi diri yang tinggi. Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syaifullah dan Sudarmaji (2018) yang menemukan bahwa tingkat aktualisasi diri yang dimiliki siswa SMA termasuk dalam kategori tinggi. Maslow (dalam Feist dan Feist, 2008) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki aktualisasi diri yang tinggi adalah orang yang bebas dari psikopatologi; telah melalui empat tahap hirarki kebutuan; merasa nyaman dengan kebenaran, keindahan, keadilan, kesederhanaan; dan menggunakan semaksimal mungkin bakat, kapasitas, dan potensi.

Pada analisis lanjutan yang dilakukan oleh peneliti, terungkap bahwa aspek penerimaan diri, orang lain dan alam; pemusatan masalah; hubungan interpersonal yang mendalam; dan diskriminasi antara cara dan tujuan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *school well-being.* Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitaningsih dan Nursalim (2014) mengemukakan bahwa tingkat aktualisasi yang tinggi dapat dipengaruhi oleh rasa percaya diri siswa dan komunikasi interpersonal siswa yang baik.

Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diketahui terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap *school well-being* di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto. Variabel dukungan sosial terhadap variabel *school well-being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 16,245%. Artinya semaki tinggi dukungan sosial yang di miliki siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto, maka akan semakin tinggi juga *school well-being*nya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma dkk., (2020) terhadap 304 siswa yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh signinikan antara persepsi dukungan sosial dengan kesejahteraan di sekolah pada siswa SMA. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tian dkk., (2013) menyatakan bahwa dukungan sosial terutama dari guru dan teman sangat berhubungan dengan *school well-being*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maspupah dkk (2021) yang mengatakan motivasi dan dukungan sosial memiliki pengaruh positif yang sifnifikan terhadap *school well-being* Namun terdapat perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dkk., (2020) terhadap 115 siswa di pesantren X menunjukkan tidak terdapat peran dukungan sosial orang tua, teman sebaya, dan guru terhadap *school well-being*. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dkk., (2020) berada pada populasi peneltian yaitu siswa di pesantren. Pada penelitian tersebut terungkap juga bahwa variabel dukungan sosial (orang tua, guru, dan teman) terhadap variabel *school well-being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 2,1%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap *school well-being* masih perlu dikaji lagi pada penelitian-penelitian berikutnya.

Hasil penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar 85 (52%) siswa SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto memiliki dukungan sosial yang tinggi. Hal tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma, dkk., (2020), yang menemukan bahwa dukungan sosial siswa SMA berada dalam kategori sedang. Perbedaan tersebut dapat terjadi karena penelitian yang dilakukan oleh Rahma, dkk., (2020) memiliki dukungan sosial yang berasal dari lima sumber (orang tua, guru, teman sekelas, sahabat, orang dilingkungan sekolah) sedangkan dalam penelitian ini hanya terbatas pada tiga sumber (orang tua, teman, guru) saja. Pada analisis lanjutan dilakukan oleh peneliti, terungkap bahwa aspek *emotional* atau *esteem support*, *informational support*, dan *companionship support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *school well-being.* Konu dan Rimpelä (2002) berpendapat bahwa lingkungan rumah setiap siswa memiliki dampak kepada sekolah yang nantinya berkaitan dengan *school well-being.* Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial terutama keluarga atau orang tua memang dapat berperan dalam *school well-being* siswa. Selain keluarga, penelitian yang dilakukan oleh Tian, dkk., (2013) dan didukung lagi oleh Na'imah dan Tanireja (2017) yang mengemukaan bahwa *school well-being* berkaitan dengan perasaan nyaman dengan teman dan guru. Lebih lanjut, penelitian lain mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang bersumber dari guru memiliki pengaruh yang besar terhadap *school well-being* (Rahma dkk., 2020).

Hal berbeda dari konsep yang diutarakan oleh Konu dan Rimpelä (2002) dan Na'imah dan Tanireja (2017) yang ditemukan dalam penelitian ini. Perbedaan yang terlihat adalah dukungan sosial dari guru memegaruhi *school well-being* secara signifikan. Hasil penelitian ini mendukung pernyataan dari Rahma dkk., (2020). Dari hal tersebut peneliti dapat disimpulkan bahwa peran guru pada *school well-being* lebih berdampak besar daripada lingkungan rumah dan teman.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian lain yang menemukan bahwa tidak terdapat peran dukungan sosial yang bersumber dari orang tua, teman, dan guru (Wijaya dkk., 2020). Menurut Wijaya dkk., (2020), ketika siswa memiliki masalah di sekolah siswa cendrung tidak mencari dukungan sosial karena siswa ingin mengindari hal-hal yang tidak diharapkan.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Keseluruhan hipotesis dalam penelitian ini diterima yang artinya: (1) terdapat pengaruh yang signifikan dari aktualisasi diri terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto dengan kontribusi sebesar 26,076%. (2) terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto dengan kontribusi sebesar 16,245%. (3) terdapat pengaruh secara bersama-sama yang signifikan dari aktualisasi dan dukungan sosial terhadap *school well-being* pada siswa di SMA Al-Bahra Kabupaten Jeneponto dengan kontribusi sebesar 42,3%.

Saran

Bagi Siswa

1. Menjaga *school well-being* yang dimilikinya agar tetap merasa nyaman ketika disekolah karena *school well-being* yang baik akan membuat siswa tidak memiliki masalah saat belajar, tidak kesepian selama di sekolah, terhindar dari kekerasan, memeroleh bantuan dari oranh lain, memiliki teman akrab, dan mendapatkan perlindungan dari guru.
2. Untuk siswa yang belum termasuk dalam kategori tinggi sebaiknya tetap berupaya mengaktualisasikan dirinya terutama pada aspek penerimaan diri, orang lain, dan alam, pemusatan masalah, hubungan interpersonal yang mendalam, dan diskriminasi antara cara dan tujuan. Dan sebaiknya siswa juga memeroleh dukungan sosial terutama pada aspek

emotinal atau *esteem support*, *informational support*, *companionship support* dan dukungan sosial yang bersumber dari guru.

Bagi Pihak Sekolah dan Guru

1. Meningkatkan kondisi fisik di sekolah karena pada aspek *having* berada dalam kategori sedang yang berarti hal tersebut dapat menjadi perhatian khusus oleh pihak sekolah.
2. Meningkatkan komunikasi dengan orang tua sehingga orang tua dapat memahami dan mendukung berbagai kegiatan yang dilakukan sekolah.
3. Menjadikan *school well-being* sebagai sarana evaluasi sekolah.

Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Membuat perbandingan *school well-being* dari sekolah yang berada di daerah perkotaan dan di pedesaan.
2. Mengukur *school well-being* ditinjau dari pihak sekolah dan dapat membandingkannya dengan *school well-being* dari siswa.

Referensi

Ahkam, M. A., & Arifin, N. A. I. (2017). Optimisme Dan School Well-Being Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi TALENTA*, *3*(1), 45–51. https://doi.org/10.26858/talenta.v3i1.13182

Anggreni, N. M. S., & Immanuel, A. S. (2020). Model School Well-Being Sebagai Tatanan Sekolah Sejahtera Bagi Siswa. *Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi*, *1*(3), 146–156. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/pib.v1i3.9848

Azhari, & Situmorang, N. Z. (2019). Dampak Positif School Well-Being pada Siswa di Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 256–262. http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/download/3436/766

Chu, P. Sen, Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *29*(6), 624–645. https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624

Dariyo, A. (2017). Peran School Well Being dan Keterlibatan Akademik dengan Prestasi Belajar pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal Psikogenesis*, *5*(1), 45–51. https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.490

Dewi, E. M. P., Tenriawaru, A. A. A., & Bakar, R. M. (2019). *School Well-being: between Concepts and Reality*. *227*(Icamr 2018), 265–269. https://doi.org/10.2991/icamr-18.2019.66

Ekawati, Y. N., & Saputra, N. E. (2021). School Well Being Siswa Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JAJB)*, *10*(2), 452–462. https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.416

Faizah, F., Rahma, U., Dara, Y. P., & Gunawan, C. L. (2020). School Well-Being Siswa Sekolah Dasar dan Siswa Sekolah Menengah Pertama Pengguna Sistem Full-Day School di Indonesia. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *5*(1), 34–41. https://doi.org/10.17977/um001v5i12020p034

Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Theories of Personality* (7th ed.). The McGraw Hill.

Kaufman, S. B. (2018). Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being. *Journal of Humanistic Psychology*, 1–33. https://doi.org/10.1177/0022167818809187

Khatimah, H. (2015). Gambaran School Well-Being pada Peserta Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *4*(1), 20–30. https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i1.4485

Konu, A., & Rimpelä, M. (2002). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International*, *17*(1), 79–87. https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79

Maspupah, R., Violina, S. S., Diva, V. V., & Rahman, S. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Dan School Well Being Pada Pelajar Di Indonesia. *PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, *2*(2), 18–25. https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.71

Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management*, *11*(2), 132–148. https://doi.org/10.1037/1072-5245.11.2.132

Muis, T. (2017). Tindakan Kekerasan Guru Terhadap Siswa dalam Interaksi Belajar Mengajar (Studi Kasus di SMAN Surabaya). *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, *2*(1), 86. https://doi.org/10.26740/jp.v2n1.p86-90

Na'imah, T., & Pamujo. (2014). School well being pada anak didik di taman kanak- kanak. *Jurnal Sainteks*, *XI*(2), 1–5.

Na'imah, T., & Tanireja, T. (2017). Students Wellbeing pada Remaja Jawa. *Pshikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *2*(1), 1–11.

Puspitaningsih, I. T., & Nursalim, M. (2014). Hubungan Rasa Percaya Diri Dan Komunikasi Interpersonal Dengan Aktualisasi Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Baureno-Bojonegoro. *Jurnal BK UNESA*, *4*(1), 22–27.

Rahma, U., Pramitadewi, K. P., Faizah, F., & Perwiradara, Y. (2020). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kesejahteraan di sekolah siswa SMA. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *7*(2), 163–176. https://doi.org/10.24854/jpu106

Rasyid, A. (2021). Konsep dan Urgensi Penerapan School Well-Being pada Dunia Pendidikan. *Jurnal Basicedu*, *5*(1), 376–382. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.705

Ratna, C. (2016). Strategi school well-being di sekolah menengah atas (SMA) sebagai alat evaluasi sekolah. *SEMINAR ASEAN 2nd Psychology and Humanity*, 76–79. mpsi.umm.ac.id/files/file/76-79 Cicilia Ratna T_ ok.pdf

Rizki, M., & Listiara, A. (2014). Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan School Well-being Pada Mahasiswa. *Jurnal EMPATI*, *3*(4), 356–367. https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2014.7598

Rohman, I. H., & Fauziah, N. (2016). Hubungan antara Adversty Intelligence dengan School Well-Being (Studi pada Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang). *Jurnal EMPATI*, *5*(2), 322–326.

Singh, R. (2016). Stress Among School-Going Adolescents in Relation To. *Educational Psychology*, *9*(4), 8–15.

Syaifullah, J., & Sudarmaji. (2018). Hubungan Aktualisasi Diri Terhadap Keaktifan Penggunaan Media Sosial Instagram Pada Remaja Kota Surakarta. *Jurnal IKON Prodi D3 Komunikasi Massa – Politeknik Indonusa Surakarta*, *4*(2), 7–16. http://www.poltekindonusa.ac.id

Tian, L., Liu, B., Huang, S., & Huebner, E. S. (2013). Perceived Social Support and School Well-Being Among Chinese Early and Middle Adolescents: The Mediational Role of Self-Esteem. *Social Indicators Research*, *113*(3), 991–1008. https://doi.org/10.1007/s11205-012-0123-8

Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-Related, School Support, and Somatic Complaints : *Of Adolescent Research*, *16*(3), 293–303.

Uchino, B. N. (2004). *Social Support & Physical Health* (Vol. 1). Yale University Press.

Wijaya, I. N., Sahrani, R., & Dewi, F. I. R. (2020). Peran Dukungan Sosial Orangtua, Teman Sebaya, Dan Guru Terhadap School Well-Being Siswa Pesantren X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, *4*(1), 234. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7538.2020

.