

***SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA SISWA SMP YANG MEMBOLOS**

Anggoro Hadhi Prasetyo¹, Rini Lestari²

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
anggorohadhiprasetyo@rocketmail.com¹

Abstraksi. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan kondisi subjective well-being pada siswa SMP yang membolos. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan model penelitian fenomenologi, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih sering membolos daripada siswa laki-laki. Mereka merasa tidak puas dengan yang dirasakan pada keadaannya saat ini yaitu bosan, sedih, serta belum menemukan sesuatu yang bisa membuat senang dan salah satu dari mereka merasa menyesal karena membolos sekolah. Subjek memiliki hubungan yang tidak baik dengan orang tua dan guru, mereka merasa tidak nyaman saat berada di sekolah karena tidak menyukai teman di sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah dan merasa capek untuk sekolah. Oleh sebab itu, subjek tidak dapat menolak ajakan dari teman untuk membolos karena mereka menjadikan bolos sekolah sebagai cara untuk menyelesaikan masalah yang dialami. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi subjective well-being pada siswa yang membolos adalah hubungan sosial, faktor kepribadian, faktor optimisme dan rasa syukur, pengalaman, dan keyakinan dalam diri.

Kata Kunci: membolos, remaja, siswa SMP, *subjective well-being*

PENDAHULUAN

Dewasa ini dapat dibandingkan bagaimana pergaulan remaja pada zaman dulu dengan pergaulan remaja saat ini, yang sudah banyak mengalami pergeseran nilai-nilai yang berlaku hingga menyebabkan pada taraf kekhawatiran. Masa-masa remaja memang dirasa sangat menyenangkan, namun tidak lepas dari masalah atau tekanan yang dihadapi. Berkembang pesatnya teknologi juga turut menyumbang dalam perkembangan remaja-remaja kearah yang positif dan negatif. Beberapa masalah yang sering dihadapi para remaja adalah membolos pada jam sekolah, merokok, penyalahgunaan zat-zat aditif, serta seks bebas.

Remaja adalah individu yang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa dengan rentang usia 12 hingga 22 tahun dimasa itu terjadi proses perkembangan secara fisik maupun psikologis. Seperti yang diungkapkan oleh King (2010) masa remaja (*adolescence*) adalah masa perkembangan

yang merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai sekitar pada usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun.

Fenomena bolos sekolah sudah bukan menjadi rahasia umum lagi, begitu banyak yang bisa ditemui ketika pada saat jam-jam sekolah beberapa pelajar bukannya berada di sekolah, melainkan berkeliaran ditempat umum seperti taman hingga *mall*. Kegiatan membolos ini juga tidak hanya terjadi pada siswa putra, siswa putri juga kerap melakukan hal demikian mulai dari siswa SD hingga SMA. Adapun individu bolos sekolah dilakukan secara pribadi maupun berkelompok. Fenomena membolos ini merupakan keadaan yang seolah-olah menjadi kebiasaan bagi pelajar di Indonesia. Individu yang mengambil cara untuk bolos sekolah dapat disimpulkan sebagai tindakan yang salah, karena individu menyelesaikan masalahnya melalui jalan pintas yang menurut individu anggap sebagai solusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Membolos sekolah berarti pelajar yang seharusnya pergi ke sekolah untuk menjalankan kewajibannya menuntut ilmu, tetapi tidak sampai ke sekolah. Senada dengan yang diungkapkan oleh Gunarsa (2002) membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada jam pelajaran dan tidak ijin terlebih dahulu kepada pihak sekolah.

Kejadian di atas terjadi pada seorang siswa SMP yang berinisial VK berusia 15 tahun yang sering membolos karena tidak mengerjakan tugas pada mata pelajaran tertentu. Subjek mengenakan seragam sekolah lengkap sejak dari rumah, akan tetapi tidak sampai ke sekolah melainkan pergi ke warung internet (warnet) untuk bermain *game online* hingga jam sekolah berakhir.

Dari hasil proses wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada seorang siswa SMP berjenis kelamin perempuan berusia \pm 13 tahun sering membolos sekolah pada mata pelajaran tertentu yang dirasa sulit dan tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru. Alasan lain karena guru yang sering marah sehingga membuat subjek merasa tidak nyaman. Subjek mengatakan ketika membolos lebih memilih untuk dirumah melakukan aktifitas sehari-hari.

Kemudian, proses wawancara pribadi selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti pada responden yang berinisial DN berusia 15 tahun juga sering bolos sekolah ketika tidak mengerjakan tugas pada mata pelajaran tertentu dan karena sering dimarahin orangtua. Kemudian, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK, didapatkan gambaran bahwa siswa merasa tidak bahagia ketika berada di sekolah karena takut akan dihukum ketika tidak mengerjakan tugas dan merasa tidak mendapatkan perhatian dari orang lain.

Menurut Compton (2005) bahwa *subjective well-being* terbagi dalam dua variabel utama: kebahagiaan dan kepuasan hidup. Kebahagiaan berkaitan dengan keadaan emosional individu dan bagaimana individu merasakan diri dan dunianya. Kepuasan hidup cenderung disebutkan sebagai penilaian global tentang

kemampuan individu menerima hidupnya. Penelitian yang dilakukan oleh Hamdana & Alhamdu (2015) mendapatkan tiga faktor yang mempengaruhi kondisi *subjective well-being* yang positif, yaitu teman yang menyenangkan, menumbuhkan kemandirian, dan membentuk kedisiplinan.

Penelitian dilakukan oleh Pramudita (2014) pada 169 siswa SMA Negeri I Belitang bahwa ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being*. Kemudian, penelitian lain mengenai *subjective well-being* juga dilakukan oleh Nayana (2013) pada remaja bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara kefungsiannya keluarga (*family functioning*) dengan *subjective well-being*.

Penelitian lain *subjective well-being* dilakukan oleh Eryilmaz (2011) pada remaja sekolah menengah bahwa ada hubungan antara *subjective well-being* dengan kepuasan kebutuhan dan menentukan tujuan hidup pada remaja yang pergi kesekolah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan kondisi *subjective well-being* pada siswa SMP yang membolos di Surakarta.

Penelitian yang akan dilakukan diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu dan pengetahuan dibidang ilmu Psikologi Sosial dan Psikologi Positif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan model penelitian fenomenologi. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur (*semistructured interview*) dan observasi deskriptif. Subjek atau informan dalam penelitian ini berjumlah 6 (enam) siswa SMP yang membolos di kota Surakarta.

Guide wawancara yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *subjective well-being* yang dikemukakan oleh Ryff & Keyes (1995) yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan sesama (*positive relationships*), *autonomy*,

penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Observasi dilakukan dengan cara melakukan pengamatan langsung terhadap intensitas perilaku subjek atau informan. Pada penelitian ini uji validitas yang digunakan adalah *member check*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis data interaktif menurut Miles & Huberman (Herdiansyah, 2012) terdiri atas empat tahapan yang harus dilakukan yaitu pengumpulan data, reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang membolos pada aspek penerimaan diri, mereka merasa tidak puas dengan yang dirasakan pada keadaannya saat ini yaitu bosan, sedih, serta belum menemukan sesuatu yang bisa membuat senang dan salah satu dari mereka merasa menyesal karena membolos sekolah. Menurut Ariyani (2013) individu yang dalam mengevaluasi suatu peristiwa melibatkan evaluasi afektif yaitu meliputi emosi yang menyenangkan serta melibatkan evaluasi kognitif yaitu evaluasi secara sadar dan menilai kepuasaannya terhadap kehidupan secara keseluruhan cukup memberikan kontribusi dalam meraih kebahagiaan atau *subjective well-being* dalam kehidupannya. Kemudian, dari sisi aspek hubungan positif dengan sesama, bahwa tiga dari enam subjek memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan orang tua dan merasa tidak nyaman saat dirumah, empat dari enam subjek memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan guru di sekolah serta empat dari enam subjek juga memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan teman di sekolah. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Elfida, dkk (2014) orang yang signifikan (*significant person*) memberikan kontribusi bagi kebahagiaan remaja. Relasi positif secara berturut-turut menjadi faktor utama bagi kebahagiaan remaja. Keluarga dan teman

adalah pihak yang mendukung kebahagiaan yang di rasakan remaja.

Dari sisi aspek autonomi, bahwa lima dari enam subjek tidak dapat menolak dorongan dari teman untuk membolos dan dua diantaranya tidak mengetahui cara untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Seharusnya subjek mampu mengambil keputusan yang tepat menggunakan pikiran yang jernih tidak mengutamakan emosi yang seringkali menuntun untuk menemukan solusi yang instan. Menurut Ryff (1989) bentuk dari individu yang sejahtera secara psikologis yaitu memiliki kemandirian dalam bersikap, mengambil keputusan, dan dalam berinteraksi dengan orang lain. Individu yang memiliki autonomi yang tinggi tidak membutuhkan bantuan orang lain karena yakin akan pandangannya.

Aspek yang selanjutnya yaitu, penguasaan lingkungan. Pada aspek ini, bahwa empat dari enam subjek merasa nyaman berada di rumah karena bisa berkumpul dengan keluarga. Kemudian, dua subjek merasa tidak nyaman saat berada di sekolah karena tidak memiliki teman. Menurut Ryff (1989) penguasaan lingkungan menunjukkan kemampuan individu mengelola dirinya untuk bisa mengatur lingkungannya atau hal-hal diluar dirinya secara efektif bukan sekedar berpartisipasi untuk meramaikan melainkan memiliki kemampuan untuk mengendalikan lingkungan dan menyelaraskan dengan kondisi psikologisnya.

Di dalam aspek yang kelima yaitu tujuan dalam hidup, keenam subjek memiliki tujuan dan keinginan yang dicapai pada masa depan serta memegang keyakinan untuk mencapai sasaran dalam kehidupan yaitu membahagiakan orang tua serta satu diantaranya berkeinginan untuk bisa mencapai jenjang perguruan tinggi. Hasil penelitian tersebut sangat sesuai dengan yang diutarakan Ryff (1989) orang yang memiliki tujuan dalam hidupnya dan ingin mencapainya, baik itu dimulai dari target jangka pendek hingga jangka panjang. Pengetahuan dan

keyakinan yang dimiliki akan memperkuat tujuan-tujuan yang dimiliki, artinya individu menganggap keseluruhan hidupnya bermakna. Selanjutnya, pada aspek pertumbuhan pribadi bahwa keenam subjek membolos karena tidak menyukai teman di sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, merasa tidak nyaman disekolah dan capek untuk sekolah, sehingga menjadikan bolos sebagai cara yang dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami. Data menunjukkan subjek perempuan lebih cenderung sering membolos daripada subjek laki-laki, akan tetapi keenam subjek ada keinginan untuk tidak membolos di kemudian hari. Terbukti dari data menunjukkan subjek memiliki motivasi agar tidak membolos lagi dengan cara mengubah pola perilaku, mengingat orang tua terutama sosok seorang Ibu dan memiliki banyak teman di sekolah. Menurut Ryff (1989) individu yang bahagia adalah yang memiliki pribadi selalu tumbuh dari pengalaman-pengalaman hidup sebelumnya, senantiasa belajar dari kesalahan untuk memperbaiki diri. Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan *problem-focused coping* mengarah langsung pada pendefinisian masalah, membangkitkan alternatif solusi, menitikberatkan alternatif pada kerugian dan keuntungan, serta menentukan pilihan pada alternatif pilihan untuk kemudian dilakukan. *Coping* ini dilakukan oleh setiap individu dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah ataupun menghilangkan stres.

Didalam penelitian ini juga menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* antara lain yaitu hubungan sosial. Hal ini terbukti dari data hasil penelitian bahwa subjek bahagia ketika bisa berkumpul dengan teman dan sosok seorang Ibu. Menurut Pavot dan Diener (dalam Liney dan Joseph, 2004) hubungan yang positif dengan orang lain berkaitan dengan *subjective well-being* karena dengan adanya hubungan yang positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional. Pada dasarnya kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan bawaan.

Selanjutnya adalah faktor kepribadian yang terbukti dari hasil penelitian bahwa subjek bercerita pada orang lain untuk mengatasi kekurangan yang dimiliki, bisa bercanda dengan teman, serta tidak mampu menahan godaan dari teman untuk membolos. Menurut Diener, dkk (1999) individu dengan kepribadian ekstrovert akan tertarik pada hal-hal yang terjadi diluar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. Kepribadian ekstrovert secara signifikan akan memprediksi terjadinya kesejahteraan individual.

Faktor optimisme dan rasa bersyukur juga bisa mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini terbukti dari hasil penelitian didapatkan bahwa empat dari enam subjek memiliki keyakinan masa depan tidak mudah menyerah dan putus asa serta mensyukuri hidup. Menurut Pavot dan Diener (dalam Liney dan Joseph, 2004) karakter pribadi lain seperti optimisme dan percaya diri berhubungan dengan *subjective well-being*. Orang yang lebih optimis tentang masa depannya merasa lebih bahagia dan puas atas hidupnya dibandingkan dengan orang pesimis yang mudah menyerah dan putus asa jika suatu hal terjadi tidak sesuai dengan keinginannya.

Selanjutnya, faktor pengalaman juga dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian bahwa subjek merasakan senang didalam hidup karena memiliki pengalaman yang menyenangkan. Menurut Bastaman (1996) dalam proses perubahan dari penghayatan hidup tak bermakna menjadi lebih bermakna dapat digambarkan tahapan-tahapan pengalaman tertentu. Peristiwa tragis yang membawa kepada kondisi hidup tak bermakna dapat menimbulkan kesadaran diri (*self insight*) dalam diri individu akan keadaan dirinya dan membantunya untuk mengubah kondisi diri menjadi lebih baik lagi.

Kemudian, faktor keyakinan diri juga dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian bahwa subjek merasa tidak mampu untuk memenuhi tuntutan orang tua dan tidak mengerjakan pekerjaan

rumah, subjek memilih untuk membolos sekolah. Alwisol (2009) menyatakan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih sering membolos daripada siswa laki-laki. Mereka merasa tidak puas dengan yang dirasakan pada keadaannya saat ini yaitu bosan, sedih, serta belum menemukan sesuatu yang bisa membuat senang dan salah satu dari

mereka merasa menyesal karena membolos sekolah. Subjek juga memiliki hubungan yang tidak baik dengan orang tua dan guru, mereka merasa tidak nyaman saat berada di sekolah karena tidak menyukai teman di sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah dan merasa capek untuk sekolah. Oleh sebab itu, subjek tidak dapat menolak ajakan dari teman untuk membolos karena mereka menjadikan bolos sekolah sebagai cara untuk menyelesaikan masalah yang dialami. Kemudian, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada siswa yang membolos antara lain hubungan sosial, kepribadian, optimisme dan rasa bersyukur, pengalaman yang dimiliki, serta keyakinan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ariyani, E., D. (2013). Gambaran Mengenai Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Yang Berprestasi Di Lingkungan Politeknik Manufaktur Negeri Bandung. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi UNISBA*. ISBN 978-979-8634-44-4, 167-174. Diunduh dari: [www.polman-bandung.ac.id/panel/view/pdf/6.%20Gambaran%20Mengenai%20Subjective..\(Emma\).pdf](http://www.polman-bandung.ac.id/panel/view/pdf/6.%20Gambaran%20Mengenai%20Subjective..(Emma).pdf)
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna, Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Penerbit Paramadina.
- Compton, W. C. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. USA: Thomson Learning.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. Diunduh dari: https://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener-Suh-Lucas-Smith_1999.pdf
- Elfida, D., Lestari, Y. I., Diamera, A., Angraeni, R., & Islami, S. (2014). Hubungan Baik Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 66-73. Diunduh dari: <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/download/1182/1074>
- Eryilmaz, A. (2011). Satisfaction of Needs and Determining of Life Goals: A Model of Subjective Well-Being for Adolescents in High School. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11(4). Diunduh dari: files.eric.ed.gov/fulltext/EJ962673.pdf
- Gunarsa, S. D. (2002). *Psikologi Untuk Membimbing*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hamdana, F., & Alhamdu. (2015). Subjective Well-Being Siswa MAN 3 Palembang yang Tinggal di Asrama. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami*, 1(1). Diunduh dari: <http://jurnal.>

radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/download/560/498

- Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- King, L. A. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Linely, P. A., & Joseph, S. (2004). *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: John Wiley & Sons. Inc.
- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian Keluarga dan Subjective Well-Being pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 230-244. Diunduh dari: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/1580/1680>
- Pramudita, R. (2014). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Subjective Well-Being pada Siswa SMA Negeri I Belitang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1068-1081. Diunduh dari: aging.wisc.edu/pdfs/379.pdf
- Ryff, C. D., & Keyes, L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. Diunduh dari: midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf